

VALTAA JA VAPAUTTA NAISELLISESTA JOOGASTA?

Kriittinen analyysi joogasta feministisenä metodina

Ella Poutiainen
Pro gradu -tutkielma
Turun Yliopisto
Humanistinen tiedekunta
Historian, kulttuurin ja taiteiden tutkimuksen laitos
Nais- ja sukupuolentutkimuksen maisteriohjelma
Huhtikuu 2017

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

TIIVISTELMÄ

TURUN YLIOPISTO

Historian, kulttuurin ja taiteiden tutkimuksen laitos/Humanistinen tiedekunta

POUTIAINEN, ELLA: VALTAA JA VAPAUTTA NAISELLISESTA
JOOGASTA? Kriittinen analyysi joogasta feministisenä
metodina

Pro Gradu -tutkielma, 101 s., 1 liite.

Nais- ja sukupuolentutkimuksen maisteriohjelma

Huhtikuu 2017

Joogan länsimaistumista seurannut suosion kasvu on johtanut yhä monipuolisempaan joogatarjontaan ja erilaisille kohderyhmille räätälöityihin joogamuotoihin tai -konsepteihin. Harjoittajakunnan naisvaltaistumisen myötä joogasta on kehitetty myös erityisesti naisille suunnattuja joogatyyliä, kuten Uma Dinsmore-Tulin kohtujooga ja Angela Farmerin soljuva, naiselliseksi mielletty joogaamisen tapa. Joogamaailmassa voi siis havaita kasvavan joogan naisellistumisen aallon, jossa ennen pääasiassa miesten käsissä ollut traditio koetaan luonteeltaan maskuliiniseksi sekä tarpeelliseksi muokata naisille soveltuvaksi.

Tässä tutkimuksessa käsitelen joogan naisellistumisen ilmiötä kartoittamalla sitä, minkälaisen kohderyhmän naiset Dinsmore-Tulin ja Farmerin kaltaisten joogan naisellistamisen puolestapuhujien näkemyksen mukaan muodostavat, ja mitä joogan naisellistaminen heidän mielestään merkitsee. Kysyn miksi joogan naisellistaminen koetaan tarpeelliseksi, ja pohdin kriittisesti minkälaisen naisten tarpeisiin joogan naisellistaminen vastaa? Tarkoitukseni on osoittaa, miten naisellinen jooga ei todellisuudessa ole kaikkien naisten joogaa.

Naisellisten joogamuotojen kohderyhmän aukikirjoittaakseni lähestyn naisellisia joogamuotoja aikaan ja paikkaan juurruttamisen keinoin. Käytän apunani feminististä standpoint-teoriaa sekä Sara Ahmedin orientaation käsitettä. Esitän, että joogan naisellistajien esittämä ajatus siitä, että jooga miesten määrittelemänä traditiona kaipaa naisellista näkökulmaa, voi nähdä pyrkimyksenä luoda joogamaailmaan feministinen standpoint. Käyttäen apunani Ahmedin ajatusta orientaatiosta maailmasuhdetta määrittelevänä ajallisena ja tilallisena lähtöpisteenä pyrin osoittamaan, millä tavoin joogan naisellistajien yleisesti naisten näkökulmaksi mieltämä standpoint monella tapaa kumpuaa vain tiettyjen naisten naiseuden kokemuksesta.

Analyysin päätelmät ovat, että naisellisiin joogamuotoihin vaikuttaa joogan naisellistamisen puolestapuhujien omaa paikantuneisuus sekä sitä määrittävät yhteiskunnalliset, sosiaaliset ja kulttuuriset tekijät. Tämä heijastuu myös naisellisen joogan saavutettavuuteen ja siihen, kehen se vetoaa: valkoisiin, jo joogamaailmaan sijoittuviin, länsimaisiin naisiin, joiden naiseus määrittyy ongelmitta kaksinaapaisen sukupuolijärjestelmän mukaisesti.

Asiasanat

Feminismi, jooga, orientaatio, standpoint, Uma Dinsmore-Tuli, Angela Farmer

SISÄLLYSLUETTELO

1	JOHDANTO	1
	1.1 Tutkimuksen esittely, aiheen rajausta ja tutkimuskysymykset.....	3
	1.2 Aineisto ja metodologia.....	9
	1.3 Aikaisempi tutkimus.....	14
	1.4 Tutkimuksen rakenne.....	20
2	JOOGAMAAILMAN FEMINISTINEN VALLANKUMOUS	22
	2.1 Joogamaailman sukupuolittuneisuus ja naisen <i>sisäinen ääni</i>	23
	2.2 Patriarkaatin valta ja naisellisen joogan vapaus.....	29
3	JOOGAA KAIKILLE?	36
	3.1 Yksi jooga, monta muotoa: Monimuotoisen universaalien paradoksi.....	38
	3.2 Monimuotoisuuden homogeenisyys.....	43
4	ISO, PAHA, MUTTA IHAN KIVA TRADITIO	51
	4.1 Moderni jooga, esimoderni jooga ja autenttisen itämaisen tradition myytti.....	53
	4.2 Naisellinen joogamyytti 1: <i>Pārvatīn</i> aamukylpy vai moderni spa?.....	58
	4.3 Naisellinen joogamyytti 2: Luonto, naisen paras ystävä vai pahin vihollinen?.....	63
5	OLOTILA: Miksi 20 miljoonaa amerikkalaista joogaa? Ja entä sitten?	69
	5.1 Naisen vapaus? Joogasta uusliberalismiin ja takaisin.....	70
	5.2 Descartes vastaan Patañjali: Naisellisen joogan metafysiikka.....	78
	5.3 Voimaantumisen valtasuhteet ja joogan kulttuurinen appropriatio.....	85
6	LOPUKSI	90
	LÄHDELUETTELO	96

LIITE 1: Kuvaliite

1 JOHDANTO

Tuhansien vuosien ajan naisten viisauden syvä joki on virrannut maan alla. Se on tukahdutettu, kiistetty ja kielletty vuosituhansien mittaisen maailmaanlaajuisen patriarkaatin ajan. Tämän päivän Yhdysvalloissa ulkoinen jaarittelu joka kertoo naisille miltä näyttää, mitä ostaa, missä palvoa, mitä tehdä kehoillamme on niin kovaäänistä, että monet meistä eivät enää tunnista keitä me todella olemme. Virran viemänä kulttuurissa, joka arvostaa älyä yli intuition, tekemistä yli olemisen, tukahduttamista yli tunteiden, me kadotamme yhteyden omiin rytmeihimme. Meistä tulee liian kiireisiä, me teemme liian paljon. Menettäessämme tämän yhteyden lähteeseemme me kuivumme. Kuinka me voimme naisina löytää uudelleen yhteyden syvään sisäiseen tietoomme? Mikä on polku sielumme elävöittämiseen? Joogan opetukset osoittavat suunnan kotiin oman naisellisen viisautemme uudelleenhaltuunottamiseksi. (Gates 2006, 5, oma suomennos)

Jooga on 2000-luvulla saavuttanut maailmanlaajuisen suosion terveyttä ja hyvinvointia edistävänä, stressiä lievittävänä harrastuksena ja vaihtoehtoisen henkisyyden muotona. Joogan toimii tasapainottavana elementtinä nykyajan hektisessä maailmassa, jossa me kiirehdimme ja teemme liikaa, kuten joogaopettaja ja kirjailija Janice Gates (ibid.) asian ilmaisee. Kiireessä olemme unohtaneet jotain olennaista itsestämme, ja jooga toimii metodina tuon jonkin löytämiseksi. Nykyaikaista joogan suosion kasvua leimaa myös voimakas sukupuolittumisen tendenssi. Joogan harrastajakunnasta on muodostunut huomattavan naisvaltainen, jopa siinä määrin että jooga yhä useammin mielletään naisten lajiksi. Tämä joogan naisistuminen saa tilanteen näyttämään päinvastaiselta verrattuna joogan historiallisiin juuriin muinaisessa Etelä-Aasiassa, jonka patriarkalisessa yhteiskunnassa jooga oli etupäässä miesten henkinen harjoitus. Näyttää siis siltä, että jooga on modernisaation, popularisaation ja länsimaistumisen myötä kokenut radikaalin uudelleensukupuolittumisen.¹ Suosion kasvun myötä joogatarjonta on lisääntynyt sekä määrällisesti että laadullisesti: joogaa tarjoaa useat eri tahot kuntokeskuksista ja työväenopistoista joogastudioihin, ja erilaisten joogatyöryhmien kirjo on kasvanut jatkuvasti. Markkinoilta löytyy yhä uusia joogamuotoja ja tuntinimikkeitä joiden avulla joogaa kohdennetaan erityisille kuluttajaryhmille, eivätkä naiset kohderyhmänä ole poikkeus. Naisten kasvava osuus niin joogakuluttajina kuin ammatillisina jooga-alan toimijoina on johtanut eksplisiittisesti naisille kohdennettujen joogamuotojen kehittymiseen.

Joogan voi siis sanoa sekä naisistuneen että naisellistuneen. Naisistumisella viittaa joogan harrastajakunnan naisvaltaisuuden lisääntymiseen: joogasta on yhä

¹ Tämä ei tarkoita, että nykyaikainen jooga muuten olisi ongelmitta verrattavissa historialliseen joogaan; nykyaikainen jooga näyttyy muinaisiin juuriinsa rinnastettuna päinvastaiselta monessa muussakin mielessä. Ajatus joogasta yhtenäisenä historiallisena jatkumona on kuitenkin tyypillinen joogatoimijoiden parissa, ja tämä tekee ajatuksen joogan ”uudelleensukupuolittumisesta” mahdollisen. Tulen tutkimuksen edetessä tarkastelemaan kriittisesti tätä yleistämisen tendenssiä niin nykyaikaisen joogan kentän (luku 3) kuin sen historiallisen jatkumonkin (luku 4) osalta.

enenevässä määrin tullut naisten harrastus, ja miesten määrä joogatunneilla jää pääsääntöisesti murto-osaan naisjoogaajiin verrattuna. Naisellistumisella puolestaan tarkoitan joogan lisääntyvää tietoisuutta naisille kohdistamista, jonka myötä joogamuotojen kirjoa on viime vuosikymmeninä rikastuttanut erinäiset naisille suunnatut joogamuodot tai joogaamisen tavat. Naisellistuminen ilmenee siis erilaisten eksplisiittisesti naisille suunnattujen ja kaupattujen joogakäytäntöjen kehittymisenä. Naisille ja naisten kehoille suunnattu jooga haastaa ja kyseenalaistaa voimakkaasti maskuliinisessa kontekstissa kehittyneitä joogaa, kuitenkin hylkäämättä (oletettua) historiallista jatkumoa ja joogan ikivanhoja juuria.

Tässä tutkimuksessa käytän näistä naisille suunnatuista joogamuodoista nimitystä *naisellinen jooga*. Naisellinen jooga ei kuitenkaan ole mikään yhtenäinen ilmiö, vaan kyse on pikemminkin lukuisista erilaisista joogan naisellistamisen muodoista. Yhtenä varhaisimpana ja laajemmankin yleisön tietoisuuteen kiirineenä joogan naisellistumisen esimerkkinä voidaan pitää raskausjoogaa.² Raskausjoogan tarkoitus on yhtäältä soveltaa joogaharjoitusta odottavan äidin muuttuvan kehon tarpeet ja rajoitteet huomioon ottaen, ja toisaalta valmistaa äitiä synnytykseen. Gatesin (2006, 5) esittämä ajatus naisten sisäisen viisauden tukahduttaneesta patriarkalisesta kulttuurista ilmentää kuitenkin uutta, 2000-luvun vaihteen jälkeen voimistunutta piirrettä joogan naisellistumisen ilmiössä. Pelkän naisille suunnatun joogan kehittämisen lisäksi on alettu käydä keskustelua siitä, miksei niin kutsuttu perinteinen jooga sovellu naisille. Monet naispuoliset joogaopettajat (esim. Dinsmore-Tuli 2014, Gates 2006, Farmer 1999) tuntuvat ajattelevan, että perinteinen jooga on jollakin tapaa (piilo)maskuliinista. Janice Gates kirjoittaa naispuolisia joogavaikuttajia esittelevässä kirjassaan että jooga on muiden muinaisten henkisten traditioiden tavoin välittynyt meille ensisijaisesti miesten kautta ja näiden näkökulman mukaisesti, ja että naiset ovat ehdollistuneet hyväksymään tämä maskuliininen esitys normina (Gates 2006, 5).

Amerikkalaisen joogalehden *Yoga Journalin* entisen päätoimittajan Linda Sparrowen mukaan joogan maskuliinisia piirteitä ovat muun muassa harjoituksen fyysisuus ja ankara kuri (Sparrowen esipuhe teokseen Gates 2006, 1). Arvostettu brittitiläinen joogaopettaja Angela Farmer puolestaan mieltää maskuliiniseksi tiukat linjaukset ja täydellisyyden tavoittelun (Farmer 1999). Niin ikään brittiläinen

2 Kenties ensimmäinen aiheesta kirjoitettu kirja on yhdysvaltalaisen joogaohjaajan ja kättilö Jeannine Parvati Bakerin vuonna 1974 julkaistu *Prenatal Yoga and Natural Childbirth*. Suomessa alan pioneerina on toiminut synnytysvalmentaja ja joogaohjaaja Malla Rautaparta, joka julkaisi ensimmäisen raskausajan joogaa käsittelevän kirjansa *Jooga ja raskaus* vuonna 1992.

joogaterapeutti ja raskausjoogan asiantuntija Uma Dinsmore-Tuli pitää maskuliinisuuden merkkinä muun muassa naisruumiin erityislaatuisuuden – erityisesti kohdun – huomioitta jättämisen (Dinsmore-Tuli 2014, *passim.*). Sparrowe ehdottaa, että joogan maskuliinisuus on alkanut valjeta joogan naisvaltaistumisen myötä, kun naiset ovat alkaneet kyseenalaistaa harjoituksen mielekkyyttä (esipuhe teokseen Gates 2006, 1). Naiselliset joogat pyrkivät siis erilaisin metodein muokkaamaan joogaharjoitusta naisen ruumiille ja mielelle sopivammaksi ja naisille mielekkäämmäksi.

Patriarkaalisuus ei ole kuitenkaan yksin joogaa, vaan laajemmin koko yhteiskuntaa koskeva ongelma. Toinen joogan naisellisille joogamuodoille tyypillinen piirre onkin se, että joogan naisellistamisella ei koeta olevan merkitystä vain joogan kannalta, vaan että se voimaannuttaa naista myös muilla elämäniloilla. Esimerkiksi Gates (2006, 5) kirjoittaa, että naiset ovat patriarkaatin tukahduttamina kadottaneet todellisen itsensä. Sikäli kuin jooga koetaan itsetutkiskelun metodina, näyttäytyy se Gatesille myös keinona löytää kadotettu naiseus ja voimaantumista naisina. Joogan naisellistaminen on siis jollain tavalla syventynyt, jolloin kyse ei ole vain joogasta *naisille* vaan *naisellisesta* joogasta. Esimerkiksi Dinsmore-Tuli (2014, 22) mieltää siirtyneensä joogan naisille mukauttamisesta jonkinlaiseen lähtökohtaisesti naiseudesta kumpuavaan joogaan. Joogan naisellistamisessa ei siis ole kyse pelkän joogatradition muuttamisesta, vaan myös naisten elämän transformaatiosta voimaantumisen avulla. Tässä tutkimuksessa pyrin selvittämään sitä, mitä joogan naisellistaminen käytännössä tarkoittaa ja minkälaisiin tarpeisiin joogan naisellistaminen vastaa.

1.1 Tutkimuksen esittely, aiheen rajaus ja tutkimuskysymykset

Historiallisista juuristaan huolimatta nykypäivän jooga on pitkälti moderni ilmiö, joten käsitteen avaaminen ja määrittely lienee paikallaan. Modernin joogan voi sanoa syntyneen 1900-luvun vaihteessa itämaisten uskontojen ja länsimaisen New Age -kulttuurin välillä vallinneen kulttuurisen vuorovaikutussuhteen myötä.³ 1950- ja 60-luvuilta alkaen modernin joogan eri muodot alkavat voittaa suosiota mm. 1960-luvun vastakulttuurin kehittymisen myötä, ja 1990-luvulta alkaen joogan suosio on lähtenyt voimakkaaseen kasvuun (De Michelis 2009, 21). Palaan aiheeseen yksityiskohtaisemmin luvussa 3, tällä haavaa riittää tietä, että joogan modernisaatio

3 Tämä syntyminen ei kuitenkaan tapahtunut tyhjästä, vaan sitä edelsi n. 1700-luvun puolivälissä alkanut länsimainen akateeminen kiinnostus orienttia kohtaan, sekä astetta myöhemmin Eteläaasialaisen älymystön ja länsimaisen esoterismin keskinäinen kulttuurinen dialogi (De Michelis 2009, 20–1).

merkitsi esimodernien joogisten ja tantristen traditioiden voimakasta uudelleentulkintaa ja innovatiivista muokkausta. Modernin joogatutkimuksen parissa pitkälti vakiintunut Elisabeth De Michelisin hahmottelema kategorisointi jakaa modernin joogan edelleen viiteen eri tyyppiin. Varhaisimmat näistä ovat 1800-luvun loppupuolelta lähtöisin olevat *moderni psykosomaattinen jooga*, jolla De Michelis vaikutusvaltaisen Swami Vivekanandan ja tämän jalanjalkia jatkaneiden toimijoiden mielen, ruumiin ja hengen kehittämiseen tähtäävää joogaa, jonka aatteellisen perustan muodostaa Vivekanandan luenta Patañjalin *Yogasūtrasta* kirjassa *Rāja Yoga*,⁴ sekä *uushindulainen jooga*, eli (aggressiivisempaan) hindunationalistiseen ideologiaan linkittyvä joogan muoto, joka on saanut vaikutteita (niin intialaista kuin länsimaisistakin) kamppailulajeista ja voimistelusta. Muutamaa sukupolvea myöhemmin, eli noin 1920-luvun tienoilta alkaen, kehittyi näistä kahdesta vaikutteita ottaen edelleen uusia modernin joogan muotoja: *āsana-harjoitukseen keskittyvä jooga*, jossa keskiöön nousi uskonnollisten ja filosofisten aspektien sijaan fyysisten jooga-asentojen eli *āsanoiden* harjoittaminen; *meditaatioon keskittyvä jooga*, jossa keskiössä puolestaan on jokin tietty meditaatiotekniikka, ja *tunnustuksellinen jooga*, eli erilaiset lahkomaiset ryhmittymät, joilla on omat (usein meditaatiota painottavat) joogametodinsa ja maailmankatsomuksensa (De Michelis 2009, 21–2; 2005, 187–9).

Tämän tutkimuksen kannalta keskeinen näistä joogamuodoista on kolmas, eli *āsana*-painotteinen jooga. Tämä on se, mihin joogalla yleisesti nykypäivänä viitataan, ja mihin myös tämän tutkimuksen aineiston naiselliset joogat pitkälti sijoittuvat. Toisaalta De Michelisin hahmottelemat modernin joogan eri muodot eivät ole toisistaan irrallisia, vaan monilla tapaa vuorovaikutussuhteessa keskenään. Vaikka suurin osa nykyajan joogasta on *āsana*-painotteista tai vähintäänkin voimakkaasti siihen suuntaan kallistuvaa, on perinteisten opetuslinjojen merkityksen vähentyminen mielestäni johtanut De Michelisin hahmotteleman jaottelun sumentumiseen. Joogasta kiinnostuneet toimijat hakevat tietoa yli kategoria-, opetuslinja- ja uskontorajojen, ja suhteuttavat sen omaan tekemiseensä. Tämä on kokemukseni mukaan erityisen selkeää naisellisten joogamuotojen kohdalla.

On myöskin huomioitava, ettei tätä akateemista jakoa tunnisteta joogan kentällä.

4 Swami Vivekananda (1863–1902) oli avaintekijöitä sekä joogan modernisaation prosessin että joogan länteen leviämisen osalta. Tämän puhetta Chicagon uskontojen maailmanparlamentissa vuonna 1893 pidetään käännekohtana joogan länsimaistumisessa, ja vuonna 1896 ilmestynyttä *Rāja Yoga* modernin joogan uraa uurtavana teoksena. Jälkimmäisessä on kyse Patañjalin klassisen teoksen *Yogasūtra* (n. 300-500 jKr.) voimakas uudelleenluenta (ks. esim. De Michelis 2005, 2–4). Patañjali on sittemmin vakiintunut joogakirjallisuuden kaanonin eturiviin.

Harjoittajien parissa moderneista joogamuodoista puhutaan yleisesti vain joogana (ks. luku 2), eikä joogaa modernina ilmiönä kriittisesti eroteta esimoderneista joogan muodoista (luku 3).⁵ Tässä tutkimuksessa viitataan modernilla joogalla laajasti koko De Michelisin hahmottelemaan modernien joogamuotojen historialliseen kirjoon. Nykyjoogalla viitataan tarkemmin joogan valtavirtaistumisen kontekstiin, n. 1980-luvulta tähän päivään, jossa sekä yleinen tietoisuus joogasta että saatavilla oleva joogatieto on räjähdysmäisesti lisääntynyt. Tämä on johtanut ideologisten ja metodillisten erojen moninaistumiseen ja kategorisoinnin vaikeuden lisääntymiseen.

Tämän tutkimuksen tarkoitus ei ole luoda kattavaa käsitystä naisellisen joogan kentästä kokonaisuudessaan. En siis tule esittämään kartoitusta siitä, ketkä lasketaan naisellisen joogan edustajiksi, ja ketkä ovat pelkästään naispuolisia joogamaailman vaikuttajia. Tämä johtuu ensinnäkin siitä, etten pidä naisellisen joogan sisällöllisten tai ideologisten kriteerien määrittelemistä mahdollisena tai edes mielekkäänä tehtävänä. Naisellisen tai vastaavasti miehekkään joogan käsitteet ovat itsessään ongelmallisia, ainakin mikäli ne nähdään ontologisina kategorioina. Tällainen kategorisointi pohjautuisi essentialistiseen käsitykseen sukupuolesta ja vastaavasti siitä, minkälainen liikunta tai hengellisyys on miehekästä, minkälainen puolestaan naisellista.

Naisten muodostaessa harjoittajakunnan enemmistön lähes kaikkien joogatyöliien kohdalla on ilmeistä, että monet naiset nauttivat myös niistä joogamuodoista, jotka naisellisen joogan puolestapuhujat leimaavat maskuliiniseksi. Näin ollen näiden joogamuotojen sinnikäs sukupuolittaminen maskuliiniseksi on vähintäänkin kyseenalaista. Maskuliinisen joogan käsitteen määrittelemineen on siis kenties naisellisen joogan käsitettäkin hankalampaa. Naisellisen joogan puolestapuhujille (piilo-)maskuliinista joogaa edustaa epämääräisesti ilmaistu joogaperinne, joka kuitenkin usein jää tarkentamatta (esim. Gates 2006, 7). Kuitenkin näiden oma joogatausta on tunnetuissa ja vaikutusvaltaisissa opetuslinjoissa kuten Iyengar-joogassa (Dinsmore-Tuli, Farmer, Gates), Satyananda-joogassa (Dinsmore-Tuli), ja/tai astanga-joogassa⁶ (Gates), joten heidän voi olettaa kohdistavan kritiikkinsä

5 Jos joogaa kategorisoidaan, erotetaan silloin toisistaan yleensä *karma*-jooga (työn ja epäitsekään toiminnan jooga), *bhakti*-jooga (rakkauden tai antaumuksen jooga), *jñāna*-jooga (tiedon jooga) ja *rāja*-jooga (Patañjalin klassinen jooga, jonka osa-alueeksi *āsana*-harjoituskin ymmärretään, ks. s. 11, alaviite 12). Nämä mielletään erilaisiksi (historiattomiksi) poluiksi samaan päämäärään, tai toisinaan joogisen elämäntavan erilaisiksi elementeiksi.

6 B. K. S. Iyengarin Iyengar-jooga, Satyananda Saraswatin Satyananda-jooga ja Patthabi Joisin astanga-jooga ovat kaikki tunnettuja ja laajalevitteisiä, Intiasta lähtöisin olevia opetuslinjoja. Iyengar, Satyananda ja Jois edustavat modernin asanapainotteisen joogan toista sukupolvea sillä heidän omat gurunsa T. Krishnamacharya (Iyengarin ja Joisin tapauksessa) ja Sivananda Saraswati (Satyanandan tapauksessa) olivat joogan modernisaation pioneereja. Näin ollen kyseiset joogasuuntaukset voi

ainakin pitkälti kyseisiin opetuslinjoihin. Joogan naisellistajat eivät kuitenkaan tunnu haluavan asettua täysin traditiota vastaan, vaan muuttaa sitä sisältäpäin. Tämän voi nähdä ainakin osasyynä haluttomuuteen kohdentaa kritiikkiä tiettyihin koulukuntiin tai jooga-alan toimijoihin mainitsemalla ne nimeltä.⁷ Koska naiset lisäksi muodostavat harjoittajakunnan enemmistön myös näiden joogatyöliien kohdalla, näyttäytyvät ne laajemmalle yleisölle – erityisesti miehille – naisten lajina. Näin ollen on markkinoille ilmestynyt myös eksplisiittisesti miehille suunnattuja joogamuotoja. Tätä problematiikkaa käsittelen yksityiskohtaisemmin seuraavassa pääluvussa. Koska naisellisen joogan kenttä itsessään on jokseenkin hajanainen ja vailla yhtenäistä teoreettista lähtökohtaa, en näe tuomarina tai määrittelijänä olemisen olevan hedelmällinen lähtökohta tutkimukselle.

Toiseksi haluttomuuteni kartoittaa naisellisen joogan kenttää johtuu siitä, ettei tämän kaltaista jakoa tehdä naisellisen joogan kentälläkään. Naisellisen joogan edustajat eivät muodosta keskenään yhtenäistä, muusta joogamaailmasta selkeää pesäeroa tekevää ryhmää. Omasta voimakkaasta joogan naisellistamista puoltavasta näkemyksestään huolimatta he eivät myöskään vieroksu perinteistä joogaa harjoittavia naisia. (Heitä saatetaan kenties katsoa ymmärtäväisesti huokaisten, etteivät he vielä ole henkisen matkansa siinä pisteessä, että ymmärtäisivät harjoituksen sukupuolittumista). Pahalla katsotaan ainoastaan arvovaltaansa väärinkäyttäviä tai sen sokaisemia joogamaailman miestoimijoita, jotka naisen kokemuksen puutteesta huolimatta luulevat tietävänsä paremmin miten naisten tulisi joogata, tai kasvotonta traditiota, joka huutaa uudistamisen tarvetta. Sparrowe esimerkiksi kritisoi (tarkentamattomia) pyhiä kirjoituksia, joissa puhutaan miesten kivespusseista mutta joissa naisten rintoja ei mainita sanallakaan (Sparrowen esipuhe teokseen Gates 2006, 1). Dinsmore-Tuli puolestaan kirjoittaa muun muassa nimeltä mainitsemattomasta ”suositusta pohjoisamerikkalaisesta joogaopettajakouluttajasta” (Dinsmore-Tuli 2014, 69) joka ei pitämänsä työpajan yhteydessä huomionnut menstruoivia naisia, ja rohkeni väittää näiden kokemuksia kuukautisten aikaansaamista korkeammista tietoisuuden tiloista perättömiksi (ibid., 69–71). Joogatraditiota kritisoidaan myös sen hierarkkisuudesta ja

mieltää perinteisiksi verrattuna myöhempiin mukaelmiin tai uusiin joogavillityksiin, joiden kytkös tiettyyn opetuslinjaan on löyhä, tai joissa eri opetuslinjojen ja/tai kulttuuristen traditioiden opit sekoittuvat.

7 Esimerkiksi Iyengar-joogan kasvatti Farmer, joka jätti koulukunnan voidakseen kehittää joogaa omaan suuntaansa, omistaa *The Feminine Unfolding* -elokuvan lopputeksteissä kiitokset opettajilleen, Iyengar mukaan luettuna. Ratkaisevasta erimielisyyksistään huolimatta Farmer siis kunnioittaa Iyengaria, vaikka onkin itse päätenyt kulkemaan omaa polkuaan.

opettajien kurinpidosta (esim. *ibid.*, 62; Sparrowen esipuhe teokseen Gates 2006, 1), joka johtaa herkästi (miesopettajien) vallan väärinkäyttöön ja naisten hyväksikäyttöön (esim. Dinsmore-Tuli 2014, 62).⁸

Joogan naisistuminen ja sen naisellistuminen eivät siis näyttäytyä naisellisten joogien retoriikassa ainakaan kokonaan erillisinä ilmiöinä. Joogan naisvaltaistumisen ja naisten nousemisen henkisen johtajan valta-asemaan nähdään pikemminkin ennen pitkää luonnollisesti johtavan sen naisellistumiseen (esim. Sparrowen esipuhe teokseen Gates 2006, 1). Kenties vahvistaakseen omaa näkemystään siitä, että naiset ovat jonkinlaisen joogamaailman vallankaappauksen äärellä, naisellisen joogan edustajat usein mieltävät monet muutkin joogaa kehittäneet naiset joogan naisellistajiksi – huolimatta siitä ovatko nämä itse nähneet oman innovatiivisen panoksensa nimenomaan naisellistamisena. Esimerkiksi Dinsmore-Tuli (2014, 92) mainitsee useita naispuolisia joogaopettajia, joiden lähestymistavan joogaan hän mieltää naiselliseksi ja äidilliseksi vaikka huomauttaakin, etteivät kyseiset opettajat itse kohdistaa joogaansa erityisesti naisille. Sparrowe niin ikään kirjoittaa että naisopettajien määrän lisääntyneenä on jooga kokenut naisellisen kasvojenkohotuksen, antaen ymmärtää että naisopettajat automaattisesti opettavat enemmän tai vähemmän naisellisella tavalla (aivan kuten miehet kautta historian ovat opettaneet miehekkäällä tavalla) (esipuhe teokseen Gates 2006, 1).

Jos naisellisen joogan käsite on ongelmallinen, miksi käyttää sitä? Naisellisen joogan käsite toimii kuvauksena sille, miten jotkut joogan parissa toimivat naiset tuovat aktiivisesti esiin joogan naisellistamisen tarvetta ja pyrkivät omalla tekemisellään vastaamaan tuohon tarpeeseen. Tämä on se ryhmä, johon naisellisella joogalla tässä tutkimuksessa viitataan. En käytä naisellisen joogan käsitettä kuvaamaan tietyn tyyppistä tai tyylistä joogaa, jonka voi perustellusti sanoa olevan erityisen sopiva naisille. Se, onko ns. naisellinen jooga (tai mahdollisesti jotkin muut joogan muodot) olemukseltaan naisellisia, on epäolennaista. Joogan naisellistamisen tarve sen sijaan on väite, joka minua kiinnostaa: miksi joogan naisellistaminen koetaan tarpeelliseksi, ja ketkä ovat ne naiset, joiden tarpeista tässä on kyse? Toisin sanoen kysyn, mistä naisellisten joogamuotojen naisellisuus rakentuu ja keitä tämä naisellistaminen hyödyttää?

8 Joogamaailmaa ovat ravistelleet lukuisat seksiskandaalit, jossa arvostettuja joogaguruja on syytetty epäasiallisista seksisuhteista tai naisten seksuaalisesta häirinnästä ja/tai hyväksikäytöstä. Tunnetuimpia syytösten kohteiksi joutuneita ovat mm. *Siddha Yogan* Swami Muktananda, *Anusara Yogan* John Friend ja *Bikram Yogan* Bikram Choudry. Suomen joogapiirejä kuohutti puolestaan vuonna 2009 MOT-ohjelman uutisointi Jooga- ja tantrakoulu Nathan kytköksistä romanialaiseen seksuaalisesta hyväksikäytöstä ja ihmiskaupasta syytettyyn MISA-liikkeeseen (Yle MOT 5.10.2009).

Näihin kysymyksiin pyrin vastaamaan naisellisen joogan aikaan ja paikkaan juurruttamisen keinoin. Tämä tarkoittaa kriittistä suhtautumista yleistämisen tendenssiin, joka leimaa niin joogan naisellistajien kuin yleisesti jooga-alan toimijoiden puhetta joogasta ja joogahistoriasta. Yleistäminen ilmenee ensinnäkin nykyaikaisten joogatoimijoiden tapaa puhua joogasta ikivanhana tai ajan testaamana käytäntönä, ilman että nykyjoogan ja sen historiallisten juurien välisiä merkittäviä eroja tuodaan esiin. Toiseksi yleistäminen näkyy joogan naisellistajien tapana yleistää naiset yhdeksi, jollain olemuksellisella tasolla yhtenäiseksi kohderyhmäksi, joiden joogakokemukset nähdään ratkaisevalla tavalla eroavan miesten joogakokemuksesta. Tässä tutkimuksessa tarkoitukseni onkin osoittaa, millä tavalla joogan naisellistaminen kumpuaa tietynlaisten toimijoiden maailmankatsomuksesta sekä näiden ajalliseen, maantieteelliseen, yhteiskunnalliseen ja sosiaaliseen paikantuneisuuteen juurtuvasta kokemuksesta. Kirjoitan siis naiselliset joogamuodot osaksi niin modernin joogamaailman kuin länsimaisen feminismin tarinaa osoittaakseni, ettei naisellinen jooga ole kaikkien naisten joogaa.

Yleistetty joogapuhe ja ajatus jonkinlaisen historiallisen jatkumon muodostamasta joogatradiitiosta kulkee käsi kädessä joogan naisellistajien puheessa esiintyvän naiskokemuksen yleistämisen kanssa. Naiselliset joogat uusintavat joogamaailmalle laajemminkin tyypillistä ajatusta joogisen metodin universaaliudesta, jossa jooga sen lukuisista eri muodoista ja historiallisista muutoksista huolimatta representoidaan ajattomana ja yleismaailmallisena ilmiönä, joka on uskonnosta, kansallisuudesta, ajasta ja paikasta riippumaton. Naiselliset joogamuodot propagoivat kuitenkin moniäänistä joogaa, jossa tradition tiukan sääntelyn sijaan annetaan tilaa yksilön omalle kokemukselle tai sisäiselle äänelle. Kuitenkin joogan naisellistamisen tarve antaa ymmärtää, että on olemassa naisellinen joogaamisen tapa, joka eroaa miesten joogaamisen tavasta. Tämä näyttäisi tarkoittavan, että naisen ja miehen välillä on niin ruumiillisella kuin henkiselläkin tasolla ylitsepääsemätön ero. Kriittisin aiemmin vaimennettu ääni joogamaailmassa on naisten ääni. Tämä samanaikainen pyrkimys edistää sekä jokaisen joogaajan sisäistä ääntä että naisten kollektiivista ääntä muodostaa ratkaisemattoman ristiriidan naisellisten joogamuotojen logiikkaan. Joogan naisellistamista motivoiva ajatus naisten jaetusta kokemuksesta ja äänestä uusintaa universalistista näkemystä joogasta, lisäten siihen ainoastaan sukupuolittuneen kahtijaon. Tämän kahtijaon myötä naiset asettuvat yhtenäisenä ryhmänä joogamaailman vähemmistöön, joka saa joogan naisellistamisen ainakin vaikuttamaan tarpeelliselta.

Ongelma tässä vähemmistöksi asettumisessa on kuitenkin se, että naisellisen joogan luoma universalistinen kuva naiseudesta saa kyseiset joogamuodot vaikuttamaan kaikkia naisia yhtäläillä voimaannuttavilta harjoituksilta. Tulen kuitenkin osoittamaan, että naiselliset joogat todellisuudessa ovat tietynlaisen kohderyhmän huvi: naisellinen jooga saavuttaa lähinnä sen valkoisen, keskiluokkaisen ja urbaanin kuluttajakunnan johon jooga yleisestikin vetoaa. Väitän, että puhe sisäisen äänen kunnioittamisesta saa naiselliset joogat vaikuttamaan kaikkiin naisiin yhtäläillä vetoavalla ja koko naiskunnan vapauttavalla harjoitukselta, vaikka todellisuudessa naisten kokemusten monimuotoisuus jää naisellisista joogamuodoista uupumaan. Taustalla vaikuttava normatiivinen käsitys naisellisuudesta ja naisruumiista sekä esimerkiksi raskauden ja äitiyden kokemusten painottaminen kohdistaa naisellisia joogamuotoja ensisijaisesti cis-sukupuolisille, perinteistä naisellisuutta edustaville naisille. Tarkoitukseni on osoittaa, millä tavoin naisnäkökulman yleistäminen todellisuudessa toimii varsin homogeenisen naisellisen joogan puolestapuhujien ryhmän oman toiminnan oikeuttajana.

1.2 Aineisto ja metodologia

Tässä tutkimuksessa pohdin joogan naisellistumisen ilmiötä analysoimalla tarkemmin kahta naisellisen joogan edustajaa: Uma Dinsmore-Tulia ja tämän ”kohtujoogaa” sekä Angela Farmeria ja hänen soljuvaa, naisellista joogaamisen ja opettamisen tapansa. Tutkimuksen aineisto koostuu Farmerin naisellista joogaamisen tapaa esittelevästä autobiografisesta dokumenttielokuvasta *The Feminine Unfolding* (1999), sekä Dinsmore-Tulin naisille suunnatusta joogaoppaasta *Yoni Shakti: A Woman's Guide to Power and Freedom through Yoga and Tantra* (2014). Siinä missä Farmerin elokuva ja Dinsmore-Tulin kirjallinen teos antavat kuvan yksittäisen joogaohjaajan joogan naisellistamisen tavasta, nousee analyysissä esiin harvaksemmaltaan myös muuta joogan naisellistumista havainnollistavaa materiaalia. Näistä päällimmäisinä voi mainita joogaohjaaja Janice Gatesin naisjoogaohjaajia esittelevän sekä naisia joogan historiassa käsittelevän kirjan *Yogini. The Power of Women in Yoga* (2006), sekä vuonna 2016 toteutetun naisille suunnatun verkkokonferenssin *Sex, God & Yoga* -verkkosivut (Where Is My Guru 2016). Nämä havainnollistavat joogan naisellistamisen ideologiaa laajempaan ilmiöön, sekä ilmentävät tietynlaista joogan naisellistajien parissa havaittavaa yhteisöllisyyttä. Vaikka kukin toimijoista naisellistaa joogaa omalla tavallaan, voi joogan naisellistamisen kuitenkin perustellusti sanoa tapahtuvan laajemmassa vuorovaikutuksessa muiden saman mielisten kanssa. Tutkimuksen

aineiston muodostaa siis joukko itsenäisiä toimijoita, jotka kuitenkin linkittyvät toisiinsa esimerkiksi viittaamalla toisiinsa ja jakamalla erityisesti naisille suunnattuun joogaan keskittyvän ammatillisen yhteisön. Tässä tutkimuksessa suurennuslasin alle valikoituneet, rihmaston muodostavat joogan naisellistajat sijoittuvat euroamerikkalaiseen ja englanninkieliseen kontekstiin. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että naisellinen jooga on ainoastaan kyseinen suppean piirin ilmiö.⁹ Kyseiset toimijat kuitenkin valikoituivat juuri keskeisten kytköstensä¹⁰ johdosta, jolloin heidän joogan naisellistamisen projektinsa voi mieltää yksittäisiä toimijoita laajemmaksi, yhteisen päämäärän ja keskinäisen keskusteluyhteyden omaavaksi liikkeeksi.

Farmer ja Dinsmore-Tuli valikoituivat naisjoogaa kuvaaviksi esimerkeiksi siksi, että he edustavat naisjoogailmiön historiallisia ääripäitä. Farmerin, joka turhautui Iyengar-joogan¹¹ lähestymistapaan jo 1970-luvun loppupuolella (Cumings 2007), voi sanoa olevan naisellisen joogan pioneeri. Vaikka naispuolisia joogavaikuttajia ja opettajia on tietenkin ollut myös ennen Farmeria, vaikuttaa tämä kuitenkin ensimmäisten joukossa kritisoinen joogan maskuliinisuutta, ja eksplisiittisesti mieltäneen oman innovatiivisen lähestymistapansa joogan *naisellistamiseksi*. *The Feminine Unfolding* -elokuvan voi nähdä eränlaisena naisjoogan klassikkona, ja tämä naisjoogan *grand old lady* (s. 1938) opettaa ja osallistuu keskusteluun edelleen.

Vuonna 2014 pääteoksensa *Yoni Shaktin* julkaissut Dinsmore-Tuli puolestaan edustaa tietyllä tapaa kaikkein uusinta laajamittaista naisjoogan puolesta esitettyä puheenvuoroa. Dinsmore-Tulin (s. 1965) ei kenties voi sanoa edustavan naisellisen joogan kentän tuoreinta sukupolvea, mutta hän on eittämättä yksi sen aktiivisimmista tämänhetkisistä puolestapuhujista. Dinsmore-Tuli on kehittänyt oman, erityisesti naisille suunnatun joogamuotonsa, kohtujoogan. Kohtujooga ei ole tavamerkki eivätkä Dinsmore-Tulin kouluttamat ohjaajat ole lisensoituja kohtujoogaohjaajia. Dinsmore-Tuli itse vieroksuu tällaisten systeemien asettamia rajoituksia, ja kehottaa ohjaajia soveltamaan opittua luovasti (Womb Yoga 2011–2016a). Kohtujoogaa opettaa ja harjoittaa suhteellisen pieni yhteisö, ja tunneilla on usein jokin muu, tarkempi tai

9 Naiset kasvavana joogan kuluttajaryhmänä näkyy myös Joogafestival Helsingin tarjonnassa, jossa on äitiysjoogan lisäksi tarjolla luentoja naismystisismistä naisen voiman lähteenä (luennoitsijana Liisa Kannisto) sekä naisen olemisen voimasta (Emilia Vasko-Kujala) (Joogafestival Helsinki 2017).

10 Dinsmore-Tuli (2014) viittaa kirjassaan sekä Angela Farmeriin että Janice Gatesiin, Gates puolestaan on omistanut luvun kirjastaan Farmerille. *Sex, God & Yoga* -verkkokonferenssissa taas esiintyvät sekä Farmer, Dinsmore-Tuli, että esipuheen Gatesin kirjaan kirjoittanut Linda Sparrowe.

11 Iyengarin metodissa painotetaan korrekkeja linjauksia ja käytetään erilaisia apuvälineitä, kuten tukitiiliä, vöitä ja köysiä. Lisäksi Iyengar-jooga tunnetaan muiden T. Krishnamacharyan opetuslinjan kuten astanga-joogan tavoin edistyneemmän tason asanoiden akrobaattisuudesta ja fyysisestä haastavuudesta.

kohdennettu tuntinimike (esim. raskaus- tai raskauden jälkeinen jooga, hedelmällisyyttä lisäävä jooga, joogaa naisten terveydelle jne.) Vapaaksi systeemiksi kohtujoogan teoreettinen perusta on kuitenkin varsin kattava. Dinsmore-Tulilla on selkeä käsitys siitä, mikä ”perinteisen” joogan ongelma on ja minkälainen (kohdun elämää ja syklejä tukeva) on sen naisellinen vastine. Lisäksi Dinsmore-Tuli käyttää laajasti joogateoriaa, -filosofiaa ja -sanastoa näkemyksensä tukena, joka antaa sille painoarvoa ja saaden sen vaikuttamaan yhden ihmisen mielipidettä syvällisemmältä.

