

Joogan historia Suomessa

Joogan historia on tuhansia vuosia pitkä ja haarautuu moneen suuntaan. Suomeen jooga saapui kuitenkin vasta reilut sata vuotta sitten. Siitä huolimatta myös Suomen joogahistoriassa on ehtinyt olla monenlaisia värikkäitä vaihteita.

TEKSTI MATTI RAUTANIEMI

Suomen joogahistoriaa 1980-luvun alussa kartoittaneen **Harry Halénin** mukaan jooga tuli alun perin tunnetuksi Suomessa teosofisen julkaisu toiminnan kautta. Vuonna 1894 perustettu Suomen teosofinen looshi julkaisi *Bhagavadgitan* ensimmäisen suomennoksen vuonna 1905 sekä **Swami Vivekanandan** karmajoogaa (1912) ja bhaktijoogaa (1922) käsittelevät teokset. Joogaa käsitteleviä artikkeleita ilmestyi tiuhaan myös teosofien omassa lehdessä. Varhaista joogantuntemusta maassamme edistivät myös englantilaisen teosofin **Ernest Woodin** vierailu vuonna 1922 sekä tuotteliaan **Pekka Ervastian** joogaa käsittelevä luentosarja vuonna 1923.

Teosofien painopiste oli korostetusti joogan mentaalisisissä harjoituksissa. Kuitenkin jo vuonna 1911 julkaistiin Suomessa ensimmäinen joogan fyysisiä harjoituksia käsittelevä teos. Se oli **Joogi Ramatsharakaksi** itseään kutsuneen amerikkalaisen **William Walker Atkinsonin** kirjoittama *Parantamisten sielunvoimilla ja hengellä*. Hathajoogan harjoittaminen alkoi vähitellen itää niin Suomessa kuin muuallakin Euroopassa. Hathajoogaa pidettiin kuitenkin tuolloin teosofien piireissä ”alempana” tai jopa ”rappeutuneena” joogana. Tämän käsityksen taustalla saattoi olla joogan fyysisten harjoitusten virheellinen samastaminen intialaisten fakiirien äärimmäisiin ruumiillisen itsekidutuksen muotoihin. Halénin mukaan ainakin esimerkiksi Perikka Ervast samasti fakiirismia ja hathajoogaa.

Mielenkiintoista on myös se, että teosofien piirissä hathajoogan, mantrajoogan ja layajoogan ”ulkoa sisälle” suuntautuvia harjoituksia pidettiin jostakin syystä vaarallisempina kuin rajajoogan ”mielen korkeammilta tasoilta” lähtevää tietä. Päinvastoin

kuin nykyisin useissa varhaisissa joogaa käsittelevissä julkaisuissa myös korostettiin, että jooga ei ole kaikkia varten, eikä sitä tulisi lainkaan harjoitella ilman täydellistä ja vakavaa omistautumista. Intialaisen askeettisen perinteen oppeja seuraten esimerkiksi teosofiset kirjoittajat esittivät lukuisia elämäntapaa koskevia ehtoja, jotka olisi täytettävä ennen joogaharjoitukseen ryhtymistä. Pyrkimys joogan perinteen suojelemiseen oli siis ilmeisen voimakas.

Useissa varhaisissa joogaa käsittelevissä julkaisuissa myös korostettiin, että jooga ei ole kaikkia varten.

Ei ole tietoa, kuinka paljon ja missä laajuudessa joogatekniikoita harjoitettiin Suomen teosofien piirissä 1900-luvun alkuvuosikymmeninä. Joogalla oli ilmeisesti tärkeä asema teosofisessa elämäntavassa, mutta systemaattista opetusta ei järjestetty. Teosofisruusuristiläiseltä pohjalta noussut Kirjeopisto Via aloitti kuitenkin toimintansa Savonlinnassa vuonna 1955. Viaa voidaan pitää ensimmäisenä järjestäytyneenä joogaa opettaneena tahona Suomen joogahistoriassa. Vian perustajat **Tyynne Matilainen** (1911–1989) ja **Mirja Salonen** (1925–2002) kehittivät kuitenkin oman ajatusjoogaksi kutsutun versionsa rajajoogasta. Nimensä mukaisesti Vian opetus tapahtuu pääasiassa kirjekurssien muodossa. Sen pohjana ovat edelleen Tyynne Matilaisen ja Mirja Salosen vuosina 1955–1957 laatimat kymmenen opetuskirjetä, jotka opastavat henkiseen kehitykseen loogisen ja positiivisen ajattelun avulla. Kirjeopisto perusti yhdessä vuonna 1977 perus-

tetun oppilasyhdistyksensä Via ry:n kanssa Via-Akatemian vuonna 1995. Via-Akatemia keskittyy liikkeen opetusten kehittämiseen ja julkaisee Uusi Safiiri -lehteä.

