

”Practice and all is coming” – trosföreställningar och socialiserande ritualer i yogans sociala praktik

Anna Nørholm Lundin

”Practice and all is coming” – beliefs and socializing rituals in the social practice of yoga. The article sets out from sayings as “Practice and all is coming”, common among yoga-practitioners. The sayings are reconstructed as part of yoga as a social practice with specific beliefs, taken-for-granted truths and socializing rituals. The research-questions are: How can yoga be understood as a social practice, with specific beliefs and taken-for-granted truths? How are these beliefs and truths maintained and reproduced, and with which socializing rituals? How do professional yoga teachers position themselves within this practice, and how can the differences be understood? The empirical data consists of interviews with seven local yoga teachers and documents regarding three globally well-known yoga personalities, founders and gurus. The study results in a construction of the object, where beliefs and taken-for-granted truths about yoga, regarding for instance the importance of immersion, devotion and subordination, has a vital function in reproducing the social order. Charismatic cults as yoga and music, sports etcetera are being problematized, as both productive and risky.

Keywords: yoga, social practice, belief, socialization, rituals

Inledning

”Practice and all is coming”, som ingår i titeln till denna artikel, är ett vanligt talesätt inom yoga.¹ Det kan tolkas som uttryck för ett synsätt där yogautövare bara ska fortsätta träna och fördjupa sig, så kommer en belöning av något slag. För den pedagogiska sociologin är talesättet intressant på flera sätt. Dels kan det förstås som en del av en social praktik, med sina specifika trosföreställningar² och förgivettagna sanningar, som yogautövare socialiseras eller habitueras in i. Dels sätter det fokus på träning och fördjupning som ritual, som möjligt nav kring vilket den sociala praktiken kretsar. I denna artikel påbörjas en rekonstruktion av yoga som social praktik, där detta och liknande talesätt har sin hemvist.

I artikeln tas utgångspunkt i professionella yogautövare och yogalärare, som intervjuats och studerats via dokument. En av intervjupersonerna berättar att det finns en bild av att allt är så ”mjukt och fluffigt” inom yogan, fast ”så är det ju inte”.³

Liksom inom kultursektorn tycks det finnas föreställningar om att yogan är oegennyttig eller ren, att den utövas helt för sin egen skull (jmf. Kingsbury 1988). Som om det inte *också* kunde vara något att förhålla sig strategiskt eller för den delen kalkylerande till – som yrke, karriär och inkomstkälla – med fördelar eller mål att eftersträva andra än, det för yogan explicita målet, spirituellt mognad (jmf. di Placido 2018).

En social praktik är, enligt ett praxeologiskt och Bourdieu-inspirerat perspektiv, en historiskt etablerad symbolisk och social dynamik (jmf. Horne 2016). Praktikens medlemmar samlas kring ett gemensamt intresse, med vissa specifika spelregler (jmf. Bourdieu 1995, 1999; Callewaert 2000, 2014). Dessa spelregler innefattar en grundläggande tro (*illusio*) och förgivettagna sanningar (*doxa*), som utövas och upprätthålls med hjälp av olika socialiserande ritualer. I denna artikel söks svar på följande forskningsfrågor: Hur kan yoga förstås som en social praktik, med specifika trosföreställningar och förgivettagna sanningar? Hur upprätthålls och återskapas dessa trosföreställningar och sanningar, med hjälp av vilka socialiserande ritualer sker detta? Hur förhåller och positionerar yogalärarna sig inom praktiken, och hur kan eventuella skillnader förstås och förklaras?

Att träda in i och delta i yogans sociala praktik innebär en fostran och socialisation in i dess traditioner, värderingar och förhållningssätt. Ett visst formande av kropp och själ kan antas höra till inträdet i alla sociala sammanhang (jmf. Wacquant 2006). När det gäller yoga kan detta tänkas ställas på sin spets, eftersom kropp och själ är själva *föremålet* för utveckling eller formande (jmf. Johnston 2017). Att 'släppa taget' om kropp och själ är något som yogautövare uppmanas till, som en del av deras utveckling (Wilson 1984). Detta kan även förstås som en del av socialisationen in i den sociala praktiken, det vill säga att inordna sig. Att investera (sin kropp och själ) i form av engagemang, respekt, tid och arbete är en annan aspekt av detta (di Placido 2018; Johnston 2017). Yoga som fenomen tycks ha en särskild potential när det gäller att utforska problemkomplexet social praktik, tro, ritualer, socialisation, kropp och själ. I denna artikel är fokus på seriösa yogautövare och yogalärare, som fungerar som ett slags förebilder och *bärare* av den sociala praktiken (jmf. Bourdieu 1995).⁴

Artikelns kunskapsbidrag handlar om hur praktikens deltagare och företrädare både fostras, och fostrar andra, till att *tro* på dess värden och löften, med hjälp av t.ex. träning och ritualer. I och med detta bidrar de till att upprätthålla och åter skapa praktiken och dess symbolisk-sociala dynamik och hierarki. På en aggregerad nivå belyses, problematiseras och söks sociologisk kunskap om vad det innebär att ingå i en social praktik. I artikeln görs jämförelser med liknande praktiker till exempel musik, dans och boxning (jmf. Nørholm Lundin 2018, 2019; Aalten 2017; Wacquant 2006). Dessa praktiker har drag av karismatiska kulturer, med myter och symboler, som upprätthålls med hjälp av ritualer som övning och träning.