Farmerin joogatyölin havainnollistajana toimii tässä tutkimuksessa vuonna 1999 ilmestynyt Farmerin itsensä tuottama dokumentaristinen elokuva *The Feminine Unfolding*, joka on kuvattu vuonna 1997 Farmerin naisille suunnatun joogatyöpajan aikana. Elokuvasa Farmer avaa oman joogaamisen tapansa lähtökohtia ja teoreettisia taustoja pitkälti kuvaten omaa taivaltaan joogan polulla sekä niitä kokemuksia, jotka hänet ovat joogan naisellistamiseen innoittaneet. Nämä puheenvuorot on kuvattu enimmäkseen ulkona luonnossa, ilmeisesti osana joogatyöpajan ohjelmistoa. Lisäksi elokuvassa kuvataan myös itse opetustilanteita, jolloin se antaa jonkinlaisen kuvan siitä tavasta jolla Farmer *āsana*-harjoitusta¹² ohjaa. Lisätason kuvalliseen materiaaliin tuo vielä klipit yksittäisistä Farmerin oppilaista tai tästä itsestään joogaamassa farmerlaisittain, eli soljuvasti liikkuen asentojen staattisten pitojen sijaan. Kohtujoogaa puolestaan tarkastelen Dinsmore-Tulin massiivisen opuksen *Yoni Shakti: A Woman's Guide to Power and Freedom through Yoga and Tantra* (2014) kautta. *Yoni Shaktin* voi nähdä eräänlaisena kohtujoogamanifestina: perinteisistä joogaoppaista poiketen se sisältää käytännön harjoitusten lisäksi mittavan kirjallisen osuuden, jossa käydään läpi kohtujoogan ideologisia, filosofisia ja poliittisia perusteita. Lehdistö tiedote kuvaa teosta radikaaliksi ja vallankumoukselliseksi ”kirjaksi, jota naiset ovat odottaneet” (Yonishakti.co).

Sekä Farmer että Dinsmore-Tuli puhuvat aineiston perusteella naisista yleistävästi yhtenäisenä ryhmänä, niin historiallisella kuin tämän päivän joogaharrastajien tasolla. Samanaikaisesti he kuitenkin juhlistavat jokaisen naisen yksilöllisyyttä ja naisellisuuden monimuotoisuutta. Tämä luo illuusion siitä, että

12 *Āsana*-harjoituksella viitataan fyysiseen joogaharjoitukseen, joka on yksi joogan kahdeksasta haarasta. *Āsana*-harjoituksesta puhumalla erotetaan fyysinen harjoitus muista, joogan harjoittamiseen lukeutuvista (mutta suurelle yleisölle usein tuntemattomista) osa-alueista. Nämä kahdeksan haaraa ovat Patañjalin klassisen jaottelun mukaan eettiset ohjeet tai rajoitukset (*yama*), itsetutkiskelu tai määräykset (*niyama*), asento (*āsana*), hengitysharjoitukset (*prāṇāyāma*), vetäytyminen (*pratyāhāra*), keskittyminen (*dhāraṇā*), meditaatio (*dhyāna*), sekä syventyminen (*samādhi*). (Broo 2010, 118–9) Patañjalin aikaan *āsana* ei kuitenkaan vielä tarkoittanut *haṭha*-joogan jooga-asentoja, vaan meditaation mahdollistavaa vakaata istuma-asentoa. (Ibid., 134)

Farmerin ja Dinsmore-Tulin joogaopit ovat yleismaailmallisia ja kaikkien naisten tarpeisiin sovellettavissa. Paikallistamalla Farmerin ja Dinsmore-Tulin ajalliseen, yhteiskunnalliseen ja ideologiseen kontekstiinsa pyrin yhtäältä purkamaan tätä universaaliuden illuusiota, ja toisaalta osoittamaan, ettei naisellisten joogamuotojen naiset ole niin monimuotoinen kategoria, kuin sen voisi esitetyn perusteella kuvitella olevan. Pyrin havainnollistamaan tätä problematiikkaa lukemalla Farmeria ja Dinsmore-Tulia suhteessa feministiseen standpointiin.

Kristen Intemann kirjoittaa feminististä standpointia käsittelevässä katsauksessaan teorian perustuvan ajatukseen siitä, että erilaiset valtarakenteet vaikuttavat tiedon tuottamiseen ja sen sisältöön, jolloin tieteellisen objektiivisuuden käsite on täytynyt määritellä uudestaan (Intemann 2016, 261). Yksi standpoint-teorian keskeisistä ajatuksista on Intemannin mukaan metodologinen väite siitä, että ollakseen eettisesti pätevää tutkimuksen tulisi lähteä marginaalista. Tällä Inteman tarkoittaa sitä, että tutkimusongelmaa muotoillessa ja rajatessa tulisi ottaa huomioon kaikki marginaaliryhmät joita tiedon tuottaminen jollain tasolla koskee tai joihin se vaikuttaa. Näin pyritään varmistamaan se, että tuotettu tieto hyödyttää niitä tahoja, jotka sitä kipeimmin kaipaavat (ibid., 269–270). Feministinen standpoint tutkimuksellisenä lähtökohdana hyödyttääkin Intemannin mukaan eniten sellaisen tiedon tuottamista, joka käsittelee sorrettuja ihmisryhmiä ja/tai koskee hierarkkisia valtarakenteita (ibid., 276).

Dinsmore-Tulin ja Farmerin voikin nähdä ideologialtaan toimivan standpoint-ajatuksen kaltaisesti, vaikka eivät he itse termiä käytäkään. Väite siitä, että naiset ovat kautta aikojen olleet suljettuja joogan ulkopuolelle tai toimineet vain marginaalisina hahmoina, luo joogan naisellistamisen eettisen tarpeen. Koska naisten ääni on aiemmin joogan piirissä vaimennettu, on ensisijaisen tärkeää, että heidän ääntään kuullaan joogan harjoittamista koskevan tiedon tuottamisessa. Esimerkiksi Dinsmore-Tuli nostaa voimakkaasti esille erilaisia aspekteja liittyen naisten anatomiaan sekä naisten terveyteen kyseenalaistaessaan joogassa usein sovellettavia käytäntöjä ja harjoituksia.¹³

Intemann kuitenkin huomauttaa, että erityisesti alkuvaiheissa standpoint-teoriaa on syytetty essentialistisesta lähtökohdasta, jonka mukaan naisilla on miehistä tyystin eriyvä tietämisen tapa. Tämä näkemys on ongelmallinen, sillä se ei anna tilaa intersektionaalisuudelle. Marginalisoitu positio ei Intemannin mukaan myöskään

13 Dinsmore-Tuli (2014, 168, 587–8) kritisoi mm. joogaopettajien tapaa neuvoa kääntämään häntä jalkojen väliin naisen lantionseudun terveydelle haitallisena, ja listaa useita lihaslukkojen ja voimakkaiden hengitysharjoitusten tapaisia harjoituksia, joita tulee välttää kuukautiskierron tai raskauden eri vaiheissa.

automaattisesti tarkoita sitä, että sieltä käsin tuotettu tieto olisi vähemmän vääristynyttä: tai alisteisen aseman sisäistäminen tai sen mukanaan tuoma koulutuksen puute voi tehdä marginaaliin sijoittuvasta haluttoman kyseenalaistamaan normia tai kyvyttömän tuottamaan tieteellisten standardien mukaista tietoa (ibid., 262). Pyrin tutkimuksessani osoittamaan, miten naiselliset joogat monella tapaa kompastuvat essentialismin kiveen. Koska naiset eivät tilastojen valossa oikeastaan ole joogamaailman vähemmistössä, toimii naisten historiallinen asema joogan ulkopuolella marginaaliposition todisteena. Jotta historiallinen vähemmistöpositio toimisi nykypäivän naisjoogaajien vallankumouksen eettisenä oikeuttajana, tulee ajatus universaalista naiskokemuksesta ja sen puutteesta tarpeelliseksi.

Kuitenkin naisellisille joogamuodoille tyypillinen sisäisen äänen retoriikka luo kuvaa monimuotoisuudesta. Koska sekä Farmer että Dinsmore-Tuli kehottaa jokaista naista seuraamaan omaa prosessiaan tai sisäistä opettajaansa, näyttäytyy heidän joogiset metodinsa kaikkien naisten saavutettavissa olevilta. Pyrin tutkimuksessani osoittamaan, miten tämä monimuotoisuuden juhlistaminen on monella tapaa näennäistä pohtimalla sitä, miltä naisellisten joogamuotojen harrastajakunta todellisuudessa näyttää. Kenen saavutettavissa naiselliset joogamuodot ovat ja kuka ne kokee mielekkääksi? Yksi standpoint-teorian keskeisiä argumentteja on ajatus tiedon paikantumisesta, eli siitä miten yhteiskunnallinen asema vaikuttaa asioiden kokemiseen, maailman hahmottamisen tapaan ja näin ollen myös tuottamaamme tietoon (ibid., 264–5). Pyrin lokalisoimaan joogan naisellistamisen tarpeen ajalliseen ja paikalliseen kontekstiinsa kartoittaakseni sitä, minkälaiset kokemukset ja maailman hahmottamisen tavat saa joogan naisellistamisen Farmerin ja Dinsmore-Tulin tyyliin näyttäytymään mielekkäältä. Tämän lokalisoinnin myötä pyrin nostamaan esiin myös asioiden kääntöpuolen; eli sen miten toisesta näkökulmasta ja kokemuksista käsin naiselliset joogat voivat näyttäytyä vierailta, vähemmän voimaannuttavilta, tai kokonaan saavuttamattomilta. Mitkä ovat ne joogan marginaaliryhmät, joiden ääntä joogakäytäntöjen uudistamisessa ei oteta huomioon?

Tutkimuksen temaattisena jäsentäjänä toimii erilaisten naisellisia joogamuotoja koskevien tilojen tarkasteleminen. Pyrin paikantamaan naisellisia joogamuotoja kirjoittamalla auki sen, minkälaisiin erilaisiin tiloihin naisellinen jooga sijoittuu. Pohtiessani joogan eri tiloja minusta kuitenkin tuntui mielekkäältä käyttää tilan käsitettä varsin laajassa merkityksessä. Näin ollen joogan eri tiloihin lukeutuu niin selkeärajaisia, konkreettisia tiloja (joogasali), vähemmän selkeärajaisia spatio-temporaalisia lokuksia

(historiallinen ja yhteiskunnallinen konteksti), abstrakteja maailmankatsomuksellisia ilmapiirejä (joogamaailma), kuin psyykkisiä ja fyysisiä tiloja (olotila, keho ja kehon osat tiloina). Eri tilojen tarkastelua motivoi Sara Ahmedin ajatus orientaatioista kehojen sukupuolta, seksuaalisuutta ja rodullisuutta määrittävänä asiana (Ahmed 2006 & 2007).

Ahmedille (2007, 151–2) orientaatio merkitsee tilallista lähtöpistettä, josta käsin maailma etemme avautuu, ja joka vaikuttaa siihen mitkä asiat ovat ulottuvillamme ja mitkä eivät. Tämä ajatus on yhtenevä standpoint-teorian tiedon paikantumisen periaatteen kanssa. Ahmedin ajatus orientaatioista kuitenkin ehdottaa, ettei paikantuminen ainoastaan määritä sitä, miltä maailma näyttää ja miten me sen koemme, vaan kehojen maailmaan orientoitumisella on myös vaikutus itse kehoihin. Orientaatiot tilallisina ilmiöinä muovaavat niin maailmaa kuin sitä asuttavia kehojakin (ibid., 155–6). Tämä ajatus auttaa tarkastelemaan sitä, miten joogan naisellistamisen puolestapuhujien naiseus ei ole universaalialia, vaan heidän paikantumisensa efekti.

1.3 Aikaisempi tutkimus

Joogan naisistumisesta ja varsinkin sen naisellistumisesta on akateemisen tutkimuksen parissa kirjoitettu suhteellisen vähän. Tämän voi nähdä selittyvän pitkälti sillä, että sekä modernin joogan valtavirtaistuminen että vastaavasti modernin joogan tutkimus ovat verrattain nuoria ilmiöitä. Elizabeth De Michelis (2007, 8) ajoittaa joogan valtavirtaistumisen 1980-luvun loppupuolelle, ja näkee modernin joogan tutkimuksen ottaneen ensiaskeleensa 1990-luvulla. Modernin joogan historiallisten, kulttuuristen ja ideologisten taustojen ja nykyaikaisten ilmentymien kartoittamisessa on riittänyt töitä aina viime vuosiin asti, joten joogan sukupuolittuminen ja naisten ja miesten välillä käydyt valtataistelut joogan kentällä ovat nähdäkseni (ymmärrettävästi) jääneet muiden kysymysten jalkoihin.

Suuri osa akateemisesta joogantutkimuksesta on keskittynyt kuvaamaan joogan historiaa ja kehityskaarta, sekä valottamaan traditioiden moninaisuutta. Toisaalta joogatutkimuksessa on pyritty oikaisemaan niin aikaisempaa orientalismin aikaista tutkimusta kuin nykyajan harjoittajien omaavaa yleistä joogatietoa sekä näiden jokseenkin yleistävää, selektiivistä ja romantisoivaa näkemystä joogasta itämaisena traditiona. Joogan historiaa käsittelevän akateemisen tutkimuksen voi nähdä jakautuvan varhaisen joogan ja tantran historian sekä näiden uskonnollis-yhteiskunnallisen funktion kuvaamiseen (mm. Flood 2006; Samuel 2008; Urban 2010), sekä modernin joogan historian aukikirjottamiseen ja sen siirtomaa-aikaisen syntykontekstin kriittiseen

analysoimiseen (mm. De Michelis 2005; Strauss 2005; Singleton 2009 & 2010; Chakraborty 2011). Tutkimuksen fokuksena on ollut se, miten jooga koloniaalisten valtarakenteiden ja risteävien (länsimaisten ja intialaisten) kulttuuristen vaikutteiden alla muovautui moderniin muotoonsa ja levisi länteen. Joogan sukupuolittumisen analyysi nousee esille keskustelussa intialaisten asemasta maskuliinisen siirtomaavallan feminisoituna ja irrationalisoituna *Toisena*. Tämä valta-asetelma teki joogan ruumiillisista käytännöistä sekä ongelman (rationaalisen joogafilosofian esiin nostaminen ja irrationaalisten ruumiillisten käytäntöjen lakaisu maton alle) että sen ratkaisun (ruumiilliset käytännöt intialaisten mieskehojen voimistajana ja uudelleenmaskulinisoina) (ks. esim Singleton 2009).

Historiankirjoituksen lisäksi nykyjoogaa on tutkittu lääke- ja liikuntatieteellisestä näkökulmasta (joogan terveydellisten ja terapeuttisten vaikutusten tutkimus), sekä humanistisesta ja yhteiskuntatieteellisestä näkökulmasta tämän päivän ilmiönä tai postsekulaarina uskonnollisena käytäntönä. Näihin lukeutuvat esimerkiksi tutkimukset joogan kaupallistumisesta (Jain 2012) sekä analyysit joogan merkityksestä tämän päivän harrastajalle (esim. Nevrin 2009). Feminististä näkökulmaa hyödyntävä tutkimus – jota toistaiseksi on häviävän vähän – sijoittuu pitkälti jälkimmäiseen kategoriaan. Feministinen näkökulma joogaan on merkinnyt sen pohtimista, miten jooga toimii nykyajan naisharjoittajalle voimaannuttavana käytäntönä (Champ 2013, Irigaray 2002). Intersektionaalisuuden pohtiminen ja sukupuolikäsitysten tai -stereotyyppien purkaminen jää kuitenkin näissä tutkimuksissa uupumaan.

Esimerkiksi Amy Elizabeth Champ kirjoittaa esitystutkimuksen väitöskirjassaan *Feminism From the Inside Out: Women and Yoga in the United States* (2013) siitä, miten joogan voi nähdä toimivan feministisenä metodina 2000-luvun Amerikassa. Champin mukaan jooga feministisenä käytäntönä toimii perinteiseen feminismiin verrattuna käänteisesti, eli sisältä ulos, alkaen yksittäisen naisen kehollisesta parantumisen ja voimaantumisen prosessista ja muuttaen vasta sitten ja sitä kautta ulkoisia yhteisön rakenteita (Champ 2013, 9–10, 170). Champin mukaan ajatus transformaatiosta on luonteenomainen feministiselle joogalle ja kytkeytyy myös parantumiseen ja voimaantumiseen käsitteisiin. Champ kirjoittaa, että hänen tutkimiensa joogaopettajien parissa vallitsee yleisesti ajatus joogasta parantavana prosessina. Tässä retoriikassa toistuu Champin mukaan käsitys siitä, että ihmisellä on jonkinlainen alkuperäinen kehollinen tai emotionaalinen trauma tai haavauma, josta joogan myötä parannutaan. Tämä parantuminen toimii eräänlaisena siirtymävaiheena,

jonka myötä joogaaja saavuttaa oman, henkilökohtaisen voimaantumisen. Voimaantumisen myötä joogaavasta naisesta tulee myös yhteisönsä hyväksi toimiva aktivisti (ibid., 73–75). 'Sisältä ulos' -logiikan mukaisesti työ on siis aloitettava sisältä päin, ja vasta oman voimaantumisen jälkeen naisjoogaaja voi ryhtyä toimimaan muiden ihmisten puolesta oman yhteisönsä sisällä.

Champ keskittyy tutkimuksessaan analysoimaan amerikkalaisia joogaopettajia erilaisten joogatapahtumien ja työpajojen yhteydessä. Aineistoon mahtuu useita kymmeniä joogaopettajia, joista kuusi esitellään tarkemmin profiilikuvausten kautta. Champin tutkimuksen kohteena olevien joogaohjaajien kohdalla jooga toimii kuitenkin pikemminkin feminismin välineenä, sen sijaan että painotus olisi joogan naisellistamisessa. Champin esitystutkimuksellinen ote puolestaan keskittyy tarkastelemaan joogan performatiivista funktiota tutkimuskohteinansa toimivien naisten voimaantumisen välineenä, tarkastelematta kriittisesti näiden naisten edustamaa naiseutta taikka heidän feminsimiänsä. Champ ei siis niinkään tutkimuksessaan pureudu siihen, miten feministinen jooga muuttaa joogaa tai edistää joogan sukupuolittumista, saati sitä, mihin tämä sukupuolittuminen perustuu. Champ kuvaa sitä, miten jooga toimii tutkinnan kohteena olevien naisten kohdalla voimaannuttavana käytäntönä, analysoimatta kuitenkaan millaista naiseutta tämä tuottaa tai uusintaa. Champ on myös hyvin tietoinen oman tutkimuskohteensa homogeenisyydestä (kaikki tutkimuksessa analysoitavat joogaopettajat ovat yhtä lukuun ottamatta valkoisia), muttei problematisoi sitä, mitä tämä kertoo heidän feminisminsä luonteesta.

Joogasta feministisenä käytäntönä on kirjoittanut myös Luce Irigaray kirjassaan *Between East and West. From Singularity to Community* (2002). Irigaray yrittää luoda vuoropuhelua idän ja lännen välille ehdottaen, että eräänlainen parhaiden palojen kokoelma molemmista traditioista mahdollistaisi hänen kaipaamansa sukupuolieron affirmaation. Joogassa Irigarayta viehättävää mahdollisuus keskittyä omaan itseensä eräänlaisena aloituspisteenä paremman yhteisön tavoittelemiselle. Kuten otsikko antaa ymmärtää, käy tie (parempaan) yhteisöön Irigarayn mukaan yksilöllisyyden kautta. Yksilöllisyyden tunnustaminen vaatii erojen tunnustamista, ja sukupuoliero edustaa Irigaraylle eroista kaikkein perustavanlaatuisinta ja yleismaailmallisinta (ibid., 98).

Joogan sukupuolittuneisuus muodostuu Irigarayn mukaan esimerkiksi naisten ja miesten toisistaan eroavista hengittämisen tavoista. Miehen hengitys kuuluu Irigarayn mukaan (ulkoisen) maailman rakentamiseen: sanojen, dogmien ja riittien luomiseen. Mies ei pidä hengitystään sisällään, vaan se kanavoituu asioihin hänen ympärillään.

Nainen puolestaan pitää hengityksen sisällään, onhan hänellä äitinä kyky tuottaa elämää omassa ruumiissaan, toisin kuin miehellä, joka juurikin siksi luo elämää ulkopuolelleen. Hengityksen pitäminen sisällään mahdollistaa naiselle myös sen jakamisen lapsensa kanssa, ei vain odottavana äitinä vaan myös synnytyksen jälkeen lasta hoivaamalla (ibid., 80, 85). Tämä kuitenkin voisi Irigarayn mukaan olla myös toisin, ja idässä onkin: guru jakaa hengityksensä (elämänsä) oppilaansa kanssa käytännön, ei sanojen, kautta (ibid., 79). Joogassa Irigarayta kiehtoo ja inspiroi hengityksen tiedostaminen ja harjoittaminen. Irigaraylle hengitys näyttäytyy jonkinlaisena välineenä sukupuolispesifin, kehollisen yksilöllisyyden kultivoimiseen.

Irigarayn kirja pohjautuu pitkälti hänen omiin kokemuksiinsa joogasta ja määrittelemättömiksi jäävistä itämaisista traditioista. Myös Irigarayn teos jää siis pitkälti länsimaisen feministin oppikirjaksi siitä, miten joogan voi nähdä toimivan naisellisen voimaantumisen välineenä. Irigaray erottaa toisistaan luonnollisen ja kulttuurisen hengityksen, ehdottaen, etteivät nämä kaksi (länsimaissa) koskaan kohtaa. Idässä puolestaan hengityksen tiedetään olevan enemmän kuin fyysisen selviytymisen kannalta elimellistä hapenottoa, ja ymmärretään itsenäistyä myös henkisesti tai kulttuurisella tasolla. Irigaray kirjoittaa, että itämaiset traditiot tähtäävät hengityksen henkistämiseen, jolloin se ei vain ruoki fyysistä kehoamme vaan takaa myös puheen, ajatusten ja sydämen selviytymisen (ibid., 75–76). Irigaray tuntuu ehdottavan, että luonnollisen ja kulttuurisen hengityksen yhdistäminen on välttämätöntä henkisen itsenäistymisen kannalta, ja että jooginen luonnollisen hengityksen tiedostamisen ja kultivoimisen metodi tarjoaa eväät tähän.

Myös Irigaraylle jooga näyttäytyy mielenkiintoisena feministisenä metodina. Vaikka Irigaray kertoo kaipaavansa naisellisia joogaamisen tapoja ei hän ota kantaa siihen, miten joogan naisellistuminen tapahtuisi tai mitä se pitäisi sisällään. Koska Irigarayn teos on ilmestynyt aikana, jolloin akateeminen modernin joogan tutkimus oli vasta orastava tutkimusala, ei tämä myöskään osaa ottaa huomioon sitä, miten idän ja lännen väliset rajat lähtökohtaisesti ovat sumeat kun puhutaan nykypäivän joogasta. Jooga ei toisin sanoen ole aivan niin itämainen metodi, kuin Irigaray kenties olettaa.

Champin ja Irigarayn edustama feministinen tutkimusote joogaan keskittyy siis lähinnä pohtimaan sitä, millä tavalla jooga hyödyttää naisia tai toimii feministisenä strategiana. Vähemmälle huomiolle jää kuitenkin kriittinen analyysi siitä, minkälaista naiseutta feministiset joogakäytännöt tuottavat, tai kysymykset siitä kenet jooga feministisenä käytäntönä saavuttaa, keitä se hyödyttää ja keitä ei. Nämä ovat ne teemat,

joihin haluan tässä tutkimuksessa pureutua.

Joogan eksplisiittistä naisellistumista on tutkittu vähän. Tämä ei tarkoita sitä, että joogan naisistuminen olisi jäänyt tutkijoilta huomaamatta, mutta sen seuraukset ja lieveilmiöt ovat tavanneet jäädä analysoimatta. Joogatutkimuksen kärkinimiin lukeutuva Mark Singleton sivuaa joogan naisellistumista modernin *āsana*-harjoitukseen keskittyvän joogan historiikissaan *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practice* (2010). Singleton ehdottaa, että joogan naisellistumisen prosessi on alkanut jo joogan modernisaation ja länsimaistumisen alkumetreillä, jossa joogan voi nähdä rinnakkaisesti kehittyneen kahteen eri suuntaan sukupuolittuneiden liikuntasuosittelun myötä. Singleton mukaan 1900-luvun alkupuolella vallinneelle kehon kultivoinnin kulttuurille oli tyypillistä, että miehille suositeltiin tasapainoa, lihaskuntoa ja akrobaattisuutta kehittävää treeniä, kun taas venyttelyä pidettiin naisille soveltuvana harjoituksena. Jooga kehittyi länsimaistuessaan tämän sukupuolittuneen kehokulttuurin kontekstissa kahteen suuntaan: yhtäältä kohti maskuliinista joogan ja kehonrakennuskulttuurin fuusiota, joka kehittyi nationalismin ja kamppailulajien vaikutuksen alaisena esimerkiksi YMCA:n kaltaisten järjestöjen kontekstissa, toisaalta naisvoimistelun piirissä kohti venyttelyä ja rentoutumista painottavaa naisellista joogaa. Tämän kahtijaon voi Singletonin mukaan nähdä vaikuttavan joogamaailmassa edelleen, jolloin lempeä *hatha*-jooga on naisvoimistelujoogan jäännös, kun taas Krishnamacharyan opetuslinjasta kumpuavat joogamuodot (esim. astanga, Iyengar ja voimajoogat¹⁴) edustavat maskuliinisen joogan perillisiä (Singleton 2010, 157–60).

Singleton myöntää ehdottamansa kahtijaon olevan suuntaa-antava, sillä harvat nykypäivän joogamuodot kuuluvat selkeästi jompaankumpaan kategoriaan (ibid., 160). Singletonin kahtijaon antama käsitys joogan sukupuolittuneisuudesta onkin varsin yksinkertaistettu ja yleistetty, eikä problematisoi maskuliinisen ja feminiinisen käsitteitä tai niiden historiallisuutta. Se ei esimerkiksi selitä tai ota huomioon sitä, että naiset nykypäivänä monesti muodostavat harjoittajakunnan enemmistön myös miehekkäiksi miellettyjen joogamuotojen kohdalla, mikä puolestaan saa kysymään, mitä

14 T. Krishnamacharya (1888–1989) oli modernin, *āsana*-harjoitukseen keskittyvän joogan uranuurtaja. Tämä opetti joogaa 1900-luvun ensimmäisellä puoliskolla Mysoressa hallitsevan uudismielisen ja liikunnasta ja kulttuurista kiinnostuneen Maharajan alaisuudessa. Krishnamacharyan oppilaskunta Mysoressa koostui lähes yksinomaan teini-ikäisistä pojista, joka voi osaltaan selittää tämän opettaman joogan akrobaattista luonnetta (Singleton 2010, 175–7, 189). Krishnamacharyan opetuslinjalla viitataan tämän oppilaiden kehittämiin joogamuotoihin, joista tunnetuimpia ja länsimaissakin suuren suosion ja laajan levikin saavuttaneita ovat B. K. S. Iyengarin (1918–2014) Iyengar-jooga ja Pattabhi Joisin (1915–2009) astanga-jooga (ks. myös s. 10, alaviite 11). Voimajooga puolestaan on astanga-joogasta kehitetty *spin-off*.

maskuliinista näissä joogamuodoissa voi väittää olevan? Toisaalta Singletonin tapa sukupuolittaa joogaharjoituksen luonnetta toistuu samankaltaisena joogan naisellistajien parissa, jossa maskuliiniseksi miellettyä joogaa syytetään liiasta ponnistelusta, kun taas lempeää ja kuulostelevaa otetta harjoitukseen pidetään naisellisena. En kuitenkaan Singletonin tapaan koe automaattista lempeän joogan naiselliseksi ja voimaa vaativan joogan maskuliiniseksi leimaamista mielekkäänä. Tässä tutkimuksessa pyrin viemään keskustelun pidemmälle pohtimalla sitä, mihin nämä näkemykset naisellisuudesta ja miehekkyydestä perustuvat? Toisin sanoen, minkälaiseen ajalliseen ja paikalliseen kontekstiin naisellinen (lempeä) jooga juurtuu? Tietäen että naiset nykypäivänä harrastavat mitä erilaisimpia joogamuotoja ja olettaen, ettei naisia yhdistä ajaton ja muuttumaton naisellisuuden esenssi, eivät universaalit ja toisistaan erilliset sukupuolittuneet jooga-kategoriat ole perusteltuja. Sen sijaan koen tarpeelliseksi selvittää minkälaisissa konteksteissa ja kenen toimesta käsitykset joogan naisellisuudesta oikein muodostuvat.

Singleton tiedostaa, että naisellisen ja miehekkään joogan piirteet ovat tietyn kulttuurisen ja historiallisen kontekstin näkemyksiin naisille ja miehille sopivista kehollisen olemisen tavoista perustuvien liikuntasuosittelujen tulos. Hän ei kuitenkaan kyseenalaista niitä lähtökohtia joihin kyseinen sukupuolittunut jako pohjautuu, eikä pohdi sitä, miten näiden kategorioiden käyttö uusintaa käsityksiä feminiinisyydestä ja maskuliinisuudesta. Näin ollen Singletonin jaottelun ja sen nykyaikaan soveltamisen mielekkyyden voi kyseenalaistaa. Koen, että nykyaikaisten joogamuotojen jäljittämässä 1900-luvun alun sukupuolittuneisiin liikuntakäytäntöihin voi olla enemmän haittaa kuin hyötyä nykytilanteen analysoinnin kannalta. Singleton esimerkiksi ehdottaa että tunnetun yhdysvaltalaisen tanssia ja joogaa yhdistelevän joogaopettajan Shiva Rean voi nähdä delsartelaista liikeilmaisua¹⁵ hyödyntävän naisvoimistelujoogan perillisenä (ibid., 147). Singleton jättää kuitenkin täysin pohtimatta Rean kymmenvuotisen astanga-jooga taustan voimakasta vaikutusta tämän opettamiin *vinyasa flow* ja *Prana Flow*® joogatyyleihin. Rean voikin nähdä sijoittuvan sulavasti Singletonin ehdottaman länsimaisen joogan miehekkään ja naisellisen

15 Delsartelainen liikeilmaisuus viittaa ranskalaisen laulajan ja näyttelijän Francois Delsarten (1811–1871) opetukseen pohjautuvaa liikeilmaisun menetelmää, jossa perehdyttiin taiteellisen ilmaisun kehollisiin, tieteellisiin ja filosofisiin periaatteisiin. Menetelmä saavutti suosion Yhdysvalloissa 1800-luvun loppupuolen orastavan ruumiinkulttuuriliikkeen myötä, jossa sen harjoittajakuntaan kuului niin teatterin, kehollisen ilmaisun, tanssin kuin voimistelunkin alalla toimivia ihmisiä. Menetelmää kehittivät edelleen tämän oppilaat, erityisesti yhdysvaltalainen Genevieve Stebbins (1857–?) (Rouhiainen 2006, 19–20).

kehityslinjojen välimaastoon, kyseenalaistaen koko kahtijaon mielekkyyden. Koska jaottelu naiselliseen ja miehiseen joogaan on vaikeaa on jokseenkin hedelmätöntä pohtia sitä, mikä jooga kuuluu naisellisen joogan perimälinjaan ja missä määrin. Kiinnostavampaa on kysyä miksi me ylipäättään koemme tarvetta sukupuolittuneiden joogakategorioiden käyttämiseen?

1.4 Tutkimuksen rakenne

Aloitan naisellisten joogamuotojen aikaan ja paikkaan juurruttamisen tutkimuksen toisessa luvussa tarkastelemalla 2000-luvun joogamaailmaa kulttuurisena ja diskursiivisena kontekstina. Pohtimalla erilaisia väitteitä joogamaailman sukupuolittuneisuudesta kartoitan sitä, mistä joogan naisellistamisen tarve kumpuaa ja missä määrin kritiikki joogan maskuliinisuudesta on perusteltua. Ehdotan, että joogan naisellistaminen toimii keinona vastustaa patriarkaalisia valtarakenteita, mutta pohdin myös joogan naisellistajien sokeutta sekä valtarakenteiden kompleksisuutta että näiden omaa valta-asemaansa kohtaan.

Kolmannessa alaluvussa jatkan joogamaailman kartoittamista pohtimalla sitä, miten jooga puheen tasolla näyttäytyy yhtenäisenä kenttänä ja joogamaailma suurena yhteisönä, vaikka todellisuudessa joogamaailma on 2000-luvulla kehittynyt aina vain pirstaleisempaan suuntaan. Osoitan, että sekä universalisoivalla puheella että pirstaloituneella joogan kentällä on kuitenkin paradoksinsa. Vaikka joogasta puhutaan yksikössä monoliittisena ilmiönä, tiedostetaan erilaisten opetuslinjojen ja joogatyöliien kirjo ja selitetään niiden olemassaolo erilaisina polkuina samaan päämäärään. Toisaalta kiihtyvään tahtiin erilaistuva jooga aina vain uusine etuliitteineen pysyy enemmän tai vähemmän saman, valkoisen, urbaanin ja keskiluokkaisen kuluttajakunnan huvina. Osoitan, miten naiselliset joogamuodot näyttäytyvät tämän valossa radikaalin uudistamisen sijaan vain yhtenä monesta uudesta joogavaihtoehdosta.

Neljännessä luvussa siirryn pohtimaan joogan sukupuolittumisen oletettua historiallisuutta sekä joogapuheessa yleisesti käytetyn tradition käsitteen merkitystä. Pohdin joogan naisellistamisen puolestapuhujien väitettä joogatradition maskuliinisuudesta, sekä kyseenalaistan joogapuheessa esiintyvää yleistettyä joogahistoriaa. Käsittelen naisellista joogaa vaivaavaa ristiriitaista suhtautumista joogan historiaan: yhtäältä halutaan linkittyä osaksi vuosituhansia vanhaa perinnettä, toisaalta kritisoidaan sitä ja tehdään siihen pesäeroa sen oletetun maskuliinisuuden takia. Osoitan, miten sekä Dinsmore-Tuli että Farmer ratkaisevat tämän ongelman esittämällä,

että jooga itse asiassa on aina ollutkin naisellista, ja että sen maskulinisoituminen on myöhäisempi kehitys. Pohdin sitä, miten tämä joogan historia haltuunotto vaihtoehtoisen naisellisen alkuperän keksimisen myötä peittää alleen ne tavat, joilla naisellinen jooga todellisuudessa juurtuu joogan naisellistajien omaan ajalliseen ja paikalliseen kontekstiin sekä näiden omiin kulttuurisiin ja kokemuksellisiin käsityksiin naiseudesta.

Luvussa viisi siirryn paikantamaan naisellista joogaa erilaisiin olotiloihin. Kysyn minkälaisia olotiloja niin ”perinteisen” kuin naisellisenkin joogan oletetaan tai toivotaan tuottavan, ja miten nämä eroavat toisistaan. Joogan perinteisten (varsin korkealentoisten ja henkisten) päämäärien ohella naisten joogaamisella nähdään usein olevan myös maallisempi tarkoitus, eli naisten vapauttaminen patriarkaatin kahleista. Jooginen vapautumisen päämäärä on siis joogan naisellistajien puheessa vahvasti läsnä, mutta tulen osoittamaan miten nämä ymmärtävät vapauden omalla tavallaan. Kartoitan niitä tapoja joilla erot vapauden käsitteellistämässä paikantavat naisellisen joogan toimijat omaan aikaansa sekä sen yhteiskunnalliseen tilanteeseen ja ideologiseen ilmapiiriin. Lisäksi pohdin sitä, miten joogan naisellistajat perinteisen joogan maailmankatsomuksesta eroavasta lähtökohdastaan huolimatta kykenevät hyödyntämään joogaa oman feminisminsä välineenä. Käsittelen tämän hyödyntämisen vastuullisuutta pohtimalla joogan naisellistamista joogaan kohdistuneen kulttuurisen appropriaatio-keskustelun valossa.

Tutkimuksen viimeisessä luvussa palaan yhteenvetomaisesti tarkastelemaan nykyajan joogamaailmaa ja naisellisia joogamuotoja jo kerrotun valossa. Pohdin sitä, miten joogan naisvaltaistuminen esitetään naisten vallankumouksena, jossa ennen maskuliininen tila haltuunotetaan ja uudelleenmuokataan vapaaksi ja kaikille avoimeksi. Todellisuus näyttäisi kuitenkin olevan vähemmän vallankumouksellinen, sillä joogan naisellistajat eivät todellisuudessa murra kovinkaan monia joogamaailman lasikattoja: vallankumoukselliseksi mielletyn naisten äänen muodostaa joogamaailmassa jo paikkansa vakiinnuttanut länsimaisen, valkoisen, keskiluokkaisen, urbaanin, ja stereotyyppistä naiskuvaa edustavan naisen ääni.

2 JOOGAMAAILMAN FEMINISTINEN VALLANKUMOUS

Muinaiset henkiset traditiot, jooga mukaan lukien, ovat tulleet meille ensisijaisesti miesten sanoittamina. Monet naiset ovat tottuneet hyväksymään tämän normina ja kenties tiedostamattomasti etsimään miehisä auktoriteettihahmoja tai projisoimaan omaa sisäistä tietoaamme johonkin ulkopuoliseen, maskuliiniseen Ylimaalliseen, Jumalan tai gurun kuvaan. Vaikka opetukset itsessään ovat universaaleja ja sukupuoleettomia, ovat ne aina esitetty maskuliinisen suodattimen kautta. Useimmat joogan kirjoituksista on kirjoitettu, käännetty, ja uudellenkirjoitettu miesten toimesta. Tämän seurauksena naisen näkökulma joogaan, kuten useimpiin henkisiin traditioihin, on ollut huomattavan aliedustettuna. (Gates 2006, 5–6, oma suomennos)

Tässä luvussa tarkastelen sitä, miten joogamaailma – eli naisellisen joogan ensisijainen ajallinen ja tilallinen konteksti – näyttää joogan naisellistajien puheessa olevan jonkinasteisen feministisen vallankumouksen partaalla. Käytän *joogamaailmaa* terminä kuvaamaan joogailmiötä kahdella keskeisellä tasolla. Yhtäältä se viittaa siihen, miten jooga maailmanlaajuisen suosionsa myötä tuntuu olevan kaikkialla, muodostaen yhden suuren, ylikansallisen maailman. Toisaalta joogamaailma viittaa myös siihen, miten jooga monella tapaa on aivan oma maailmansa – tiettyjen diskurssien, uskomusten, käytäntöjen ja näiden saavutettavuuden varaan rakentuva ja muusta maailmasta osittain irrallinen oma kuplansa. Lähestyn joogamaailmaa joogan naisellistamisen puolestapuhujien omasta perspektiivistä. Pohdin sitä, miltä joogamaailma heidän silmissään näyttää, miksi he kokevat jonkinlaisen muutoksen tarpeen ja minkälaiselta heidän ehdottamansa muutos näyttää.

Joogamaailmassa tiedon tuottamista on Janice Gatesin mukaan hallinnut miesten ääni, jolloin joogan opetukset on esitetty maskuliinisen suodattimen kautta (ibid.). Tässä luvussa ehdotan, että joogamaailman feministisen vallankumouksen uskotaan tapahtuvan tekemällä naisten ääni kuuluvaksi. Tarkastelen myös kriittisesti joogan naisellistajien väitteitä joogan maskuliinisuudesta ja pyrin suhteuttamaan ne muihin näkemyksiin joogan ja joogamaailman sukupuolittuneisuudesta sekä siitä, millaiset äänet joogamaailmaa rakentavat. Kuvaan sitä, miten naisten oletettu asema joogamaailman marginaalissa ja tästä seurannut naisnäkökulman puute toimii joogan naisellistamisen tarpeen tuottajana. Pohtimalla joogamaailman sukupuolittuneisuutta osoitan kuitenkin, miten väite naisnäkökulman puutteesta on myös kyseenalaistettavissa.

Annan alustavan kuvauksen ehdotetun vallankumouksen, eli naisellisen näkökulman luonteesta. Osoitan, että vaikka itse maskuliinisuuden ongelma on naisellisille joogamuodoille yhteinen, ei ole olemassa tarkkaa yhteisymmärrystä siitä,

mitä joogan naisellistaminen käytännössä tarkoittaa. Pääpiirteittäin maskuliininen jooga kuitenkin koetaan jollain tasolla rajoittavana, ja naiselliset joogamuodot naisten sisintä kunnioittavana. Tästä sisimmästä käytetään vaihtelevia nimityksiä: Dinsmore-Tuli puhuu muun muassa syvällisestä tiedosta tai veriviisaudesta (2014, 21) sekä sisäisestä opettajasta (ibid., 60), Angela Farmer (1999) sisäisestä kehosta, ja Janice Gates (2006, 5) syvästä sisäisestä tiedosta ja naisen viisaudesta. Pohdin myös sitä, mitä yleistämiseen, sukupuolistereotyyppien vahvistamiseen ja naistenvälisten epäyhdenvertaisuuteen liittyviä ongelmia joogan naisellistajien sisäisen äänen retoriikka tuo tullessaan. Osoitan, ettei joogamaailman feminististä vallankumousta oletetusti edistävä joogan naisellistamisen prosessi ole sekään valtasuhteista, auktoriteettihahmoista tai vallitsevista äänistä vapaa.

2.1 Joogamaailman sukupuolittuneisuus ja naisen *sisäinen ääni*

Tässä alaluvussa pohdin sitä, miten joogan naisellistajien esittämä joogan naisellistamisen tarve perustuu oletukseen siitä, että naiset ovat kautta aikojen olleet joogatradition ulkopuolella. Joogan ovat kehittäneet miehet, ja traditio on vuosituhansien ajan siirtynyt miehiltä eteenpäin aina vain uusille miehille. Tästä syystä joogan naisellistajat näkevät joogan olemukseltaan maskuliinisena, eikä sen koeta ottavan huomioon naisen ja naisvartalon erityislaatuisuutta. Naiset tarvitsevat näin ollen uusia, itselle ja omalle ruumiilleen sopivampia joogaamisen tapoja. Joogan naisellistajien esittämän kritiikin, jossa naisten asema joogan marginaalissa on johtanut yksipuoliseen ja rajoitettuun näkemykseen joogasta, voi nähdä eräänlaisena yrityksenä hyödyntää feminististä standpoint-metodia. Kristen Intemann (2016, 269) kirjoittaa, että marginaalisoidusta näkökulmasta liikkeelle lähteminen on feministiselle standpointille ominaista. Tämän tarkoitus on Intemannin mukaan tuoda ilmi miten olemassa olevat valtarakenteet rajoittavat sitä, mitä ja miten me tiedämme. Tarkastelemalla naisellisten joogamuotojen keskeisiä väitteitä joogan maskuliinisuudesta pohdin tässä alaluvussa sitä, missä määrin joogan naisellistajien joogamaailman feministisen vallankumouksen voidaan nähdä tapahtuvan feministisen standpoint-metodin kautta.