JOOGAN JULKISET KASVOT: TURE ARASTA SUOMEN JOOGALIITTOON

1940-luvulla julkisen joogan opettamisen aloittaneen oopperalaulaja **Ture Aran** (1903–1979) voidaan kuitenkin sanoa antaneen joogalle ”julkiset kasvot” Suomessa. Ara sai oppinsa persialaiselta lääkäriltä Sahibilta, jonka hoidettavaksi hän matkusti Itävaltaan 1920-luvulla. Halénin kuvaus zarathustralaisen Sahibin ”Valoainstituutista” luo ”Atlantiksien vuotuista kohoamista merenpohjasta” rekisteröivine mittareineen, tiibetiläisine huoneineen ja mystisine jalokivineen jopa karikatyyrimaisen kuvan eksoottisesta henkisten oppien opettajasta. Halén kertoo Aran kuitenkin saaneen myös huomattavasti vaikutteita **Rudolf Steinerin** opeista ja käyttäneen opetuksessaan sekä antroposofiaan että teosofiaan liittyviä käsitteitä. Vuodesta 1957 Ara alkoi pitää joogakursseja Viitakiven Kansainvälisessä Kansankorkeakoulussa Hauholla.

Viitakiven opistosta muodostuikin Suomen joogahistorian kannalta keskeinen paikka. Opistossa vierailleiden intialaisten luennoitsijoiden ja opiskelijoiden kerrotaan tuoneen mukanaan tietoa joogasta heti opiston toiminnan aloittamisesta asti. Vuosina 1956–1957 Viitakivessä sosiaalityöstä luennoinut intialainen **Dhiren Datta** herätti joogaharjoituksellaan joidenkin Viitakiven suomalaisten opettajien mielenkiinnon, ja pian opistossa alettiin opettaa jooga-*asanoita* kuntoliikuntana. Suomen siihenastisen joogahistorian kannalta Dattan suomalaisille kohdistamassa opetuksessa oli silmiinpis-

➤ tävää se, että hän ei ilmeisesti liittännyt opetukseensa lainkaan joogan perinteisiä filosofisia tai uskonnollisia ulottuvuuksia. Datta opetti joogaa terveyttä edistävänä psykofyysisenä tekniikkana, ja joogan henkistä puolista kiinnostuneita suomalaisia hän kehotti rukoilemaan kristillisen tradition mukaisesti.

1960-luvun puolivälissä erilaisten hathajoogan muotojen harjoittaminen kasvoi äkisti eri puolilla Eurooppaa. Yhä useammat ihmiset kiinnostuivat joogan tarjoamista mahdollisuuksista terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Vuonna 1966 Viittakiveen saapui Bihar School of Yogan toinen perustaja **Ma Yogashakti Saraswati**. Yogashaktin vierailu herätti myös tiedotusvälineiden mielenkiinnon ja toi joogan maassamme siinä määrin laajaan tietoisuuteen, että seuraavan vuoden kursseille osallistui ennennäkemätön määrä oppilaita. Joogan tunnettuutta lisäsi epäilemättä myös kirjailija **Mielikki Ivalon** (1903–1995) sekä hänen Suomen Intian-suurlähettiläänä toimineen miehensä elämästä kertova tv-ohjelma. Ivalo oli tutustunut joogaan jo 1964 ja sittemmin opiskellut Delhissä jooganopettajaksi.

Nykyisin Suomen Joogaliittona tunnettu Suomen Yogayhdistys perustettiin Suomes- ta työskennelleen intialaisen insinöörin, **Uttam Soodin**, aloitteesta vuonna 1967. Seuraavana vuonna yhdistyksellä oli jo 400 jäsentä ja paikallisjärjestöjä ympäri maata. Suomen Yogayhdistys alkoi myös julkaista perustamisestaan lähtien omaa lehteä. Uttam Sood palasi Intiaan vain muutama vuosi yhdistyksen perustamisen jälkeen. Yhdistyksen puheenjohtajina toimivat sittemmin mm. **Erkki Melartin** (ks. Ananda 1/2007), **Elvi Saari** ja **Arvo Tavi**. Suomen Joogaliitosta tuli Euroopan Joogaunionin jäsen, mikä edesauttoi ulkomaisten opettajien säännöllisiä vierailuja Suomeen. Vuodesta 1974 Joogaliitolla on ollut oma kurssikeskus Saarijärvellä.