Nykyään joogan päämääräksi mielletään stressinlievityksen lisäksi usein jonkinasteinen itsensä oivaltaminen, jossa yksilö ymmärtää jotain omasta todellisesta luonteestaan (Singleton 2005, 289). Vaikka jooga on se metodi, jolla tähän päämäärään tulisi yltää, toistuu naisellisessa joogapuheessa ajatus tämän metodin jonkinasteisesta riittämättömyydestä tai jopa haitallisuudesta naisten kohdalla. Tyypillisesti ajatusta

havainnoidaan omakohtaisella kokemuksella. Kalifornialainen joogaohjaaja ja joogaterapeutti Janice Gates jakaa naisia joogan historiassa käsittelevässä kirjassaan *Yogini: The Power of Women in Yoga* (2006) oman tarinansa. Koettuaan jonkinlaisen hetkellisen henkisen oivalluksen ensikosketuksellaan joogaan meditaatioretriitillä Thaimaassa Gates päätti ryhtyä joogaohjaajaksi:

Palattuani kotiin Yhdysvaltoihin kehitin kiinnostustani joogaa ja meditaatiota kohtaan ja tulin joogaopettajaksi. Sain kuitenkin huomata että vanhat tottumukset yrityksistä mukautua ulkoiseen ihanteeseen olivat kulkeutuneet mukanani. Yritettyäni suorittaa erästä jooga-asentoa, päädyin selkää edellä lattialle vaurioittaen alaselkäni. [...] Maatessani siinä aloin kysellä: Miksi harrastaa joogaa? Olinko tulossa tietoisemmaksi? Olivatko ihmissuhteeni tasapainoisempia? Olinko lähempänä valaistumista? Tajusin, että tässä minä olin, länsimainen nainen Kaliforniassa, harjoittamassa traditiota jota alun perin opetettiin miehiltä miehille miespuolisia opetuslinjoja pitkin Intiassa. Jokin erittäin olennainen aines puuttui tästä joogaksi kutsutusta liitosta: naisen kokemus. (Gates 2006, 7, oma suomennos)

Suorittamisasenne koitui kohtalokkaaksi ja sai Gatesin kyseenalaistamaan joogamaailmassa vallallaan olevan akrobaattisuuden ihanteen. Kokemus avasi tämän silmät innoitti kirjoittamaan kyseessä olevan kirjan – kirjan ”naisista, jotka ovat vallanneet tämän miesten dominoiman tradition ja tehneet siitä omanlaisensa” (ibid., 7). Gatesin tarina antaa siis ymmärtää, että oman, naisellisen kokemuksen kuuntelu on tärkeämpää kuin ulkoisten, miesten muodostamien odotusten täyttäminen.

Naisellista, soljuvaa joogaa ohjaavan Angela Farmerin tarina on jokseenkin Gatesin tarinan kaltainen. Farmer kokee että perinteinen valaistuminen näyttäytyy nykypäivän naisille hyvin etäisenä, ylhäältä saneltuna ja vaikeasti saavutettavana päämääränä:

... jollekulle joka elää tänä päivänä, ja erityisesti naiselle, se on hyvin kaukainen ihanne noudateltavaksi. Ja monet meistä ovat yrittäneet sitä, olemme työstäneet itseämme, meistä on tullut atleettisia ja olemme vääntäneet itsemme solmuihin. Me olemme lukeneet kirjat ja kokeilleet useita eri menetelmiä. Ja aina jotain jää puuttumaan: Miten minä sovin joukkoon? Tuleeko minusta koskaan tarpeeksi täydellinen? Ylläkö koskaan sille tasolle jota minulta odotetaan? Ja portaikko patriarkkoja tuntuu katsovan alas sanoen että ei vielä kultaseni, ponnistele kovemmin, ponnistele kovemmin. (Farmer 1999, oma suomennos).

Jatkuva ponnistelu täydellisten asentojen saavuttamiseksi johti Farmerin kertoman mukaan hänen kohdallaan vain entistä syvempään eksyneisyyden tunteeseen. Myöhemmin hän ymmärsi ongelman johtuvan siitä, ettei jäykät asennot ota huomioon naiskehon luontaista notkeutta ja pyöreitä muotoja. Asian oivaltamisen tapahtui Farmerin tarkastellessa pohjoisintialaista temppeeliä koristavia naishahmoja, jotka olivat pyöreitä muodoltaan ja liikkuvat naisellisesti ja aistillisesti. Farmer koki havahtumisen:

Jokin lokahti sisälläni, että nämä ovat joogea, mutta silti he ovat naisia. Ja oivalsin että olin harjoittanut joogaa ikään kuin olisin mies. Ja se oli aikamoinen sokki, että olin myös nauttinut

siitä. Sen esteettisempi ja tavoitteellisempi ja suoraviivaisempi suunta oli erittäin puoleensavetävä, se auttoi minua olemaan näkemättä mitä sisälläni tapahtui. (Ibid., oma suomennos)

Maskuliininen joogaamisen tapa oli siis pikemminkin johtanut Farmerin harhaan: miehiseksi mielletty joogaamisen tapa oli estänyt näkemästä sen, mitä hänen *sisällänsä* tapahtui. Oman sisimmän kuuntelu ulkopuolisten tai miehisten odotusten täyttämisen sijaan on naisellisessa joogapuheessa usein toistuva teema. Joogan naisellistajat siis kokevat, että naisilla on jokin miehistä poikkeava näkökulma joogaan jota ei ole tuotu riittävästi esiin. Tämän voi nähdä heijastelevan feministiselle standpointille tyypillistä ajatusta tiedon tuottamisen sosiaalisesta paikantuneisuudesta (Intemann 2016, 264). Joogan naisellistajien voi siis nähdä toteuttavan feminististä standpointia sikäli, että he kehottavat naisia sisäisen kokemuksen kuulosteluun. Perinteisen joogan ongelmaksi mielletään nimen omaan tämän naisen sisäisen äänen tai kokemuksen puute. Perinteinen, maskuliininen jooga on miesten näkökulmasta määriteltyä ja näin ollen rajallista: se johdattelee naisen ikään kuin harhateille saamalla hänet havittelemaan ulkoapäin asetettua päämäärää keinoin, jotka eivät hänelle sovi.

Myös Dinsmore-Tuli kehottaa ulkoisten ohjenuorien sokean seuraamisen sijaan luottamaan sisäiseen ääneen: ”Naisille, jotka esittävät kysymyksiä joogan harjoittamisesta, löytyvät parhaat vastaukset yleensä sisältä päin” (Dinsmore-Tuli 2014, 64, oma suomennos). Oman sisäisen äänen kuunteluun ei kuitenkaan Dinsmore-Tulin mukaan rohkaista, vaan naisten toimintamahdollisuuksia ja valtaa rajoitetaan vähättelemällä heidän kokemuksiaan. Myös Dinsmore-Tuli siis kokee, että jooga tällöin pahimmillaan johtaa harhaan:

Oppilasta oikeastaan rajoittavan joogan paradoksi on, että se varjostaa sitä tietoisuuden valoa, jonka joogaharjoituksen on tarkoitus kirkastaa. Naisten kohdalla tietoisuuden valo loistaa kirkkaimmin silloin kuin kuuntelemme kohtumme rytmisiä syklejä ja fyysisten ja henkisten kehojemme vaihtuvia tarpeita eri elämänvaiheissa. Naispuolisten joogaoppilaiden vallan rajoittaminen tarkoittaa joogan opettamista tavalla, joka tekee heistä kyvyttömiä (tai haluttomia) havaitsemaan omia tarpeitaan ja vastaamaan niihin. (Ibid. 63–64, oma suomennos)

Dinsmore-Tulin näkemyksen mukaan naisen sisäinen ääni on siis ennen kaikkea kohdun ääni. Maskuliinisen joogan haitallisuus tulee tämän mukaan siis siitä, ettei siinä oteta huomioon naisen kohdussa tapahtuvia syklisiä muutoksia ja näiden vaikutusta joogaharjoitukseen. Kuukautiset, raskaus, keskenmeno, synnytys ja sen jälkeinen toipuminen, maidon erityis ja vaihdevuodet ovat kaikki seikkoja, jotka Dinsmore-Tulin mukaan vaikuttavat suuresti naisen ruumiiseen. Silti kohdun oma elämä mielletään kuitenkin yleensä joko yhdentekeväksi tai jopa joogaharjoitusta haittaavaksi seikaksi

(ibid., 111). Vaara ei siis tunnu piilevän ainoastaan siinä, että naisjoogaaja saattaa omasta ja opettajan tietämättömyydestä suorittaa esimerkiksi kuukautisten aikana sopimattomia harjoituksia. Kenties suurempi vaara on se, että nainen oppii välinpitämättömän asenteen omaa kehoaan ja sen tarpeita kohtaan. Tämä sumentaa hänen tietoisuuden valonsa, jolloin joogan päämäärä jää ikuisesti saavuttamattomiin.

Joogan naisellistajien feministisen standpointin mukaista, marginaalilähtöistä tiedon tuottamista vastaan puhuu kuitenkin se, että nykyajan joogamaailma on naisellisen joogan puolestapuhujien maskuliinisuusväitteistä huolimatta kiistatta naisvaltainen. Oli jooga naisellista tai ei, naisiin se ainakin tuntuu vetoavan. *Yoga Journalin* (2016, 15) teettämän Yhdysvaltaista kontekstia kartoittavan tutkimuksen mukaan joogaajista 72 prosenttia on naisia. Joogan mieltäminen naisten lajiksi alkaa olla sen verran vakiintunut asenne, että ajatus joogan maskuliinisuudesta tuntuu jokseenkin perusteettomalta väitteeltä. Myös se, että miehet ovat huomanneet oman, tilastollisesti varsin merkittävän vähemmistöasemansa joogaharrastajina, asettaa joogan naisellistamisen tarpeen kyseenalaiseksi. Naiset ovat ottaneet joogamaailman haltuunsa sellaisella ryminällä, että esimerkiksi *Broga Yogassa* jooga on nähty tarpeelliseksi (uudelleen)päivittää *miesten* makuun.

Broga on yhdysvaltalaisen joogaohjaajan ja henkilökohtaisen valmentajan Robert Sidotin kehittämä, miehille suunnattu joogamuoto. Innoittajana Brogan kehittämiseen on toiminut Sidotin havainto siitä, etteivät monet miehet joogaa, ja että syyksi tähän mainitaan lähes aina notkeuden puute (Sidoti esittelyvideossa, Broga© Yoga 2016a). Nettisivut kertovat että Brogassa on kyse miehisestä näkökulmasta joogaan, jossa stressiä lievittävät vaikutukset yhdistetään funktionaaliseen harjoitteluun, ja jossa ei haittaa vaikka ei yltäisi varpasiinsa. Brogan markkinointi antaa siis ymmärtää, että vaikka miehetkin hyötyisivät joogasta, ei yhdenvertainen saavutettavuus joogatunneilla toteudu. Jooga kaipaa miesnäkökulmaa, koska jäykät miehet eivät tunne joogasalissa oloaan kotoisaksi: ”Tehtävämme on tarjota miehille todellisia selviytymiskeinoja jokapäiväiseen stressiin ja vaatimukseen miesten näkökulmasta ohjatun ja helposti lähestyttävän joogaan pohjautuvan kunto-ohjelman avulla. Broga on joka keholle (for every ”body”) aloittelevasta joogista ammattuurheilijaan.” (Broga© Yoga 2016b, oma suomennos) Suomalaiseksi vastikkeeksi voinee mainita Veikko Tarviaisen Äijäjoogan, joka on niinikään perustettu tasapainottamaan joogan naisvaltaisuutta ja luomaan tasapuoliset edellytykset kaikille, myös miehille, osallistua joogaharjoitukseen. Äijäjoogaan voi kertoman mukaan osallistua kuka vain, ”[m]itä

jäykempi äijä, sen parempi” (Äijäjooga.fi 2016). Joogamaailman ollessa niin naisvaltainen että äijät ja veljet tarvitsevat omat joogansa, on kysyttävä miten joogan naisellistamisen tarve oikein perustellaan.

Naisellisissa joogamuodoissa joogan maskuliinisuus ja naisten vähemmistöpositio selitetäänkin viittaamalla joogatradition historiallisuuteen. Tuhansia vuosia miehiltä miehille siirtyneessä traditiossa ei naisnäkökulmalle yksinkertaisesti ole ollut tilaa tai tarvetta. Nyt tarvetta sen sijaan on sitäkin enemmän, sillä joogamaailman naisistumisen myötä on tarve naiselliselle joogalle muuttunut akuutiksi. Joogan naisellistamisen puolestapuhujien mielestä valta on siis ilmeisimmin ollut miesten käsissä liian pitkään, jonka johdosta joogan on aina välittynyt ”maskuliinisen suodattimen” kautta (Gates 2006, 6). Näin ollen esimerkiksi joogan pyhät kirjoitukset ovat maskuliinisen perspektiivin rajoittamia: niissä kyllä kerrotaan, mitä miesten tulee joogatessa tehdä kivespusseillensa, muttei mainintaakaan siitä, mitä naisten tulisi tehdä rinnoilleen (Sparrowe esipuheessa, *ibid.*, 1). Joogan naisellistajat siis mieltävät joogan maskuliinisuuden jonkinlaiseksi historialliseksi jäänteeksi, joka pitää pintansa sittenkin kuin naisten määrä joogamaailmassa on kiilannut miesten ohi.

Koska maskuliinisuus selitetään historiallisuuden kautta, näyttäytyy perinteiden tai tradition uudistaminen naisellisesta näkökulmasta käsin tarpeelliselta. Uudistamisen tapojen ei kuitenkaan voi sanoa muodostavan yhtenäistä kenttää metodiensa tai tekniikoidensa osalta. Päinvastoin, sisäisen äänen painottaminen tarkoittaa sitä, että joogan naisellistamisen ideologiaan mahtuu monia eri joogaamisen tapoja: kaikki seuraavat omaa ääntään ja naisellistavat joogaa omalla tavallaan. Toisaalta naisellisen joogan kentälle on luonteenomaista myös tämän äänien moninaisuuden hyväksyminen. Jonkinlainen naistenvälinen solidaarisuus tuntuu merkitsevän sitä, että kaikki mitä naiset omasta tietoisesta aloitteestaan tekevät *toisin*, on oikein. Pääasia on siis se, ettei anneta maskuliinisen tradition sanella omaa tekemistä, vaan luodaan rakoja sen valta-asemaan. Naisille suunnatun joogan puolestapuhujia yhteen kokoavan online-konferenssin (jonka puhujien joukossa oli sekä Farmer että Dinsmore-Tuli) mainosvideo kiteyttää asenteen: ”Verkkokonferenssi naisilta naisille, joka on joogatradition inspiroima muttei pelkää rikkoa kaavaa” (Where Is My Guru 2016, suomennus oma). Iskulause antaa ymmärtää olennaisinta olevan se, että naiset ottavat ohjat omiin käsiinsä, ja muokkaavat joogaa naiselliseen suuntaan patriarkaalista traditiota rikkoen. Tämä antaa ymmärtää, että maskuliininen kaava vallitsee yhä, ja että naisten on uskallettava murtautua ulos tästä rajoittavasta kaavasta ja tehdä asioita omaan

perspektiiviinsä luottaen.

Vaikka jooga itsessään nähdään voimaannuttavana, mieltävät joogan naisellistamisen puolestapuhujat siis jooga*tradition* jollain tavalla rajoittavaksi. Farmer (1999) esimerkiksi toteaa, että jooga on aina ollut orgaanista kehon sisällä virtaavan energian ymmärtämistä, mutta että se usein saapuu rajoittuneessa muodossa. Joogan naisellistajat näyttävät siis kokevan oman roolinsa näiden tradition tai tiukkojen opetuslinjojen muodostamien rajoitteiden tai jäykistyneiden kaavojen rikkojina. Koska tämä kapinahenkinen projekti nähdään nimenomaan joogan naisellistamisena, näyttäytyy avoimuus ja vapaamielisyys vaihtoehtoisia tekemisen tapoja kohtaan olemukseltaan naisellisena piirteenä. Erilaisten rajojen ylittäminen sekä instituutioiden tai sääntöjen kyseenalaistaminen on kuitenkin nykyajan postsekulaarille uskonnollisuudelle¹⁶ tyypillistä, eikä joogan naisellistajien ja jooga*tradition* välinen kipuilu näytä ajan hengen huomioon ottaen kovinkaan radikaalilta.

Uskontotieteilijät Terhi Utriainen, Tuija Hovi ja Måns Broo (2012, 189) huomauttavat, että nykyaikaista uskonnollisuutta ja erityisesti New Age -ilmiötä leimaa muun muassa yksilöllistyminen, hybridiys ja rajojen ylittäminen, eikä sitoutumista tiettyyn uskontoon tai yhteisöön ja sen sääntöihin välttämättä enää pidetä tarpeellisena. Toisaalta joogan kaltaiset terapeutista henkisyyttä ilmentävät postsekulaarit hyvinvointikäytännöt osaltaan myös sumentavat aiempia, maallisten ja uskonnollisten instituutioiden (kuten lääketieteen ja uskonnon) välisiä rajoja (Utriainen, Hovi & Broo, 2012, 192–193). Kaavan rikkomisen ja raja-aitojen kaatamisen voi siis nähdä modernille joogalle yleisesti ominaisena piirteenä. Joogan naisellistajat vain tekevät tämän omalla tavallaan feministisestä näkökulmastaan käsin ja sen käsitteistöä hyödyntäen. Utriaisien, Hovin ja Broon mukaan nykyaikaisessa uskonnollisuudessa osallistumisesta on tullut valikoivaa, jolloin uskonnollisuuden harjoittamisesta tulee ennalta määrättyjen uskonnollisten vakaumusten seuraamisen sijaan kokoelma kehollisia ja materiaalisia käytäntöjä, joita yksilö hyödyntää arjessaan (ibid., 189) Joogan naisellistajien tapauksessa jooga on kenties valikoitunut tällaiseksi keholliseksi

16 Postsekulaarilla viitataan huomioon siitä, miten aiemmin vallinnut ajatus sekularisaatiosta modernisaation väistämättömänä seurauksena on todettu paikkaansapitämättömäksi. Sekularisaation teesi kiteytyy oletukseen siitä, että moderniin aikaan liitettävät ominaispiirteet ovat pohjimmiltaan yhteensopimattomia uskonnollisuuden kanssa, ja että uskonnot näinollen vääjäämättä ovat rappeutumisen tilassa. Tutkijat ovat kuitenkin heränneet siihen, ettei uskonnollisuus ole häviämässä mihinkään uskonnollisten instituutioiden heikentymisestä huolimatta, vaan pikemminkin muuttamassa muotoaan. Yhteiskunnallisten organisaatioiden tasolla tapahtuva sekularisaatio on ilmiö, joka tapahtuu samanaikaisesti postinstitutionaalisten uskonnollisuuden ja henkisyyden lisääntymisen kanssa. (Moberg, Granholm & Nynäs 2012. 1–2)

käytännöksi, jota he hyödyntävät omassa taistossaan naisten yhteiskunnallisen aseman puolesta.

Joogan väitetty maskuliinisuus tulee joogan naisellistamisen puolestapuhujien mielestä siis siitä, että naisen näkökulma ja kehollinen kokemus puuttuu. Naisen kokemukseen pohjaavan naisnäkökulman peräänkuuluttamisen voi siis nähdä yrityksen feministisen standpointin toteuttamiseen. Näyttää siltä, että joogisen päämäärän saavuttaminen, eli todellisen itsen löytäminen, ymmärretään naisellisten joogamuotojen kohdalla tapahtuvan oman kehon tai sisimmän kuuntelun kautta. Maskuliininen jooga puolestaan mielletään metodiltaan perustuvan fyysiseen ponnisteluun ja kehon haastamiseen, jolloin joogan naisellistamisen puolestapuhujat kokevat sen ulkoapäin määritellyltä ja päämäärän saavuttaminen kovista ponnisteluista huolimatta vaikealta. Tämä tuottaa kuitenkin ongelmallisen essentialisoivan asetelman, jossa sisäinen mielletään naiselliseksi ja ulkoinen kehon kurittaminen miehekkääksi. Naisnäkökulma ei siis merkitsekään joogan naisellistajille sosiaalisesti paikantunutta tiedon tuottamista, vaan jonkinlaisen yleisen naisellisuuden ytimen esiin tuomista. Seuraavassa alaluvussa siirryn tarkastelemaan joogan naisellistajien esittämien naisellisten vaihtoehtojen luonnetta ja niiden ongelmia. Jos perinteinen jooginen polku on *miehen tie* valaistumiseen eikä siitä syystä toimi naisille, niin minkälaista vaihtoehtoista, *naisen tietä* joogan naisellistajat ehdottavat? Miltä joogamaailma feministisen vallankumouksen jälkeen näyttää?

2.2 Patriarkaatin valta ja naisellisen joogan vapaus

Miesten historiallinen asema joogan määrittäjänä on siis muokannut joogasta naisten henkistä kehitystä estävän rajoittavan rakenteen, joka tulee purkaa jotta naisten äänet saadaan kuuluviin. Tiedon tuottamisen mahdollistava asema on ennen kaikkea valta-asema, sillä tiedon tuottaminen maailmasta tuottaa myös samanaikaisesti tietynlaista maailmaa. Joogan määrittelemisen ja joogatiedon tuottamisen mahdollistava asema ei ole aivan vähäpätöinen, ottaen huomioon joogan maailmanlaajuisen suosion sekä joogabrändin niin kulttuurisen kuin taloudellisenkin arvokkuuden. Koska jooga mielletään harrastajien parissa usein pelkän liikuntaharrastuksen sijaan elämäntavaksi, ulottuu joogatiedon maailmaarakentava vaikutus myös joogasalin ja -harjoituksen ulkopuolelle. Feministisessä standpointissa ei ole kyse vain perspektiivin muutoksesta tai laajentamisesta, vaan myös tiedon tuottamista rajoittavien valta-suhteiden näkyväksi tekemisestä, sekä näiden takaa paljastuvien hierarkkisten yhteiskunnallisten rakenteiden

purkamisesta. Vähemmistöpositiosta käsin sekä marginalisoituja ihmisryhmiä varten tuotetun tiedon tarkoitus on parantaa kyseisen vähemmistön yhteiskunnallista asemaa (Intemann 2016, 268). Tässä alaluvussa pohdin joogan naisellistajien näkemyksiä joogan maskuliinisuudesta sekä näiden omia naisellistamisen projekteja suhteessa valtaan ja vallankäyttöön.

Erilaisia feministisiä valtakäsityksiä kartoittava Amy Allen (1999, 122–3) ehdottaa, että valta ymmärretään pääsääntöisesti kolmella eri tavalla: *Valtana-jostakin* (power-over), *valtana-johonkin* (power-to) ja *valtana-jonkun kanssa* (power-with). Näistä ensimmäinen, *valta-jostakin*, viittaa valtaan dominointisuhteena, jossa henkilö A:n – jonka feministit yleensä mieltävät mieheksi – vallankäyttö jollain tavalla rajoittaa henkilö B:n – naisen – toimintakykyä. *Valta-johonkin* puolestaan käsitteellistää valtaa voimaantumisen merkityksessä, viitaten siihen (vasta)valtaan jota naisilla tai muilla alistetussa asemassa olevilla on miesten tai muiden toimijoiden dominanssista huolimatta. Valtakäsityksistä viimeinen kumpuaa feministisen liikkeen sisäisistä eroista ja valtaa koskevista epätasapainoisuuksista. *Valta-jonkun kanssa* viittaa kollektiiviseen valtaan, jossa keskenään erilaisten alisteisesta asemasta kärsivien toimijoiden (olivat kyseessä sitten eri asemassa olevat naiset tai esim. naiset ja rodulliset- ja/tai seksuaalivähemmistöt) pystyvät toimimaan solidaarisesti yhdessä jaettujen tavoitteiden puolesta.

Joogassa miesten dominoiva asema on johtanut siihen, etteivät naisten äänet ole päässeet kuluviin, rajoittaen naisten vaikutusvaltaa joogan käytäntöihin. Miesten voi siis nähdä joogan naisellistamisen puolestapuhujien mielestä harjoittavan rajoittavaa valtaa, jota Allen kutsuu *vallaksi-jostakin*. Naisellisille joogamuodoille tyypillisen sisimmän kuunteluun kehottamisen voi nähdä eräänlaisena vastatoimena ja määrittelyvallan haltuunottona. Määrittelyvaltaa ei kuitenkaan vain siirretä miehiltä naisille vaan se myös sisäistetään, luoden yksittäiselle naiselle eräänlaisen henkilökohtaisen feministisen standpointin. Tämän seurauksena joogan naisellistamisen tapojen moninaisuutta ja kentän metodista epäyhtenäisyyttä ei ainoastaan hyväksytä, vaan erot nähdään joogan naisellistamisen luonnollisena seurauksena. Siinä missä maskuliinisen joogan pahuus kiteytyy riitasointujen vaientamiseen, näyttäytyy eroja juhlistava naisellisen joogan kenttä demokraattisena ja hyväksyvänä. Itsekin jonkinlaista naisellista joogaa propagoiva joogaohjaaja ja *Yoga Journalin* entinen päätoimittaja Linda Sparrowe tiivistää Gatesin kirjan esipuheessa naisellisen aspektin moninaisuuden, jossa jokainen naisopettaja on muuttanut traditiota omalla tavallaan:

Joillekin [naispuolisille joogaopettajille] muutokset olivat hienovaraisia: pehmeämpää kielenkäyttöä, erilaisia (lempeämpiä) metaforia, sekä uusia selittämisen tapoja. Kyseessä oli sama harjoitus, mutta erilaisella äänellä. Toisille irtautumisen tarve osoittautui vastustamattomaksi, ja he loivat oman ainutlaatuisen joogabrändinsä. (Gates 2006, 1–2, oma suomennos)

Sparrowe antaa ymmärtää, että ”feminiinisen aspektin” (ibid. 1) esiintuminen on tärkeämpää kuin se, miltä tämä aspekti näyttää tai missä mittakaavassa se toteutetaan. Jopa se ettei harjoitusta muuta oikeastaan ollenkaan on hyväksyttävää kunhan ääni on erilainen. Sparrowen ajatus tuntuu vihjaavan, että kunhan (naisellisista) säröäänistä tulee sääntö poikkeuksen sijaan, murtuu maskuliinisen tradition rajoittava voima ja kaikkien äänet saadaan kuuluviin.

Angela Farmerin näkemys henkilökohtaisesta (naisellisesta) vapaudesta joogassa toistaa Sparrowen ajatusta naisellisen joogan luonnollisesta moniäänisyydestä. Farmer kuvaa joogan polkua seuraavasti:

Uskon että jooga itsessään on jotakin hyvin yksilöllistä. Tietysti alussa kun saavut joogatunnille tarvitset opettajan tukea ja ohjeita, ja kenties tarvitset myös ryhmäenergiaa. Mutta tulee hetki jolloin sinun on havaittava mitä jooga sinulle itsellesi merkitsee, ja siitä alkaa oma polkusi. (Farmer 1999, oma suomennos)

Kertomuksen voi nähdä kuvaavan Farmerin omaa kokemusta, sillä itse alun perin Iyengar joogan kasvattina aloittanut Farmer hylkäsi lopulta Iyengarin metodin kehittääkseen oman naisellisen joogansa (Cummings 2007). Farmer kehottaa myös oppilaitaan kuuntelemaan omaa kehoaan ja seuraamaan omaa polkuaan, jopa siinä määrin ettei hänellä opettajana ole mitään valtaa:

Jokainen ihminen on niin erilainen, että – niin kuin minä sen näen – kun ihmiset alkavat työskentelemään tällä tavalla he lähtevät omille lennoilleen, ja se on melkeinpä pelottavaa sillä sinä tajuat ettei sinulla opettajana ole mitään kontrollia. Lähetät heidät matkaan ja siellä he menevät kuin joukko villejä lapsia tai lintuja ylhäällä taivaalla. Ja kuitenkin se on siinä kaikkein jännittäväntä, että saa nähdä heidän tuomansa lahjat koska he kuuntelevat omaa prosessiaan, ja he etenevät elämässään, heidän elämänsä levittyy heidän edessään, he eivät enää ole jumiutuneita. (Ibid., oma suomennos)

Farmerin naisellista lähestymistapaa joogaan voi sanoa leimaavan varsin ongelmallinen vallasta irtisanoutuminen, jossa Farmerin oma toimijuus joogan parissa näyttäytyy vallankäytöstä täysin irrallisena. Oppilaat taas ovat täysin vapaita seuraamaan omaa prosessiaan. Maskuliiniseksi mielletyt tiukat ja tarkoin linjatut asennot ovat Farmerin ideologiassa rajoittavia ja naiskehon luontaisen notkeuden ja pyöreiden kieltäviä. *The Feminine Unfolding* -elokuvassa kuvataan esimerkiksi opetustilannetta, jossa Farmer kehottaa oppilaitaan alaspäin katsovassa koirassa¹⁷ ravistamaan vatsan ulos lantiosta.

¹⁷ Alaspäin katsova koira (*adho mukha śvānāsana*) on yksi yleisimmistä jooga-asennoista, jossa

Tämän vatsan ravistelun tarkoitus on samanaikaisesti ravistaa pois mieltä sitovia ja rajoittavia ajatuksia, kuten muiden mielipiteitä. Tarkoituksena on myös purkaa ulkoisen kehon muodostama suojakuori ja päästää *sisäinen keho* valloilleen. Ohjattavat tottelevat ja kiemurtelevat matoillaan, ravistelevat koipiaan ja ääntelehtivät riehakkaasti (ibid.). Allen (1999, 11) liittää rajoittavan valtakäsityksen erityisesti toisen aallon feministien ajatukseen vallasta herran ja palvelijan välisenä suhteena, jossa tilanteen ratkaisun nähdään piilevän tämän aselman purkamisessa. Sama logiikka näyttää toimivan Farmerin kohdalla: kunhan maskuliinisen joogan rajoitteet puretaan, tulee joogasta vapaa leikkikenttä ja naiset pääsevät etenemään elämässään.

Dinsmore-Tulin ote joogan naisellistamiseen on metodiltaan astetta Farmeria selkeämpi, mutta siinäkin toistuu ajatus maskuliinisen joogan rajoittavuudesta. Dinsmore-Tulin mukaan syy siihen, ettei maskuliininen jooga sovi naiskeholle ei niinkään johdu kehon tiukoista linjauksista vaan siitä, ettei joogaharjoitus ole kyllin joustava tukeakseen naista tämän jokaisessa elämänvaiheessaan. Naisen elämänvaiheita puolestaan rytmittää kohtu, joten naisellinen jooga on luonnollisesti kohtujoogaa. Radikaalin naisellisen vaihtoehdon kohtujoogasta tekee Dinsmore-Tulin mukaan se, että aiemmin joogan kannalta epäolennaiseksi tai jopa haittaavaksi seikaksi mielletty kohtu asetetaan nyt joogan ytimeen (Dinsmore-Tuli 2014, 111). Dinsmore-Tulille se sisäinen ääni jota naisen tulisi kuunnella on siis ennen kaikkea kohdun ääni: ”jooginen viisaus ei ainoastaan elä sisälläsi, vaan kumpuaa naisellisen ruumiillisuutesi luonnollisista rytmeistä” (ibid., 21, oma suomennos). Esimerkiksi kuukautiset, naisen orgasmi, synnytys ja menopaussi toimivat Dinsmore-Tulin mukaan portteina kohdun henkiseen voimaan (*yoni śakti*) ja korkeampiin tietoisuuden tiloihin (ibid., 25). Kohtujooga puolestaan on se metodi, jolla tuohon henkiseen voimaan päästään käsiksi (ibid., 23).

Dinsmore-Tuli uskoo, että aiemmin mainitut naisten kohtuun liittyvät kokemukset oikeastaan ovat naisellisia (proto-)siddhejä, eli joogisia yliluonnollisia voimia¹⁸. Varsinaisiksi *siddheiksi* ne muuttuvat kuitenkin vasta silloin, kuin ne tietoisesti kohdataan (ibid., 117–8). Kohtujooga auttaa meitä kohtaamaan nämä kohtukokemukset tiedostaen, kunnioittaen ja niiden henkisen voiman ymmärtäen (ibid., 125). Käytännössä tämä tarkoittaa sekä yleisiä kohtutietoisuuteen tähtääviä harjoitteita kuten kohtutervehdyksiä¹⁹ (*yoni namaskāra*, ks. ibid., 140–79), että kohdun tilan ja

seisotaan käsien ja jalkojen varassa pyramidin muodossa.

18 *Siddheillä* viitataan joogassa intensiivisen harjoittelun tuoman henkisen kehittymisen myötä saavutettaviin, usein maagisiin tai yliluonnollisiin kykyihin, mm. kykyyn muuttua näkymättömäksi tai liikkua avaruudessa (ks esim. Broo 2010, 160–161)

19 Kohtutervehdykset ovat jonkinlainen naisellinen vastine joogassa yleensä käytettäville aurinkoa ja

elämänvaiheen huomioimista joogatessa. Tämä tarkoittaa esimerkiksi tiettyjen harjoitusten välttämistä kuukautisten tai raskauden aikana, sekä kutakin kohdun elämänvaihetta (joille jokaiselle on varattu oma lukunsa *Yoni Shaktissa*, ks. *ibid.*, 205–427) tukevien joogaharjoitteiden tekemistä.

Dinsmore-Tulin näkemyksen mukaan miesten valta-asema joogan parissa näyttää siis johtaneen kohdun rajaamisen joogan ulkopuolelle yhdentekevänä tai jopa haittaavana seikkana. Kun nämä rajoitteet puretaan, nainen pystyy joogaamaan kohtunsa ehdoilla ja kuuntelemaan sisäistä ääntään. Tämä avaa portit myös hänen sisällänsä piilevään voimanlähteeseen (*yoni śakti*), jonka Dinsmore-Tuli räväkästi kääntää ”vitun voimaksi” (*ibid.*, 34). Joogan patriarkaalisten rakenteiden purkaminen ei näin ollen ainoastaan lakkautta miesten harjoittamaa rajoittavaa valtaa, vaan päästää valloilleen naisen sisäisen *vitun voiman*. Allenin (1999, 125–6) jaottelussa tämä sisäisen voiman tuoman vallan voinee nähdä voimaannuttavana *valtana-johonkin* – naisen mahdollisuutena toimia alisteisesta asemastaan huolimatta. Myös Farmerin ajatus joogaoppilaistaan vapaasti lentävinä lintuina voi nähdä jonkinlaisen sisäisen vallan vapautumisena. Jooga on Farmerin mukaan voimaantumisen metodi:

Meidän täytyy uudelleen-voimaannuttaa itsemme, ja mahdollisuus siihen löytyy kehoistamme. Kun todella pääset yhteyteen kehosi kanssa, voit täyttää sen voimalla. [...] Jooga-asetukset ovat mahdollisuus tämän tekemiseen. Mutta voimaannutatko sinä itsesi – täyttäen käsivartesi, täyttäen kätesi, täyttäen sormesi [...] – vai teetkö vain asennon ja yrität linjata jokaisen kehonosasi oikein? (Farmer 1999)

Maskuliiniseksi mielletty jokaisen kehonosan tiukka linjaamisen ja kontrollointi on (naisia) rajoittavaa, mutta Farmerin itsensä suosima vapaampi ja soljuvampi liike vapauttaa kehon ja mahdollistaa sen täyttämisen voimalla.

Sekä Dinsmore-Tulilla että Farmerilla ilmenee siis ajatus siitä, että joogan naisellistaminen vapauttaa sisäisen äänen kuuntelun kautta jonkinlaisen kehossa jo sijaitsevan voiman (*valta-johonkin*), jolla maskuliinisen joogan rajoittava valta (*valta-jostakin*) murenee. Koska sisäisiä ääniä ja täten myös naisellistamisen metodeja on monia, näyttäytyy nimenomaan voimaannuttavan sisäisen vallan vapauttaminen naisellisten joogamuotojen naisellisuuden perusolemuksena. Maskuliinisuuden ja feminiinisuuden käsitykset linkittyvät siis pitkälti näihin kahteen eri vallan aspektiin: rajoittavan vallan käyttö näyttäytyy miehelle ominaisena piirteenä, kun taas voimaannuttava valta edustaa naisellisuuden ydintä. Näin ollen itsensä kuuntelu ja oman

kuuta kunnioittaville aurinko- ja kuutervehdyksille (*sūrya namaskāra, candra namaskāra*), eli useita jooga-asettoja yhdisteleville liikesarjoille.

yksilöllisen joogaamisen tavan kehittely yleistetään naisten luontaiseksi ominaisuudeksi, joksikin minkä naiset ovat tuoneet joogaan pelkästään oman naisena olemisensa vuoksi. Voi siis sanoa, että joogan naisellistamisen puolestapuhujat edustavat varsin radikaalia versiota feministisestä standpointista, jossa naisilla esitetään olevan jokin yleistettävissä oleva, miehestä poikkeava tietämisen tapa. Kuten Intemann (2016, 262) muistuttaa, on tämänlainen ajattelutapa kuitenkin essentialismissaan varsin ongelmallinen. Se vahvistaa jo olemassa olevia sukupuolistereotyyppioita, eikä ota huomioon muita seksismin kanssa risteäviä sorron muotoja, kuten etnosentrisyyttä, rasismia ja luokkasortoa.

Kun rajoittava valta esitetään luonteeltaan maskuliinisenä, irtisanoutuvat joogan naisellistamisen puolestapuhujat itse joogaa määrittelevästä rajoittavasta vallankäytöstä. Tämä peittää ongelmallisella tavalla alleen valtasuhteiden ja rakenteiden kompleksisuuden, ja häivyttää ne tavat joilla Dinsmore-Tuli ja Farmer tunnettuina ja arvostettuina joogaohjaajina itse ovat jonkinlaisessa valta-asemassa. Kuten Allen (1999, 122–3) kirjoittaa, eivät hänen esittelemänsä valtakäsitykset yksinään ole kuvauksina riittäviä, vaan pikemminkin vallankäytön eri aspekteja. Näin ollen joogan naisellistajien ajatus siitä, että maskuliinisen joogan rajoittavan valta-aseman purkaminen vapauttaisi dominoivasta vallankäytöstä kokonaan ja vain naiselliselle joogalle tyypillinen voimaannuttava valta jäisi jäljelle, näyttäytyy naiivilta. Farmer ja Dinsmore-Tuli eivät voi kokonaan irtisanoutua omasta valta-asemastaan jooga-alan ammattilaisina vaikka haluaisivatkin, sillä heillä on esimerkiksi tietotaitonsa ja opettajuuden tuoman auktoriteettinsa vuoksi enemmän sanottavaa joogasta kuin tavallisella joogapolun talleajalla. Lisäksi se peittää alleen sen, miten joogan naisellistajat itse monella tapaa ovat hegemonisessa asemassa moneen muuhun naiseen verrattuna: he ovat valkoisia, länsimaisia ja enemmän tai vähemmän menestyksekkään uran rakentaneita naisia.

Naisellisen joogan kentän voi siis sanoa olevan joukko toisistaan inspiroituvia ja yhteistyötä tekeviä, mutta kuitenkin erillisiä toimijoita. Vaikka kenttä on moniääninen, yhdistää sitä perinteisen joogan maskuliinisuuden vastustaminen. Yksi olennainen vastustettava asia maskuliinisessa joogassa on sen dogmaattisuus ja rajoittavuus, jolloin naisellisen joogan kenttä moninaisuudessaan ja pirstoutuneisuudessaan erottuu edukseen. Joogan naisellistamisen kiteytyessä sisäisen äänen kuunteluun, ei naisellisen joogan kentän heterogeenisyys näytä ongelmalliselta, vaan pikemminkin vapaalta ja yhdenvertaiselta. Palaan tähän tematiikkaan luvussa viisi, jossa analysoin tarkemmin joogan naisellistajien käsitystä joogan vapauttavasta vaikutuksesta. Naisellisen joogan

kentän monikasvoisuus johtaa kuitenkin loogiseen epäjohdonmukaisuuteen: kun naisten ääniä on useita jää käsitys olennaisesta erosta miehen ääneen verrattuna epäselväksi ja häilyväksi. Seuraavassa luvussa jatkan naisellisen joogan moniäänistämisen agendan pohtimista tarkastelemalla laajemmin joogamaailman muodostamaa kontekstia sekä sen väitettyä yksiäänisyyttä.

3 JOOGAA KAIKILLE?

Ja tunnusta nyt varmuudella miten joogan hyödyt hyväilevät maailmaa pitkälti naisten kautta, levittäen positiivisen energian parantavan aallon. (Dinsmore-Tuli 2014, 21, oma suomennos)

Joogan naisellistajien logiikkaa seurailen voi joogan naisvaltaistumisen nähdä naisäänien lisääntymisen myötä ennen pitkää johtavan feministiseen vallankumoukseen. Jooga hyväilee jo nyt maailmaa pitkälti naisten kautta, joten vallankumous – tai vähintäänkin maailmaa mullistava, parantava hyökyaalto – on jo käynnissä. Tämä mullistava aalto ei Dinsmore-Tulin lainauksessa kuitenkaan näytä koskettavan pelkästään joogamaailmaa, vaan maailmaa kokonaisuudessaan. Pohdin tässä pääluvussa sitä, miten yleistävä joogapuhe saa joogamaailman näyttäytymään oman ajallisen ja kulttuurisen kontekstinsa yläpuolelle nousevana abstraktina tilana, näennäisen monikulttuurisena ja ylikansallisena henkisenä kotina. Käsitys joogasta universaalina ilmiönä mahdollistaa Dinsmore-Tulin lainauksen kaltaiset väitteet siitä, miten jooga ”hyväilee maailmaa” naisten kautta. Väitän kuitenkin, että vallitsee jonkinlainen ristiriita sen välillä, minkälaiseen joogan hyväilemään maailmaan naiselliset joogat väittävät sijoittuvansa, ja miltä tämä joogamaailma todellisuudessa näyttää. Se maailma, jota jooga hyväilee, ei kata maapalloamme kokonaisuudessaan. Joogamaailma ei kata edes tiettyjä maantieteellisiä alueita kokonaisuudessaan, vaan on ylikansallisuudessaankin yhteisö, jolla on omat ääriviivansa. Kuitenkin joogan jatkuva läsnäolo mediassa ja Yoga Journalin kaltaiset maailmanlaajuisesti tunnetut joogasivustot mahdollistaa sen, että hotjoogaaja Helsingissä, raskausjoogaaja Lontoossa, yinjoogaaja Hongkongissa ja ilmajoogaaja New Yorkissa voivat kokea olevansa osa samaa, kansainvälistä joogailmiötä. Dinsmore-Tulin väite joogan maailmaa hyväilevästä positiivisen energian aallosta herättää kriittisen kysymyksen siitä, kuka on oikealla aaltopituudella nauttiakseen tästä hyväilystä? Kenellä on pääsy joogamaailmaan ja millainen on sen keskivertokansalainen? Yritän vastata kysymykseen paikallistamalla tämän ihanteelliselta kuulostavan, universalistisella harsolla katetun maailman konkreettisiin tiloihin pohtimalla sitä, miltä nykyajan joogamaailma oikeasti näyttää.

Modernin joogan käsite viittaa jo itsessään tiettyyn ajallisuuteen ja paikallisuuteen, joskin varsin laajaan ja häilyvärajaiseen sellaiseen. Modernin joogan historiaa kartoittanut uskonnotutkija Elizabeth De Michelis (2005, 2) kirjoittaa, että moderni viittaa sekä siihen historialliseen aikakauteen, jossa moderni jooga kehittyi, että siihen teollisuusmaiden urbaaniin maantieteelliseen ja kulttuuriseen sijaintiin joissa

jooga nykypäivänä kukoistaa. Jooga onkin kieltämättä kulkenut pitkän matkan Himalajan vuoristossa sijaitsevista, maailmasta luopuneiden askeettien asuttamista luolista hektisten suurkaupunkien ytimeen. Joogan näennäisen paradoksaalinen siirtyminen yhteiskunnan ulkopuolelta sen kiistattomaan keskukseen selittyy pitkälti joogan samanaikaisena siirtymisenä diskurssista toiseen. Keskiäikaisten tantrikkojen²⁰ uskonnollinen, henkinen, mystinen ja maaginen joogakieli vaihtui mm. psykologialla ja lääketieteellä pönkitettyyn hyvinvointidiskurssiin. Nykypäivänä erilaiset ryhmäliikuntatunnit muodostavat sen tilan, jossa suurin osa joogasta tapahtuu. Maksavat asiakkaat tulevat määrättyinä aikana määrättyyn paikkaan ohjattua tuntia varten, ja rullaavat harjoituksen jälkeen mattonsa palatakseen omaan arkeensa. Voilá, jooga on tapahtunut! Joogatila muodostuu siis sinne missä joogatunti pidetään, oli kyseessä sitten kuntosalin ryhmäliikuntatila, kyläkoulun liikuntasali tai muu kyseistä palvelua kauppaavan tahon käytössä oleva tila. Joogan räjähdysmäisen suosion myötä sitä tarjoaa kuitenkin yhä useammin enemmän tai vähemmän puhtaasti joogalle omistautuneet tahot, eli jooga- tai hyvinvointistudiot. Joogastudiot ovat omiaan luomaan joogamaailmasta omaa maailmaansa: Jooga ei joogastudioissa enää ole laji muiden joukossa, vaan tarjolla on useita erilaisia joogatunteja ja konsepteja. Tämän lisäksi tarjolla on usein muita, joogan kanssa samanhenkiseksi tai yhteensopiviksi koettuja hyvinvointipalveluita, kuten esimerkiksi äänimaljarentoutusta, meditaatiota, hierontaa tai vaihtoehtoisia terapiamuotoja.

Pyrin tässä luvussa osoittamaan, miten joogaa ei tosiasiaassa ole tarjolla kaikkialla eikä tasapuolisesti kaikkien saavutettavissa. Tarkoitukseni on näyttää, miten joogaava maailma ja joogamaailma ovat kaksi eri asiaa, vaikka ne joogapuheessa usein näyttävätkin toistensa synonyymeinä. Jooga ei hyväile maailmaa kokonaisuudessaan, vaan niitä, joilla on pääsy joogamaailman omaan mikrokosmiseen kuplaan. Joogailmiö muodostaa siis itsessään pienoismaailman, jonka rajat eivät aina ole helposti erotettavissa. Osoitan, miten joogamaailman rajoja ei piirretä ainoastaan kartalle, vaan niitä vedetään osittain myös erilaisten taloudellisten, sosiaalisten ja etnisten kerrostumien välille.

20 Fyysinen *hatha*-jooga kehittyi keskiaikaisen tantrisen *nāth*-lahkon piirissä. Tantra kehittyi keskiaikaisessa Eteläaasiassa samanaikaisesti useiden eri uskontokuntien parissa. Tantrisia traditioita leimaa mm. kiinnostus alkemiaa, taikuutta ja transgressiivisiä ja seksuaalisia riittejä kohtaan, sekä ajatus kehon hienovaraisesta anatomiasta. *Hatha*-jooga oli näiden hienovaraisten energioiden manipuloimiseen kehitetty metodi (ks. esim. Samuel 2008)

3.1 Yksi jooga, monta muotoa: Monimuotoisen universaalien paradoksi

Nykyaikaista joogamaailmaa leimaa paradoksi, jossa joogan moninaistuminen ja joogatyöliien kirjon moninaistuminen kulkee jokseenkin rinnakkain universalistisen joogakäsityksen kanssa. Tässä luvussa pyrin osoittamaan, että yhtenäisyyttä julistava mutta todellisuudessa monikasvoinen naisellinen jooga oikeastaan heijastaa joogamaailmaa laajemmin riivaamaa monimuotoisen universaalien paradoksia. Paradoksi muodostuu siitä, että joogasta sen monista koulukunnista etuliitteistä huolimatta puhutaan yhtenä Joogana.²¹ On kohtujoogaa ja Broga-jooga, naurujoogaa ja hevijoogaa, ilmajoogaa, akrojoogaa ja joogaa kankeille, joogaa äijille ja odottaville äideille. Vaikka menet, tekniikat ja etuliitteet vaihtelevat, on kaikki kuitenkin osa Joogaa, ikään kuin liittäen näennäisesti toisistaan eroavat harjoitukset yhteen tiettyyn olemukselliseen ytimeen. Osoitan, miten nykyajan joogalajien, metodien ja päämäärien moninaisuuden keskinäisen ja ristiriitaisuuden kanssa tullaan toimeen 'jokaiselle jotakin' -asenteen kautta. Se, miksi naisellisen joogan puolestapuhujat voivat asettaa oman joogauudistuksensa yhtä Joogaa vastaan, johtuu väitetystä naisnäkökulman puutteesta. Jokaiselle jotakin koskee lähinnä miehiä, kun taas naisellisen joogan myötä slogan päivittyy muotoon 'joka naiselle jotakin'. Ajatus naisellisesta joogasta miehisestä joogasta jollakin olennaisella tavalla eroavana antaa ymmärtää, että nainen on ensin nainen, sitten vasta yksilö.

Joogan yleistämisen voi mielestäni nähdä kahdella tasolla. Ensinnäkin on kansantajuinen käsitys joogasta, jossa jooga voi merkitä joko henkilökohtaista kokemusta jonkin tahon tarjoamasta joogatunnista tai esimerkiksi kanssaihminen tai median välittämää toisen käden tietoa siitä, mitä jooga on. Tämä joogakäsitys on usein suppea ja kattaa lähinnä enemmän tai vähemmän monipuolisen käsityksen fyysisen joogaharjoituksen luonteesta. Tieto joogan historiasta, sen eri opetuslinjoista sekä usein myös sen uskonnollisista, eettisistä ja teoreettisista perusteista loistaa poissaolollaan, eikä näistä seikoista välttämättä olla kiinnostuneitakaan. Tätä kansanomaista joogakäsitystä hyödyntävät myös erilaiset joogaa tarjoavat tahot, eikä joogaa aina vaivauduta sen syvemmin selittelemään. Vaikka toisinaan voi törmätä lyhyeen ja usein yleistävään 'mitä jooga on?' -osioon, on aina vain yleisempää että tällainen esimerkiksi joogastudioiden sivuilta puuttuu kokonaan. Tarjottavia tunteja ja niiden intensiteettiä sen sijaan kuvataan tarkemmin, mutta popularisaation myötä joogasta itsestään näyttää

21 Käytän isoa alkukirjainta silloin, kun viittan tähän universalistiseen ja yleistettyyn käsitykseen joogasta, jossa sekä joogan historialliset imentymät että sen lukuisat nykyaikaiset variaatiot nähdään jollain olemuksellisella tasolla yhtenä ilmiönä.

tulleen jonkinlainen osa yleissivistystä. Asiakkaiden oletetaan tietävän etukäteen, mitä he tulevat tekemään tullessaan joogaan.

Joogan yleistämisen toisen tason voi mielestäni nähdä siinä, miten joogan historiaan ja teoreettiseen perustaan perehtyneet joogaa propagoivat tahot palauttavat joogan yhdeksi ilmiöksi siitä huolimatta, että he ovat joogan moninaisuudesta tietoisia. Joogan moninaisuuteen ei toisin sanoen suhtauduta kriittisesti, jolloin risteävät käsitykset ja arvot kumoaisivat joogan yhtenäisyyden, vaan pikemminkin positiivisesti 'jokaiselle jotakin' -asenteella. Esimerkiksi Helsingin astanga-joogakoulu kiteyttää joogan monimuotoisuuden seuraavasti:

Jooga on lähtöisin Intiasta, jossa sitä pidetään yhtä vanhana kuin inhimillistä sivistystä. Jooga on tietoista hengittämistä, liikettä, pysähtymistä, antamista ja vastaanottamista. Jooga voi olla yhdelle filosofiaa, toiselle meditaatiota, kolmannelle asento- tai hengitysharjoituksia. Jo vanhastaan jooga on tunnettu erilaisista päämääristä, joista tärkeimpiä ovat terveys ja hyvinvointi (joogaterapia), voimaantuminen (joogasiddhi), henkinen kasvu (joogasadhana) ja mielen valaistuminen (samadhi).

Aikojen kuluessa on kehittynyt erilaisia joogasuuntauksia, joita kutsutaan joogalajeiksi tai joogaperinteiksi. Kustakin joogalajista tai -perinteestä löytyvät yleensä edellämainitut erilaiset lähestymistavat, koska oppilaat ja ajankohtaiset tarpeet ovat erilaisia. (Helsingin astanga joogakoulu 2015b)

Sekä metodit (filosofia, meditaatio, asento- ja hengitysharjoitukset) että päämäärät (hyvinvointi, voimaantuminen, henkinen kasvu ja valaistuminen) ovat siis erilaisia, silti kaikki on osa Joogaa. Se, että joogasta voidaan puhua yksikössä metodien ja päämäärien moninaisuudesta huolimatta, selittyy ihmisten yksilöllisyydellä: ”oppilaat ja ajankohtaiset tarpeet ovat erilaisia”. Angela Farmerin näkemys joogasta perustuu sekin vastaavanlaiseen yksilöllistävään 'jokaiselle jotakin' -ajatteluun. Farmer on ottanut – ja kehottaa muitakin ottamaan – vapauden ajatella että joogassa on kyse heistä itsestään:

Mielestäni joogassa on kyse voimaantumisesta kehossa olemisen kautta. Ja anna itsellesi se vapaus, että joogassa on kyse sinusta. Joogassa on kyse elossa olemisesta, sen tunnustelemisesta, kuka olet, mitä kehosi sinulle kertoo, miltä sisälläsi tuntuu. Ja avautumisesta, itsesi avaamisesta kaikin puolin. Uskon että siinä on oikeastaan kyse itsensä näkyväksi tekemisestä. (Farmer 1999, oma suomennos)

Joogan näkeminen itselähtöisenä on kätevä tapa selittää joogan monimuotoisuutta. Toisaalta se myös voimaannuttaa nykyjoogaajan kyseenalaistamaan traditioita ja poikkeamaan niistä tarvittaessa. Farmer jatkaa:

Haluaisin esittää kysymyksen siitä, mitä jooga on ja mistä se tulee? Olemme tottuneet kuulemaan että jooga tulee Intiasta ja Himalajalta, ja että kauan sitten, luultavasti tuhansia vuosia sitten oli joitain valaistuneita miehiä, oletettavasti jumalten valaisemia, ja he jakoivat tämän ihmeellisen menetelmän rauhan löytämiseksi itsemme ja ympäristömme kanssa. [...] Ja niin minä ajattelin: keitä nämä ihmiset oikein olivat, ja mitä he tekivät? Ja entä jos minä olen yksi

heistä? Tai sinä olet yksi heistä? Ja käyttäisit riittävästi aikaa tutkiaksesi mitä sisälläsi tapahtuu. Ja tutkiaksesi tunteitasi, ja sitä mitä ne tekevät kehollesi. Ja havainnoidaksesi sitä miten liikut, ja jos sinulla on tarve liikkua, mistä se tulee? Joogaamisesta tuli enemmänkin sisäinen matka. (Ibid., oma suomennos)

Farmer siis asettaa itsensä samalle linjalle tuhansien vuosien takaisten miesten kanssa ajatellen, että hän – aivan kuten nuo miehet – kehittää metodia oman kokemuksensa yksityiskohtaisen havainnoinnin myötä. Se, että hänen oma metodinsa poikkeaa muista, ei tee siitä olemuksellisesti erilaista, jooga on joogaa, oli kyse sitten hänen tai muinaisten miesten sisäisestä matkasta. Kuitenkin se, mikä tekee Farmerista erityisen oikeutetun tradition muokkaajan, on hänen naiseutensa, sillä historian saatossa eri joogametodit ovat kaikki perustuneet miesten kokemuksiin ja heidän matkoihinsa. Naisen sisäinen joogamatka puolestaan on enemmän tai vähemmän ennenkuulumaton, sillä naiset ovat tottuneet kuuliaisesti seuraamaan miesten laatimia reittisuunnitelmia.

Myös Dinsmore-Tuli kirjoittaa, että vaikka traditiosta ovat joogan historian aikana poikenneet niin miehet kuin naisetkin, on sukupuolittunut näkökulma ja naisen kokemuksen puute voimakkaita motivoivia voimia nimenomaan naisten päätökseen tehdä asiat toisin (Dinsmore-Tuli 2014, 57–8). Dinsmore-Tulin oma näkemys heijastelee samaa, sisäisen matkan retoriikkaa, jossa Jooga on ja pysyy vaikka matkat ja matkustajat muuttuvat. *Yoni Shaktin* johdanto alkaa seuraavilla asiantilaa kuvaavilla sanoilla:

Kehotan sinua nyt siirtämään syrjään kaiken mitä luulet saattavasi tietää joogasta, sen historiasta ja sen harjoittamisesta, sen nykyisistä muodoista ja opetuslinjoista. Harkitse sen sijaan mahdollisuutta, että tämä voimakas henkinen harjoitus, tämä muutoksen ja kehityksen teknologia, tämä globaali ruohonjuuritason ilmiö joka tuo rauhaa ja hyvinvointia miljoonille, tämä kokoelma harjoituksia jota kutsumme joogaksi, on luonnollisesti ilmenevä tapa olla yhteydessä luonnon rytmeihin, ja jota, kenties, aikanaan inspiroi kunnioitus näitä naisten elämänsykkien voimakkaita emotionaalisia, psyykkisiä ja fyysisiä kokemuksia kohtaan. (Ibid., 21, oma suomennos)

Dinsmore-Tuli puhuu tässä samanaikaisesti joogasta yksikössä ”voimakkaana henkisenä harjoituksena” ja ”globaalina ruohonjuuritason ilmiönä”, että monikossa ”kokoelmana harjoituksia”, jota nykypäivänä on ”useita muotoja ja opetuslinjoja”. Dinsmore-Tulin oma joogamuoto ehdottaa, että joogassa on kyse luonnonvoimien rytmiin yhtymisestä. Koska naisten kohdut seuraavat kuun kierron rytmiä, ovat he siis jo luonnostaan äitimaan rytmittämällä joogamatkalla, olivat he siitä tietoisia tai eivät. Väitteeseen siitä, että (miesten) jooga metodina alun perin syntyi naisten luonnollisten kokemusten innoittama, palaan yksityiskohtaisemmin seuraavassa pääluvussa.

Joogan monimuotisen universaalin paradoksin voisi kiteyttää muotoon 'yksi

jooga, monta muotoa'. Tässä logiikassa jooga ei niinkään näyttäyty kattokäsittienä, jonka alle toisistaan erotettavat harjoitukset niputetaan, vaan pikemminkin olemuksellisenä ytimenä, joka yhdistää eri traditiot yhdeksi suureksi vapaan kasvatuksen perheeksi. Eri polut johtavat kaikki samaan päämäärään, vaikka itse päämäärästäkään (terveys, transformaatio, valaistuminen jne.) ei täysin olla päästy yhteisymmärrykseen! Joogan moninaisuutta ja sen kategorisoinnin vaikeutta lisää myös sen monialaisuus: se mikä on terveyttä yhdelle, on meditaatiota tai uskontoa toiselle. Jooga ylittää ja sumentaa rajoja esimerkiksi urheilun, hyvinvointialan ja maailmankatsomuksen välillä, kuten uskonnontutkija Måns Broo asian ilmaisee. Toisaalta se, ettei suuri osa joogan harrastajista joogan uskonnollisesta perustasta huolimatta koe harrastustaan uskonnollisena tai henkisenä asiana, kertoo Broon mukaan itsessään jotain siitä myöhäismodernista, postsekulaarisesta yhteiskunnasta jossa me elämme (Broo 2012, 1).

Tämä myöhäismoderni, postsekulaari yhteiskunta on kaikkea muuta kuin ristiriidoista ja paradokseista vapa. Se, että voidaan *Om*-printillä varustettu urheilutoppi päällä mennä joogatunnille lievittämään stressiä joogan henkisydestä tai *Om*-tavun uskonnollisesta symboliikasta piittaamatta,²² kertoo ennen kaikkea siitä, mitä Braidotti (2006, 3) Deleuzeä ja Guattaria mukailleen kutsuu kapitalismin skitsofreenisyydeksi. Tämä skitsofrenia ilmenee samanaikaisena yksilöllisyyden havitteluna ja erojen tuotteistamisena massakulutuskulttuurin ehdoilla. Yksilöllisyyttä kaupataan Braidottin mukaan tuotemerkkien kautta, jolloin aikamme subjektiutta kuvaava iskulause muuntuu muotoon ”kulutan, siis olen” (ibid.). *Om*-symbolilla varustettu joogatoppi on yksi niistä lukuisista joogatuoteperheen tuotteista, joiden avulla omaa joogaajan identiteettiä voi rakentaa. Tällöin *Om*-symboli merkitsee jotain aivan muuta, kuin hindulaista alkutavua; se toimii tietynlaisen elämäntyylin, identiteetin tai arvomaailman tunnuksena – maailman, joka on hindulaisuudesta usein varsin kaukana. Braidottin kuvaaman nyky-yhteiskunnan skitsofreenisen tilan voi nähdä konkretisoituvan myös mm. elinikäisen takuun joogamattoja kauppaavan joogatarvikejätti Mandukan brändissä, jonka

22 *Om*-tavua pidetään hindulaisuudessa pyhänä alkutavuna, jota pidetään koko maailmankaikkeuden äänellisenä manifestaationa. Koska jooga on kehittynyt osana hindulaista maailmankatsomusta, käytetään *Om*-tavua kuten myös muita hindulaisia mantrioja myös joogassa. Nykyjooga kuitenkin esitetään yleismaailmallisena ja uskonnosta riippumattomana henkisytenä, jolloin mantrat uskonnollisten konnotaatioidensa muodostuvat ongelmallisiksi. Intiassa muslimiryhmät hermostuivat päätöksestä alkaa kansainvälisen joogapäivän juhllisuudet *Om*-tavun voimin (HS 19.5.2016). Kaupallisten joogastudioiden harjoituksesta mantrojen ja *Om*-tavun resitointi usein puuttuu. Devanagarilaisessa kirjoitusmuodossaan siitä muodostuu rauhanmerkkiin tai jin ja jang -symboliin verrattavissa oleva graafinen kuva, jonka voi sanoa toimivan joogan epävirallisena logona.

keskeiseksi arvoiksi kerrotaan kestävän kehityksen lisäksi kulutuksen vähentäminen (Manduka 2016). Kulutuskulttuuria voi siis vastustaa kuluttamalla, ja Mandukan maton ostaminen on muun muassa urbaania ympäristötietoisuutta henkivää identiteettiä tuottava teko.²³

Jatkuva brändiäytyminen on myös merkittävä joogan monimuotoisuutta lisäävä ilmiö, joka pitää jooganmaailman jatkuvassa muutoksen tilassa. Andrea R. Jain kirjoittaa, että 1900-luvun loppupuolelta alkaen perinteisten opetuslinjojen auktoriteetti on vähentynyt ja sen tilan on ottanut laajalle yleisölle markkinoidut joogabrändit. Tämä on ollut omiaan lisäämään joogamaailman pirstaloitumista, kun lukuisat toimijat kilpailevat asiakkaista ja pyrkivät rakentamaan oman myyvän ja muista erottuvan tuotteensa tai palvelunsa. Vaikka joogatradiition ei voi nähdä olleen yhtenäinen tai muuttumaton ennen nykyaikaisten joogamuotojen kehittymistä, huomauttaa Jain että muutokset tapahtuvat nyt ennennäkemättömällä tahdilla. Tämä johtuu pitkälti median kasvaneesta merkityksestä kulutuskulttuurissa sekä sen aikaansaamasta jatkuvasta mainosvirrasta, joka pakottaa tuotteita ja palveluita uusiutumaan yhä kiihtyvällä nopeudella (Jain 2012, 4, 6–7).

Joogan pirstaloituminen ja brändiäytyminen on omiaan vahvistamaan monimuotoisen universaalin paradoksia. Jatkuva suosion kasvu on tehnyt joogasta itsessään brändin tai myyvän taikasanan, jonka avulla voi olettaa ainakin herättävän suuren kuluttajaryhmän kiinnostuksen. Joogatarjonnan määrällisen kasvun myötä se ei kuitenkaan enää yksin riitä houkuttelemaan asiakkaita, jolloin etuliitteet toimivat yrityksenä vakuuttaa asiakkaat valitsemaan juuri kyseessä olevan joogapalvelun. Toisaalta joogan käyttäminen jälkiliitteenä myy myös sellaisia palveluja, joita päältä päin katsottuna ei välttämättä joogaksi osaisi mieltää. Esimerkkinä voi mainita esimerkiksi naurujoogan²⁴ tai Dinsmore-Tulin äiti- ja taaperujoogan, joka nettisivujen videopätkistä päätellen käytännössä tarkoittaa lastenlorujen laulamista taaperoiden kanssa liikkuen (Womb Yoga 2011–2016b).

Tarkoitukseni joogan monimuotoisuuden osoittamiselle ei ole Joogan yleisnimikkeen purkaminen tai sen olemuksellisen ytimen tyhjäksi osoittaminen.

23 Kulutuksen vähentämisen kuluttamalla tekee Mandukan kohdalla entistä paradoksaalisemmaksi se, että joogamatoilla ja vaatteilla on vaihtuvat kausivärinsä ja -mallistonsa. Tuntuu siis siltä, ettei ekologinen joogakuluttajakaan pääse eroon vääjäämättömästi vaihtuvista trendeistä ja ajan hermoilla pysymisen tarpeesta – ainakaan ajatuksen tasolla.

24 Naurujooga on intialaisen lääkärin Madan Katarian kehittämä ”joogamuoto”, joka perustuu naurun terveydellisiin vaikutuksiin ja siihen, ettei keho erota tekonauria aidosta naurusta. Erilaisten naurua esiin kutsuvien harjoitusten lisäksi naurujoogassa tehdään joogaan perustuvia hengitysharjoituksia (Laughter Yoga University).

Tarkoitukseni on tuoda esiin se, miten naisellisten joogamuotojen kehittäminen oikeastaan voi nähdä olevan osa laajempaa joogan pirstaloitumista, jonka seurauksena ne näyttäytyvät vähemmän radikaaleina. Naiset eivät ole ainoita, jotka ”traditiota” ovat muokanneet. Naisellisen joogan voikin sanoa olevan joukko tietyille kohderyhmille (mm. äidit ja taaperot, odottavat äidit) räätälöityjä, muusta joogasta edukseen erottautuvia joogamuotoja muiden joukossa. Kuitenkin naisellisen joogan puolestapuhujat vannovat radikaalin muutoksen nimeen, käyttäen naisnäkökulman erityislaatuista omaan joogan uudistamisensa oikeuttajana. Joogan naisellistaminen ei ole mikä tahansa mainostemppu, vaan muutos jolle todellakin on tarvetta. Tämä yleistää ongelmallisella tavalla sen, miten naisellisten joogamuotojen asiakaskunta muodostaa monella tapaa homogeenisen ryhmän. Palaan tähän tarkemmin seuraavassa alaluvussa. Toisaalta naisnäkökulman kriittiseen tarpeeseen vetoaminen peittää alleen mahdolliset muut muutosta motivoivat, tietoiset tai tiedostamattomat tekijät. On luultavaa, että esimerkiksi Dinsmore-Tulin äiti- ja taaperotunneilla riittää kävijöitä nimenomaan siksi, että ne ovat joogatunteja äiti- ja taaperojumpan tai -lorukerhon sijaan.

Toisaalta joogamaailman pirstaloituminen lukuisiin eri nimikkeisiin ja koulukuntiin tekee joogamaailmasta oman kuplansa, jossa sekä joogastudioilla että joogan harrastajilla on tietynlainen paine pysyä ajan hermoilla. Esimerkiksi tanskalaisen joogakoulun järjestämää, lihaskalvoja vapauttavaa joogatyöpajaa mainostettaessa muistetaan huomauttaa, että ”[f]askiatyöskentelystä on kiistatta tulossa ”uusi musta” kansainvälisessä joogayhteisössä” (Dynamicyoga.dk, oma suomennos). Pirstaloitumisen voi nähdä joogan laajentumisena uusille alueille, kuten tanssin, terapian ja synnytysvalmennuksen puolelle. Näkisin kuitenkin, että pirstaloituminen osaltaan myös vahvistaa joogakuplaa. Jatkuva uusiutuminen ja kärryillä pysyminen siitä, mikä on uutta joogamaailmassa vie huomiota siltä, mikä tai ketkä jäävät kuplan ulkopuolelle. Vaikka joogamaailma päällisin puolin onkin moninainen ja laaja-alainen, on kyseenalaistettava missä määrin joogan saavutettavuus todellisuudessa lisääntyy.

3.2 Monimuotoisuuden homogeenisyys

Useat eri tahot joogamaailmassa tuntuvat vaativan omaa ääntänsä kuuluviin ja joogan soveltamista erilaisiin tarpeisiin. Marginalisoituun positioon asettuminen toimii oman äänen oikeuttajana, ja niin Farmerin ja Dinsmore-Tulin naisellisten joogamuotojen kuin Broga-joogan retoriikassa nais- tai miesnäkökulman tuominen joogaan nähdään joogaa monipuolistavana tekona. Itsepintainen ajatus siitä, että esimerkiksi naiselliset joogat

radikaalisti poikkeavat traditiosta, peittää kuitenkin helposti ne rajoittavat rakenteet, joita naiselliset joogat uusintavat. Tässä alaluvussa kysyn, kuinka paljon joogamaailma naisellisten joogamuotojen myötä lopulta monipuolistuu, ja ketä tämä monipuolistuminen koskee. Oman näkökulman marginalisointi ja monipuolistamisretoriikka antaa ymmärtää, että propagoidun vaihtoehtoisen äänen myötä joogaharjoituksesta tulee saavutettavaa aina vain laajemmalle yleisölle. Tarkastelen eri joogakohderyhmien välisten erojen luonnetta ja väitän, että sukupuolittuneiden joogamuotojen myötä tuotettu joogamaailman monimuotoisuus ja saavutettavuus on monella tapaa näennäistä.

Eri kohderyhmille suunnattujen joogamuotojen lisäksi myös joogan läsnäolo erilaisissa medioissa lisää ajatusta joogamaailman levinneisyydestä. Esimerkiksi erilaiset *Yogaian* ja *Yogoben* tapaiset internetjoogapalvelut vahvistavat ajatusta joogan helposta saavutettavuudesta edelleen. Kuukausimaksulla toimivat palvelut tarjoavat joogavideoita, joiden avulla voi joogata milloin ja missä tahansa. Tämä saa joogamaailman näyttäytymään ulottuvan kaikkialle: jooga tulee sinne missä sinä olet. Kuvatakseen nyky-yhteiskunnan kulttuurista ja uskonnollista kontekstia uskontotieteilijä Ingvild Sælid Gilhus laajentaa Jonathan Z. Smithin uskonnon jäsentämisen mallia, jossa uskonnon voi jakaa tilallisiin dimensioihin *täällä*, *siellä* ja *missä tahansa*. Uskonto *täällä* tarkoittaa kodin tai muiden perheeseen kytkeytyvien tilojen kuten hautausmaan piirissä harjoitettua uskonnollisuutta. Uskonto *siellä* puolestaan viittaa uskonnon harjoittamiseen kirkossa tai temppelissä. *Missä vain* tapahtuvaa uskontoa puolestaan harjoittavat ennustajien ja taikureiden kaltaiset uskonnolliset yrittäjät, ja tähän kategoriaan Gilhus sijoittaa myös nykypäivän enkeliterapeutit ja New Age -parantajat. Gilhus kuitenkin lisää Smithin alun perin antiikinaikaista uskonnollista kenttää kuvaavaan jäsenyyksen neljännen dimension, uskonnon *kaikkialla*. Tämä dimensio kuvaa Gilhusin mukaan sitä, miten vaihtoehtoisia terapiamuotoja tai henkisyyttä propagoivat tahot saavuttavat yleisen tietoisuuden erilaisten medioiden kautta: he kirjoittavat kirjoja, ylittävät sanomalehtien uutiskynnyksen sekä esiintyvät televisiossa ja radiossa (Gilhus 2012, 70–71). Myös joogamaailman voi nähdä ilmentävän uskontoa *kaikkialla*.

Joogamaailma ei kuitenkaan ole täysin avoin kaikille, vaan pitkälti niiden saatavilla joilla on varaa elää siinä. Tämä aspekti jää kuitenkin usein vaille huomiota. Esimerkiksi naisille suunnattua *Sex, God & Yoga* -verkkokonferenssia mainostetaan virtuaalisuutensa vuoksi helposti saavutettavana. Mainosvideolla konferenssia juontavat

joogaohjaajat Katie Silcox ja Jessica Durivage hehkuttavat:

[Konferenssi] on virtuaalinen, joten voit osallistua mistä maailman kolkasta tahansa, mistä aikavyöhykkeestä tahansa. Tämä konferenssi on kaikille, jotka kokevat että heidän seksuaalisuudellaan on roolinsa heidän havahtumisessaan. Se on kaikille, jotka kokevat että heidän aistillisuudellaan ja tunteellisuudellaan on roolinsa heidän joogassaan. Me haluamme antaa välineitä jotka auttavat sinua ja opettavat sinut näkemään miten nuo nimenomaiset asiat, jotka ovat perinteisesti olleet kompastuskiviä, voivat toimia portaaleina voimaan. (Where Is My Guru 2016, oma suomennos)

Sex, God & Yoga -konferenssin voi nähdä esimerkkinä siitä, mitä Gilhus kutsuu uskonnoksi *kaikkialla*. Konferenssin myyntipuhe lupaa jokseenkin samaa kuin Dinsmore-Tulin kirjan otsikko *Yoni Shakti: A Woman's Guide to Power and Freedom through Yoga and Tantra*: valtaa ja vapautta naisille joogan kautta. Kuitenkin se, että hakee henkistä kasvua kirjakaupan *terveys ja hyvinvointi* -hyllyltä tai maksullisia verkkokursseja tarjoavalta nettisivustolta vaatii tietynlaisen kuluttajan – kuluttajan, jolla on rahaa panostaa itseensä. *Sex, God & Yoga* -konferenssin voimaannuttavat opetukset ovat Silcoxin ja Durivagen mukaan jokaiselle kiinnostuneelle, maailman joka kolkassa. Vähemmälle huomiolle jää kuitenkin 248 dollarin osallistumismaksu (jota nettisivuilla (ibid.) mainostetaan huokeana, arvoltaan konferenssin kerrotaan olevan 5 000 dollaria!), ja täysin huomioitta se tosiasia, että osallistuminen edellyttää myös tietokoneen ja internetyhteyden.

Joogamaailman pirstoutuneisuuden ja monimuotoisen universaalin paradoksin ongelma ei toisin sanoen tämän tutkimuksen kannalta ole sen aikaansaamat joogatyyppien väliset tai lajien sisäiset teoreettiset ja maailmankatsomukselliset ristiriidat tai loogiset epäjohdonmukaisuudet. Jooga on vaikeasti kategorisoitava ja määriteltävä ilmiö suhteessa niin kenttään kokonaisuudessaan että yksittäisiin koulukuntiin. Ongelma liittyy siihen, mitä tämä sekasorto kätkee alleen, nimittäin sen miten niin joogamaailma kokonaisuudessaan kuin naisellinen jooga ilmiönä on monimuotoisuudeltaan monella tapaa yksiulotteista. Angela Farmer pitää monimuotoisuutta ja universaaliutta kolikon kääntöpuolina:

Olemme uskomattoman yhtä. Sama hengitys kulkee lävitsemme, sama energia kulkee lävitsemme. Meillä vain sattuu olemaan eri vaatteet, eri kehot. Mutta olemme erittäin samanlaisia. Ja tämä on yksi aspekti kun olet syvällä meditaatiossa, tai ehkä vain rentoutuksessa *śavāsanassa*, menet niin syväälle että kadotat käsityksen siitä kuka olet, sinulla ei tunnu olevan enää kehoa, ja sinä vain sulaudut lattiaan tai ympäristöösi. Se on hyvin tärkeä osa elämässä, koska silloin voit virittäytyä kohti mitä vain, puuta, maata, muita ihmisiä. Mutta sitten on se toinen puoli, kuin tulet ulos, että sinä olet ainutkertainen, ei ole ketään sinun kaltaistasi, kenelläkään ei ole tämänlaista olkapäätä, kenelläkään ei ole tämänlaista nenää. Olemme ainutkertaisia ja ilmaisemme jotain ainutkertaista. Ja nämä kaksi aspektia ovat mielestäni keskeinen osa joogaa. (Farmer 1999, oma suomennos)

Kuitenkin kun katsoo Farmerin työpajan naisten yksilöllistä ilmaisua alaspäin katsovassa koirassa (ks. kuvaliite, Kuva 1), kiinnittyy huomio väistämättä erojen sijaan harjoittajakunnan homogeenisyyteen. Kaikki ovat valkoisia, hoikkia, reilusti alle keski-ikäisiä ja verrattain notkeita naisia vailla erityisiä liikuntarajoitteita. Kun Farmerin koira vertaa Broga-joogan nettisivujen mainosvideossa vilahtavaan samaiseen *āsanaan* (Kuva 2), on näkymä sukupuolta lukuun ottamatta erehdyttävän samanlainen; broga-joogaavat kehot ovat niin ikään valkoisia ja nuorehkoja, ja joiden kankeuskin on vähintäänkin suhteellista.²⁵ Yllättäen broga-sali näyttäytyy jopa Farmerin joogasalia heterogeenisemmältä, sillä takarivissä on myös muutama nainen.

Se, että nainen sulautuu broga-saliin paremmin kuin ei-valkoinen mies, kertoo jotain olennaista siitä, minkälaisen kehojen saavutettavissa joogamaailma on. Sara Ahmed puhuu valkoisuudesta perittynä kehollisena orientaationa, eli maailmaan suuntautumisenä tietystä lähtöpisteestä käsin. Se, mistä pisteestä lähtee liikkeelle määrittää etemme aukeavan maailmaan luonnetta ja sitä, minkälaiset asiat tai ilmiöt ovat ulottuvillamme. Näinollen valkoisuus ei Ahmedin mukaan niinkään viittaa ihon pigmentteihin: valkoisista ihmisistä ei tee samanlaisia se, että he ovat valkoisia. Valkoisten samankaltaisuus tulee siitä, miten he asuttavat tai pitävät hallussaan tiettyjä tiloja. (Ahmed 2007, 154–155). Sanonnassa ”like two peas in a pod” itse herneet eivät Ahmedin mukaan ole samuuden keskeinen määrittäjä, vaan olennaista on palko ja herneiden läheisyys kyseisessä tilassa. Palko ei siis myöskään itsessään tee herneistä toistensa kaltaisia, vaan samuus muodostuu herneiden ja palon vastavuoroisesta kontaktista ja palkoon kääriytymisestä (ibid., 155). Joogamaailma näyttää sukupuolesta riippumatta olevan valkoisten herneiden muotoinen palko, joka vastaavasti tuottaa tietynlaista valkoisten kehojen kaanonია. Toisaalta Ahmedin ajatus kehojen läheisyydestä samuuden määrittäjänä tarkoittaa myös sitä, ettei joogasali myöskään ole kaikille valkoisille kehoille ole yhtäläillä avoin. Kaikki valkoisuus ei ole samanarvoista. Voisi siis sanoa että joogasalin valkoisuus eroaa esimerkiksi omissa autoissaan McDonald’sin autokaistalla jonottavien kehojen valkoisuudesta. Kummassakaan tapauksessa valkoisuus ei ole yksin kehon ominaispiirre, mutta ei myöskään pelkän tilan (joogasalin tai autokaistan) tuottama efekti.

Orientaatiot ovat Ahmedin mukaan periytyviä ja niillä on omat

²⁵ Omakohtainen kokemus joogaohjaajana osoittaa, että Broga-joogaavien miesten videolla vaivatta suorittama liike, jossa alaspäin katsovasta koirasta otetaan askel käsien väliin, on haastava etenkin keski-ikää lähentyville naisille, mutta myös usealle naiselle ikään katsomatta.

historiallisuutensa (ibid., 154). Myös joogaavien kehojen kaanonilla on oma historiansa, ja se uusiutuu aikaisempien orientaatioiden viitoittamaa suuntaa seurailleen. Amy Elisabeth Champ selittää joogan valkoisuutta Amerikassa historian kautta ehdottaen, että afroamerikkalaisille ja muille värillisille kansanryhmille oman kulttuurisen identiteetin rakentaminen on ollut kansalaisyhteisöjen puolesta kamppailemisen myötä historiallisesti tärkeää, eikä jooga vieraan kulttuurin tuotteena ole sopinut tähän yhtälöön (Champ 2013, 143). Valkoiset puolestaan nauttivat oman identiteettinsä näkymättömyydestä, kulttuurittomasta kulttuurista, jolloin eksoottisuuden shoppailu muualta tuntuu mielekkäämmältä (ibid., 137).

Kun nyt palaa Farmerin ajatukseen monimuotisuudesta ja universaaliudesta kolikon käänköpuolina voi todeta, että, Farmerin joogamaailman kontekstissa monimuotoisuudella on rajansa. Kyse ei ole vain siitä, että meillä sattumoisin on eri vaatteet ja kehot kuten Farmer ehdottaa. Kyse on siitä, minkälaiset ja millä tavoin puettut kehot orientoituvat maailmaan tavalla, jossa jooga avautuu väylänä voimaannuttavaan itseilmaisuuksiin. Tarkoitukseni ei toisin sanoen ole väittää, etteikö Farmerin joogatunnilla alaspäin katsovassa koirassa kiemurtelevat kehot olisi erilaisia tai ilmaisultaan yksilöllisiä. Se, mitä Ahmedin teoriaan tukeutumalla haluan sanoa, on että on ilmiöitä eroja, joita ei tuossa tilassa ja hetkessä lainkaan ole edustettuina. Eikä kyse ole pelkästään Farmerin työpajasta yksittäisenä hetkenä; joogamaailma itsessään on tila jossa joogaavat kehot hetki toisensa jälkeen eroavat toisistaan tietyillä, mutta ei toisilla tavoilla.

Tila, jossa Farmerin joogaoppilaat voivat yhtäältä meditatiivisesti sulautua ympäristöönsä ja toisaalta huomata omat yksilölliset olkapäänsä ja nenänsä, on valkoisten kehojen kansoittamaa. Tiloista ei Ahmedin mukaan kuitenkaan tee valkoisia yksinomaan se, että valkoiset kehot toistuvasti asuttavat niitä. Tilojen valkoisuus tulee siitä, *miten sulavasti* nämä ja niitä edeltävät kehot tilaa asuttavat (Ahmed 2007, 159). Tilan valkoisuus tulee siis valkoisten kehojen tilaan sulautumisesta, ja vastaavasti ei-valkoisten kehojen joukosta erottumisesta. Joogasali ja siellä joogaavat ihmiset tuottavat yhdessä tietynlaista maailmaan asettumista tai orientaatiota, jonka valkoisuutta ei horjuttaisi yksittäinen joukkoon eksynyt värillinen keho. Vaikka *śavāsana* saattaa hyvinkin valkoiselle keholle toimia Farmerin kuvaamana taustaan sulautumisen tilana, jossa oman kehollisuuden rajat voi unohtaa, mutta pystyykö ei-valkoinen tai muulla tapaa joogaajaan normista poikkeava keho yhtäläillä unohtaa ruumiillisuutensa joogasalin puitteissa?

Luvun alussa esitin kysymyksen siitä, kuinka paljon näkökulmien ja kokemusten monimuotoisuutta naiselliset joogat joogamaailmaan oikeastaan tuovat? Vaikka on selvää, että Farmerin ja Dinsmore-Tulin joogametodit poikkeavat muusta joogasta, antaa harjoittajakunnan tietynasteinen homogeenisyys suhteessa esimerkiksi broga-joogaan aihetta pohtia tämän monipuolisuuden luonnetta ja sitä, kuka siitä hyötyy? En siis ole väittämässä, etteivät kohtujooga tai Farmerin soljuva jooga erottuisi broga-joogasta. Sen sijaan että pohtisin joogan monipuolistumista vertailemalla metodeja tai harjoituksen luonnetta haluankin tässä tarkastella kysymystä orientaation käsitteen kautta. Orientaatiot toimivat Ahmedin mukaan lähtöpisteinä, jotka asettavat tietyt asiat ulottuvillemme, ja vastaavasti jättävät toiset näkökenttämme ulkopuolelle. Asioilla Ahmed ei viittaa ainoastaan fyysisiin objekteihin: esimerkiksi valkoisuus asettaa ulottuvillemme muun muassa myös tietynlaisia tyylejä, haluja sekä toimintatapoja ja -mahdollisuuksia (Ahmed 2007, 154). Kysymys monipuolistumisesta kuuluu näin ollen pikemmininkin mikäli naiselliset joogat edesauttavat uusia ihmisiä orientoitumaan tavalla, jossa jooga on heidän ulottuvillaan?

Dinsmore-Tuli ja Farmer ovat molemmat itse joogamaailman pitkäaikaisia kasvatteja joiden ensimmäinen kosketus joogaan sijoittuu 1960-luvun jälkipuoliskolle, eli aikaan jolloin joogan suosio länsimaissa vasta orasti. Farmer löysi joogan 28-vuotiaana vuonna 1967 seurattuaan hetken mielijohteesta ystävänsä joogatunnille (Cummings 2007). Vasta nelivuotias Dinsmore-Tuli taas vihkiytyi joogan pariin vuonna 1969 äitinsä innoittamana (Yogacampus 2016; umadinsmoretuli.com). Sekä Farmerin että Dinsmore-Tulin voi siis sanoa jo olleen orientoituneita maailmaan tavalla, jossa jooga on varsin helposti ollut heidän ulottuvillaan. Vaikka joogan popularisoituminen oli Farmerin ensikosketuksen aikoihin 1960-luvun jälkipuoliskolla vasta alkutekijöissään, oli jooga kuitenkin riittävän lähellä ollakseen ”hetken mielijohde”. Vielä lähempänä maailman hahmottamisen näkökentässä jooga oli Dinsmore-Tulin kohdalla. Molemmat ovat joogauransa alussa opiskelleet kotimassaan Britanniassa joogaan laajasti vaikuttanutta Iyengar-joogaa²⁶. Ainakin Farmer on opiskellut pitkään myös itse B. K. S. Iyengarin johdolla, ja opetti nimenomaan Iyengar-joogaa ennen

26 B. K. S. Iyengar on yksi merkittävimpiä joogan länsimaistumiseen vaikuttaneita toimijoita. Erityisen keskeinen asema Iyengar-joogalla on Britanniassa, jonne Iyengar matkusti säännöllisesti 1950-luvun puolesta välistä lähtien antaakseen yksityistunteja viulisti Yehudi Menuhin'ille. 1967 Iyengar ryhtyi opettamaan joogaa valtionrahoittaman aikuiskoulutuksen puolella, mikä edesauttoi Iyengar-joogan metodin institutionalisoitumista, johtaen lopulta järjestelmällisen Iyengar-jooga opettajakoulutuksen kehittämiseen. Opettajakoulutus mahdollisti Iyengar-joogaopettajien kouluttamisen Britanniassa ilman välitöntä kontaktia Iyengarin itsensä kanssa (Newcombe 2014).

käänteentekevää havahtumistaan (Cummings 2007). Joogaterapeutiksikin kouluttautunut Dinsmore-Tuli puolestaan ei yhtä vahvasti ole yhden koulukunnan kasvatti, vaan kertoo jooganneensa samanaikaisesti muun muassa Iyengar- ja Satyananda-joogakouluissa (Dinsmore-Tuli 2014, 67; umadinsmoretuli.com).