Euroopan Joogaunionin perustajalla **Gerard Blitzillä** (1901–1990) kerrotaan olleen huomattava vaikutus siihen, millaiseksi Suomen Joogaliiton opettama jooga muotoutui. Joogaliiton pyrkimyksenä oli alusta asti soveltaa joogan menetelmiä niin, että ne sopisivat mahdollisimman hyvin suomalaisen kulttuuriin ja suomalaisten fyysisiin valmiuksiin. Taustalla vaikutti Blitzin opettajan, modernin joogaharjoituksen suosion kannalta mahdollisesti tärkeimmän intialaisen joogin, **Sri Tirumalai Krishnamacharyan** (1888–1989) opetus. Krishnamacharyan tunnettu näkemys oli, että joogaharjoitus on sovittava kunkin oppilaan yksilöllisten tarpeiden mukaisesti. Toinen Joogaliittoon voimakkaasti vaikuttanut opettaja oli Krish-

namacharyan pojan, **T. K. V. Desikacharin**, oppilas **Faridah Sheikh Ahmad**.

1970-LUKU JA GURU-LIIKKEET

1970-luvun alkuvuosina Joogaliittoa perustamassa ollut Uttam Sood palasi jälleen Suomeen ja perusti matkatoimisto Intia-keskukseen, jonka puitteissa hän aloitti myös joogan opettamisen. Sood oli nyt omaksunut nimen **Svami Nityananda**, ja hän alkoi myös jul-

Näyttää siltä, että Suomen joogahistoriassa on kyse meditaation ja asanoiden korostamisen heilurimaisesta vaihtelusta.

kaista *Himalajan Yoga-lehteä* sekä tehdä TV-ohjelmaa joogasta. Samalla vuosikymmenellä myös kansainvälisesti tunnetut uudet jooga- ja meditaatio-suuntaukset rantautuivat suomeen. Monet näistä liikkeistä olivat muodostuneet jonkin tietyn henkisen opettajan ympärille, ja ne erosivat tässä mielessä selvästi yhdistystoimintaan tukeutuvista Suomen Joogaliitosta ja Kirjeopisto Viasta sekä vanhaisesta, ilmeisesti melko järjestäytyneemmästä ja yksilöllisestä teosofisesta joogakiinnostuksesta. Lukuisista uusista tulokkaista merkittävimmät olivat Transsendenttinen Meditaatio ja Ananda Marga.

Jäsenmääränsä puolesta ylivoimaisesti suosituin uusista tulokkaista oli **Maharishi Mahesh Yogin** (1918–2008) perustama mantrajoogan muoto Transsendenttinen Meditaatio (TM), jonka ensimmäinen paikallisyhdistys Suomessa perustettiin Helsinkiin 1971. Harri Heinin mukaan liikkeen suosio lähti kuitenkin kasvuun vasta vuodesta 1976 eteenpäin. Vuonna 1980 sillä oli jo yli 10 000 jäsentä. Liike levisi vuosien varrella myös muihin kaupunkeihin ja on edelleen aktiivinen. Viime vuosina muun muassa amerikkalainen elokuvaohjaaja **David Lynch** on vierailut Suomessa promotoidessa menetelmää.

Taavi ja **Teemu Kassilan** sekä **Jarkko Heralan** aloitteesta Suomeen vuonna 1972 saapunut Ananda Marga on taas sikäli kiinnostava, että sen joogaopetukseen osallistuivat 1970-luvulla muun muassa muutamat Anandankin sivuilla haastatellut tunnetut suomalaiset, kuten jo mainittu Taavi Kassila (ks. Ananda 1/09) sekä poliitikko **Heidi Hautala** (ks. Ananda 4/07) ja muusikko **Pelle Miljoona** (ks. Ananda 4/06). Bengalilaisen **Shrii Anandamurtin** (1921–1990) opetuksiin perustuva Ananda Marga tunnetaan jooga- ja meditaatio-opetuksensa lisäksi yhteis-

kunnallisesta aktiivisuudestaan. Suomessa liike on pitänyt muun muassa päiväkotia ja järjestänyt esimerkiksi 1970-luvulla asanaopetusta Keravan ja Sörnäisten vankiloissa. Ananda Marga oli alkuaikoinaan näkyvimpiä uusia joogaliikkeitä Suomessa, mutta sittemmin sen toiminta on muuttunut pienimuotoisemmaksi.