Sekä Farmer että Dinsmore-Tuli olivat siis molemmat syvällä joogamaailmassa jo ennen joogan naisellistamiseen tähtääviä hankkeitaan, ja niin tuntuu olevan myös suuri osa heidän oppilaitaan. *The Feminine Unfolding*-elokuvan ohjaaja, Farmerin joogatyylisiä inspiroitunut toimittaja ja joogaohjaaja Claudia Cummings kirjoittaa *Yoga Journalin* artikkelissaan Farmerin oppilaista seuraavasti:

Monet sanovat joogan vihdoinkin heränneen henkiin kuin he saapuivat hänen [Farmerin] tunnilleen ja saivat suuren ”Ahaa!” -elämyksen siitä, mistä joogassa oikein on kyse. Jotkut sanovat, että monien tyypillisten joogatuntien tiukkojen rajoitusten jälkeen hänen tarjoamansa kiireetön ja ilmaisuvoimainen liike tuntuu siltä kuin vapautuisi häkistä. Ja useampi kuin muutama perinteisten tapojen kannattaja myöntää että vaikka he julkisesti toimivat sääntöjen mukaan, heiluvat he salaa kotona Farmerin tapaan. (Cummings 2007, oma suomennos)

On tietenkin täysin mahdollista, että Farmerin joogatyylillä on joidenkin ensikosketus joogaan ylipäättensä. Cummingsin kommentti antaa kuitenkin ymmärtää, että Farmerin oppiin hakeutuvat ovat jo joogan harrastajia, jotka tämän avulla vihdoinkin ymmärtävät joogan ytimen. Yksi Farmerin suurimmista anneista on joogaharrastajien vapauttaminen tyypillisen joogatunnin kahleista, ja Farmerin tyyliin heiluvat salaa kotona myös ne jooga-alan toimijat, jotka julkisesti edustavat perinteistä joogaa. Dinsmore-Tuli puolestaan haluaa ravistella jo joogaavat naiset hereille jotta he tiedostaisivat kohtunsa läsnäolon ja vaikutuksen joogaharjoitukseen:

Suurin osa joogaa harrastavista ja opettavista ihmisistä tällä planeetalla on naisia. Suurimmalla osalla näistä naisista on kohtu. Ja monilla näistä naisista on hyvin vähän käsitystä joogaharjoituksen vaikutuksista heidän kohtuihinsa. Tämä johtuu siitä, että joogan kehittivät alun perin miehet miesten kehoja varten, ja että se on viime aikoihin asti välittynyt eteenpäin yksinomaan miespuolisia opetuslinjoja pitkin. Perinteisten joogan opettamisen tapojen kohtutietoisuus on siis todennäköisesti nolla, joten joogamaailmassa on paljon tietämättömyyttä ja epäselvyyttä siitä, mitä kohduillemme tapahtuu joogatessamme. (Dinsmore-Tuli 2014, 582, oma suomennos)

Naisellisen näkökulman puute ei siis selvästikään ole estänyt naisia joogaamasta, mutta joogamaailma on riskialtis paikka kohdustaan epätietoisille naisille. Kohtutietoisuuden lisääminen on siis Dinsmore-Tulin mielestä ensisijainen tehtävä, jotta joogamaailmasta tulisi kohtuystävällisempi paikka ja siellä jo joogaavat naiset voivat harjoitella turvallisesti.

Sekä Farmerin että Dinsmore-Tulin joogamuodot näyttävät siis ensisijaisesti olevan suunnattu jo joogaaville naisille, jotka kaipaavat oman harjoituksensa

syventämistä tai kehittämistä. Ne eivät välttämättä niinkään tee joogasta saavutettavampaa ulkopuolisille, vaan toimivat välineenä jonka avulla joogamaailmassa elävät voivat uudelleenorientoitua tuohon tilaan ja tarkastella harjoitusta uudelta kantilta. Farmerille ja Dinsmore-Tulille traditiosta poikkeaminen on lisäksi ollut tietoinen valinta, jonka on mahdollistanut heidän positioitumisensa joogamaailman ”sisäpuolelle”. Se, että normista poikkeaminen on heille mahdollinen valinta, kertoo heidän etuoikeutetusta asemastaan joogamaailmaan jo sulautuneina toimijoina. Tästä huolimatta he pitävät itsepintaisesti kiinni vähemmistöpositiostaan vedoten naisnäkökulman historialliseen puuttumiseen. Tämä äänekäs ja tietoinen traditiosta eroaminen ja naisten marginalisoidusta asemasta kiinni pitäminen sallii heidän olevan kriittisesti ajattelematta sitä, miten he myös monilla tavoin sijoittuvat joogamaailman ytimeen tai ovat poikkeamatta joogamaailmaa määrittävistä normeista.

4 ISO, PAHA, MUTTA IHAN KIVA TRADITIO

[T]raditioita eivät ylläpidä ihmiset, jotka esittävät niistä kysymyksiä, vaan ihmiset jotka hyväksyvät tradition eivätkä koe kysymyksiä esittämistä tarpeellisenä, sillä he uskovat perinteisen vastauksen olevan aina oikeassa. (Dinsmore-Tuli 2014, 64, oma suomennos)

Kyse ei ole siitä, ettemmekö me tekisi [jooga]-asentoja tai että olisimme traditiota vastaan. Me vain uskomme että kaikkein tärkeintä on löytää tiemme takaisin sinne mistä se on lähtöisin. (Farmer 1999, oma suomennos)

Nykyjoogan universalisoiva tendenssi ei koske vain moderneja joogamuotoja, vaan myös joogan historiaa ja sen muinaisia juuria. Jooga mielletään usein vuosituhansia vanhaksi traditioksi joka perustuu muinaiisiin itämaisiin viisauksiin. Joogatradition alkuperän ajoittaminen tuhansia vuosia ajassa taaksepäin saa joogan näyttäytymään ajan testamana menetelmänä, antaen sille painoarvoa. Kokemukseni mukaan *traditio* on nykyjoogapuheessa usein käytetty ilmaisu, jolla viitataan joogan oletettuun historialliseen jatkumoon. Ajatuksen traditiosta voi nähdä liittyvän hindu- ja joogakulttuurille ominaiseen konseptiin *paramparā*, joka viittaa opetuslinjaan jossa tieto siirtyy suoraan opettajalta (*gurū*) oppilaalle (*śiṣya*) muodostaen katkeamattoman tietoa ja taitoa eteenpäin välittävän jatkumon (Byrne 2014, 111). Joogatradition esittelyn tarkkuudessa on eri joogamuotojen ja tyylien välillä eroja. Nykyajan joogamaailmassa kulutuskulttuuri ja kansainväliset joogabrändit ovat jossain määrin uudelleenohjanneet joogaopetusta perinteisistä opetuslinjoista kohti valinnanvapautta ja erilaisten joogatuntien shoppailua (Jain 2012, 4, 6). Tarkka *paramparān* ylläpito on kuitenkin edelleen tärkeä joillekin joogakoulukunnille (erit. astanga-joogalle²⁷), ja puhe traditiosta esiintyy usein myös sellaisten joogabrändien mainonnassa jotka eivät esitä kuuluvansa tarkasti määriteltyyn opetuslinjaan. Tällaisissa tapauksissa joogan historian kuvaus typistyy usein ohimenevään viittaukseen joogatraditiosta: esimerkiksi ilmajoogaa – tämän hetken kenties suurinta joogatrendiä – mainostetaan ”joogatraditioon perustuvana” ja ”hatha joogan luonnollisena kehityksenä” (Unnata® 2006–2016).²⁸

Tradition tarkkuudesta huolimatta käsite luo joka tapauksessa linkin

27 Astanga-joogassa *paramparān* ylläpito on erityisen tarkkaa: astanga-joogaopettajaksi voi kouluttautua ainoastaan Shri K. Pattabhi Jois Ashtanga Yoga Instituutissa (KPJAYI) Mysoreessa, ja jo kouluttautuneilta vaaditaan säännöllisiä opintomatkoja Mysoreen opettajastatuksen ylläpitämiseksi. Useiden opettajien johdolla opiskelun nähdään olevan joogaoppilaalle haitallista, eikä joogatunneilla käymistä KPJAYI:n ulkopuolella suositella (Byrne 2014, 112–4).

28 Ilmajooga on Yhdysvalloissa kehittynyt joogamuoto, jossa joogaharjoitus tehdään katosta riippuvan silkkikankaan avulla. Tunneilla sekä riiputaan täysin lenkin muodostavan kankaan varassa tai sen sisään kietoutuneena, että tehdään harjoituksia lattialla kankaan tukemana. *Unnata® Aerial Yoga* on lajin pioneerin Michelle Dortignacin kehittämä ilmajoogametsodi, mutta lajia kaupataan myös muilla nimikkeillä, kuten Air Yoga tai Aerial Yoga.

nykyjoogaajan ja muinaisten joogien välille. Mitä kauemmaksi muinainen ajoitetaan, sitä suurempi autenttisuuden painoarvo saavutetaan. Tarkempaan historialliseen jatkumoon pyrkivät tahot mainitsevat usein tiettyjä historiallisia hahmoja, joista tradition nähdään juontuvan. Helsingin astanga-joogakoulun verkkosivuilla esimerkiksi kerrotaan, että astanga-jooga ”pohjautuu klassisiin joogateksteihin Rishi Patanjalin Yoga Sutra, Rishi Vamanan Yoga Korunta, Rishi Nathamunin Yoga Rahasya ja Yogi Swatmaraman Hatha Yoga Pradipika” (Helsingin astanga joogakoulu 2015a), joista *Yoga Sūtran* kerrotaan olevan kirjoitettu ”jo noin 2000 vuotta sitten” (ibid.). Myös epämääräisemmät *muinaisen* tai *vuosituhansia vanhan* kaltaiset viittaukset ovat yleisiä. Esimerkiksi joogaopettaja ja bestselleriksi nousseen naisille suunnatun ayurveda-oppaan kirjoittaja Katie Silcox kertoo nettisivujensa esittelyssä omaavansa ”kyvyn esittää joogan muinaisen viisauden monimutkaisuudet käytännöllisellä ja mieltä ylentävällä tavalla” (Silcox 2016).

Tässä luvussa minulla on kaksi tavoitetta. Ensimmäkin pyrin kuvaamaan sitä, millä tavalla naiselliset joogat traditiopuheeseen osallistuvat sekä ylläpitämällä oletettua traditiota että purkamalla sitä. Väitän, että yleistetty ajatus joogasta vuosituhansia vanhana monoliittina on olennainen naisellisten joogamuotojen ideologiselle logiikalle. Koska joogan naisvaltaisuutta on nykypäivän kontekstissa mahdotonta kiistää, on joogan naisellistajien väite naisten ulkopuolisuudesta perusteltava viittauksella naisten historialliseen poissulkemiseen joogan piiristä. Tämä toimii vain, jos nykypäivän joogaava nainen voi samaistaa itsensä ja joogaharjoituksensa näihin muinaiisiin naisiin ja miehiin. Pohdin tätä joogan naisellistajien standpointin oletettua ajattomuutta ja paikattomuutta ehdottamalla, että joogan naisellistajat muodostavat erillisen *episteemisen yhteisön* (Intemann 2016, 264–5) suhteessa joogan historiaan. Osoitan, että koska sukupuoli toimii joogan naisellistajien episteemisen yhteisön keskeisenä määrittäjänä, jää naisten ajallisuudet ja paikallisuudet huomaamatta.

Toiseksi pohdin tässä luvussa joogan naisellistajien ristiriitaista suhtautumista joogan historiaan. Dinsmore-Tulin yllä siteerattu väite kysymysten esittämisen ja tradition ylläpitämisen välisestä yhteensopimattomuudesta kiteyttää naisellisten joogamuotojen suhtautumisen joogatraditioon. Koska naiselliset joogat kyseenalaistavat joogatraditiota sen maskuliinisuuden vuoksi, muodostaa vähintäänkin implisiittinen traditionvastaisuus joogan naisellistamisen ytimen. Vaikka traditio näyttäytyy rajoittavana patriarkalisena järjestelmänä jota joogan naisellistaminen purkaa, ei vuosituhansia vanhoja juuria kuitenkaan olla valmiita hylkäämään kokonaan. Farmer

(1999) ilmaisee asian sanomalla ettei hän ole traditiota vastaan, vaan yrittää pikemminkin löytää tiensä takaisin joogan alkulähteille. Farmer juontaa siis oman joogansa autenttisuuden traditioitakin kauemmas muinaiseen historiaan, jolloin maskuliiniseksi mielletty traditio näyttäytyy alkuperäisen ytimen turmelleena tai totuudesta vieraantuneena hairahduksena. Tulen osoittamaan, miten sekä Farmer että Dinsmore-Tuli täyttävät traditionvastaisuuden – oli se sitten explisiittistä tai implisiittistä – aiheuttaman autenttisuustyhjiön esittämällä joogalle vaihtoehtoisen myyttisen ja ennen kaikkea naisellisen alkulähteen. Muinaisen tradition painoarvo saavutetaan siis tarkasti määritellyn opetuslinjan sijaan sijoittamalla naiseus joogan myyttiseksi alkupisteeksi. Tämä on omiaan ruokkimaan ajatusta ajattomasta ja paikattomasta naiseudesta ja universaalista naisellisesta joogasta. Käyttämällä kohtujoogaa esimerkkinä tulen osoittamaan, miten Dinsmore-Tulin omakohtainen kehollinen kokemus on toiminut joogan naisellistamisen lähtökohtana, jolloin tämän propagoima joogaamisen tapa ei ole irrotettavissa tämän spesifeistä naisena olemisen kokemuksista sekä niihin perustuvasta naiskäsityksestä. Näin ollen kohtujooga vetoaa pitkälti vain samanlaisen keho- ja naiskäsityksen omaaviin naisiin. Osoitan, että sekä Dinsmore-Tulin että Farmerin antama kuva heidän joogaamisen tapojensa avoimuudesta ja soveltuvuudesta erilaisille naisille kompastuu lopulta rajalliseen ja essentialistiseen ajatukseen naiseudesta ja naiskehon oletetuista ominaispiirteistä, sekä näiden keskeiseen tehtävään joogan naisellistamisen projektissa.

4.1 Moderni jooga, esimoderni jooga ja autenttisen itämaisen tradition myytti

Tämän tutkimuksen kontekstissa joogan voi karkeasti ottaen jakaa moderniin ja esimoderniin joogaan. Esimoderni jooga viittaa tällöin varsin laajaan historialliseen aikakauteen – aikaan ennen 1800-luvun jälkipuoliskolla käynnistynyttä joogarenessanssia. Jaottelun tarkoituksena ei ole väittää, että jooga ennen ja jälkeen tämän taitekohdan muodostaisi kaksi yhtenäistä, mutta toisistaan eroavaa joogaa, sillä jooga sekä ennen että jälkeen murroksen tarkoittaa useaa eri asiaa. Joogarenessanssin voi kuitenkin nähdä käännekohtana, jonka myötä jooga yhdistyi uusiin ja siihen merkittävästi vaikuttaviin voimiin, erityisesti länsimaisiin vaikutteisiin sekä moderniuden yhteiskunnallisiin ja aatteellisiin ihanteisiin. Joogarenessanssi muodostaa näin ollen käännekohdan, joka havaittavasti erottaa modernit joogat esimoderneista verrokeistaan. Joogaa tutkinut Elisabeth De Michelis (2009, 23–25) esittää esimodernin ja modernin joogan eroavan toisistaan karkeasti ottaen neljällä ratkaisevalla tavalla. 1)

Esimoderni jooga perustuu täysin dharmisten uskontojen²⁹ maailmankatsomukselliseen kontekstiin, kun taas moderni jooga on teoreettiselta perustaltaan synkretistinen, sisältäen vaikutteita myös abrahamisista uskonnoista, modernista empiirisestä tieteestä sekä modernista esoterismista. 2) Moderniin joogaan on vaikuttanut voimakkaasti sekularisaatio ja uskonnollisuuden individualisoituminen, eli *hengellinen vaan ei uskonnollinen* -logiikan (ks. 2.4 tässä tutkimuksessa) mukainen uskonnollinen vapaamuotoisuus. 3) Toisin kuin esimodernit verrokkinsa, on moderni jooga kehittynyt kapitalistisen markkinatalouden kontekstissa johtaen joogan kaupallistumiseen ja tuotteistumiseen. 4) Moderniin joogaan on lisäksi vaikuttanut olennaisesti medikalisaatio, jolloin jooga yhä enenevässä määrin esitetään vaihtoehdoisen terapian muotona.

On kuitenkin huomioitava, ettei jaottelua moderniin ja esimoderniin joogaan joogan kentällä useinkaan tehdä. Joogan historia nähdään pikemminkin sulavana jatkumona, jonka alkupisteen ajoitus vaihtelee näkemyksestä ja tahosta riippuen muutamista vuosituhansista eaa. (esim. Gates 2006, 11) aina kymmeneen tuhanteen vuoteen ajassa taaksepäin (esim. Satyananda Saraswati 2008 [1969], 2). Yksi joogan historian yleisimmistä myyteistä on Induslaakson sivilisaation niin kutsuttu proto-*Śiva* sinetti, sarvipäistä, eläinten ympäröimää joogamaisessa asennossa istuvaa hahmoa kuvaava arkeologinen löydös, jota useissa populaareissa joogakirjoituksissa pidetään vanhimpana joogan harjoittamista kuvaavana todisteena. Sinetin uskotaan olevan varhainen versio joogan myyttisestä perustajasta eli *Śiva*-jumalasta, ja se ajoittaa joogan alkuperän arviosta riippuen aikaan noin kaksi tai kolme tuhatta vuotta ennen ajanlaskun alkua. Tutkijat ovat kuitenkin esittäneet monenlaisia tulkintoja hahmosta ja sen todistusvoimaa pidetään kirjallisten lähteiden puutteen vuoksi arveluttavana (Samuel 2008, 3–6). Länsimaisen joogatutkimuksen parissa yleisesti hyväksytyn arvion mukaan joogan synty ajoitetaan populaareja joogakirjoituksia maltillisemmin noin 500- ja 400-lukujen tienoille ennen ajanlaskun alkua. (esim. Samuel 2008). Joogan synty kytketään kyseisellä aikakaudella muodostuneisiin askeettisiin *śramaṇa*-liikkesiin³⁰ (ibid., 8), joiden esiinnousuun myötä uskonnollisen askeesin harjoittamisen ideologiset

29 Dharmisiin uskonnoilla viitataan uskonnollisiin traditioihin, joissa *dharmān* (ihmisen elämää tai kohtaloa säätelevä luonnollinen järjestys) teoreettinen käsite on keskeinen. Näihin uskontoihin lasketaan yleensä hindulaisuus, buddhalaisuus, jainalaisuus ja sikhiläisyys.

30 *Śramaṇa*-liikkeillä viitataan ortodoksisen brahmaanisen uskonnon ulkopuolisiin askeettisiin ryhmittymiin, joita muodostui esimerkiksi buddhalaisuuden ja jainalaisuuden parissa. Askeesista, joka ennen oli ollut periodiluonteista, ainakin jossain määrin yhteiskunnallisesti yleishyödyllistä maagisten voimien saavuttamiseen tähtäävää toimintaa, tuli nyt elämäntapavalinta jonka myötä yksilö irtisanoutui radikaalisti muusta yhteiskunnasta ja sen velvoitteista (Samuel 2008, 119–123)

vaikuttimet muuttuivat ja sen harjoittaminen yleistyi. Samuel ajoittaa joogalle tyypillisten motiivien, eli valaistumisen (traditiosta riippuen *mokṣa*, *kaivalya*, *nirvāṇa* tai *bodhi*) ja uudelleensyntymisen kierteestä (*samsāra*) vapautumisen kehittymisen *śramaṇa*-liikkeiden aikakaudelle (ibid., 119–120). Tämä Buddhan elinajan tienoilla tapahtunut teologinen muutos tyypistäisi joogan historian reiluun kahteen tuhanteen vuoteen.

Tästä huolimatta ajatus Induslaakson sivilisaatiosta joogan kehityksen kehtona pitää joogayhteisössä pintansa. Joogatoimijoiden syyttäminen valehtelusta tai perusteettomasta totuuden vääristelystä olisi kuitenkin mielestäni epäkiinnostavaa. Mielekkäämpää on pohtia itsepintaista tarvetta joogan muinaiseen historiaan ja sitä, miten se mahdollistuu. Näkisin, ettei kyse välttämättä ainoastaan ole joogayhteisön välinpitämättömyydestä tieteellisten todisteiden puutetta kohtaan, vaan osaltaan myös tuossa yhteisössä jaetusta tiedon tuottamisen tavasta tai standpointista, joka noudattaa erilaista logiikkaa kuin tieteellinen historiantutkimus. Intemann (2016, 264–5) luonnehtii standpointia eräänlaiseksi ryhmätietoisuudeksi tai episteemiseksi yhteisöksi. Tämä tarkoittaa sitä, että sosiaaliset asemat ja niiden aikaansaamat tiedon tuottamiseen vaikuttavat kokemukset ovat jaettuja, ei yksilöllisiä. Joogatoimijoiden voi sanoa muodostavan episteemisen yhteisön, jonka tuottama tieto eroaa olennaisesti akateemisesta joogan historian tutkimuksesta. Joogan ajatellaan yleensä johtavan oman itsen perimmäisen, todellisen ja ikuisen luonteen oivaltamiseen (esim. Singleton 2005, 289). Tämän luonteen oletettu ikuisuus tekee joogan kokemuksesta ajattoman ja pohjimmiltaan yleistetyn. Näin ollen sen, että joogatoimijat ajoittavat joogan synnyn kauemmas historiaan kuin tieteelliset todisteet kenties sallivat, voi nähdä pohjautuvan heidän omaan henkiseen kokemukseensa. Koska tämän kokemuksen uskotaan olevan ikuinen, on joogatoimijoiden vaikea ajatella ettei tätä kokemusta olisi keksineet muutkin jo ammoisia aikoja sitten, vaikka itse joogamethodi olisikin jalostunut nykyiseen muotoonsa ajan mittaan. Joogatoimijoiden episteemistä yhteisöä määrittää siis kenties heidän oma kokemuksensa joogan päämäärän saavuttamisesta, tai ainakin usko tuon päämäärän mahdollisuuteen. Jokin tieteellisten todisteiden ulkopuolella yhdistää heitä Induslaakson sivilisaatioon. Lukuisia jooga-alan keskeisiä toimijoita yhteen kokoava *Yoga Unveiled* -dokumentin traileri kiteyttää joogan kokemuksen ajattomuuden. Joogan kerrotaan olevan maailman vanhin henkinen traditio, eikä tämän päivän joogaharrastajien tarvitse kuin ”katsoa olkansa yli, ja näköpiirissä on katkeamaton luovuuden virta, joka yhdistää heidät muinaiseen Intiaan” (Yoga Unveiled 2016, oma

suomennos).

Joogan naisellistajat tuovat oman lisänsä keskusteluun joogan alkuperästä, ja muodostavat nähdäkseni hekin oman episteemisen yhteisönsä. Joogatraddition maskuliinisuuden lisäksi joogan naisellistajat suhtautuvat kriittisesti maskuliinisenä pitämiinsä tieteellisiin tulkintoihin. Janice Gates (2006, 11) esimerkiksi kysyy, esittäväkö sinettien hahmot *baddhakoṇāsana*³¹ istuvaa naista vai meditoivaa miestä, ja toteaa että ”[u]seimmat tutkijat, miehiä kun ovat, näkivät ne jälkimmäisinä. Muut, etupäässä naiset, näkevät ne ensin mainittuna.” (oma suomennos) Koska kyseinen asento on suosittu raskausjoogassa käytettävä *āsana*, ei Gatesin mielestä ole vaikeaa uskoa, että sen alun perin kehittivät synnytykseen valmistautuvat naiset. Nimeämättömät miestutkijat näyttäisivät muodostavan tässä episteemisen yhteisön, joiden tulkintaan heidän miehenä olemisensa on vaikuttanut. Gates ehdottaa että ”muut”, jotka tämän mukaan etupäässä ovat naisia, ovat päätyneet toisenlaiseen tulkintaan, antaen ymmärtää että Induslaakson sineteistä tuotettuun tietoon vaikuttaa olennaisesti tiedon tuottajan sukupuoli. Koska miestukijoilla ei ole kokemusta synnytykseen valmistautumisesta joogan avulla, on tämä tulkinta jäänyt tekemättä, kun taas naiset, jotka itse ovat kokeneet raskausjoogan hyödyt, kykenevät näkemään tämän ilmiselvän tulkinnallisen mahdollisuuden.

Dinsmore-Tulin kirja *Yoni Shakti* on joogaoppaaksi poikkeuksellinen, sillä se kartoittaa joogan historiaa huomattavasti tarkemmin ja kriittisemmin kuin tavanomaiset populaarit joogakirjat. Dinsmore-Tuli (2014, 84–85) ottaa kantaa joogan historiankirjoituksen yleistävään tendenssiin kritisoiden erilaisten joogan opetuslinjojen tapaa ratsastaa autenttisen tradition myytillä. Joogan alkuperästä on Dinsmore-Tulin mukaan niin monta (todistamatonta) tarinaa, ettei yhden tietyn joogatraddition jäljittäminen yhteen tiettyyn alkupisteeseen ole mahdollista tai edes kovinkaan hyödyllistä. Kuitenkin Dinsmore-Tuli itse yleistää joogaa vain hengenvetoa aikaisemmin kirjoittaen että jooga on ”ollut kuvioissa jo hyvän aikaa”, ja että ”se on epäilemättä erittäin vanha” (ibid., 84). Näin tehdessään Dinsmore-Tuli tulee itse kytkeneeksi itsensä osaksi joogan ”vähintäänkin kolmetuhatta vuotta vanhaa” (ibid.) jatkumoa.

Dinsmore-Tuli ei kuitenkaan tyydy ainoastaan tuomitsemaan joogan historiankirjoituksen spekulatiivisuutta, vaan tuo omat naiselliset spekulationsa

31 Baddhakoṇāsana, tai sidottu kulma-asento, on *āsana* jossa istutaan salmiakkiasennossa jalkapohjat yhdessä.

mukaan pohdintaan. Dinsmore-Tuli huomauttaa, että kertomuksilla joogan alkuperästä – olivat ne todistettavasti tosia tai eivät – on väliä, sillä ne vaikuttavat nykypäivän joogaharjoittajaan:

”Se, mitä me joogan alkuperästä tiedämme, voi vaikuttaa kokemukseemme joogasta. Tiettyyn pisteeseen ymmärryksemme muodostuu osaksi sitä, mitä me uskomme tekevämme harjoittaessamme joogaa. Nämä tarinat ovat vaikutusvaltaisia. Ja jos on olemassa niin monta joogasta kerrottavaa tarinaa, on sillä väliä mitkä tarinat me kuulemme, koska kuulemamme on osa joogan kokemustamme.” (Ibid., 85, oma suomennos).

Dinsmore-Tuli (2014, 93–4) on täysin tietoinen tutkijoiden käymästä proto-*Śiva* sinetin todistusvoimaa koskevasta keskustelusta. Dinsmore-Tuli kuitenkin nostaa tulkinnallisen epävarmuuden esiin lähinnä päätelläkseen, että aivan yhtä validia tulkita sinetin hahmo Gatesin tapaan raskausjoogaavaksi naiseksi.

Dinsmore-Tuli siis käyttää joogan varhaishistorian epämääräistä todistusvoimaa ainakin jossain määrin tietoisesti hyväkseen spekuloidakseen naisten mahdollisella myötävaikutuksella joogan syntyyn. Dinsmore-Tuli antaa ymmärtää, että maskuliinisen tulkinnan epävarmuus tekee naisellisesta perspektiivistä tulkitsemisen aivan yhtä validiksi: ”koloniaalinen tutkimus on luonut koloniaalisia tulkintoja, feministiset näkökulmat luovat feministisiä tulkintoja” (Dinsmore-Tuli 2014, 94). Dinsmore-Tulia ei niinkään tunnu kiinnostavan joogan historiankirjoituksen oikeellisuus, vaan se, mitä nämä tulkinnat nykyajan joogaajille merkitsevät (ibid., 85). Kannanotto on mielenkiintoinen, sillä se näyttäisi viittaavan radikaaliin relativismiin. Jos tieto on tietäjän näkökulmasta riippuvaista, ei tärkeintä ole tiedon oikeellisuus vaan kaikkien yhtäläinen mahdollisuus tietää omalla tavallaan. Kokemus ei kuitenkaan ainoastaan vaikuta tietoon, vaan tieto myös kokemukseen (ibid.) Naisellisen episteemisen yhteisön luominen ja naisten kokemuksiin pohjaavan tiedon tuottaminen on tämän logiikan mukaan tärkeä, joogaa tasa-arvoistava tehtävä.

Näin ollen Dinsmore-Tuli ei pidä tulkinnallista epävarmuutta asiana, joka kyseenalaistaisi itse tulkitsemisen tarpeen, vaan ainoastaan tekee tulkitsemisesta suhteellista. Vaikka Dinsmore-Tuli meneekin joogan historiankirjoituksen merkityksellisyyttä analysoidessaan astetta pidemmälle kuin useat muut populaarit joogakirjoittajat, ei hän kuitenkaan kykene purkamaan vuosituhansia vanhan historian laatimisen tarvetta. Dinsmore-Tulille tärkeämpänä näyttäytyy joogan historiankirjoituksen merkityksellisyyden pohtiminen suhteessa *nykyajan (nais)joogaajaan* – kuitenkin pohtimatta sitä, kuka tämä naisjoogaaja yleensä ottaen on. Intemann (2016, 265) muistuttaa erilaisten sosiaalisten kategorioiden tai positioiden

vaikutusten kompleksisuudesta suhteessa tietyn yksilön kokemukseen vaikuttavat, on vaihtelevaa. Sukupuoli ei näin ollen muodosta homogeenistä episteemistä kategoriaa, vaan tiedon tuottamiseen vaikuttaa paikantuminen myös muun muassa rodun, luokan ja maantieteellisen sijainnin mukaan. Se, että Induslaakson sinettien voi tulkita esittävän synnytykseen valmistautuvaa naista, ei pohjaudu kaikkien naisten kollektiiviseen kokemukseen. Kyseisen episteemisen yhteisön muodostavat naiset, joiden kokemukselliseen maailmaan jooga ja raskaus tavalla tai toisella kuuluu.

Voimakas nojautuminen sukupuoleen yhtenäisenä, kokemusta määrittävänä kategoriana estää Dinsmore-Tulia näkemästä naisten näkökulman ajallisuuksia ja paikallisuuksia. Ajatus siitä, että koloniaalinen tutkimus luo koloniaalisia ja feminismi feministisiä tulkintoja (Dinsmore-Tuli 2014, 94) antaa ymmärtää, etteivät feministiset joogahistorian tulkinnat voisi olla kolonialisoivia. Se, että feministisiä näkökulmia on monia, jää huomaamatta, kuten myös Dinsmore-Tulin oma paikantuminen länsimaiseksi, valkoiseksi, postsekulaaria henkisyttä edustavaksi feministiksi. Naisellisen joogahistorian tulkinnallaan Dinsmore-Tuli voi nähdä omivan tuhansia vuosi etelä-aasialaisten uskontojen historiaa modernin *yoginīn*³² tarpeisiin. Joogan historian uudelleentulkitseminen tulkitsee uudelleen myös eteläaasialaisten uskontojen historiaa, sillä vaikka tämän päivän jooga sijoittuukin *henkisyden, vaan ei uskonnollisuuden* kontekstiin, linkittyy esimoderni jooga pitkälti erityisesti hindulaisuuden historiaan. Seuraavissa alaluvuissa siirryn tarkastelemaan tarkemmin sitä, millä tavalla joogan naisellistajat haluavat joogan syntyhistorian nähdä, ja mitä nämä vaihtoehtoiset myytit kertovat heidän omasta, historiankirjoittajan positiostaan.

4.2 Naisellinen joogamytti 1: *Pārvaīn* aamukylpy vai moderni spa?

Gatesin ja Dinsmore-Tulin ajatus siitä, että Induslaakson sinettien hahmot mahdollisesti kuvaavat synnytykseen valmistautuvaa naista, kertoo jonkinasteisesta innokkuudesta sijoittaa naiset joogahistorian alkuaikoihin. Jos naisellinen jooga nähdään yksinomaan modernina, joogan feministisesti valveutuneena kehitysmuotona tai näin ollen täysin uutena ilmiönä, ei naisellinen jooga pääse nauttimaan ajan testaaman muinaisen tradition tuomasta autenttisuuden painoarvosta. Toisaalta joogan naisellistamisen agenda perustuu väitteeseen perinteisen joogan maskuliinisuudesta, joka puolestaan toimii joogan naiselliseksi muokkaamisen oikeuttajana. Suhtautuminen joogatradiitioon

32 Nykyjoogapuheessa ja erityisesti joogan naisellistamisen puolestapuhujien parissa *yoginī* on yleisesti käytetty termi jolla viitataan naispuoliseen joogaharrastajaan.

on siis ristiriitainen: yhtäältä halutaan olla osa ikivanhaa viisautta, toisaalta kritisoidaan sitä ja tehdään siihen pesäeroa.

On mielenkiintoista huomata, että sekä Dinsmore-Tuli että Farmer esittävät traditionvastaisuudesta huolimatta omat naiselliset versionsa joogan alkuperästä. Kutsun näitä vaihtoehtoisia kertomuksia naisellisiksi joogamyyteiksi ja väitän, että ne ovat seurausta ambivalentista suhtautumisesta joogatraditioon. Myyttisiä näistä tarinoista tekee se, että vaikka niiden tueksi ei edes pyritä esittämään historiallisia todisteita, eivät ne silti näyttäydy pelkästään puhtaan fiktiivisinä tarinoina tai satuina. Farmerin naisellinen joogamyytti kääntää pääläelleen perinteisen jumaltarun joogan perustajana pidetystä *Śiva*-jumalasta ja tämän vaimosta *Pārvatīsta*³³. Dinsmore-Tulin (2014, 111) naisellinen joogamyytti puolestaan on tematiikaltaan tämän omaa käsialaa, ja perustuu tämän intuitioon. Tämä antaa ymmärtää, ettei se todisteiden puutteesta huolimatta ole sepitetty kertomus. Tärkeitä näistä vaihtoehtoisista joogamyyteistä tekee se, että Dinsmore-Tulin ja Farmerin omasta kokemuksesta ja maailmankatsomuksesta kumpuavina ne paljastavat minkälaiseen naiskäsitukseen heidän naiselliset joogansa perustuvat.

Ahmedin (2006, 2) mukaan orientaatio ei vain kehollista johonkin suuntautumista, vaan kyse on myös tietoisuuden orientoitumisesta ja sen intentionaalisuudesta. Orientoituminen ei siis määritä ainoastaan sitä, mitkä asiat tulevat näköpiiriimme ja mitä asioita kohtaamme, vaan myös sitä *miten* me niihin suhtaudumme ne kohdatessamme. Näin ollen voi sanoa, että joogan naisellistajat jossain määrin jakavat osan orientaatioistaan (mm. valkoisuus, keskiluokkaisuus, urbaanisuus) joogaavien miesten kanssa. Tämä asettaa joogan heidän ulottuvilleen ja mahdollistaen joogamaailman kaltaisen abstraktin tilan olemassaolon. Toisaalta joogatilat, -käytännöt ja pyhät kirjoitukset näyttäytyvät heille osittain maskuliiniseksi mielletystä joogatraditiosta poikkeavassa valossa: heidän intentionsa (joogan naisellistaminen) saa heidät tulkitsemaan joogamaailmaa ja sen tarinoita toisesta perspektiivistä. Pyrin tässä alaluvussa selvittämään sitä, minkälainen tähytyspaikka naisellisten joogamyyttien vaihtoehtoisten luentojen takaa paljastuu.

Farmerin tarinassa *Śiva*, jota pidetään joogan legendaarisena perustajana, saa alkuperäisen inspiraationsa joogan kehittämiseen katsellessaan salaa vaimonsa *Pārvatīn* aamuvenyttelyä. Tarina itsessään löytyy *Yoni Shaktista* Dinsmore-Tulin (2014, 109–110)

33 Esimerkiksi *Śivasamhitān* – yhden *haṭha* joogan keskeisistä teksteistä – ajatellaan olevan kokoelma *Śivan* vaimolleen osoittamia opetuksia (ks. esim. Mallinson 2007, ix)

toistamana, joka kertoo kuullessaan tarinan Farmerilta haastatellessaan tätä. Tarinan mukaan *Pārvatīlla* oli tapana venytellä aamukylpynsä jälkeen auringon paisteessa, nauttien kehonsa kuulostelusta. Vaimoan jumaloiva *Śiva* katseli tätä salaa, kunnes eräänä päivänä keksi itse kokeilla samaa. Niinpä *Śiva* vetäytyi viidakkoon harjoittelemaan liikkeitä, joita oli nähnyt *Pārvatīn* tekevän. *Śivan* seuraajien nähtyä tämän harjoittelevan pyysivät he tätä opettamaan taidot edelleen heille – ja näin jooga sai alkunsa.

Farmerin joogamyöty on selkeä vastakertomus perinteiselle joogan alkuperää käsittelevälle myytille, jonka mukaan joogisen metodin kehittäjä ja ensimmäinen guru on *Śiva*, ja *Pārvatī* puolestaan tämän oppilas. Tämä orientoituminen perinteistä näkemystä vastaan heijastelee sitä voimakasta sukupuolten välistä vastakkainasettelua, joka joogan naisellistajien puheessa jatkuvasti toistuu: Naisen ja miehen jooga eroavat jollain ratkaisevalla tavalla toisistaan. Koska joogan naisellisuuden ytimessä ei kuitenkaan joogan naisellistajien parissa vallitse yhteisymmärrystä, muodostuu joogan naisellisuus pikemminkin siitä mitä se *ei* ole, nimittäin maskuliinista. Miehen ja naisen joogan vastakkainasettelu toimii siis saman logiikan mukaan kuin sukupuolten välillä tehtävä ja sukupuolta tuottava kahtijako, jossa ”[h]enkilö on [...] sukupuoltaan siinä määrin kuin hän ei ole toista sukupuolta”, kuten Judith Butler (2006, 76) asian ilmaisee. Kaksinapainen systeemi ilmenee Butlerin mukaan siis siten, että sukupuolen ykseys muodostuu sen rinnastuksesta vastapariinsa (ibid., 75-6). Tämä on ilmeistä joogan naisellistajien retoriikassa, jossa naisten yksilöllisiä sisäisiä ääniä ei lopulta yhdistä muu kuin niiden epämaskuliinisuus.

Sukupuolen tuottaminen kaksinapaisen vastakkainasettelun kautta tulee selkeästi esiin Farmerin tarinassa, jossa tämän käsitys joogaharjoituksen luonteen sukupuolittuneisuudesta rakennetaan esittämällä Naista edustava *Pārvatī* ja Miestä edustava *Śiva* toistensa vastakohtina. *Pārvatīn* edustama naisellisuus liitetään pehmeuteen ja kuulosteluun:

[...] hänellä [*Pārvatīlla*] oli tapana venytellä aamuisin auringon paisteessa, ja tunnustella kehoaan. Se oli niin nautinnollista, että hän kiersi tähän suuntaan, ja kiersi vähän takaisin tuohon suuntaan, ja sitten hän ehkä nojautui kiven tai sohvan ylle ja hengitti. Hänestä vain tuntui hyvältä hänen tehdessään tätä. (Ibid., 110, oma suomennos)

Śivan edustama maskuliinisuus puolestaan kytetään täydellisyyden tavoitteluun, järjestelmällisyyteen, ja ponnisteluun:

Śiva kun oli, ja tietysti koska oli mies, hän ryhtyi *täydellistämään* näitä liikkeitä ja näitä asentoja.

Hän organisoï ne ja kodifioï ne ja hän harjoitteli ankarasti tehdäkseni ne kaikki oikein. (Ibid., kurssiivi alkuperäisessä, oma suomennos)

Myös opetustyyliin liitetään joogan naisellistajien maskuliiniseksi kritisoimia piirteitä, kuten ankaran tai jopa sotilaallisen kurin ja kehityksen vaatimisen. Farmer ottaa Dinsmore-Tulin mukaan pomottelevan äänensävyn esittäessään *Śivaa* opettamassa joogaa edelleen seuraajilleen:

'Hyvä on, kaikki te, riviin järjesty. Yksi, kaksi, kolme, neljä! Ja nyt teidän tulee HYPÄTÄ! Kolmen jalan leveydelle, vasen jalka sisään, oikea jalka ulos! OJENTAKAA käsiänne! Vielä, vielä, vielä!' Pang krash! Ja hän *koulutti* heitä. (Ibid., kurssiivi alkuperäisessä, oma suomennos)

Kouluttaminen, käskyttäminen, ja täsmällisten suoritusten vaatiminen on siis Farmerin mukaan jotain, mikä miehet ovat tuoneet joogaan, joka alun perin oli *Pārvatīn* nautiskelevaa kehonhuoltoa.

Farmerin tarina sijoittaa myös naisen ja miehen varsin perinteisellä tavalla sukupuolittuneisiin tiloihin. *Pārvatī* venyttelee kotonaan (jonka Farmer tietää kertoa olevan ihastuttava), sijoittaen naisen ja naisen joogan yksityiseen tilaan. *Pārvatīn* joogahetki esitetään varsin intiiminä, oman kodin suojissa tapahtuvana omasta kehollisuudesta nautiskeluna, jota *Śiva* tirkistellen piilostaan seuraa. Tarinan henkilökohtainen lavastus vie joogan yksilöllisyyden äärimmilleen *Pārvatīn* kohdalla, joka joogaa vain tälle itsellensä. Vaikka *Śiva* aluksi vetäytyykin yhteiskunnan ulkopuolelle viidakkoon työstämään näkemäänsä, muokkaa hän omasta joogastaan yksilöllisen harjoituksen sijaan kodifioidun systeemin, jonka opettaa edelleen seuraajilleen. *Śiva* myös jakaa oppilailleen kurssitodistuksia, ja lähettää nämä maailmaan perustamaan *aśrameja* ja joogakeskuksia (Dinsmore-Tuli 2014, 110). *Śivan* kohdalla jooga siis siirtyy asteittain julkisempaan tilaan: ensin viemällä se kodin ulkopuolelle viidakkoon, sitten tuotteistamalla se lähimmille seuraajille opettavaksi metodiksi, ja viimein levittämällä jooga laajalle yleisölle sertifioitujen oppipoikien avulla.

Ahmedia mukailleen voi siis sanoa Farmerin orientaation muodostuvan pitkälti tämän intentiosta vastustaa maskuliiniseksi miellettyä perinnettä, ja tämä puolestaan vaatii miehen ja naisen joogan välistä vastakkainasettelua. Naisellisen joogan konseptissa ei olisi mitään mieltä, elleivät nainen ja mies jollain ontologisella tavalla eroaisi toisistaan. Toisaalta vastakkainasettelu tarkoittaa myös ettei esimerkiksi se, että *Śiva* ja *Pārvatī* olisivat yhteistuumin kehittäneet joogan, tule mieleenkään mahdollisena vaihtoehtona. Joogan kehitti joko mies, kuten *Śiva* tarinan perinteisessä versiossa, *tai*

nainen, kuten *Pārvatī* Farmerin versiossa. Farmer siis sijoittaa naisen joogan alkulähteille näyttäytyen näin *muna vai kana* -kisan voittajana. Toisaalta joogaperinteen maskuliinisuus selittyy kuitenkin sillä, että *Śiva* oli näistä kahdesta lopulta joogan eteenpäin levittämisen takana – omissaan ja maskulinisoituaan ensin *Pārvatīn* alkuperäisen naisellisen venyttelyn.

Vaikka Farmerin kertomus on epäilemättä keksitty pilke silmäkulmassa, kertoo se kuitenkin paljon siitä, minkälaiset asiat ja piirteet Farmer mieltää naiselliseksi tai miehekkääksi. Naisellisina piirteinä tarinassa esiintyvät muun muassa pehmeä venyttely ja nautinnollinen vapaa-ajan vietto: aamuvenyttelyhetki on tarinan mukaan *Pārvatīn* omaa aikaa, jota ennen tämä kylpee simpukankuorenmuotoisessa ammeessaan ja hieroo itseensä santelipuutahnaa (ibid.) – siis eräänlainen hemmotteluhetki. *Śivan* käsissä harjoitus puolestaan muuttuu maskuliiniseksi mielletyksi kehon kurittamiseksi ja treenaamiseksi. Farmerin sukupuolittuneet miellelyhtymät vahvistavat siis varsin yksinkertaistettua, stereotyyppistä ja sukupuolta essentialisoivaa jaottelua, joka tyypistää naisena tai miehenä olemisen varsin vakiintuneisiin ja rajallisiin naisellisuuden ja miehekkyyden kokemuksiin. Naisena oleminen tarkoittaa itsestä ja ulkonäöstä huolehtimista, miehenä oleminen puolestaan lähes sotilaallista voimaharjoittelua. Tarina antaa myös ymmärtää, että nainen on jossain määrin enemmän yhtä kehonsa kanssa: hän kuuntelee kehoaan ja liikkuu sen ehdoilla. Mies puolestaan pyrkii etäännyttämään itseään kehostaan kontrolloimalla sitä.

Farmerin edustamasta naiseudesta kertoo paljon myös se, että *Pārvatī* kehrittelee joogaansa kotona kylpiessään, eikä esimerkiksi lepäillessään jumalatarkollegoidensa kanssa käymänsä business-tapaamisen kahvitauolla, tai valmistautuessaan henkisesti rankkaan urheilusuoritukseen kansainvälisen tason arvokisoissa. Farmerin voi nähdä kirjoittavan vaihtoehtoista joogamyyttiänsä modernin ajan liikuntaihanteille tyypillisestä sukupuolittuneesta perspektiivistä. Farmerin naisellisiksi (venyttely ja kehon kuulostelu) ja miehekkäiksi (kehon kontrolli ja kurittaminen) mieltämät piirteet ovat yhtenevät joogatutkija Mark Singletonin modernissa joogassa havaitsemien, 1900-luvun alkupuolen sukupuolittuneisiin liikuntasuosituksiin juontuvien naisellisten ja miehekkäiden kehityssuuntausten kanssa. Singletonin naiselliseksi identifioima jooga koostuu naisvoimistelun piirissä kehittyneestä venyttelystä ja rentoutumista painottavasta joogasta, jota nykyajan lempeän hatha-jooga hänen mukaansa heijastelee. Maskuliininen kehityssuuntaus puolestaan juontaa juurensa nationalistisia ja sotilaallisia vivahteita sisältävään 1900-luvun alulla syntyneeseen joogan ja

kehonrakennuskulttuurin fuusioon, joiden seuraajiksi Singleton mieltää Krishnamacharyan opetuslinjasta kumpuavat akrobaattisuutta ja voimaa vaativat joogatyylit (mm. astanga-, Iyengar- ja voimajooga). (Singleton 2010, 157–60)

Vaikka kukaan tuskin enää 2000-luvulla väittääkään, että naisten tulisi lihaskuntoharjoittelun sijaan yksinomaan venytellä, voi näiden edesmenneiden suositusten nähdä toimivan ahmedlaisittain *taustana*, joka vaikuttaa siihen mikä mielletään naiselliseksi tai mitä naiset ovat tottuneet tekemään. Ahmed (2006, 37) kirjoittaa, että orientoituminen johonkin suuntaan asettaa samanaikaisesti tietyt asiat taustalle tai välittömän fokuksen ulkopuolelle. Tausta on siis samanaikaisesti sekä näköpiirissä että näkymättömissä, siinä on jotain niin tuttua, ettei siihen kiinnitä huomiota. Tausta ei kuitenkaan Ahmedin mukaan ole vain tilallinen, vaan myös ajallinen ilmiö. Tausta, kuten orientaatioikin, periytyvät (ibid., 28). *Tuttu* maailma on olemassa jo ennen tietyn yksilön siihen saapumista, kehot muistavat sen minkä me itse ehkä unohdamme (Ahmed 2007, 153–4). Ajatuksen venyttelystä naisen kehollisuudelle ominaisena voi nähdä muodostuneen taustaksi, joka määrittää Farmerin joogan alkuaikoihin luomaa katsetta. Farmerin ajatus pehmeästä ja rentouttavasta venyttelystä aina myyttisiin alkuaikoihin ulottuvana universaalina naisellisen joogaamisen tapana sivuuttaa kyseessä olevien sukupuolittuneiden kehollisuuskäsitysten sekä niiden värittämien joogisten metodien ja päämäärien historiallisuuden.

4.3 Naisellinen joogamytti 2: Luonto, naisen paras ystävä vai pahin vihollinen?

Siinä missä Farmerin naisellinen joogamytti perustuu vakiintuneen jumaltarun uudelleenluentaan, pohjautuu Dinsmore-Tulin versio joogan naisellisesta alkuperästä Dinsmore-Tulin omiin sekä tämän oppilaiden ja opettajakoulutettavien kertomiin kokemuksiin. Dinsmore-Tuli ei siis miellä joogamyttiään keksityksi, vaan *vaistotuksi* (intuited), eli eleyistä kokemuksista kumpuavaksi (Dinsmore-Tuli 2014, 111). Se, että Dinsmore-Tuli perustaa omien kokemustensa lisäksi vuosien varrella kohtaamiensa lukuisten oppilaiden kokemuksiin yleistää hänen näkemyksensä ja toimii niiden oikeuttajana. Voi kuitenkin olettaa, että Dinsmore-Tuli raskausjoogaan erikoistuneen joogaohjaajan ja -terapeutin työssään mitä luultavimmin kohtaa jo samalla tavalla orientoituneita naisia, jolloin tämän oppilaiden ei voi sanoa muodostavan kovin laajaa tai kirjavaa otantaa. Dinsmore-Tulin kollektiiviseen kokemukseen perustuva vaihtoehtoinen käsitys joogan alkuperästä nostaakin varsin selkeästi esiin sen, minkälaisen naisen joogasta kohtujoogassa oikein on kyse.

Dinsmore-Tulin vaihtoehtoinen joogamyötytti perustuu tämän käsitykseen naisellisista *siddheistä*, eli joogisista ylikuonnollisista voimista (ks. 2.1 tässä tutkimuksessa). Kuukautisten ja synnytyksen tapaisten naisten kehollisten kokemusten mieltäminen *siddhien* kaltaisiksi henkisiksi kokemuksiksi, luonnollistaa joogisen henkisyyden automaattiseksi osaksi naiseutta ja naisen kehollisuutta. Dinsmore-Tuli (2014, 118–9) kirjoittaa, että siinä missä perinteisten joogisten *siddhien* saavuttaminen vaatii antaumuksellista ja väsymätöntä harjoittelua, ei naisten tarvitse kamppailla *siddhiensä* eteen samalla tavalla: naisilla pääsy *siddheihin* yksinkertaisesti naisena olemisen kautta. *Siddhien* voimaan pääsee käsiksi, kunhan kyseiset keholliset kokemukset kohtaa tietoisesti. Naiselliset *siddhit* luonnollisina kehollisina tapahtumina saa ne näyttäytymään myös ajattomina, ja joogametodista ainakin jollain tavalla riippumattomia. Jos naiselliset *siddhit* ovat luonnollisia kehollisia kokemuksia, ovat ne olleet olemassa ainakin prototasolla³⁴ jo ennen joogan syntyä, sillä naiset ovat aina menstruoineet, synnyttäneet jne.

Naisen henkisyyden ilmeneminen luontaisina kehollisina kokemuksina antaa naiselliselle joogalle autenttisuuden painoarvon *par excellence*, sillä mikä sen autenttisempaa kuin itse luonnollisuus. Dinsmore-Tuli ehdottaakin, että naiselliset *siddhit* ovat olleet joogan kehittämisen alkuperäinen kannustin. Koska miehillä ei luontaisesti ole pääsyä näihin voimakkaisiin henkisiin kokemuksiin, ovat he kehittäneet joogan *jäljitelläkseen* näitä naisille luontaisia tiloja (ibid., 122). Tämä on kätevä tapa varmistaa naisten asema joogan autenttisuuden hierarkian korkeimmalla jalustalla. Vaikka Dinsmore-Tuli väittääkin suhtautuvansa kriittisesti autenttisuusväittämiin ja niiden tuomaan arvovaltaan, ei naisellisen joogan luonnollistamista voi olla näkemättä myös arvottavana tekona. Se, mikä on luonnollista, on aidompaa:

Siinä missä *haṭha yogī* kehittivät harjoitusmenetelmän jota jatkuvasti määrittelevät ulkopuoliset voimat, *yoginīn siddhit* nousevat sisältäpäin, ja heidän voimansa kohdataan tietoisesti tunnustamalla sen mitä varsinkin luontaisesti tapahtuu ilmaan minkäänlaisia voimakeinoja. (Ibid., 122–3, oma suomennos)

Myös Dinsmore-Tuli esittää tässä naisen ja miehen joogat toisilleen täysin vastakkaisina. Naisen jooga nousee sisältäpäin, kun taas miehen joogaa määrittelevät ulkopuoliset voimat. Toisaalta naisellisten *siddhien* tarkka listaaminen antaa ymmärtää, etteivät mitkä tahansa sisältäpäin nousevat kokemukset ole ainakaan yhtä olennaisia

34 Tiedostamattomina nämä keholliset kokemukset (ensimmäiset kuukautiset, kuukautiskierto, naisen orgasmi, raskaus, keskenmeno, synnytys, maidoneritys ja vaihdevuodet) ovat Dinsmore-Tulin (2014, 117–8) mukaan proto-*siddhejä*, ja varsinaisiksi *siddheiksi* ne muodostuvat tietoisesti kohdattuna.

kuin kohdun elämään liittyvät keholliset tapahtumat. On huomattavaa, että kolmen lapsen äitinä Dinsmore-Tulin käsitys naisellisesta joogasta kytkeytyy voimakkaasti raskauteen ja äitiyteen, kun taas tietävästi lapsettoman Farmerin opeissa ei viittauksia raskaana tai lapsen kanssa joogaamiseen näytä esiintyvän – ainakaan olennaisena elementtinä.³⁵ Tämä kielii siitä, että Farmerin ja Dinsmore-Tulin naisellisten joogamuotojen juuret imevät ravinteita ja vaikutteita heidän omista kokemuksellisista maaperistään, ja että tämä näkyy heidän joogan naisellistamisen projekteissaan. Vaikka esimerkiksi naisten kokemusten keskinäinen arvottaminen tuskin on Dinsmore-Tulin tarkoitus, näyttäytyy lapsen saaminen naisen henkisistä kokemuksista kenties keskeisimmältä. Tästä kielii muun muassa Dinsmore-Tulin esimerkkitapauksena käyttämä oppilaan kertomus:

Luulin tuntevani kehoni. Olinhan tanssija. Ja luulin tietäväni kaiken joogasta. Olinhan joogaopettaja. Mutta sitten tulin raskaaksi ja huomasin että minun oli aloitettava alusta. En oikeastaan tiennyt yhtään mitään, en sisältäpäin. Kaikessa muussa joogassa jota olin tehnyt ennen kuin tulin raskaaksi oli kyse vain ulkopuolisista asioista. Raskaana joogaaminen todella muutti ymmärrykseni siitä mikä sen [joogan] pointti oikein oli. (Dinsmore-Tuli 2014, 335–6, oma suomennos)

Tämä saa lapsen saamisen näyttäytymään varsin keskeiseltä kokemuksesta joogan tiellä kehittymisen kannalta. Se antaa ymmärtää, että kaikki muu kuin raskausjooga on jollakin tasolla toisarvoista, ja käsittelee vain ulkopuolisia asioita. Raskaana joogaaminen puolestaan on se tapahtuma, joka avaa naisen ymmärryksen sisäiselle tai varsinaiselle (naiselliselle) joogalle.

Dinsmore-Tulin naisellinen jooga perustuu siis varsin perinteiseen käsitykseen naisesta äitinä ja synnyttäjänä. *Yoni Shaktissa* Dinsmore-Tuli (2014, 353–6) esittää useita paheksuvia esimerkkikertomuksia lapsen kanssa joogakursseille tai tapahtumiin osallistuvista äideistä, joita on kohdeltu nyrpeästi tai jolta osallistuminen lapsen kanssa on evätty kokonaan. Koska lapsen saaminen ja synnytyksen jälkeinen toipuminen ovat olennainen osa naisen joogaa, ovat tämän kaltaiset tapahtumat isku naisen hengellisyyttä vastaan. Ongelman ratkaisu ei siis ole se, että mies ottaisi lapsen hoivaansa (edes) äidin joogatunnin ajaksi. Sen sijaan Dinsmore-Tuli on ratkaissut asian erityisillä äiti- ja taapero joogatunneilla. On paljonpuhuvaa, että kyse on nimenomaan *äideille* ja taaperoille suunnatusta tunnista, ei suinkaan vanhempi- ja lapsi joogasta.

35 Farmer (1999) kylläkin puhuu vatsasta erityisesti naisellisena elementtinä ja elämän alkulähteenä. Harvaksi jäävät viittaukset naisiin äiteinä tai synnyttäjinä pysyvät kuitenkin metaforisella tasolla, eivätkä konkreettiset viittaukset vatsanseutuun joogaharjoituksessa eivät liity raskaana joogaamiseen. Sen sijaan Farmer puhuu vatsan vapauttamisesta ja notkistamisesta sanoen, että kireä tai tiukka vatsa johtaa tunteiden patoutumiseen ja energian virtauksen estymiseen.

Äitiys on selkeästi Dinsmore-Tulin silmissä selkeästi merkittävämpi osa naiseutta kuin isyys on mieheyttä.

Naisen henkisyiden luonnollistaminen kehosta automaattisesti kumpuavaksi tapahtumasti heijastelee myös länsimaiselle maailmankatsomukselle tyypillistä dikotomista ajattelua, jossa nainen yhdistetään luontoon, ruumiiseen ja tunteisiin, mies puolestaan kulttuuriin, mieleen ja järkeen. Nämä otaksutut sukupuolittuneet dikotomiat ovat hierarkkisia ja naisille haitallisia, sillä kuten Stacey Alaimo (2016, 531) toteaa, ryhmitetään sekä naiset että luonto vastapari toisensa jälkeen häviäjän puolelle. Toisaalta näiden vastakkainasettelujen luonnollistaminen on toiminut tehokkaana argumenttina, jonka myötä naisten paikka dikotomian alempiarvoiselle puolelle on pidetty naulittuna paikalleen: nouseminen dikotomian arvostetummalle puolelle (esim. kotiäidistä uraputkeen) olisi epäluonnollista. Feministit ovat Alaimon mukaan kautta aikojen hyödyntäneet erilaisia strategioita tullakseen toimeen pinttyneiden luonto/epäluonnollinen -argumenttien kanssa (ibid.). Dinsmore-Tulin naisen ja luonnon välisen yhteyden juhlistaminen hyödyntää ekofeminismin tyypillistä liittoutumisen strategiaa. Alaimon mukaan ekofeminismi pyrkii tulemaan toimeen luonnollistettujen vastakkainasettelujen kanssa liittoutumalla muiden dikotomisen maailmanjärjestyksen häviäjien, ennen kaikkea luonnon ja eläinten, kanssa (ibid., 534). Ekofeministiseksi aktivistiksi itsensä tituleeraava (Umadinsmore tuli.com) Dinsmore-Tuli näkee, että ekologisina katastrofeina ilmenevä luonnon riisto kulkee käsi kädessä naisten alistamisen kanssa, ja kohtuystävällinen jooga puolestaan ympäristöystävällisten arvojen nousun kanssa (Dinsmore-Tuli 2014, 568–9).

Dinsmore-Tulin näkemys naisen kohdun rytmeistä itse äitimaan luonnonvoimien ilmentymänä kumpuaa siis selvästi tämän ekofeministisestä maailmankatsomuksesta. Alaimo (2016, 534) kuitenkin varoittaa, että tällaiset äitimaafeminsmit kuitenkin pahimmillaan vain uusintavat sekä naisille että luonnolle vahingollista ideologista niputtamista. Raskauden, kuukautiskierron tai äitiyden kokemukset naisellisuuden arvokkaana ytimenä voivat toki toimia joitain naisia voimaannuttavana ajatuksena. On kuitenkin selvää, etteivät kaikki naiset, saati kaikki feministit, pidä Dinsmore-Tulin ajatusta kohdun luonnollisiin rytmeihin identifioitumisesta mielekkäänä. Kohtujooga voi tuntua vaivaannuttavalta tai suorastaan vahingolliselta esimerkiksi naisille, joilta omakohtaiset merkittäviksi mielletyt kohtukokemukset syystä tai toisesta puuttuvat, tai niille jotka suhtautuvat kriittisesti naisten ja luonnon välisen yhteyden ja siihen kytkeytyvien perinteisten arvojen ylistämiseen.

Vaikka naisten voimaantuminen äiteinä ja synnyttäjinä itsessään on hyvä asia, tekee näiden roolien luonnollistaminen hallaa naisten lisäksi myös niin sukupuolelliselle kuin seksuaalisellekin moninaisuudelle. Vaikka Dinsmore-Tuli (2014, 289) naisen seksuaalisuudesta puhuessaan ohimennen mainitsee, ettei ole väliä onko ”homoseksuaali, biseksuaali tai heteroseksuaali, äiti, impi, tai eukko” (oma suomennos), operoi Dinsmore-Tuli käytännön esimerkkeineen lähes yksinomaan heteroseksuaalisen raamituksen puitteissa. Toisaalta miehen ja naisen välinen jatkuva vastakkaisasettelu takaa myös sen, ettei Dinsmore-Tuli ainakaan pura kaksinapaisen sukupuolijärjestelmän kylkiäisenä tulevaa pakollista heteroseksuaalisuutta, eli heteroseksuaalisen halun asemaa sekä toisilleen vastakkaisten miehen ja naisen sukupuoli-identiteettien seurauksena että niiden kantavana voimana (Butler 2006, 76, 89). Kuten Dinsmore-Tuli (2014, 85) itsekin sanoo, on sillä väliä kenen kertomuksia joogamaailmassa jaetaan. Kuitenkaan tämä ei itse jaa esimerkiksi lesbo- tai transnaisten kokemuksia, jolloin *Yoni Shakti* näyttyy voimakkaasti kertomuksena kaksinapaisen sukupuolijärjestelmään ja hetero-oletukseen ongelmitta sopivien naisten joogasta.

Dinsmore-Tuli kuitenkin pyrkii jälleen kerran esittämään kohtujoogan mahdollisimman yleisenä ja kaikille naisille mielekkäänä ja hyödyllisenä harjoituksena. Dinsmore-Tuli (2014, 23) vakuuttaa, ettei fyysinen kohtu ole kohtujoogan kannalta välttämätön, vaan että kyse on pikemminkin energiakehossa sijaitsevasta kohdun tilasta, naisille ominaisesta energiakeskuksesta (*yonisthāna cakra*).³⁶ Näinollen voisi ajatella, että myös esimerkiksi transnaiset tai ne naiset, jolta kohtu on jouduttu poistamaan, mahtuisivat kohtujoogan piiriin. Kuitenkin jatkuva puhe kuukautisten tai raskauden ja synnyttämisen mahdollistamista korkeammista tietoisuuden tiloista saa pohtimaan, auttaako ajatus jossain fyysisen kehon tuolla puolen sijaitsevasta energiakohdusta syystä tai toisesta kohduttomia naisia tuntemaan oloaan kotoisaksi kohtujoogasalissa?

Sekä Dinsmore-Tulin että Farmerin joogamyytit ovat siis selkeästi vastakertomuksia maskuliiniselle historialle. Tämän vastakkain asettautumisen voi nähdä edellyttävän myös naisen ja miehen joogan vastakohtaisuuden: joogan alkuperä on joko miehinen tai naisellinen, muttei ainakaan sukupuolineutraali. Vaikka Farmer ja

36 Joogassa ajatellaan, että ihmisellä on fyysisen kehon lisäksi hienojakoisempi energiakeho, joka on fyysisestä kehosta riippumaton mutta joka kuitenkin on eräänlaisessa korrelaatio-suhteessa fyysisen kehon kanssa. Energiakeho muodostuu energiakanavista (*nāḍī*) ja niiden risteämispisteistä muodostuvista energiakeskuksista (*cakra*). Selkärangan myötäisesti kehoon asettuvia energiakeskuksia listataan yleensä seitsemän, alhaalta alkaen: juuri-*cakra* (*Mūlādhāra*), sakraali-*cakra* (*Svādhiṣṭhāna*), solar plexus -*cakra* (*Maṇipūra*), sydän-*cakra* (*Anāhata*), kurkku-*cakra* (*Viśuddha*), otsa-*cakra* (*ājñā*) ja kruunu-*cakra* (*sahasrāra*). *Yonisthāna cakra* sijoittuu Dinsmore-Tulin (2014, 141) mukaan juuri-*cakran* ja sakraali-*cakran* väliin.

Dinsmore-Tuli tuskin sitä tarkoittavatkään, tulevat he vahvistaneeksi suppeaa käsitystä sukupuolesta ja mahdollisista sukupuoli-identiteeteistä. *Joko-tai* -asetelma sukupuolen ajattelun lähtökohtana asettaa naisen ja miehen normaaleiksi standardeiksi, tai ”ymmärrettäviksi” sukupuoliksi kuten Butler (2006, 68) kirjoittaa. Näihin kategorioihin sopimattomat sukupuolet näyttäytyvät logiikan kannalta ongelmallisina virheinä. En väitä, että Farmerilla tai Dinsmore-Tulilla olisi ennakkoluuloja tai kielteisiä asenteita muunsukupuolisia ihmisiä kohtaan. Sikäli kuin joogan naisellistamisen tarve rakennetaan naisen ja miehen joogan vastakkainasettelun kautta, jäävät muunsukupuoliset joogaajat kuitenkin loogiseksi mahdottomuudeksi. Dinsmore-Tuli (2014, 290–1) itse asiassa muistelee lämmöllä oman opiskeluaikansa vapaata ja seksuaali- ja sukupuoli-identiteetiltään monipuolista ilmapiiriä. Kuitenkin muutaman lauseen tasolle jäävät viitaukset kielii siitä, ettei perinteisistä naisen ja miehen kategorioista poikkeavien sukupuoli-identiteettien pohtiminen suhteessa joogaharjoitukseen kuulu tai sovi Dinsmore-Tulin projektiin.

Vaikka Dinsmore-Tulin ja Farmerin näkemykset joogan naisellisuuden ytimestä eroavatkin jossain määrin toisistaan (Farmerilla kehon kuulostelu, Dinsmore-Tulilla automaattiset kohtukokemukset), yhdistää niitä tietyt ajatukset ja teemat. Yhdistäviä tekijöitä ovat ajatus naisellisuudesta joogassa eräänlaisena intiimiytenä sekä sisimmän kuulosteluna ja kunnioittamisena, ja vastaavasti maskuliinisuuden yhdistäminen ulkoapäin tapahtuvaan kehon kurittamiseen tai hallitsemiseen. Juuri ajatus keholähtöisyydestä saa naisellisen joogan näyttäytymään maskuliinista joogaa aidompana ja autenttisempana. Tämä oletettu aitous puolestaan saa naisellisen joogan vaikuttamaan myös ajattomalta ja universaalilta, vaikka sen taustalla voi havaita vaikuttavan rajalliset käsitykset sukupuolesta sekä selkeästi paikannettavissa olevat kulttuuriset trendit. Farmerin naisellisen joogan perustuksista voi erottaa modernit sukupuolittuneet liikuntasuosituksiset, ja Dinsmore-Tulin vastineesta äitiyskokemuksen sekä ekofeministisen naiskäsityksen.

5 OLOTILA: Miksi 20 miljoonaa amerikkalaista joogaa? Ja entä sitten?

Joogassa on aina ollut kyse transformaatiosta ja vapautumisesta. Valitettavasti monet naiset fiksoituvat transformatio-puoleen; he siis ajattelevat, että muokkaamalla lanteitaan, reisiään, rintojaan tai vatsojaan he löytävät onnen. Haluan uskoa joogan naisellistumisen lähtevän liikkeelle ajatuksesta, että olemme kaikki täydellisiä juuri sellaisina kuin olemme. Transformatio ei tule noiden lanteiden tai vatsojen, vaan niihin kohdistuvien asenteiden muokkaamisen kautta, kun opimme päästämään irti yhteiskunnan sanelemista määritteistä (ja siten vapaudumme niistä). (Sparrowe esipuheessa teokseen Gates 2006, 2, oma suomennos)

Tässä luvussa tarkastelen joogan toivottuja päämääriä erilaisina psyykkisinä ja fyysisinä olotiloina. Joogafilosofia, kuten muut Intian klassiset filosofiat³⁷, perustuu ajatukseen maailmasta kärsimyksen työssijana. Näinollen kaikissa opeissa lopullinen päämäärä on maailmasta vapautuminen tai pelastautuminen, ja maallisista nautinnoista luopunut askeetti näyttäytyy tavoiteltavana ihanteena (Broo 2010, 9, 12). Måns Broo vertaa intialaisten oppien näkemystä maailmassaolosta kalan elämään kuivalla maalla: kaikista maailman mukavuuksista ja mielihyvistä huolimatta kala ei ole onnellinen, sillä se ei ole omassa elementissään (ibid, 9). Joogan avulla saavutettava olotila näyttäytyy siis vapautena tästä kärsimystä tuottavasta maailmassaolosta.

Naisellisissa joogamuodoissa puhutaan paljon naisen vapaudesta ja voimaantumisen joogaharjoituksen myötä, tehden joogasta eksplisiittisen feminististä toimintaa. Siinä missä vapautuminen joogassa on tarkoittanut tietoisuuden vapauttamista materiasta ja/tai uudelleen syntymisen kierteen katkaisemista, mieltä yllä siteerattu Sparrowe joogisen vapautumisen naisten vapautumisena ”yhteiskunnan sanelemista määritteistä”. Sparrowen tapaan myös Dinsmore-Tuli että Farmer puhuvat naisten joogaamisesta varsin maallisella ja konkreettisella tasolla, jolloin naisellinen jooga näyttäytyy ratkaisuna naisten nyky-yhteiskunnassa kohtaamaan epätasa-arvoon ja siihen liittyviin ongelmiin. Tämä ei tarkoita, että naiselliset joogat hylkäisivät joogan korkealentoiset henkiset päämäärät kokonaan, vaan että meditatiivisen tai hiljentyneen mielentilan sijaan joogan *ensisijaisena* päämääränä näyttää naisellisissa joogamuodoissa olevan yhteiskunnallinen asiointi, naisten vapautuminen patriarkatin kahleista.

Tämä tavoiteltavan olotilan konkreettisuus on omiaan paljastamaan sen, minkälaiseen maailmaan naiselliset joogat oikein sijoittuvat. Jatkaakseni naisellisten

37 Intian klassisiin filosofisiin koulukuntiin lasketaan ne koulukunnat, jotka hyväksyvät Veda-kirjoitusten arvovallan. Kuusi klassista koulukuntaa ovat *mīmāṃsā* (painotus lain tai velvollisuuksien toteuttamisessa ja vedisten rituaalisten oikeaoppisissa suorittamisessa), *vedānta* (upanisad-teksteihin perustuvassa filosofiassa käsitellään todellisen itsen ja maailmankaikkeuden välistä suhdetta), *nyāya*, (painotus metodologiassa ja logiikassa), *vaiśeṣika* (atomioppi), *sāṃkhya* (dualistinen oppi, jossa olemassaoloa selitetään erilaisten kategorioiden kautta) ja Patañjalin joogafilosofia (ks. Broo 2010, 12–3, 17).

joogamuotojen aikaan ja paikkaan juurruttamista pohdin tässä pääluvussa sitä, mistä ne kahleet joista naisten on vapauduttava oikein muodostuvat? Sekä joogan avulla ratkaistavat ongelmat että ratkaisujen luonne kertoo jotain siitä, mitkä ovat naisellisen joogan lähtökohdat ja kuka joogaa naisellistaa. Pyrin valaisemaan sitä, minkä maailman ongelmia naisellista joogaa propagoivat tahot näkevät naisten kohtaavan, ja minkälaisien naisten ongelmia naiselliset joogat eivät kykene ratkaisemaan?

Esitän, että nykyajan joogaavien naisten ja joogan naisellistajien käsitykset vapaudesta ja yksilön toimijuudesta heijastelevat aikansa ideologisia virtauksia, juurruttaen joogan feministisenä metodina tiukasti 2000-luvun euroamerikkalaiseen yhteiskunnalliseen, kulttuuriseen ja ideologiseen kontekstiin. Toiseksi pyrin tässä alaluvussa pohtimaan sitä, miten joogan naisellistajat hyödyntävät joogafilosofiaa ja sen länsimaisesta perspektiivistä käsin vierailta ja vaihtoehtoisilta vaikuttavilta maailman ja sukupuolen hahmottamisen tapoja. Ehdotan, että jooga toimii 2000-luvulla länsimaista naista voimaannuttavana metodina nimenomaan siksi, että se paikantuu samanaikaisesti kahden eri kulttuurin maailmankatsomuksen sukupuolen käsitteellistämisen tapojen välimaastoon. Päätän naisellisten joogamuotojen analyysin pohtimalla tämän kaltaisen hybridisen tradition eettistä ja kulttuurista ongelmallisuutta sekä länsimaista nykyjoogaa vastaan esitettyä kulttuurisen appropriaaion kritiikkiä.

5.1 Naisen vapaus? Joogasta uusliberalismiin ja takaisin

Joogan naisellistajat puhuvat siis hekin joogan vapauttavasta vaikutuksesta. Vapautuminen tuntuisi kuitenkin naisellisen joogan kontekstissa merkitsevän maailmasta vapautumisen sijaan yhteiskunnan rajoitteista ja/tai miesten ylivallassa irtaantumista: Dinsmore-Tulin (2014, 314–5) mukaan yksi joogan tärkeimmistä vapauttavista anneista on naisten itseluottamuksen ja itsetunnon lisääminen, Farmer (1999) puolestaan ohjeistaa oppilaitaan alaspäin katsovassa koirassa ravistamaan itsestään irti itseä pidättelevät ulkopuoliset mielipiteet, ja Sparrowen (esipuheessa teokseen Gates 2006, 2) mukaan jooga opettaa naisia päästämään irti yhteiskunnan rajoitteista.

Joogan naisellistajien feministinen agendan voi siis sanoa tulevan esiin tavassa, jolla he joogaan ja erityisesti naisten joogaamiseen suhtautuvat. Ahmedin (2006, 27) mukaan tietoisuuden intentionaalisuus tarkoittaa sitä, että jotakin asiaa kohti orientoitumisessa on aina kyse myös tuon asian tavalla tai toisella kohtaamisesta. Se, määritteleekö tuota kohtaamista kiintymys, ihailu, tai vaikkapa viha, asettaa meidät

tietylnlaiseen suhteeseen asian kanssa. Ahmed kirjoittaa, että tämä suhtautuminen puolestaan luo meidän positiomme tai orientaation lähtöpisteemme (ibid., 27–8). Ulkonäköpaineiden tai itseluottamuksen puutteen kaltaiset naisten kohtaamat ongelmat ovat asioita, joita joogan naisellistajat feministisesti orientoituneina ovat tottuneet havaitsemaan ja joihin he ovat tottuneet kiinnittämään huomionsa – luultavasti myös monien muiden yhteiskunnallisten ongelmien joukosta. Heidän orientoitumisensa siis vaikuttaa siihen, mitkä asiat heidän näkökenttäänsä voimakkaimmin osuvat, ja toisaalta myös siihen, mihin he joogan muun muassa itsetuntemusta lisääviä vaikutuksia kanavoivat.

Joogan naisellistajien feministinen lähtöpiste ei siis ainoastaan määrittele sitä, mitkä asiat he näkevät joogan kannalta keskeisinä, vaan vastavuoroisesti myös tuottaa heidän positiotaan suhteessa joogamaailmaan ja joogaharjoitukseen. Tässä alaluvussa pohdin yhtäältä sitä, miten joogan naisellistajien feministinen intentio vaikuttaa heidän tapaansa käsittää joogaharjoitus ja sen merkitys nykynaiselle. Toisaalta kuvailen niitä tapoja, joilla joogan naisellistamisen feminismi on oman aikansa kuva. Sitä määrittelee niin länsimaisessa kehokulttuurissa tapahtunut somaattinen käänne, kuin myös ongelmallinen uusliberaalia ajatusmaailmaa heijasteleva käsitys vapaudesta ja yksilön voimaantumisesta.

Dinsmore-Tuli (2014, 23) myöntää, että *Yoni Shaktin* kirjoittamisen motivaationa on toiminut halu tarkastella joogaa radikaalina, naisten elämää muuttavana ja vapauttavana voimana. Dinsmore-Tuli siis kirjoittaa joogateoriaa uusiksi tietty intentio mielessä. Tämä kirjoitustyötä orientoiva lähtöpiste on, vaikkakin radikaali myös varsin maallinen: naisten elämän muuttaminen ja vapauttaminen. Kahle, josta vapaudutaan ei kuitenkaan ole maailma yleensä, vaan ensisijaisesti Dinsmore-Tulia näyttää huolettavan patriarkaalisuuden ja naisvihamielisen yhteiskunnan muodostamat rajoitteet. Joogan patriarkaalisuus ja misogynia on Dinsmore-Tulin mukaan riistänyt naisilta heidän henkisen voimansa, vapautensa ja auktoriteettinsa. Vapaasti virtaava sisäinen voima (*śakti*) ja naismyönteiset asenteet muodostavat vastavoiman joogan naisvihalle ja vallan väärinkäytölle (ibid., 26).

Naisjoogaajan voimaantumista haittaa kuitenkin Dinsmore-Tulin mukaan joukko tämän joogamaailmassa kohtaamia esteitä. Näistä yksi on *piittaamattomuus* (disregard), jolla Dinsmore-Tuli tarkoittaa että joogaavien naisten kohtuihin ja niiden tarpeisiin suhtaudutaan välinpitämättömästi, eikä esimerkiksi menstruoivia tai raskaana olevia naisia oteta joogatunneilla huomioon. Dinsmore-Tulin mukaan (miespuolisilla)

opettajilla usein on tietovaje mitä tulee naisten kohdunelämään ja henkisyteen, jolloin naisten kohtuun liittyviä henkisiä kokemuksia vähätellään tai niiden olemassaolo kielletään kokonaan. Dinsmore-Tuli kirjoittaa, että asenne valitettavasti myös tarttuu joogaa harrastaviin naisiin, jotka saattavat jatkaa voimakasta joogaharjoitustaan läpi kuukautiskierronsa piittaamatta oman kehonsa tarpeista (ibid., 69–72). Tämä puolestaan johtaa *sisäisen yhteyden puuttumiseen* (disconnection). Tällä Dinsmore-Tuli tarkoittaa sitä, etteivät naiset ole tarpeeksi tiiviissä yhteydessä kehoonsa ottaakseen huomioon sen erityistarpeet. Koska joogaopettajan on mahdotonta tietää esimerkiksi naisten kuukautiskierron vaihetta, on Dinsmore-Tulin mukaan tärkeää että naiset itse kertovat opettajalleen kuukautisistaan, jotta tämä tietäisi neuvoa heille vaihtoehtoisia harjoituksia. Naiset kuitenkin usein kieltävät oman kokemuksensa ja vaihtuvat keholliset tarpeensa, estäen itse oman voimaantumisen (ibid., 73–4).

Sisäisen yhteyden puuttuminen tarkoittaa siis sitä, että naiset ovat vieraantuneet omasta kehostaan ja sen rytmeistä. Tämä on Dinsmore-Tulin mukaan pitkälti patriarkaalisesta yhteiskunnasta ja sen naiskuvan seurausta:

Niin suuren osan naisten sairastelusta aiheuttavan sisäisen yhteyden puuttumisen alkuperäinen syy on vahvasti juurtunut kulttuurisiin odotuksiimme siitä, mitä naisena oleminen tarkoittaa, tai jopa mitä naiselta näyttäminen tarkoittaa: on melkein kuin miesten arvojen ja odotusten määrittelemässä maailmassa elämisessä pelkäämään se tosiseikka että on nainen ollenkaan tuottaa kamppailua ja sairautta. (Ibid., 49, oma suomennos)

Naisiin kohdistuvat ulkonäköpaineet ovat Dinsmore-Tulin mukaan johtaneet siihen, että omassa kehossa tyytyväisenä eläminen on muodostunut naisille lähes mahdottomaksi, ja että monet naiset näin ollen ”viettävät koko elämänsä etsien keinoa tullakseen sinuiksi todellisen itsensä kanssa” (ibid.). Stressaava elämäntapa jättää vähän tilaa naisten kehon rytmien mukaan elämiselle, ja kuukautisrytmin kunnioittamisen sijaan kulttuuriset odotukset kehottavat naisia elämään ikään kuin he eivät menstruoisi ollenkaan: kuukautisia ympäröi häpeän ja piilottelun kulttuuri, jonka voittajia kapitalistisessa yhteiskunnassamme ovat voittoa tuottavat kuukautissuojia valmistavat yhtiöt (ibid., 49, 258–9).

Sisäisen yhteyden puuttumisen aiheuttama itsensä löytämisen kaipuu onkin Dinsmore-Tulin mukaan yksi luultava syy joogan suosioon naisten parissa (ibid., 49). Jooga näyttäytyy siis prosessina, jonka avulla naiset voivat löytää todellisen, kadotetun itsensä ja tämän seurauksena voimaantua naisina. Joogaa feministisenä käytäntönä 2000-luvun Amerikassa tutkineen Amy Elizabeth Champin (2013, 74–5) mukaan joogaa voimaantumisen prosessina määrittää ajatus jonkinlaisesta haavaumasta tai

haavoittuneesta tilasta parantumisenä. Joogan feminismi on siis Champin kuvaamana henkilökohtainen matka, jossa yhteiskunnallisen muutoksen sijaan keskitytään omien haavojen tunnistamiseen, parantamiseen ja tämän seurauksena tapahtuvaan transformatiiviseen voimaantumiseen. Naisen voimaantumisen tarvittava voimanlähde näyttäytyy siis sekä Dinsmore-Tulin että Champin kuvauksissa jonakin, mikä on löydettävissä naisten omasta sisimmästä. Jooga puolestaan esitetään metodina tuon voiman vapauttamiseen, kuten Champ asian ilmaisee: ”Jooga on prosessorientoitunut harjoitus, ja soveltuu ainutlaatuisella tavalla naisten tavoitteeseen uudelleenhaltuunottaa omat kehonsa parantumista ja voimaantumista varten” (ibid., 82).

Ajatus joogasta kehoyhteyden uudelleenluojana sekä parantumisprosessin seurauksena saavutettavan voimaantumisen tuottajana paikallistaa joogan naisellistajien feminismiin vahvasti länsimaiseen, somaattisten metodien ja terapeuttisen kulttuurin jatkumoon. Se, että jooga mielletään maailmasta vapautumisen teknologian sijan nimenomaan kehontuntemusta harjoittavaksi ja mieltä ja ruumista yhdistäväksi menetelmäksi kytkee joogan länsimaissa laajemmin vaikuttaneen somaattisen liikkeen ja ruumiinkulttuurin esiinnousuun 1900-luvulla. Tanssialan tutkija Leena Rouhiainen (2006, 10) kirjoittaa, että somaattisilla menetelmillä viitataan erilaisiin mieltä ja ruumiista integroiviin, usein kehollisiin terapeuttisiin metodeihin. Vaikka somatiikka käsitteenä vakiintui vasta 1970-80 luvun vaihteen Yhdysvalloissa, voi sen nähdä juontavan juurensa aina 1900-luvun alun niin Euroopassa kuin Yhdysvalloissa vaikuttaneeseen hyvinvoinnin- ja ruumiinkulttuuriin (ibid., 17, 22). Vaikka somaattisten menetelmien joukko on hajanainen,³⁸ pidetään niiden parissa tyypillisesti ”kehotietoisuuden edistämisen prosessia tienä muutokseen, kehon toimintojen paranemiseen, itseymmärryksen syvenemiseen ja yleiseen hyvinvoinnin lisääntymiseen.” (Ibid., 16) Kehotietoisuuden edistäminen yksilön parantumiseen tai voimaantumiseen johtavana muutoksen prosessina ei siis ole yksin naiselliselle joogalle tyypillinen ajatus, vaan osa sitä laajempaa kehollisuuden ja hyvinvoinnin aatteellista ilmapiiriä, johon joogan länsimaistuminen ja popularisoituminenkin ajallisesti sijoittuu.

Voimakas kehon kuuntelun ja parantumisprosessin painottaminen siis erottaa 2000-luvun naisellisen joogan muinaisista verrokeistaan. Mark Singleton (2005, 289–90) huomauttaa, että moderni jooga linkittyy länsimaisiin, terapeuttisiin

38 Somaattisiin menetelmiin luetaan mukaan menetelmiä lähinnä vaihtoehtoisen terveydenhuollon, psyko-fyysisesti orientoituneen psykologian ja tanssin aloilta, mm. Aleksander-tekniikka, Feldenkrais-menetelmä, Body-Mind Centering, Bartenieff Fundamentals, Bioenergetiikka, Labanalyyysi, Continuum-liike, Ideokinesis, Kinetic Awareness, Pilates, Rolfing ja Skinner Release (Rouhiainen 2006, 16). Näiden lisäksi myös joogan voi mieltää somaattiseksi menetelmäksi.

rentoutumismenetelmiin osittain jopa voimakkaammin kuin muinaiseen eteläaasialaiseen joogaan. Singletonin mukaan joogaan laajasti vaikuttaneille rentoutumisterapioille on tyypillistä ns. somaattinen soteriologia, jossa kehon proprioseptisen³⁹ havainnoinnin avulla tapahtuva rentoutuminen yhdistetään henkisen tai jumalallisen oivalluksen saavuttamiseen (ibid., 297–8). Tämä ei tarkoita sitä, että modernit rentoutumisterapiat tai somaattiset menetelmät olisivat sisällöllisesti täysin länsimaisia keksintöjä, vaan että ne modernin joogan tavoin ovat idän ja lännen välisen kulttuurisen vuoropuhelun tulos. Rouhiainen huomauttaakin että, somatiikkaan vaikutti myös vallitsevia, järjestäytyneitä uskontoja vastustava kulttuurinen ilmapiiri, jossa vaihtoehtoja haettiin itämaisista uskonnoista ja kehojärjestelmistä (Rouhiainen 2006, 19). Joogiset käsitykset kehollisuudesta ja henkisyudesta saavat kuitenkin osittain uuden funktion somaattisen lähestymistavan filosofisena perusteluna, kun terapeuttinen rentoutuminen ja maallinen hyvän olon tavoittelu inkorporoidaan osaksi joogista vapautumisen tai valaistumisen teknologiaa.