Varsin myöhäisenä tulijana näiden liikkeiden joukkoon voidaan mainita myös Krishna-tietoisuuden liike ISKCON, joka teki Suomessa ahkerasti lähetystyötä pitkin 1970-lukua. Varsinaisesti liikkeen toiminta alkoi vasta 1982, kun ensimmäinen Krishna-tempeli perustettiin Helsinkiin. **A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupadan** (1896–1977) perustama bhaktijoogaa opettava Krishna-liike eroaa muista Suomessa vaikuttavista jooga-suuntauksista etenkin siinä, että se on selvästi sitoutunut hindulaiseen uskonnonharjoitukseen, kun muissa joogamuodoissa korostetaan uskonnollista sitoutumattomuutta. Liike rekisteröityikin uskonnolliseksi yhdyskunnaksi jo vuonna 1984.

JOOGAN UUSI AALTO JA JOOGA SUOMESSA NYKYISIN

Tätä nykyä yhä useammat jooganopetusta tarjoavat tahot ovat muodoltaan liikeyrityksiä. Ne eivät ole yhdistyksiä tai tiiviitä ideologisia yhteisöjä, vaan joogan harjoittamisen niissä perustuu vapaamuotoiseen assikasusteeseen. Monet näistä nykyisen ”joogabuumin” takana olevista joogasuuntauksista saapuivat Suomeen 1980-luvun lopulla. Vuonna 1988 **Derek Ireland** ja **Radha Warrell** toivat **Tove Palmgrenin** kutsumina maahamme **Sri K. Pattabhi Joisin** (1915–2009) opettaman astangajoogan. Tämä Krishnamacharyan opetuslinjaan pohjaava, fyysisesti vaativa suuntaus innoitti erityisesti uutta nuorten jooganharjoittajien sukupolvea ja aloitti **Kimmo Ketolan** mukaan uuden vaiheen suomalaisessa joogassa. 1990-luvun puolivälin jälkeen Suomeen perustettiin ensimmäiset astangajoogakoulut. Ensimmäinen yksinomaan astangajoogaan keskittynyt suomalainen joogakoulu perustettiin Poriin vuonna 1997. Pitkäikäisin niistä on kuitenkin **Petri Räisäsen** ja **Juha Javanaisen** samana vuonna perustama Helsingin Astanga Joogakoulu.

2000-luvun alussa yhä useammat itsenäiset, pääasiassa asana-harjoitukseen keskittävät joogakoulut aloittivat toimintansa. Uusien astangajoogakoulujen lisäksi esimerkiksi **B.K.S. Iyengarin** ja **Bikram Choudhurin** opetustraditiot saapuivat Suomeen. (B.K.S. Iyengarilla oli toki ollut vaikutusta jo Suomen Joogaliiton opetuksessa, mutta varsinainen iyengarjooganopetus alkoi vasta vuosituhaten vaihteen jälkeen.)

Myös useat kuntosalit ottivat astanga- ja iyengarjoogan kaltaisten, fyysisesti vaativien ja näyttävien joogamuotojen innoittamina filosofisesta kontekstistaan irrotetun asanopetuksen osaksi kurssitarjontaansa. Kymmenen viime vuoden aikana jooga onkin monissa tapauksissa irtaantunut vielä entisestään uskonnollis-filosofisista juuristaan. Tietynasteinen kaupallistuminen onkin varmasti edesauttanut paitsi joogan näkyvyyttä ja leviämistä, myös joissakin tapauksissa varsin pitkälle edennyttä maallistumista. Kun joogaa opiskellaan asiakassuhteessa, määrittää harjoittajan oma sitoutumisen aste ja mielenkiinto pitkälti sen, millaisen sisällön joogaharjoitus saa.