Champin (2013) analyysin mukaan somatiikka toimii naisjoogassa myös uudenaikaisena feministisenä poliittisena välineenä, sillä nimenomaan somaattisuutensa ansiosta jooga toimii perinteiseen feministiseen aktivismiin verrattuna käytännöllisempänä voimaannuttamisen metodina. Hän huomauttaa, että joogan suosion kasvu on tapahtunut samanaikaisesti naisliikkeen heikentymisen kanssa 1980 ja -90 luvuilla (ibid., 166–7). Champ ehdottaakin, että jooga on osittain ottamassa perinteisen feminismien paikan uutena, kehollisena ja käytännönläheisenä voimaantumisen menetelmänä (ibid., 82). Joogan feminismi toimii Champin mukaan *sisältä ulos*, voimaannuttaen naiset muuttamaan ensin itse oman elämänsä kaduilla marssimisen ja yhteiskunnallisten rakenteiden muuttamisen sijaan. Itse tulee Champin mukaan tässä strategiassa ensin, epäitsekkyyks vastaa tämän jälkeen (ibid., 170).

Jooga näyttäytyy siis Champin analyysissä individualisoituneena voimaantumisen prosessina, jossa nainen ottaa itse vastuun oman elämänsä muuttamisesta. On kuitenkin huomattavaa, että Champin havaitsema naisliikkeen heikentyminen ja joogan samanaikainen suosion kasvu osuu ajallisesti yhteen myös uusliberalismin nousun kanssa 1980-luvulla. Nancy Fraser (2012, 4–5) kirjoittaa myös feministisen liikkeen muuttuneen tuohon aikaan poliittisessa ilmapiirissä tapahtuneiden

39 Proprioseptisillä aisteilla viitataan kehon sisäisiin asento- ja liikeaisteihin, eli niihin aisteihin joilla ihminen tiedostaa kehonsa, sen liikkeen ja asennon. Proprioseptio on keskeistä myös somatiikassa, jossa kreikkalaista sanaa *soma* käytetään Rouhiainen (2006, 13) mukaan eletyn kehon tai ”proprioseptorien, siis sisäaistien, tuottamia liikeaistimuksia ja -tunteuksia” koskevan ulottuvuuden merkityksessä.

muutosten sekä hyvinvointivaltion heikkenemisen myötä. Toisen aallon feminismi käänsi Fraserin mukaan huomionsa pois päin resurssien uudelleenjakamisen tavoitteesta ja kohti erojen tunnustamista. Aikainen toisen aallon feminismi perustui aikansa uusvasemmistolaisen liikehdinnän tapaan sosiaalidemokraattisen tasa-arvopolitiikan uudistamiseen. Fraser kirjoittaa uusliberaalin arvomaailman nousun 1980-luvulla nakertaneen toisen aallon feminismiin ideologispoliittista perustaa, jolloin sukupuolten välinen tasa-arvoakamppailu määriteltiin uudelleen identiteettipolitiikan termein (ibid.). Vaikka joogan naisellistajia tuskin voi syyttää täysverisiksi uusliberalisteiksi, voi niiden vastaavalla tavalla nähdä heijastelevan muuttunutta ideologista ilmapiiriä. Toisaalta on myös tärkeää tiedostaa, että *New Age* -tyyppinen individualisoitu henkisyys sekä itsensä kehittämisen tai transformaation retoriikka sopii epämukavalla tavalla yhteen uusliberaalin ideologian kanssa.

Myös naisellisen joogan individualisoituneessa feminismissä ja vapauskäsitteessä voi siis haistaa uusliberalististen arvojen katkun. Uusliberaalin feminismiin viitaten kirjoittava Catherine Rottenberg (2014, 420–1) toteaa Wendy Browniin viitaten että uusliberalismi on 2000-luvun Amerikassa muokkautunut talouspoliittisesta ideologiasta laajemmaksi yhteiskunnalliseksi ajattelumalliksi. Valtion politiikan ohella uusliberalismin henki näkyy Rottenbergin mukaan myös tavassa ymmärtää subjektin toimintaperiaatteita yrittäjähenkisen logiikan ehdoilla. Uusliberalismi on toisin sanoen luonut uuden, aktiivisen ja omasta hyvinvoinnistaan vastuussa olevan subjektin ihanteen. Rottenberg havaitsee vallitsevan ilmapiirin näkyvän myös uusliberaalin feminismiin nousuna, jota tämä esimerkillistää Sheryl Sandbergin kaltaisten menestyksellisten naisten kirjoittamilla, laajan suosion saavuttaneilla feministisillä manifesteilla.⁴⁰ Luonteenomaista tälle uusliberaalille feminismille on Rottenbergin mukaan feministisen taiston individualisoituminen tavalla, joka irtaannuttaa sen sosiaalisen tasa-arvon käsitteestä. Fokukseen nousee yksittäisten naisten oman itseluottamuksen kerääminen sekä tämän taisto valtahierakioita ja lasikattoja vastaan, jolla uskotaan välillisesti olevan positiivinen vaikutus kaikkien naisten asemaan. Uusliberaalia feminismiä karakterisoi siis ylhäältä alas suuntautuva lähestymistapa, jossa feministinen vallankumous tapahtuu kun nainen kerrallaan kiipeää valtapiramidin huipulle. Tämä voimaantunut feministinen subjekti ottaa itse vastuun omasta hyvinvoinnistaan, eikä pyramidia pystyssä pitäviä yhteiskunnallisia rakenteita

40 Rottenbergin analysoimat manifestit ovat Sandbergin bestselleri *Lean In* (2013) sekä Ann-Marie Slaughterin *Atlanticissa* julkaistu artikkeli ”Why Women Still Can't Have It All” (2012).

tai pelin henkeä kyseenalaisteta (ibid., 424–6).

Champin kuvaama naisjoogaajien voimaantuminen *sisältä ulos* muistuttaa epämukavan paljon Rottenbergin (2014, 425–6) kuvaamaa ”vallankumouksen sisäistämistä”, jossa naisten revolutionaarinen energia suunnataan itsensä voimaannuttamiseen kunnianhimoa seuraamalla, ei poliittisen järjestelmän tai miesten systemaattisen vallan purkamiseen. Vaikka naisjooga-aktivistit painottavatkin kunnianhimon ja menestyksen sijaan nöyryyttä ja yhteisön hyväksi tehtävää palvelua (*seva*), asetetaan ensisijaiseksi tavoitteeksi omien ongelmien selvittäminen. Vasta tämän jälkeen jooga-aktivisti voimaantuu toimimaan myös yhteisönsä hyväksi (Champ 2013, 292–3). Tämä omien ongelmien hoitaminen pois alta on kuitenkin omiaan sysäämään uusliberaalin feminismin tavoin vastuun omasta hyvinvoinnista yksilölle itsellensä, jolloin laajemmat yhteiskunnalliset valtarakenteet ja systemaattiset sarron muodot jäävät huomioitta. Champ (ibid., 297) toteaaakin, että jooga-aktivistien retoriikasta uupuukin tyypillisesti tietoisuus kansanliikkeistä tai geopolitiikasta, mutta kritiikki jää tyypistetyin kommentin tasolle eikä asian analyysiä viedä pidemmälle. Feministinen subjekti kuvataan tässäkin naiseksi, joka itse selvittää omat ongelmansa, parantuu haavoistaan ja löytää itse oman sisäisen voimansa.

Myös naisellisten joogamuotojen käsitys vapaudesta peilaa uusliberaalin yksilönvapauden ajatusta. Uusliberalismi perustuu Petri Räsäsen mukaan negatiiviseen vapauskäsitukseen, jossa vapaus saavutetaan yksilön toimintavapautta rajoittavat esteet poistamalla (filosofia.fi 2015). Niin Champin feministisessä joogassa havaitsema omat ongelmat alta pois -ajattelu kuin naiselliselle joogalle tyypillinen ajatus sisäisestä äänestä tai opettajasta (ks. 2.1 tässä tutkimuksessa) seurustelevat uusliberaalin individualistisen yksilökäsityksen kanssa, jossa Räsäsen mukaan ”kaikilla ihmisillä on jonkinlainen itsenäisen ja vapaan ajattelun ja tahdon alue, jonka toteuttamista ei tulisi häiritä” (ibid.). Naisjoogaajan voimaantumista estäviin seikkoihin lukeutuukin Dinsmore-Tulin (2014, 64–8) mukaan tiettyyn opetustyyliin tai linjaan *rajoittaminen* (discouragement) ja oman tien kulkijoiden, sisäisen opettajan tai traditioiden välinen *epäkunnioitus* (disrespect).

Dinsmore-Tulin huoli on varmasti aiheellinen ja tarkoitus pyyteetön. *Rajoittamisella* tämä tarkoittaa sitä, ettei joogaoppilaita rohkaista esittämään kysymyksiä tai haastamaan opetuslinjan menettelytapoja. Auktoriteettinsa säilyttääkseen joogaopettajat saattavat ohittaa kiperät kysymykset ylimielisesti sen sijaan, että he myöntäisivät oman osaamisensa rajallisuuden. Rajoittaminen liittyy

Dinsmore-Tulin mukaan myös joogatyöliien väliseen vihamielisyyteen ja siihen, etteivät tiettyihin opetuslinjoihin sitoutuneet opettajat vaivaudu laajentamaan tietotaitoaan oman joogatyöliinsä ulkopuolelle saati rohkaise oppilaita hakemaan vastauksia muiden opetuslinjojen parista (ibid., 64–67). Joogatyöliien välinen vihamielisyys tuottaa myös Dinsmore-Tulin mukaan *epäkunnioitusta*, sillä kun oma joogasuuntaus mielletään ainoaksi oikeaksi, kohdellaan muiden joogasuuntausten edustajia tai tietyistä opetuslinjasta erkaantuneita joogaajia halveksuen ja pilkaten. Naisille tämä on Dinsmore-Tulin mukaan erityisen suuri ongelma siksi, että esimerkiksi raskausjoogaa tai muuta naisen terveyttä edistävää joogaa harvoin opetetaan perinteisiä opetuslinjoja edustavissa joogakouluissa. Epäkunnioitus kohdistuu Dinsmore-Tulin mukaan myös joogaoppilaihin, joita ei opeteta tai rohkaista kuuntelemaan sisäistä opettajaansa (ibid., 67–8).

Vaikka joogamaailma varmasti olisikin parempi paikka ilman Dinsmore-Tulin kuvaamia rajoitteita, on tämän ajatus rajoitteiden purkamisen vaikutuksista varsin optimistinen. Kun jooga lakkaa olemasta patriarkaalinen häkki, johtaa se Dinsmore-Tulin mukaan ”todellisen vapauden ja avaruuden kokemukseen” (ibid., 76, oma suomennos). Kunhan rajoitteista päästään, saavuttavat naiset *Yoni Shaktin* alaotsikon – *A Womans Guide to Power and Freedom* – lupaaman vallan ja vapauden. Lopullinen vapaus tuntuu linkittyvän vahvasti sisäisen opettajan kuunteluun sekä naisen itsetietoisuuteen:

[O]n monia asioita tämän päivän joogaharjoituksessa jotka voivat erkaannuttaa naisjoogaajat heidän oman sisäisen totuutensa valosta. On masentavaa tietää että tällainen voimattomuus on laajalle levinnyttä. Mutta kun tunnistamme nämä voimaantumisen estämisen muodot ja syyt, pystymme korvaamaan ne vastakohdillaan. (Ibid., 75, oma suomennos)

Kun naisjoogaajan voimaantumista estävät rajoitteet esitetään joogamaailman maskuliinisuuden seurauksena, sysätään vastuu muutoksesta ja voimaantumisesta naisten omiin käsiin. Dinsmore-Tulin huomauttaa, että voimaantumisen esteiden (rajoittaminen, epäkunnioitus, piittaamattomuus ja sisäisen yhteyden puuttuminen) vastalääkkeet voivat olla läsnä myös miesopettajien työssä. Hän kuitenkin painottaa näiden vasta-aspektien naisellista luonnetta ja sitä, miten ne ovat ilmiselvästi läsnä naisjoogaohjaajien kohdalla (ibid., 76). Näin hän antaa ymmärtää kyseessä olevan kuitenkin pohjimmiltaan naisille tyypillinen sisäinen viisaus, jolloin ratkaisu löytyy naisten omasta etenemisestä joogan saralla. Voimaantuminen esitetään yksilölähtöisenä, sisäisen naisellisen äänen vapauttamisen seurauksena.

Räsänen mukaan uusliberalismille tyypillisen negatiivisen vapauskäsityksen ongelman olevan se, ettei se ota ”tosiasiallisia resursseja ja tekijöitä” (filosofia.fi 2015) huomioon. Samankaltaisesti myös naisen vallan ja vapauden saavuttaminen joogan kautta kuulostaa kenties aiheesta liian hyvältä ollakseen totta. Jooga feministisenä elämäntaparemonttina ei ole yhtäläillä kaikkien saavutettavissa, vaan sitä rajoittavat mm. taloudelliset, kulttuuriset, rodulliset ja maantieteelliset tekijät. Joogan mielekkyyteen voimaantumisen polkuna vaikuttavat myös erilaiset orientaatiot: mistä lähtöpisteestä kysein polku avautuu, ja kenen äänet, näkemykset ja kokemukset ovat muokanneet joogan moderniksi feministiseksi metodiksi. Ahmed kirjoittaa, että orientaation voi ymmärtää linjassa olemisena, eli samansuuntaisuutena muiden jo viitoittamalla tiellä. Linjassa oleminen ”mahdollistaa kehojen levittäytymisen tiloihin, jotka [...] ovat jo ottaneet niiden muodon” (Ahmed 2006, 15). Joogan voimaannuttava vaikutus riippuu siis myös siitä, minkälaisen kehojen muotoiseksi ja suuntaiseksi poluksi se on muovautunut, ja tunnetko olevasi linjassa pitkälti valkoisten länsimaisten naisten kansoittamassa joogamaailmassa.

5.2 Descartes vastaan Patañjali: Naisellisen joogan metafysiikkaa

Edellisessä alaluvussa esitin, että naisellisten joogamuotojen kohdalla käsitys joogan tuottamasta vapaudesta on muuttanut muotoaan. Kyse ei niinkään ole maailmasta vapautumisesta, vaan naisen voimaantumisesta yhteiskunnallisena toimijana. Väitteen tarkoitus ei ole kumota naisellisten joogamuotojen logiikkaa paljastamalla ne jonkin alkuperäisen tradition vääriksi tulkinnoiksi. Yhdyn joogatutkijoiden Mark Singletonin ja Jeane Byrnen (2009, 4–6) käsitykseen siitä, etteivät nykyjoogaa kohtaan osoitetut epäautenttisuuden syytökset tai modernin ja klassisen joogan mustavalkoinen rinnastaminen ole mielekkäitä lähtökohtia joogatutkimukselle. Moderni jooga on syntymästään lähtien transnationaalinen tuote, joka on kehittynyt niin länsimaisten kuin intialaisten toimijoiden yhteisvaikutuksesta, sekä idän ja lännen välisestä kulttuurisesta kohtaamisesta. Kuten Singleton ja Byrne toteaa, ei tämä kuitenkaan vähennä joogatutkimuksen eettisiä ja kulttuurisia vastuita: on tärkeää pohtia sitä, miten niin tutkijat kuin joogan harjoittajatkin hyväksikäyttävät joogan ja tradition käsitteitä edistääkseen omia tarkoitusperiään (ibid., 5).

Edellisen alaluvun tarkoitus olikin osoittaa, miten naisellisten joogamuotojen logiikka on seurausta joogan uudelleenorientaatiosta tietyn ajan ja paikan ideologispoliittisen raamituksen puitteissa. Näin ollen olen eri mieltä kuin joogaa

feministisenä toimintana tutkinut Champ, joka esittää epäautenttisuuden kritiikille vastakysymyksen:

Kun on ensin kuuliaisesti kuvannut sitä, kuinka paljon Moderni Jooga eriiä erittäin kyseenalaisesta Klassisen Joogan konseptista, mitä sitten? Jos se kerran on niin hirveän ongelmallista kuin New Age -uskontojen tutkijat väittävät, niin miksi sitten 20 miljoonaa ihmistä maassamme harrastaa joogaa? (Champ 2013, 122, oma suomennos)

Vaikka modernin ja klassisen joogan välinen mustavalkoinen vastakkainasettelu tuskin on kovin hedelmällistä, lakaisee Champ mielestäni kritiikin turhan huolettomasti maton alle. Kriittikissä ei niinkään ole – tai tulisi olla – kyse siitä, kuinka autenttista nykyjooga on tai viekö oletettu epäautenttisuus pohjan joogan harjoittamiselta tai sen toimivuudelta. Kysymys, ”miksi 20 miljoonaa amerikkalaista harrastavaa joogaa?” tulisi siis pikemminkin esittää muodossa *miksi juuri nämä 20 miljoonaa ihmistä joogaavat, ketkä sitä eivät tee ja mistä tämä kuilu johtuu?* On siis kriittisesti tutkailtava sitä, minkälaisien naisten tarpeisiin jooga feministisenä metodina oikeastaan on vastaus. Vaikka *tämä-on-sinun-harjoituksesi* -tyyppisellä retoriikalla pyritään kannustamaan oman kehon ja sen yksilöllisten tarpeiden huomioimiseen, ei joogan feministisenä metodina voi olettaa vastaavan kaikkien naisten tarpeisiin.

Hyödyntäen Ahmedin ajatusta orientaatiosta linjautumisena voi sanoa, että jooga naisellisena voimaantumisen metodina näyttäisi olevan länsimaisen, valkoisen naisen viitoittama tie. Näin ollen se ei välttämättä ole yhtäläillä seurattavissa ihmisille, jotka eivät ole linjassa tätä polkua raivanneiden kehojen kanssa. Kuitenkin niin Champin kuvaamalle feministiselle joogalle että naisellisille joogamuodoille on tyypillistä, ettei jooga näyttäydy ainoastaan fyysisenä fitness-menetelmänä, vaan henkinen puoli ja joogateorian sanskritinkielisten käsitteiden käyttö on vahvasti läsnä. Tässä aluvussa kysynkin, miksi nimenomaan länsimaiset naiset joogaavat ja miten juuri jooga toimii voimaannuttavana feministisenä toimintana. Vastatakseni kysymykseen pohdin tässä alaluvussa tarkemmin joogafilosofian ja naisellisten joogamuotojen maailmankatsomuksellisia konteksteja sekä niihin liittyviä sukupuolen käsitteellistämisen eroja. Väitän, että joogafilosofian ja länsimaisen ajattelun väliset metafysiset erot saavat joogan päämäärän ja sen sukupuolittuneisuuden merkityksellistymään eri tavalla länsimaisessa kontekstissa – tavalla joka hyödyttää länsimaista naisjoogaajaa.

Länsimaiselle maailmalle tyypillistä sukupuolten välillä tehtävää kahtijakoa ei voi erottaa kartesiolaisesta subjektikäsitelmästä, jossa subjektius näyttäytyy

(maskuliinisen) järjen ja mielen puhtaana tyyssijana, joka olennaisesti eroaa (feminiinisten) tunteiden tahrimesta ruumiista. Joogaperinteen taustalla vaikuttavat uskonnollis-filosofiset maailmankatsomukset kuitenkin käsitteellistävät sukupuolieron eri tavalla dualistiseksi kuin länsimainen kartesiolainen (mieli-ruumis) jako. Vaikka intialaisia filosofioita yhdistääkin pelastuksellinen päämäärä, on tuon päämäärän saavuttamisen metodit ja logiikka ymmärretty historian saatossa usealla tavalla. Modernin joogan käsitteistön ja sisällön kannalta keskeiseksi voi mainita karkeasti jaettuna kaksi filosofista leiriä: Patañjalin *Yoga Sūtran* (n. 350 jKr.) edustaman, dualistiseen *sāṃkhya* filosofiaan perustuvan ns. klassisen⁴¹ joogan sekä tantriseen, nondualismia tavoittelevaan maailmankatsomukseen pohjautuvan *haṭha*-joogaan. Eteläaasialaisiin uskontoihin perehtynyt uskonntutkija David Gordon White (2012, 7) kuitenkin huomauttaa joogan eri koulukuntia yhdistävän eroista huolimatta se, ettei kartesiolainen mielen ja ruumiin välinen jaottelu niissä päde. Sen sijaan keskeiseksi nousee Whiten mukaan toinen kahtijako, nimittäin keho-mieli -kompleksin ja korkeamman, *kognitiivisen aparatin* välisen vastakkainasettelun. Jooga tähtää Whiten mukaan yksinkertaistetusti tämän kognitiivisen aparatin linssin kirkastamiseen, ja siitä seuraavaan, pelastukseen tai vapautukseen johtavaan todellisen ymmäryksen saavuttamiseen.

Joogafilosofian ykkösteoksen asemasta nauttivassa Patañjalin *Yoga Sūtrassa* kognitiivista aparattia edustaa passiivinen tietoisuus (*puruṣa*). Måns Broo (2010, 18) kirjoittaa Patañjalin *Yoga Sūtran* suomennoksessaan klassisen joogafilosofian perustuvan *sāṃkhya*-filosofian dualistiseen metafysiikkaan, jossa vastakkainasettelu siis tapahtuu *puruṣan* (passiivinen tietoisuus) ja *prakṛtin* (aine ilmentymättömässä muodossaan) välillä. Maailmankaikkeus syntyy näiden kahden yhdistyessä, jolloin *prakṛti* aktivoituu ja äly ja itsetietoisuus muodostuvat. Näin ollen mieli on joogafilosofiassa aineellinen, joskin hienojakoisempaa materiaa kuin ruumis (ibid., 33). Maailmasta ja sen kärsimyksistä vapautuminen tarkoittaa Patañjalin mukaan tietoisuuden (*puruṣa*) vapauttamista materiaalisesta maailmasta (ibid., 20). Patañjalin joogafilosofia on siis asenteeltaan varsin kehokielteinen: ihmisruumis kuuluu siihen materiaaliseen maailmaan, josta irtaantumista joogi tavoittelee.

Tantrinen *haṭha*-jooga puolestaan perustuu uskonntutkija Mikel Burleyn

41 Klassisen joogan käsite on varsin yleisesti käytössä ja viittaa Patañjalin *Yoga Sūtrassa* esittelemään joogaan. Patañjalin joogan nimeäminen ”klassiseksi” on kuitenkin tutkijoiden mukaan harhaanjohtava moderni näkemys. Klassisuus on ennemmin kyseiselle joogalle hindunationalistien toimesta tietoisesti rakennettu imago kuin viittaus varsinaiseen historialliseen aikakauteen. (ks. esim. Singleton 2009, 85–87)

(2009, 187; 2007, 31–2) mukaan *Śivan* (maskuliininen passiivinen tietoisuus) ja *Śaktin* (feminiininen dynaaminen energia)⁴² väliseen kahtijakoon, joka muistuttaa klassisen joogan niin ikään maskuliiniseksi mielletyn *puruṣan* ja feminiiniseksi mielletyn *prakṛtin* välillä tehtävää jakoa. Klassisen joogan ja tantrisen *haṭha*-joogan kahtijaot siis sukupuolittuvat samakaltaisesti siten, että tietoisuus mielletään maskuliiniseksi ja aine/energia feminiiniseksi. Burley (2007, 31–2) mieltäkin tantrisen *haṭha*-joogan *sāṃkhya*-filosofian ja *Yoga Sūtran* postklassiseksi kehitykseksi. Klassisen ja tantrisen perinteiden päämäärät ovat Burleyn mukaan kuitenkin täysin vastakkaiset, sillä vaikka tantrinen *haṭha*-jooga käsitteistön ja uskonnollisen kuvaston tasolla näyttäytyy dualistisena, perustuu se lopulta nondualistiseen maailmankatsomukseen. Siinä missä klassinen joogan pyrkii maskuliinisen elementin eli tietoisuuden vapauttamiseen tai lopulliseen irtaantumiseen feminiinisestä, tähtää *haṭha*-jooga sen sijaan näiden kahden orgastiseen yhdistymiseen. *Haṭha*-joogan maailmankatsomus on siis klassisesta joogasta poiketen pohjimmiltaan nondualistinen (*advaita*). Burley kuitenkin toteaa tämän nondualismin usein jäävän teoreettiselle tasolle, ja että symbolisella tasolla tantristakin joogaa leimaa voimakas dualismi⁴³ (Burley 2009, 187; 2007, 32–3).

Vaikka klassisen ja tantrisen joogan voikin Burleyn ehdotuksen mukaan teoreettisesti ja ajallisesti erottaa toisistaan, huomauttaa tämä ettei näitä kahta modernille joogalle tyypillisen pedagogisen eklektisyyden vuoksi nykyajan joogamaailmassa eroteta toisistaan (Burley 2007, 33–4). Patañjalin *Yoga Sūtra* nauttii joogan perustekstin asemasta monien joogakoulukuntien keskuudessa huolimatta siitä, että kaikki fyysiset joogamuodot ovat paljon velkaa myös keskiaikaiselle tantriselle *haṭha*-joogalle. Lisäksi modernia joogaa leimaa tyypillisesti myös ykseyttä painottava nondualistinen filosofinen koulukunta *Advaita Vedānta*,⁴⁴ joka vaikutti jo modernin

42 Tantrisen dualismin maskuliinisen tietoisuuden ja feminiinisen energian periaatteet yhdistetään uskonnollisesta traditiosta riippuen tiettyihin jumaliin. Viitataan tässä suoraan joogan kannalta keskeisen *Śaivisten* tantran tapaan yhdistää tietoisuus miespuoliseen *Śiva*-jumalaan ja energia tämän naispuoliseen kumppaniin *Pārvatī/Śakti*. Esimerkiksi *vaiṣṇavistisissa* traditioissa kahtijakoa personifioivat vaihtoehtoisesti *Viṣṇu* ja *Lakṣmī*. (ks. Burley 2007, 31)

43 White (2012, 12–3) puolestaan esittää, että tantrisissa traditioissa nondualismi ymmärretään pääsääntöisesti kahdella eri tavalla: Eksoteerisessä tantrassa jumalallisen ja maallisen välillä nähdään olevan ontologinen ero. Tämä dualismi on kuitenkin asteittain kumottavissa rituaalien ja harjoituksen kautta, jossa tietoisuuden voi nostattaa jumalalliselle tasolle ja yksilöllinen ja jumalallinen tietoisuus yhdistyvät. Esoteerisessä tantrassa todellisuus on lähtökohtaisesti non-dualistinen, ja kaikkien olentojen nähdään olevan synnynäisesti jumalallisia tai valaistuneita. Rituaaliset epäpuhtaat tai rajoja rikkovat teot toimivat tällöin pikaväylänä jumalalliseen.

44 *Advaita Vedānta* hindufilosofi Śaṅkaran (n. 788–820 jKr.) nondualistinen tulkinta *Vedānta* filosofiasta. *Advaita Vedāntassa* epätietoisuuden (*avidyā*) nähdään ylläpitävän illusorista maailmaa (*māyā*), jota ei pidetä sen enempää todellisena kuin epätodellisenakaan. Tavoitteena on itsen (*ātman*) ja kaikkeuden (*brahman*) ykseyden oivaltaminen, jota kuvataan olemassaolon, tietoisuuden ja autuuden kokemukseksi (*sat-cit-ānanda*). (Hiltebeitel 2005, 4003)

joogan lähettilään Swami Vivekanandan⁴⁵ (1863–1902) vaikutusvaltaiseen tulkintaan Patañjalin *Yoga Sūtrasta*. Pyrkimys yhdistää *Advaita* ja joogafilosofia sai Elizabeth De Michelisin (2005, 168–9) mukaan Vivekanandan tulkitsemaan *puruṣan* puhtaan ja maailmasta irrallisen tietoisuuden sijaan yhä enenevässä määrin antroposentrisesti ihmisen sieluksi tai inhimillisen olemuksen ytimeksi, ja joogan päämäärän puolestaan erillisyyden tavoittelun sijaan ihmisen potentiaalin kehitykselliseksi toteuttamiseksi. Kuten Champ (2013, 42) huomauttaa, toimii *Advaitan* painottama erojen haihduttaminen ja ykseyden ylistäminen nykyjoogaajalle miellyttävämpänä teoreettisena lähtökohtana, sillä se edustaa elämänläheisempiä ja yhteisöllisempiä arvoja kuin erakoitumista ja maailmasta irtaantumista puoltava klassinen joogafilosofia.

Eklektisyys näkyy voimakkaasti myös Dinsmore-Tulin työssä. Tämä puhuu joogan ja/tai tantran perimmäisestä päämäärästä löyhästi läpi koko kohtujoogamanifestin, viitaten erilaisiin näkemyksiin erottelematta niitä toisistaan tai omasta projektistaan. Jää siis jokseenkin epäselväksi, mikä joogan perimmäinen päämäärä Dinsmore-Tulin näkemyksen mukaan tarkalleen ottaen on. Mainittuihin henkisiin tavoitteisiin lukeutuu mm. egon liukeneminen (Dinsmore-Tuli 2014, 315), energian ja tietoisuuden vapauttaminen materiasta (ibid., 188), valveutuneisuus⁴⁶ *śaktin* (immanentista) läsnäolosta jokapäiväisessä elämässä (ibid., 25) sekä valveutuneisuuden energian valjastaminen kohtaamiseen puhtaan tietoisuuden voiman kanssa (ibid., 86). Näistä kahden ensimmäisen voi nähdä peilaavan klassista tavoitetta, jossa tietoisuus pyritään irtaannuttamaan aineellisesta maailmasta. Jälkimmäiset kaksi puolestaan asettunevat voimakkaammin tantrisen päämäärän piiriin, jossa tietoisuus ja energia päinvastoin pyritään yhdistämään.

Dinsmore-tulin voi siis nähdä liikkuvan moderneille joogamuodoille tyypillisesti klassisen ja tantrisen maailmankatsomusten välillä, osittain valikoiden käyttämänsä käsitteet sen mukaan, mikä parhaiten tukee tämän omaa kohtujoogaprojektia. Toisaalta se, että joogan perimmäisen päämäärän kuvaaminen jää epämääräiseksi kertoo myös Dinsmore-Tulin ensisijaisten huolenaiheiden olevan toisaalla: naisen terveyden, itsetunnon ja henkisen auktoriteetin kehittämisen kaltaisissa maallisemmissä murheissa. Koska Dinsmore-Tuli vastustaa yhteen opetuslinjaan tai traditioon sitoutumista mieltäen

45 Ks. s. 4, alaviite 4 tässä tutkimuksessa.

46 Käännän englannin termin *awareness* valveutuneisuudeksi erottaakseni sen tietoisuuden (*consciousness*) käsitteestä. Siinä missä tietoisuus usein joogassa ja myös Dinsmore-Tulin kohdalla viittaa puhtaaseen tietoisuuteen, voi valveutuneisuuden mielestäni nähdä jonkinnäköisenä maallisena ymmärryksenä tai puhtaan tietoisuuden (*śivan*) ja energian (*śakti*) yhdistymisestä seuraavana henkisenä tilana.

sen kapeakatseisuudeksi, näyttäytyy valikointi myöskin positiivisena asiana ja on naisjoogaajan (*yoginī*) voimaantumista tukeva tietoinen valinta:

Koska halusin lukea / kirjoittaa kirjottaa kirjan joka vahvistaa ja voimaannuttaa naisten kokemusta joogasta polkuna todelliseen vapauteen, tutkin historiallisia *haṭha*-jooga tekstejä löytääkseni positiivisia ja autenttisesti joogisia tapoja kuvata *yoginīen* kokemuksia. Kun huomasin kuinka vähän naisia klassisen *haṭha*-joogan⁴⁷ historiassa on, sisällytin etsintääni aikaisempia joogan edeltäjiä kuten *Veda*-kirjoja [Intian varhaisimmat pyhät kirjoitukset] ja Tantraa [vapautumisen opit], sekä *haṭha*-joogan kanssa samanaikaisia, mutta tämän kannalta marginaalisia käytäntöjä kuten *śakta tantraa* [jumalatarkultti] ja *bhakti*-joogaa [antautumisen jooga], joista kumpikin pitää naisten henkisyttä ja vapautta korkeammassa arvossa kuin *haṭha*-joogakirjoitukset. (Ibid., 36, hakasulkeet alkuperäisessä, oma suomennos)

Dinsmore-Tuli siis kaluaa läpi joogan ja tantran historiaa ja uskonnollis-filosofista kirjallisuutta kootakseen jonkinlaisen naisten henkistä kokemusmaailmaa kuvaavan valittujen palojen kokonaisuuden. Projektin taustalla toimii kuitenkin ongelmallinen oletus siitä, että naisten kokemukset läpi historian ja henkisten käytäntöjen pysyy, jos ei täysin samana niin ainakin verrattavissa olevina tai toisiaan täydentävinä. Kuten aiemmin totesin, näyttäytyy monimuotoisuus ja traditioiden välisten rajojen purkaminen naiselliselle joogalle ominaisena piirteenä (ks. 2.1 tässä tutkimuksessa), jolloin Dinsmore-Tulin teoreettinen eklektisyys näyttäytyy pikemminkin joogan naisellistamisen väistämättömänä seurauksena kuin ongelmallisena synkretistisen palapelin kokoamisena.

Väitän kuitenkin, että jooga vetoaa Dinsmore-Tuliin ja muihin joogan naisellistajiin ainakin osittain näiden länsimaiseen, kartesiolaisen dualismin läpäisemään filosofiseen viitekehykseen positioitumisensa vuoksi. Koska joogafilosofia ja kartesiolainen dualismi käsitteellistävät sukupuolta eri tavalla, näyttäytyy joogafilosofian käsitteistö tuoreelta ja käyttökelpoiselta vaihtoehdolta, johon länsimainen feministi voi voimaantumisen metodinsa perustaa. Tietoisuuden (*puruṣa*) ja aineen (*prakṛti*) välillä tehtävän kahtijaon seurauksena on se, että mielen ollessa aineellinen ei järki nauti puhtoisesta, ylimaailmallisen totuudenkantajan viittaa – toisin kuin kartesiolaisessa logiikassa. Järki on tunteiden ja irrationaalisuuden kanssa loppujen lopulta samassa veneessä: kuten Patañjali toteaa, ”[j]ooga on mielen toimintojen pysäyttämistä” (Broo 2010, 32), ja järki on pudasta tietoisuutta häiritsevä liike siinä missä muut mielen ja ruumiin toiminnot. Maskuliinisuutta ei myöskään yhdistetä järkeen ja toimintaan, vaan passiiviseen, hiljaiseen, liikkumattomaan tietoisuuteen.

Näin ollen maailma ja (maallinen) toimijuus näyttäytyykin joogafilosofiassa

47 Dinsmore-Tulin tapa puhua klassisesta *haṭha*-joogasta toimii esimerkkinä siitä, miten Patañjalin *Yoga Sūtra* nykyjoogapuheessa toimii *haṭha*-joogan synonyyminä.

yllättävän naisellisena: se on riippuvaista *śaktista/prakṛtista*, elämän ja aineellisuuden mahdollistavasta energiasta. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä että joogafilosofia olisi naisen voimaantumisen logiikkana vesitiivis: klassisen joogafilosofian mukainen irtaantumisen (*kaivalya*) päämäärä asettaa maskuliinisen periaatteen lopulta kuitenkin korkeimmalle jalustalle. Se ei myöskään tarkoita, että naisilla olisi joogan tai Intian historiassa ollut ylenpalttisia mahdollisuuksia yhteiskunnalliseen toimijuuteen. Se selittää kuitenkin osaltaan sen, miksi jooga ja tantra länsimaisen, kartesiolaisen logiikan passiiviseksi leimaaman naisen silmissä saattaa näyttäytyä käyttökelpoisena maailmankatsomuksellisenä kehikkona uutta voimaantunutta naisisuutta ajatellen.

Vaikka naiselliset joogat eivät välttämättä kokonaan kumoja mielen ja ruumiin välistä kahtijakoa, tarjoaa joogafilosofia kuitenkin mielekkään käsitteellisen kuvaston, jossa naiseus näyttäytyy viehättävästi perusluonteelta voimakkaana ja aktiivisena, maailmassaololle välttämättömänä periaatteena. Kysymys ei ole siitä, käyttävätkö joogan naisellistajat joogafilosofian käsitteistöä väärin. Kysymys on siitä, että he käyttävät sitä tietystä ajallisesta, paikallisesta ja sosiaalisesta lähtöpisteestä käsin – pisteestä johon jooga ja joogafilosofia istuu, ja josta se aukaisee vaihtoehtoiseksi ja feministiseksi mielletyn väylän. Jooga toimii siis osana länsimaisen naisen identiteetin rakentamisen välineenä, tapana luoda voimaannuttava ja positiivinen käsitys naiseudesta, johon nainen voi samaistua. Ajatus sisäisestä, kosmisesta naisellisestä voimasta (*śakti*) sijoittaa naiset maallisen toimijuuden perusteisiin, sikäli kuin se kuvaa naiseuden maailmaa pyörittäväksi alkuvoimaksi. Samalla se kuitenkin vahvistaa kaksinapaista sukupuolikäsitystä sekä essentialistista käsitystä naiseudesta, jättäen vähän tilaa muunsukupuolisten tai vain äitimaa-tematiikka karsastavien joogaajien voimaantumiselle.

Jooga feministisenä väylänä ei siis ole vaihtoehto kaikille, toisin kuten esimerkiksi Dinsmore-Tulin puheesta voisi olettaa. Kohtujoogassa ei tämän mukaan ”oikeastaan ole mitään uutta”, vaan se toimii ainoastaan välineenä ”löytää uudelleen yhteys meidän omiin, muinaisiin tietämisen tapoihimme” (Dinsmore-Tuli 2014, 25). Kohtujoogan ydin esitetään siis ajattomana ja muuttumattomana viisautena. Ongelma onkin juuri tämä Dinsmore-Tulin kaltaisten, valkoisten länsimaisten naiskehujen sisäisen äänen muovaaman polun esittäminen yleistettynä, ajattomana ja paikattomana joogan polkuna. Kuten alaluvun alussa esitin, on modernin joogan tutkimuksen parissa esitetty huolta siitä, millä tavalla joogan ja tradition käsitteitä hyväksikäytetään omien henkilökohtaisten tai ammatillisten tarkoituserien edistämiseksi (Singleton & Byrne

2009, 5). Dinsmore-Tulin tarkoitusperä – eli naisten voimaannuttaminen – on toki paljon kaivattu. Kohtujoogan naiseutta essentialisoiva ja joogaa yleistävä retoriikka herättää kuitenkin kysymyksen siitä, miten se kenties voimaannutta tiettyjä naisia toisten kustannuksella. Seuraavassa alaluvussa siirrynkään pohtimaan sitä, minkälaisia eettisiä ja kulttuurisia kysymyksiä länsimaisten naisten tapa hyödyntää Etelä-Aasiasta lähtöisin olevaa henkistä metodologia voimaantuakseen herättää.

5.3 Voimaantumisen valtasuhteet ja joogan kulttuurinen appropriatio

Modernin joogan autenttisuuskritiikin ohella länsimaista nykyjoogakulttuuria on kritisoitu myös kulttuurisesta omimisesta tai appropriatiosta⁴⁸ ja intialaisen perinteen kolonisaatiosta. Amerikan hindujen etujärjestö *Hindu American Foundation* (HAF) julkaisi vuonna 2008 *Take Back Yoga* nimisen kampanjan, jossa nykyajan joogakulttuuria syytetään joogan hindulaisten juurien ja sen perimmäisen päämäärän unohtamisesta, sekä aina vain kiihtyvistä kaupallistumisesta. Kampanja lanseerattiin seurauksena HAF:n ja tunnetun joogalehden *Yoga Journalin* välillä käydystä kirjeenvaihdosta, jossa HAF kritisoi lehden tapaa viitata joogasta kirjoittaessa hindulaisuuden sijaan itämaisen tai joogisen perinteen kaltaisiin kiertoilmauksiin (Hindu American Foundation 2004–2016a). Kampanjan tarkoituksena on levittää tunnustusta joogan hindulaisista juurista. Samanhenkisenä aloitteena voi pitää Intian pääministerin Narendra Modin vuonna 2015 lanseeraamaa kansainvälistä joogapäivää. Helsingin Sanomien mukaan Modi on todennut Intian menettäneen joogan lännelle, ja joogapäivä on tämän keino ”palauttaa jooga osaksi Intian kulttuurihistoriaa” (HS 19.5.2016). Kulttuurisen appropriatian kritiikkiä nostavat esille myös *Decolonizing Yoga* ja *South Asian American Perspectives on Yoga in America* (SAAPYA) -sivustojen kaltaiset aloitteet, jotka niin ikään osoittavat huolensa joogan kulttuuriperinnön omimisesta länsimaisen, kaupallisen jooga-alan toimesta sekä joogan varsinaisen sisällön rappeutumisesta.

Niin HAF:n joogan takaisinperintäkampanja kuin Modin joogapäivä on herättänyt kiivasta keskustelua ja vastakritiikkiä. *Take Back Yoga* -kampanjan jälkimainingeissa on keskusteltu siitä, voiko joogan omistaa, kenelle jooga kuuluu, ja kumpi oli ensin, hindulaisuus vai jooga. Kampanjaa on vastustanut ei-intialaisten jooga-alan toimijoiden lisäksi mm. myös amerikanintialainen vaihtoehtoisen lääketieteen

48 Kulttuurisella appropriatiolla tarkoitetaan tässä jonkin kulttuuriin elementin haltuunottoa sellaisen henkilön tai ihmisryhmän toimesta, jotka eivät itse edusta kyseistä kulttuuria.

julkimo ja New Age -kirjailija Deepak Chopra (ks. esim NY Times 27.11.2010). Modin kansainvälistä joogapäivää puolestaan on syytetty mm. Intian pääministerin PR-tempuksi, ja Intian muslimien toimesta myös hindunationalismin propagoimisesta (BBC 21.6.2015). Molemmat aloitteet toimivatkin eräänlaisina näpötyksinä joogan omineille länsimaille sekä omaa uskonnollis-ideologista etua pönkittävinä muistutuksena joogan intialaisista tai hindulaisista juurista. Vaikka keskustelu kulttuurisesta appropriatiosta on joogamaailmassa tervetullut, onnistuvat HAF ja Modi tässä huonosti, ja näiden aloitteet näyttävät lähinnä pyrkimyksinä hyötyä joogan laajasta suosiosta ja niin arvovallallisesti kuin taloudellisesti arvokkaasta joogabrändistä. HAF:n kampanjan pyrkimys hindulaistaa jooga tyypistyy yksinkertaiseen joogan omimiseen, joka ohittaa ongelmallisella tavalla joogan monipuolisen uskonnollisen historian. Vaikka joogan mainitaan HAF:n tiedotteessa olleen myös buddhalaisten ja jainalaisten harjoitus, todetaan ensimmäisten viitteiden löytyvän hindujen pyhistä kirjoituksista (Hindu American Foundation 2004–2016b). Kampanjaa vastustaneet puolestaan mieltävät joogan uskonnosta riippumattomaksi ja väittävät juurien yltävän hindulaisuuttakin pidemmälle historiaan (NY Times 27.11.2010). Joogan omistusväittämien sekä hindulaisuuden ja joogan välisen ajallisen alkuperäkilvoittelun kaltaisten mustavalkoisten teemojen vallitsema keskustelu osoittaa, kuinka hanakasti kaikki haluavat palansa joogapiiraasta. Kulttuurisen appropriatian kritiikin esittäjät edustavat kuitenkin itse vähintään yhtä yksinkertaistettua ja puolueellista näkökulmaa kuin kritiikin kohteetkin, eikä keskustelu etene. Varjoon ei jää ainoastaan joogan historiallinen, niin kulttuurinen, uskonnollinen kuin yhteiskunnallinenkin monimuotoisuus, vaan ennen kaikkea itse ongelma: keskustelussa kulttuurisesta appropriatiosta kysymys ei niinkään ole omistusoikeudesta, vaan ongelmallisesta valta- asemasta ja sen aiheuttamasta etu-ristiriidasta.

Joogan kulttuurista appropriatiota kritisoiva intialaistaustainen joogaohjaaja ja energiaparantaja nisha ahuja esimerkiksi kokee, miten valkoisten ihmisten on täysin hyväksyttävää käyttää intialaisia vaatteita ja bindejä tai harrastaa joogan kaltaisia intialaisia perinteitä. Ahuja huomauttaa *You Are Here: Exploring the Impacts of Yoga & Cultural Appropriation* videollaan, että valkoiset ihmiset ovat etuoikeutettuja voidessaan pukeutua intialaisittain tai lausumaan sanskritin kielisiä mantroja. Jos hän itse värillisenä – ja ilmeisesti intialaistaustaisena – Amerikassa asuvana käyttää intialaisia vaatteita tai puhuu hindiä tai sanskritia, voimistaa se muukalaisvastaisia asenteita ja rasistista väkivaltaa häntä kohtaan (Decolonizing Yoga 19.6.2014).

Orienteerioiden periytyvyydestä kirjoittaessaan Ahmed (2007, 153) huomauttaa, että koloniaalinen historia on jättänyt jälkensä erilaisten kehojen ja maailman keskinäiseen muovautumiseen. Franz Fanonia lainaten Ahmed kirjoittaa, ettei asioiden tekeminen riipu luontaisesta kyvykkyydestä, vaan siitä minkälainen toimintatila meille on avoinna tai saavutettavissa, millä tavalla asiat ovat paikallaan. Maailma on tietyllä tavalla ja tiettyjä kehoja mukailien järjestäytynyt, avautuen eri lailla valkoisille ja värillisille (ibid., 153–4). Ahujan erimerkki osoittaa, että nykyjoogakulttuuri on paradoksaalisesti Amerikassa enemmän paikallaan valkoiselle kuin intialaistaustaiselle naiselle. Valkoinen nainen on vapaa lisäämään omaan elämäänsä hiukan intialaista eksotiikkaa, kun taas ei-valkoisten ei mielellään haluta tuovan liikaa esille omia kulttuurisia juuriaan. Sen sijaan että keskusteltaisiin joogan omistuksesta tai autenttisuudesta olisi hedelmällisempää keskittää huomio siihen, *kenen etuja nykyjoogamaailma palvelee, ja kenen etujen kustannuksella.*

Se, että Champin tutkimuksessaan esittelemistä naisista kaikki yhtä lukuun ottamatta ovat valkoisia kielii siitä, että ainakin Yhdysvalloissa jooga on feministisenä metodina tai voimaantumisen väylänä on nimen omaan valkoisten naisten saavutettavissa ja palvelee näiden tarpeita. Joogan valkoisuus näyttää kuitenkin olevan aihe, josta joogamaailmassa ei mielellään pidetä ääntä: esimerkiksi Yoga Journalin vuoden 2016 joogan harrastajakuntaa kartoittavasta tilastollisesta tutkimuksesta rotu ja etnisyys kategoriana puuttuu kokonaan. Joogaharjoittajia kuvaavassa profiilissa mainitaan vain asuinseutu, ikä, sekä sukupuoli, joista kaikissa sukupuolta lukuun ottamatta jakauma näyttää tasaiselta (Yoga Journal 2016, 15). Tämä vahvistaa kuvaa joogan tasavertaisesta saavutettavuudesta. Tutkimuksen keskeiseksi tulokseksi ilmoitetaankin joogan olevan kaikille, sillä sekä miespuolisten että ikääntyneiden joogaharrastajien määrä on suurempi kuin koskaan aiemmin (ibid., 4).

Haluttomuus käsitellä joogan ilmeistä valkoisuutta merkinä joogamaailman epätasaisista valtasuhteista tai valkoisten etuoikeutetusta asemasta tulee esiin myös Champin tutkimuksessa. Vaikka tämä on tietoinen joogan appropriatioon liittyvästä kritiikistä, ei hän koe omaa valkoisiin naisiin fokuoitumistaan ongelmallisena, ja ohittaa keskustelun tukeutumalla HAF:in kampanjaan kohdistuneen vastakritiikin taakse.⁴⁹ Champin (2013, 133–134) mukaan HAF syyttää länsimaisia joogaopettajia

49 Champia tukee appropriatio-kritiikin kritisoinimisessa se, että myös Deepak Chopran kaltaiset tunnetut opettajat ovat syyttäneet HAF:ia paikkaansapitämättömyyksistä. Näkisin, että Champin (2013, 133) on helppo tukeutua Chopran kaltaisen New Age-ajattelun julkimon sanojen taakse: sikäli kuin Chopra itse on intialais-syntyinen on hänellä lupa kritisoida omaa joukkuettaan.

joogan mukauttamisesta turhaan, sillä jo intialaiset gurut 1800-luvun loppupuolelta lähtien ovat edistäneet universalistista käsitystä joogasta. Champ tulee kuitenkin vain uusineeksi autenttisuuskeskustelua sekä polarisoitua asetelmaa pohdiskelemalla sitä, kumpi osapuoli oikeastaan on vastuussa joogan mukauttamisesta. Se, onko nykyajan universalistinen transnationaali jooga ongelmallinen ilmiö, ei riipu siitä, kenen toimesta yleistäminen tai mukauttaminen tapahtuu, vaan niistä valtasuhteista, jotka tuohon mukautumiseen vaikuttavat. Nämä valtasuhteet määrittelevät sitä, kenen näkemyksillä on painoarvoa ja mitkä äänet ovat niitä jotka joogaa kehittävät ja uudelleenmuokkaavat. Vaikka joogan mukauttamiseen alkoikin Swami Vivekanandan kaltaisten intialaisten gurujen toimesta, on muistettava että joogan modernisaatioon vaikutti suuresti koloniaalinen konteksti. Tätä historiallista ajanjaksoa määritti osaltaan Intian asema altavastaajana suhteessa länsimaiseen kulttuuriin, joka oli eräänlainen mittapuu siinä kansallisen identiteetin ja kulttuurisen itsearvon tunnun rakentamisen prosessissa jonka välineenä jooga toimi.

Se, että joogan universalisointi tapahtui intialaisten itsensä toimesta, ei myöskään vähennä niitä ongelmia, jota universalismiin liittyy. Ajatus siitä, että kaikki (joogan) polut johtavat samaan päämäärään, ei ota huomioon ihmisten erilaisia mahdollisuuksia kulkea jotakin – tai edes mitään – näistä poluista, saati osallistua niiden kurssin määrittelyyn. Vaikka joogan kuinka halutaan uskoa kuuluvan kaikille, kuuluu se käytännössä enemmän tietyille ihmismassoille. Tämä ei tarkoita sitä, että länsimaisen naisen voimaantumisen joogan avulla välttämättä olisi jotain väärää. Se tekee kuitenkin joogan avulla voimaantumisen etuoikeuden, joka ei ole yhtäläisesti kaikkien naisten saavutettavissa. Vaikka joogan naisellistajat yhtäältä puolustavatkin yhteisöllisyyden, keskinäisen kunnioituksen ja jakamisen kaltaisia arvoja, nojaavat ne sisäisen äänen retoriikallaan voimakkaasti myös New Age -uskonnoille tyypilliseen yksilölliseen henkisyteen. Se, mikä tästä tekee ongelmallista, on sen tuottama moniäänisyyden illusorisuus sekä oman äänen oikeutus ilman sen pohtimista, mitä ääniä joogan naisellistajien yhteisöstä mahdollisesti puuttuu ja miksi.

Toisaalta sisäisen äänen retoriikka sysää myös vastuuta yksilölle, jonka voimaantumisen nähdään kytkeytyvän voimakkaasti itsekunnioituksen kehittämiseen ja sisäisen äänen vapauttamiseen. Tämä luo käsityksen siitä, että itseä rajoittavat voimat ovat kumottavissa oman asenteen muuttamisen kautta. Yhdysvaltalainen sosiologi, toimittaja ja joogaohjaaja Kimberly Dark kritisoi *Decolonizing Yoga* -sivustolla (2.5.2014) julkaistussa artikkelissaan joogamaailmassa esiintyvää ideologiaa jossa

ihmisellä on valta määrittää itse oman polkunsuunta tekemiensä valintojen kautta. Hänen mielestään tällainen ajatusmaailma johtaa siihen, että moni kiperä kysymys jää kysymättä:

Ja etuoikeuksista puheen ollen: Ollaksemme todella läsnä siinä, miten luomme elämämme edellyttää sen kyseenalaistamista, miksi jotkut aktiviteetit tullaan olemaan ”enimmäkseen rikkaiden” tai ”enimmäkseen hoikkien” tai ”enimmäkseen valkoisten” tai ”enimmäkseen nuorten” aktiviteettejä. Erityisesti joogan kaltaiset aktiviteetit, joiden on tarkoitus olla kaikkien saavutettavissa. Kukaan ei suunnittele ulkopuolelle sulkemista. Ja kuitenkin sitä tapahtuu. Vain tietyt ihmiset tuntevat olonsa mukavaksi, vain joillain on pääsy. Nämä pois sulkevat olosuhteet ovat muutettavissa, muttei ainoastaan henkilökohtaisen päätöksenteon avulla. (Decolonizing Yoga 2.5.2014, oma suomennos)

Dark arvioi, että retoriikka, jonka mukaan ”kaikki mitä meidän tarvitsee tehdä on muuttaa mieleämme, syödä enemmän lehtikaalia, joogata enemmän ja elämästä tulee loistokasta”, on puoleensavetävää siksi, että omaan itseensä vaikuttamiseen on helpompi uskoa kuin syrjivien rakenteiden muuttamiseen. Itsensä syyttäminen omasta tilanteesta on helpompaa kuin vastuun ottaminen alistavaan ryhmään kuulumisesta (ibid.). Naiselliselle joogalle Sparrowen mukaan tyypillinen, kaunis mutta naiivi ajatus siitä, että ”olemme kaikki täydellisiä juuri sellaisina kuin olemme” peittää alleen joogamaailman tosiasiallisen rajallisuuden ja eriarvoisuuden. Kaikki eivät edes naisellisessa joogamaailmassa ole edustettuina tai tunne oloaan mukavaksi juuri sellaisena kuin on. Ahmedlaisittain voi sanoa, että se, millä tavalla ja minkäläisten kehojen mukaan joogamaailma on linjautunut, määrittää myös sitä minkälaiselle kohderyhmälle joogan naisellistajien puhe on suunnattu – oli tämä suuntaaminen sitten tietoista tai ei.

6 LOPUKSI

Naisellisen viisauden joki on virrannut maan alla. Ymmärrän nyt, että vaikka se on katseilta piilossa, se ei ole kadonnut. [...] Tuntekaa, miten tämä ihmeellinen piiri naisia kutsuu teitä tulemaan kotiin omaan todelliseen luontoonne ja muistamaan keitä te olette: voimakkaita, rauhallisia, iloisia ja vapaita. (Gates 2006, 8, oma suomennos)

Tässä tutkimuksessa olen pyrkinyt kartoittamaan joogan naisellistumisen ilmiön ajallista ja paikallista kontekstia purkaakseni joogalle usein puettua universalistisen metodin vaaleanpunaista huntua. Tarkoitukseni on ollut tehdä näkyväksi se, minkälaisia tiedostettuja ja tiedostamattomia tarkoitusperiä ja yhteiskunnallisia vaikuttimia joogan naisellistamisen taustalta löytyy, ja osoittaa näin naisellisen joogan metodin kulttuuri- ja kontekstisidonnaisuus. Joogan naisellistamisen puolestapuhujien voi kuitenkin nähdä itsekin edustavan universalisimin kritiikkiä: heille universalismia edustaa normatiivisen aseman saavuttanut maskuliininen jooga, joka on Gatesin sanoin painanut naisellisen viisauden joen maan alle, katseilta piiloon. Gatesin mukaan toivoa kuitenkin löytyy, sillä naisellinen viisaus ei ole kadonnut, vaan löytyy omaa todellista luontoa kuuntelemalla. Ajatus naisellisesta, tukahdutetusta viisaudesta ilmentää naiselliselle joogalle tyypillistä sukupuoltenvälistä kahtijakoa, jossa miehen jooga ja naisen jooga näyttäytyvät jollain perustavanlaatuisella tasolla erilaisina. Toisaalta kehoitus oman todellisen luonnon kuuntelemiseen yhdistettynä ajatukseen kaksinapaisesti sukupuolittuneesta joogasta johtaa naisellisten joogamuotojen kohdalla myös yksilöllisen sisäisen äänen ja yleistetyn naisellisen viisauden virran väliseen ristiriitaan.

Johdannossa esitinkin kysymyksen siitä, *miksi me koemme tarvetta sukupuolittuneisiin joogakategorioihin?* Luvussa kaksi osoitin, miten joogan naisellistajien voi nähdä pyrkivän feministisen standpoint-metodin hyödyntämiseen, jolloin naisten tukahdutettu viisaus toimii marginaalisoituna näkökulmana miesten normittamaan joogamaailmaan. Joogan naisellistajien kohdalla joogan sukupuolittaminen toimii siis motiivin tuottajana heidän omaa innovatiivista joogan uudistamistaan ajatellen. Sikäli kuin he kokevat toimivansa normia vastaan, on heillä oltava syy jolla perustella vastaan hangoitteluaan. Oma sisäinen ääni on tällöin yksin varsin heikko kannustin joogaopettajalle, joka kuitenkin tähtää myös oppiensa ja ajatustensa jakamiseen muille joogaajille. Vaikka ajatus sisäisetä äänestä on houkutteleva, hukkuu yksinäinen ääni pisarana mereen. Tarvitaan siis suurempi voima, jonka joogan naisellistajien kohdalla tarjoaa naisten äänien muodostama yhtenäinen virta, joka maan alla virratessaan syövyttää patriarkaalista maaperää.

Joogan naisellistajien voi siis nähdä sukupuolittavan universalismin ja yksilöllisyyden välisen kahtijaon, jossa maskuliiniseksi mielletty jooga nähdään rajoittavana ja riitasoinnut tukahduttavana universaaliuteen pyrkivänä normina. Näin ollen itse rajoittavuus ja rajoittavan vallan käyttö esitetään maskuliinisina piirteinä. Naisellisuus puolestaan muodostuu moninaisuuden sallivasta sisimmän kuuntelusta, ja se liitetään positiivisen, voimaannuttavan vallan vapauttamiseen. Tämä kuitenkin saa naisellisen joogan näyttäytymään normittamisesta ja vallasta kokonaan vapaana vyöhykkeenä, ja luo naiivin kuvan siitä, miten maailma olisi yhdenvertainen ja kaikki äänet salliva paikka kunhan kaikki vain joogaisivat naisellisella, vapauttavalla tavalla. Joogan sukupuolittamisen voi siis sanoa luovan joogan naisellistajille position, josta puhua ja esittää kritiikkensä. Mieltäessään naiset yhtenäiseksi kategoriaksi nämä tulevat kuitenkin ainoastaan korvanneeksi yhden universalismin toisella, sukupuolispesifillä universalismilla uusintamalla sukupuolittuneita stereotyyppioita. Joogan sukupuolittaminen rakentavat kuvaa sisimmän kuuntelusta ja vallankäytön ulkopuolelle asettumisesta naiselle luontaisena piirteinä, ja vastaavasti ulkoisesta kehon kurittamisesta, tiukasta, esteettisestä linjaamisesta ja rajoittavasta vallankäytöstä olemukseltaan maskuliinisina ominaisuuksina.

Olen siis pyrkinyt osoittamaan, ettei sukupuolittuneet joogakategoriat tai tarve joogan naisellistamiseen ole aivan niin yksiselitteistä, kuin joogan naisellistajat kenties antavat ymmärtää. Kolmannessa luvussa pohdin yhtäältä sitä, miten maskuliinisen joogan universaalius ja rajoittavuus näyttäytyy tämän päivän joogatarjonnan monipuolisuutta tarkastellessa perusteettomalta väitteeltä. Toisaalta tarkastelin sitä, miten joogan naisellistamisen tarpeen – kuten muutkin tietyille kohderyhmille räätälöidyt joogakonseptit – voi paikantaa tarkemmin. Yksi tutkimusta ohjaavista kysymyksistä olikin, *keitä ovat ne naiset, joiden tarpeista joogan naisellistamisessa on kyse?* Osoitin, miten joogan naisellistamisen tarvetta kuuluttavat äänet ovat nimenomaan *ääniä joogamaailmasta*. Naisellisen joogan pyrkimys joogan moniäänistämiseen ilmentää oikeastaan laajempaa joogan pirstaloitumista ja brändityimistä yhä suuremmissa määrin kulutuskulttuurin ehdoilla toimivassa ja tiheään tahtiin uudistuvassa joogamaailmassa. Pirstaloitumisen vuoksi voi naisellisen joogan ohella myös joogamaailmassa yleensä nähdä tarpeen sirpaleita yhdistävälle tekijälle. Tämä tekijä muodostuu *jokaiselle jotakin* -asenteesta, joka toisaalta johtaa naisellisten joogamuotojen sisäisen äänen ja jaetun naisten äänen välistä ristiriitaa muistuttavan monimuotoisen universaalien paradoksin. Jotta joogasta voitaisiin pirstaloitumisen

jälkeenkin puhua yhtenä ilmiönä, elää joogamaailmassa ajatus jostain olemuksellisesta ytimestä joka mahdollistaa joogasta puhumisen Joogana. Toisaalta pyrin nostamaan esille sen, miten joogamaailman jatkuvan uusiutumisen vaarana on myös siitä johtuva yhä voimakkaampi kuplautuminen. Uusimpien trendien silmä tarkkana seuraaminen johtaa siihen, että huomio pysyy kiinnittyneenä näennäisesti monipuolistuvaan joogamaailmaan, eikä sen ulkopuolelle jäävään todellisuuteen.

Monimuotoisen universaalin paradoksin ongelma muodostuukin siitä, miten joogamaailman universaalius epäonnistuu kattamaan maailman kokonaisuudessaan, ja miten sen konkreettiset, niin tilalliset kuin sosiaalisetkin rajat jäävät pimentoon. Luvussa kolme osoitin, miten muun muassa urbaanisuus, keskiluokkaisuus ja valkoisuus joogamaailmaa määrittävinä orientaatioina tarkoittaa sitä, ettei joogamaailma moninaisuudestaan ja pirstaleisuudestaan huolimatta ole yhtä kuin joogaava maailma. Joogamaailman kuplautumisen voi nähdä vaikuttavan myös joogan naisellistajien parissa, sillä heidän näkökulmansa lähtöpiste ei todellisuudessa sijoitukaan kovin etäälle maskuliiniseksi mielletystä joogasta: joogan naisellistajat katsovat joogamaailmaa joogamaailmasta käsin. Joogan naisellistamisessa onkin lähinnä kyse joogamaailmassa jo elävien uudelleenorientoitumisesta, jolloin se saattaa monipuolistaa joogamaailmaa, muttei varsinaisesti avaa sen rajoja. Väittäisin esimerkiksi, että nainen Delhin slummissa eroaa kohtujoogaavasta lontoolaisnaisesta enemmän, kuin kohtujoogaava nainen eroaa New Yorkissa brogajoogaavasta miehestä.

Jos kohtujoogavalla naisella ja brogajoogavalla miehellä joogamaailman kansalaisina on enemmän yhteistä kuin kummallakaan – ainakaan mitä tulee joogaharjoitukseen – on suhteessa joogamaailman ulkopuolisiin naisiin ja miehiin, herää kysymys siitä *mistä naisellisten joogamuotojen naisellisuus rakentuu?* Gatesin (2006, 8) esittämä ajatus siitä, että ”[n]aisellisen viisauden joki on virrannut maan alla” ilmentää joogan naisellistajien puolestapuhujien puheessa esiintyvää naisen ja miehen joogan välistä vastakkainasettelua, jossa naisen viisaus näyttäytyy kautta aikain miehen viisaudesta erillisenä virtana. Tämä kielii siitä, että sukupuoli ymmärretään pohjimmiltaan ajattomana ja pysyvänä ilmiönä. Tämän seurauksena naiseus ei toimi ainoastaan tämän päivän naisia yhdistävänä tekijänä, vaan luo linkin myös tämän päivän naisten ja muinaisten, joogahistoriassa esiintyvien ja ennen kaikkea tuon historian ulkopuolelle jätettyjen naisten välille. Luvussa neljän osoitin, miten tämä tulee ilmi joogan naisellistajien ristiriitaisena suhtautumisena joogapuheessa usein viljeltyyn tradition käsitteeseen. Vaikka joogan naisellistajat periaatteessa vastustavat

maskuliiniseksi miellettyä joogatraditiota, on muinaisen historian tuoma autenttisuuden painoarvoa vaikea vastustaa: näin ollen myös joogan naisellistajat pyrkivät kirjoittamaan naiset osaksi joogan syntyhistoriaa.

Joogan naisellistajien käsityksiä naisista joogan historiassa yhdistää pitkälti Gatesin esittämä ajatus katseilta piilossa virranneesta joesta. Naiset ovat kautta aikain jooganneet, mutta heidän *sisäinen* joogansa on jäänyt ulkoisten voimien läpäisemän miesten joogan ja julkista palstatilaa hallinnan maskuliinisen joogapuheen varjoon. Näin ollen naiset näyttäytyvät miehistä erillisenä *episteemisenä yhteisönä*, jonka näkökulma joogasta ja joogan historiasta tulee kirjoittaa esiin. Osoitin kuitenkin, miten Farmerin ja Dinsmore-Tulin yritykset naisellisen joogahistorian esiinkirjottamiseksi paljastaa ne ahmedlaisittain *taustana* toimivat, *spesifin historiallisuuden* omaavat kokemukset ja näkemykset, joihin joogan naisellistajien naiseuskäsitykset perustuvat. Farmerin tarina *Pārvatīn* rentouttavasta venyttelyhetkestä juurtuu jo olemassa oleviin sukupuolittuneisiin liikuntasuosituksiin, Dinsmore-Tulin ajatus kohtukokemuksista naisellisina *siddheinä* puolestaan perustuu tämän ekofeministiseen maailmankatsomukseen sekä niiden naisten ääniin, joille äitiys on ollut keskeisen elämää ja joogaa mullistava kokemus. Toisaalta osoitin myös, miten näiden spesifien kokemusten uudelleensijoittaminen joogahistorian alkumetreille yleistää ne ajattomiksi, naiseuden esenssin muodostaviksi ominaisuuksiksi. Näiden ominaisuuksien vastakkainasettelu maskuliinista toista vastaan mahdollistaa ajatuksen sukupuolesta episteemisen yhteisön keskeisenä määrittäjänä, hylkien kuitenkin ajatusta naisten välisestä eroista tai yleensä sukupuolellisesta ja seksuaalisen moninaisuudesta. Joogan naisellistajat tulevat siis ylläpitäneeksi haitallista kaksinapaista sukupuolijärjestelmää sekä sen taustalla toimivaa pakollista heteroseksuaalisuutta.

Tutkimuksen mittaan olen siis pyrkinyt osoittamaan niitä tapoja, joilla naisellisen joogan voi käytännössä nähdä tiettyjen naisten joogana. Tätä kartoittamista on motivoinut eettinen kysymys siitä, *keitä joogan naisellistaminen hyödyttää, ja kenen kustannuksella?* Kerrotun valossa näyttää siltä, että naisellinen jooga on pitkälti urbaanin, keskiluokkaisen ja valkoisen joogamaailman ulottuviin jo sijoittuvien, sukupuoli-identiteetiltään verrattain ongelmattomasti kaksinapaisen sukupuolijärjestelmän mukaisesti orientoituvien naisten joogaa. Mutta mitä nämä naiset joogan avulla oikein havittelevat? Dinsmore-Tulin voi nähdä kiteyttävän naisellisen joogan tavoitteet kirjansa tittelissä, jossa jooga mielletään *vallan ja vapauden* saavuttamisen metodiksi. Tutkimuksen alussa pohdin kriittisesti joogan naisellistajien

käsityksiä naisellisen joogan tuomasta vapauttavasta vallasta sekä miehiseksi mielletystä rajoittavasta vallankäytöstä joogan kentällä. Valta ja vapaus linkittyvät kuitenkin olennaisesti toisiinsa, sillä valta tuo vapautta. Tutkimuksen viimeisessä analyysiluvussa palasin vallan ja vapauden tematiikkaan pohtimalla sitä, miltä jooginen vapautumisen päämäärä naisellisen joogan linssien läpi oikein näyttää.

Osoitin, miten jooginen maailmasta vapautumisen päämäärä naisellisten joogamuotojen kohdalla on päivittynyt patriarkaalisten rajoitteiden purkamisen myötä saavutettavaan vapauteen toimia maailmassa. Tämä on seurausta joogan naisellistajien feministisistä lähtökohdista: koska feminismin ensisijainen tavoite on naisten yhteiskunnallisen aseman parantaminen, maallistuu myös naisellisen joogan päämäärä. Ajatus patriarkaalisen yhteiskunnan muodostamista kahleista naisten vapautta rajoittavana tekijänä kuitenkin tekee naisellisesta joogasta varsin aika- ja paikkasidonnaista, sillä naisia rajoittavien kahleiden ei voi olettaa olevan yhtenevät läpi erilaisten yhteiskunnallisten, sosiaalisten, etnisten ja kulttuuristen kerrostumien – ajallisista ja maantieteellisistä konteksteista puhumattakaan. Joogan naisellistajien esittämät rajoitteet muodostuvat naisiin kohdistuvista negatiivisista yhteiskunnallisista asenteista, muun muassa ulkonäköpaineita aiheuttavista ulkopuolisista naiseuden määritteistä, sekä naisille ominaisina koetuista luonnon rytmeistä vieraantumista. Näin ollen joogan naisellistajien feminismi näyttää katoetun, naisellisen itsen löytämisenä ja vapauttamisena, eli yksilön voimaantumisenä yhteiskunnallisen muutoksen tavoittelun sijaan. On tärkeää huomata, miten tällainen yhteiskunnallisten rajoitteiden purkamisen ja individualistisen voimaantumisen retoriikka on vaarassa lipsua uusliberaalin ajattelutavan puolelle, jossa vastuu omasta hyvinvoinnista ja maailmassa pärjäämisestä sysätään yksilön harteille.

Naisellisen joogan feminismiä ei kuitenkaan juurruta länsimaihin ainoastaan siinä havaittavat uusliberalismin ja somatiikan kaltaiset yhteiskunnalliset trendit. Luvussa kuusi osoitin myös, miten joogan voi nähdä toimivan nimenomaan länsimaisen naisen voimaantumisen metodina sen tarjoamien vaihtoehtoisten sukupuolen käsitteellistämisen tapojen vuoksi. Femininisen periaatteen mieltäminen joogafilosofiassa aktiiviseksi, maailman olemassaolon kannalta olennaiseksi energiaksi (*śakti/prakṛti*) – kuten myös mielen mieltäminen materiaaliseksi – toimii piristysruiskeena kartesiolaisen dikotomian passiiviseksi ja mielettömäksi leimaamaalle länsimaiselle naiseudelle. Universalistiseksi naisten vapautumisen metodiksi naisellisista joogamuodoista ei siis ole, vaikka näin annetaan ymmärtää.

Tutkimuksen päätteeksi pohdin naisellisen joogan ongelmallisuutta nostamalla esiin länsimaista joogaa vastaan esitetyn kulttuurisen appropriaaation kritiikin. Jos jooga toimii ensisijaisesti länsimaisen, valkoisen naisen voimaantumisen metodina sietää kysyä, missä määrin länsimaiset naiset kenties hyväksikäyttävät toisesta kulttuurisesta maaperästä juontuvaa traditiota, mahdollisesti kyseiseen kulttuuriin identifioituvien henkilöiden kustannuksella. Totesin kuitenkin, että keskustelu kulttuurisesta appropriatiosta valitettavasti kompastuu omaan mustavalkoisuuteensa ja kärjistettyjen positioiden väliseen hedelmättömään joogan alkuperän ja sen omistusoikeuden ympärillä pyörivään kilvoitteluun. Itse ongelma, eli valtasuhteiden epätasapaino ja sen aiheuttamat etu-ristiriidat, jää tässä nokittelussa valitettavasti pimentoon. Keskustelu kulttuurisen appropriaaation kritiikistä ja sen aiheellisuudesta onkin aihe, josta tämän tutkimuksen puitteissa on ollut mahdollista raapaista vain pintaa, ja joka kaipaa lisää tutkimuksellista näkökulmaa. Koska joogasta käyty kulttuurisen appropriaaation keskustelua leimaa kärjistetyt positiot, kaivattaisiin keskusteluun enemmän välineitä valtasuhteiden ja risteävien intressien monimutkaisuuden ja erilaisten intersektionaalisten erojen esiin nostamista ja käsittelyä varten.

LÄHDELUETTELO

Aineisto

- Dinsmore-Tuli, Uma (2014) *Yoni Shakti: A Woman's Guide to Power and Freedom through Yoga and Tantra*. London: Yogawords.
- Farmer, Angela (1999) *The Feminine Unfolding*
katsottavissa <https://www.youtube.com/watch?v=soA-PHxcgbl> (16.3.2017)
- Gates, Janice (2006) *Yogini: The Power of Women in Yoga*. San Rafael: Mandala Publishing.
- Where Is My Guru (2016) *Sex, God & Yoga*.
<http://whereismyguru.com/sex-god-yoga/> (22.9.2016)

Kirjallisuus

- Alaimo, Stacy (2016) "Nature". *The Oxford Handbook of Feminist Theory*. Disch, Lisa & Hawkesworth, Mary (Ed.). Oxford University Press, 530–50.
- Allen, Amy (1999) *The Power of Feminist Theory. Domination, Resistance, Solidarity*. Boulder & Oxford: Westview Press.
- Ahmed, Sara (2007) "A Phenomenology of Whiteness", *Feminist Theory*, vol. 8(2): 149–168.
- (2006) *Queer Phenomenology. Orientations, Objects, Others*, Durham & London: Duke University Press.
- Braidotti, Rosi (2006) *Transpositions. On Nomadic Ethics*, Cambridge & Malden: Polity Press.
- Broo, Måns (2012) "The Branding, Marketing and Embodied Practice of Contemporary Yoga". *Approaching Religion*. 2:2, 1–2.
- (2010) *Joogan filosofia*. Helsinki: Gaudeamus.
- Butler (2006) *Hankala sukupuoli. Feminismi ja identiteetin kumous*. Suom. Tuija Pulkkinen & Leena-Maija Rossi. Helsinki: Gaudeamus.
- Burley (2009) "From Fusion to Confusion: A Consideration of Sex and Sexuality in Traditional and Contemporary Yoga". Singleton, Mark & Byrne, Jean (Eds.) *Yoga in the Modern World. Contemporary Perspectives*, Abingdon & New York: Routledge, 184–203.
- (2007) *Classical Sāṃkhya and Yoga. An Indian Metaphysics of Experience*. Abingdon & New York: Routledge.

- Byrne, Jean (2014) "Authorized by Patthabi Jois': The Role of Parampara and Lineage in Asthanga Vinyasa Yoga". Singleton, Mark & Goldberg, Ellen (eds.) *Gurus of Modern Yoga*. New York: Oxford University Press, 107–121.
- Chakraborty, Chandrima (2011) *Masculinity, Asceticism, Hinduism. Past and Present Imaginings of India*. New Delhi: Permanent Black.
- Champ, Amy Elizabeth (2013) *Feminism From the Inside Out: Women and Yoga in the United States*, Ann Arbor: ProQuest.
- De Michelis, Elizabeth (2009) "Modern Yoga: History and Forms", Singleton, Mark & Byrne, Jean (Eds.) *Yoga in the Modern World. Contemporary Perspectives*, Abingdon & New York: Routledge, 17–35.
- (2007) "A Preliminary Survey of Modern Yoga Studies", *Asian Studies*. Vol 3. No. 1, 1–19.
- (2005) *A History of Modern Yoga. Patañjali and Western Esotericism*. London & New York: Continuum.
- Flood, Gavin (2006) *The Tantric Body. The Secret Tradition of Hindu Religion*. I.B. Tauris: London & New York.
- Fraser, Nancy (2012) "Feminism, Capitalism, and the Cunning of History: An Introduction". FMSH-WP-2012-17. <halshs-00725055>.
- Gilhus, Ingvild Sælid (2012) "Post-secular Religion and the Therapeutic Turn: Three Norwegian Examples". *Post-secular Religious Practices*. Ahlbäck, Tore (Ed.). Turku: Donner Institute for Research in Religious and Cultural History, 62–75.
- Helsingin Sanomat (19.5.2016) "Joogan om-äänne ärsyttää Intian muslimeja". Ulkomaat A27.
- Hiltebeitel, Alf (2005) "Hinduism." *Encyclopedia of Religion*, edited by Lindsay Jones, 2nd ed., vol. 6, Macmillan Reference USA, 2005, pp. 3988-4009. *Gale Virtual Reference Library*, go.galegroup.com/ps/i.do?p=GVRL&sw=w&u=turkecco&v=2.1&id=GALE%7CCX3424501351&it=r&asid=c2e0858daea2b93ee79fbf112ef550cd (26.1.2017).
- Intemann, Kristen (2016) "Feminist Standpoint". *The Oxford Handbook of Feminist Theory*. Disch, Lisa & Hawkesworth, Mary (Ed.). Oxford University Press, 261–282.
- Jain, Andrea R. (2012) Branding Yoga. The cases of Iyengar Yoga, Siddha Yoga and Anusara Yoga. *Approaching Religion*. Vol. 2 No. 2, 3–17.

- Mallinson, James (transl.) (2007) *The Shiva Samhita*. 1st ed. New York: YogaVidya.com.
- Moberg, Marcus, Grangolm, Kennet & Nynäs, Peter (2012) "Trajectories in Post-Secular Complexity: An Introduction" Nynäs, Peter, Lassander, Mika & Utriainen, Terhi (eds.) *Post-secular Society*. New Brunswick: Transaction Publishers, 1–25.
- Nevrin, Klas (2009) "Empowerment and Using the Body in Modern Postural Yoga". Singleton, Mark & Byrne, Jean (Eds.) *Yoga in the Modern World. Contemporary Perspectives*, Abingdon & New York: Routledge, s. 119–39.
- Newcombe, Suzanne (2014) "The Institutionalization of the Yoga Tradition: "Gurus" B. K. S. Iyengar and Yogini Sunita in Britain." Singleton, Mark & Goldberg, Ellen (eds.) *Gurus of Modern Yoga*. New York: Oxford University Press, 147–167.
- Rottenberg, Catherine (2014) "The Rise of Neoliberal Feminism", *Cultural Studies*. Vol. 28, No. 3, 418–437.
- Rouhiainen, Leena (2006) "Mitä somatiikka on? Huomioita somaattisen liikkeen historiasta ja luonteesta", P. Houni et al., *Liikkeitä näyttämöllä*. Näyttämö & Tutkimus 2, Helsinki: TeaTS, s. 10–35.
- Samuel, Geoffrey (2008) *The Origins of Yoga and Tantra. Indic Religions to the Thirteenth Century*, Cambridge: Cambridge University Press.
- Satyananda Saraswati, Swami (2008) [1969] *Asana Pranayama Mudra Bandha*. 4th edition. Munger: Yoga Publications Trust.
- Singleton, Mark (2010) *Yoga Body. The Origins of Modern Posture Practice*. New York: Oxford University Press.
- (2008) "The Classical Reveries of Modern Yoga: Patañjali and Constructive Orientalism", Singleton, Mark & Byrne, Jean (Eds.) *Yoga in the Modern World. Contemporary Perspectives*, Abingdon & New York: Routledge, s. 77–99.
- (2005) "Salvation through Relaxation: Proprioceptive Therapy and its Relationship to Yoga. *Journal of Contemporary Religion*. Vol. 20 No. 3, 289–304.
- Singleton, Mark & Byrne, Jean (2009) *Introduction*. Singleton, Mark & Byrne, Jean (Eds.) *Yoga in the Modern World. Contemporary Perspectives*, Abingdon & New York: Routledge, s. 1–14.
- Strauss, Sarah (2005) *Positioning Yoga. Balancing Acts Across Cultures*. Oxford & New York: Berg.

- Urban, Hugh B. (2010) *The Power of Tantra. Religion, Sexuality and the Politics of South Asian Studies*, London: I. B. Tauris & Co.
- Utriainen, Terhi, Hovi, Tuija & Broo, Måns (2012) ”Combining Choice and Destiny: Identity and Agency within Post-Secular Well-being Practices”. Nynäs, Peter, Lassander, Mika & Utriainen, Terhi (eds.) *Post-secular Society*. New Brunswick: Transaction Publishers, 187–216.
- White, David Gordon (2012) ”Yoga, Brief History of an Idea”. White, David Gordon (ed.) *Yoga In Practice*. Oxford: Princeton University Press, 1–23.

Painamattomat lähteet

- BBC (21.6.2015) *Modi Enlists Yoga for 'Brand India'*.
<http://www.bbc.com/news/world-asia-33214727> (27.1.2017)
- (2016a) *Watch Videos*.
<https://brogayoga.com/watch-videos/> (4.11.2016)
- Broga© Yoga (2016b) *Abouts*.
<https://brogayoga.com/aboutus/broga/> (2.9.2016)
- Cummings, Claudia (2007) ”Freestyle Yoga: Asana with Angela Farmer”, *Yoga Journal*.
<http://www.yogajournal.com/article/lifestyle/angela-s-asanas> (31.3.2016)
- Decolonizing Yoga (19.6.2014) *Exploring Yoga and Cultural Appropriation with nisha ahuja*.
<http://www.decolonizingyoga.com/exploring-yoga-cultural-appropriation-nisha-ahuja/> (2.2.2017)
- Decolonizing Yoga (2.5.2014) *Why Feminism Belongs in the Yoga Studio*
<http://www.decolonizingyoga.com/feminism-belongs-yoga-studio/> (2.2.2017)
- Dynamicyoga.dk (ei julkaisutietoja) *Open Flow: Yoga for Fascial Release*.
<http://www.dynamicyoga.dk/open-flow-yoga-for-fascial-release/> (16.3.2017)
- Filosofia.fi (2015) *Uusliberalismi*.
<http://filosofia.fi/node/7006> (19.1.2017)
- Helsingin astanga joogakoulu (2015a) *Astangajooga*.
<http://astangajooga.fi/astangajooga-2/> (6.11.2016)
- (2015b) *Mitä jooga on?*
<http://astangajooga.fi/mita-jooga-on/> (26.9.2016)
- Hindu American Foundation (2004–2016a) *Letter to Yoga Journal*.
<https://www.hafsite.org/sites/default/files/YogaJournalLetter.pdf> (26.1.2017)

- (2004–2016b) *Beyond Asana: Hindu Thought In Practice*.
<https://www.hafsite.org/media/pr/yoga-hindu-origins> (26.1.2017)
- Irigaray, Luce (2002) *Between East and West. From Singularity to Community*, New York: Columbia University Press.
- Joogafestival Helsinki (2017) *Ohjelma*.
<http://www.joogafestival.fi/ohjelma/luennot/> (23.2.2017)
- Laughter Yoga University (ei julkaisutietoja) *About Laughter Yoga*.
<http://laughteryoga.org/about-laughter-yoga/> (28.10.2016)
- Manduka (2016) *Made for Good*.
<https://www.manduka.com/eu/made-for-good> (22.9.2016)
- NY Times (27.11.2010) *Hindu Group Stirs a Debate Over Yoga's Soul*.
<http://www.nytimes.com/2010/11/28/nyregion/28yoga.html> (27.1.2017)
- SAAPYA (ei julkaisutietoja) *About*.
<https://saapya.wordpress.com/about/> (16.3.2017)
- Silcox, Katie (2016) *About*.
<http://www.katiesilcox.com/about.html> (6.11.2016)
- Umadinsmoretuli.com (ei julkaisutietoja)
<http://umadinsmoretuli.com/> (10.10.2016)
- Unnata® (2006–2016) *About Unnata® Aerial Yoga*.
<http://www.aerialyoga.com/about-unnata-yoga/about-unnata-aerial-yoga/>
(6.11.2016)
- Womb Yoga (2011–2016a) *Teachers*
<http://www.wombyoga.org/teachers> (24.10.2016)
- (2011–2016b) *Videos: Mum and Baby Yoga*.
<http://www.wombyoga.org/resources/videos/mum-and-baby-yoga> (26.9.2016)
- Yle MOT (5.10.2009) *Tantrakultin pimeä puoli*.
katsottavissa: <http://yle.fi/aihe/artikkeli/2012/09/24/tantrakultin-pimea-puoli#media=81142> (26.10.2016)
- Yogacampus (2016) *Teachers: Uma Dinsmore-Tuli*.
<http://www.yogacampus.com/teachers/meet/uma-dinsmore-tuli> (10.10.2016)
- Yogaia (2016) *Aloitussivu*.
<https://fi.yogaia.com/> (5.9.2016)
- Yoga Journal (2016) *Yoga in America Study*.
<http://media.yogajournal.com/wp-content/uploads/2016-Yoga-in-America->

- [Study-Topline-RESULTS.pdf](#) (2.9.2016)
- Yoga Unveiled (2016) *Featuring: Watch the Trailer*
<http://www.yogaunveiled.com/> (2.12.2016)
- Yogobe (2016) *Yogobesta*.
<https://yogobe.com/fi/yogobesta> (5.9.2016)
- Yonishakti.co (ei julkaisutietoja) *Press Release*.
<http://www.yonishakti.co/sites/default/files/files/Yoni%20Shakti%20press%20release%20-%20immediate%20release.pdf> (24.1.2015)
- Äijäjooga.fi (2016) *Mitä on Äijäjooga*.
http://www.aijajooga.fi/index.php?option=com_content&task=view&id=69&Itemid=42 (2.9.2016)

KUALIITE

Kuva 1: Angela Farmer (kesk.) ohjeistaa oppilaitaan alaspäinkatsovassa koirassa. Kuvakaappaus elokuvasta *The Feminine Unfolding* (1999), katsottavissa <https://www.youtube.com/watch?v=soA-PHxcgBI> (16.3.2017)



Kuva 2: Alaspäinkatsova koira broga-joogan tapaan. Kuvakaappaus broga-joogan esittelyvideolta, katsottavissa <https://brogayoga.com/aboutus/broga/> (27.10.2016).