Kuitenkin myös perinteisemmässä mielessä henkinen joogaharjoitus lähti uuteen nousuun vuosituuhannen vaihteen tienoilla. **Sri Mataji Nirmala Devin** Sahajajooga saapui oikeastaan jo 1988, mutta se on ollut erityisen näkyvästi esillä varsinkin 2000-luvun alussa, jolloin jooga alkoi saavuttaa entistä suurempaa suosiota. Paljon huomiota on saanut osakseen myös joogaa kokonaisvaltaisenä elämäntapana opettava jooga- ja tantrakoulu Natha, joka aloitti toimintansa suomessa vuonna 1997. Vaikka vuodesta 1998 lähtien tuhansia suomalaisia vuosittain ha-

lannutta **Äiti Ammaa** ei suoranaisesti pidetäkään joogan edustajana, on hänenkin ympärilleen muodostunut liike syytä mainita osana tätä samaa ilmiötä. Amma on Suomessa poikkeuksellisen tunnettu muuhun Eurooppaan verrattuna. Näkyvimpänä liikkeen edustajana Suomessa voidaan tietysti mainita vuonna 2009 Intiaan muuttanut Taavi Kassila.

Erilaiset joogasuuntaukset näyttävät siis saapuneen Suomeen aaltoina. Teosofian idealistista ja esoteerista aaltoa seurasi Suomen joogaliiton edustama selvästi aiempaa ulospäinsuuntautuneempi ja käytännöllisempi aalto. Sitten saapuivat uskonnon raja- mailla operoineet guruliikkeet, joiden perässä tulivat joogan massasuosioon johtaneet, aiempaa fyysisesti vaativalle mutta samalla sitoutumisen kannalta vapaamuotoisemmat suuntaukset. 2000-luvun ensimmäisenä vuosikymmenenä mietiskelyteknikat vaikuttavat olevan jälleen uudessa nousussa esimerkiksi **Paramhansa Yoganandan** tunnetuksi tekemän kriyajoogan kasvavan suosion myötä. Näyttääkin helposti siltä, että Suomen joogahistoriassa on kyse meditaation ja asanoiden eli joogan henkisten tai ruumiillisten puolten korostamisen heilurimaisesta vaihtelusta. Asia ei tieten-

kään ole aivan näin yksinkertainen.

Samalla kun joogamuotojen ja -suuntausten kirjo on maassamme kasvanut, myös joogasta kiinnostuneiden ihmisten määrä on lisääntynyt. Joogaharjoitusta motivoivat odotukset, halut ja tarpeet ovat varmasti vähintäänkin yhtä moninaiset kuin tarjolla olevat harjoitusvaihtoehdotkin. Teosofisen idealismin ja kuntosalilla hikoilun väliin mahtuu niin monia välimuotoja, että jonkin joogamuodon leimaaminen yksinomaan henkiseksi tai fyysiseksi on tuskin perusteltua. Samoin on laita perinteissä pitäytymisen ja niiden uudelleentulkinnan suhteen. Erilaisten joogaa koskevien käsitysten rauhanomainen rinnakkaiselo ei ole menneinä vuosikymmeninä aina onnistunut. Kysymys siitä, mikä oikeastaan tekee joogasta joogaa eli ”yhdistymisen tiedettä”, on tietysti hyvin olennainen. On kuitenkin pidettävä mielessä, että ilman monimuotoisuuttaan ja muuntautumiskykyään jooga tuskin olisi koskaan kulkeutunut näin kauas synnyinseuduiltaan. *

Kirjoittaja viimeistelee parhaillaan astangajoogaa käsittelevää pro graduaan Helsingin Yliopistossa. Hän haluaa kiittää Kirjeopisto Vian **Terttu Seppästä**, Teosofisen Seuran **Marja Artamaata** ja Suomen Joogaliiton **Katri Masonia** taustatiedoista.

Ole hyvä itsellesi. Ole hyvä luonnolle.

EKOLOGINEN, KOTIMAINEN JA VEGAANI
Ole Hyvä -pesuaineperhe palveluksessasi!

- Laaja valikoima shampoita
- Pehmeiset hiustenhoitoinneet
- Marjaiset vartalopesut
- Raikkaat käsipesut
- Kaikki kodin puhdistukseen
- Myös hajusteettomat vaihtoehdot

EKO-, LUONTO-, MAAILMAN- JA LUONTAISTUOTEKAUPOISTA.



EKO



Ole Hyvä luonnontuote Oy - (05) 215 221
info@olehyvaluonnontuote.fi - www.olehyvaluonnontuote.fi