Problemområde, syfte och forskningsfrågor

Mainstream-forskning om yoga är ofta historiskt beskrivande eller medicinsk med fokus på hälsoeffekter av yoga, det visar sökningar i artikeldatabaser. Det finns även postkolonialt orienterad forskning som problematiserar t.ex. västlig yoga visavi östliga traditioner, yoga-turism och frågor om autenticitet (Batts Maddox 2015). En sökning inom området visar att det finns religionsvetenskaplig och samhällsvetenskaplig forskning, med ansatser till att studera yoga sociologiskt (Hodges 2007; Nevrin 2007, 2011; Wilson 1984; Johnston 2017; di Placido 2018). Dock saknas studier med ett genomfört praxeologiskt perspektiv, där yoga förstås som social praktik.

Syftet med denna artikel är att påbörja en rekonstruktion för att förstå och förklara yoga som en social praktik. Forskningsfrågorna är följande: Hur kan yoga förstås som en social praktik, med specifika trosföreställningar och förgivettagna sanningar? Hur upprätthålls och återskapas dessa trosföreställningar och sanningar, med hjälp av vilka socialiserande ritualer sker detta? Hur förhåller och positionerar yogalärarna sig inom praktiken, och hur kan eventuella skillnader förstås och förklaras?

Kort introduktion till området yoga

För att den fortsatta texten ska ge mening så behövs en introduktion till vad yoga är, även om den endast kan bli mycket översiktlig. Det finns belägg för att yoga har funnits i flera tusen år (Räisänen 2013). Ursprungligen var yoga en del av ett religiöst utövande för indiska män, där syftet med yogan var att förbereda för att kunna sitta stilla länge och meditera (Amundsen 2006). Från tidigt 1900-tal har yogan spridits till västvärlden, särskilt efter 1990-talet och framåt har intresset närmast exploderat i väst (Newcombe 2009). Idag finns det miljontals utövare runt om i världen – alltifrån fritidsutövare som tränar yoga någon gång i veckan till flera timmar dagligen, samt professionella utövare och yogalärare (Hodges 2007).

Modern yoga består vanligen av både fysiska övningar (*asanas*), andningstekniker (*pranayama*) och meditation. Det överordnade målet med yoga brukar beskrivas som spirituellt mognad, men också själv- och kroppskännedom, hälsa och utveckling. Det finns en mängd olika yoga-inriktningar, som på varierande sätt kombinerar och utövar de ovan beskrivna beståndsdelarna. Det finns äldre yoga-inriktningar med många utövare runt om i världen t.ex. Hathayoga, Kundalininyoga, Ashtangayoga och Iyengaryoga. Därutöver skapas nya inriktningar kontinuerligt, som består av olika blandformer eller varianter av äldre inriktningar. Några av de nya inriktningarna är Restorative yoga, Hot yoga, Acroyoga, Viriyayoga och Ishtayoga. Knutet till de olika inriktningarna finns ofta egna utbildningsinstitut och nätverk.

Forskningsöversikt

Som tidigare nämnts finns det några relevanta studier om yoga, som använder begrepp som kapital, socialisation och trossystem. Här kommer jag att lyfta fram några tematiker, som kan bidra till förståelsen av yoga som social praktik.

Yoga – en motsägelsefull praktik?

En första tematik handlar om hur yoga kan förstås som en (motsägelsefull) praktik med spänningsförhållanden mellan fysiska visavi spirituella värden, individualitet visavi tradition samt prestation visavi oegennyttan. När det gäller det första spänningsförhållandet, så finns en intrikat dynamik mellan *fysiska* tillgångar och *spirituella* värden (Nevrin 2007, 2011; Johnston 2017). De tycks båda bekräfta varandra, på så sätt att fysiska tillgångar ses som ett uttryck för spirituell mognad. Samtidigt som spirituell mognad legitimerar och tillför ett värde till det fysiska utövandet – som tillgång till traditionen, en djupare dimension.

Det andra spänningsförhållandet, mellan *individualitet* visavi *tradition*, handlar om parallella diskurser om både självständighet i utövande och vikten av att följa traditioner. Det betyder att lärare undervisar inom en hierarkisk och relativt strikt tradition, samtidigt som de uppmuntrar eleverna att yoga utefter egna förutsättningar (Amundsen 2007; även Hodges 2007). Här finns en parallell till yrkesmusiker, som fostras in i en tradition, men de förväntas också spela på 'rätt' sätt för att det *känns* rätt (Kingsbury 1988, Nørholm Lundin 2018, 2019). Det ser ut som om socialisationen in i dessa praktiker sker med hjälp av ett symboliskt våld (jmf. Bourdieu 1999). Det vill säga, det krävs att deltagare och företrädare inte bara upprätthåller traditionen, utan de fostras också till att *tro* på att det är rätt och riktigt att göra så.

Ytterligare ett spänningsförhållande, som seriösa yogautövare fostras in i och har att hantera, handlar om diskurser om yoga för yogans egen skull (*oegennyttan*) samtidigt som resultat och *prestation* tycks ha en betydelse. Diskursivt och idealt sett betraktas yoga som en fristad från tävling och prestation (Hodges 2007). Samtidigt tycks prestationer och resultat spela en viktig roll inom yoga och liknande spirituella praktiker (jmf. Johnston 2017). Bland utövare tycks det finnas en oro över både fysiska och spirituella förmågor och resultat. Utövarna fostras in i att tålmodigt arbeta för att uppnå den eftersträvarvärda spirituella mognaden eller upplysningen. Här återkommer spänningsförhållandet mellan spirituell mognad och fysiskt utövande, i och med att den spirituella mognaden är överordnad samtidigt som den förväntas kunna uppnås via det fysiska utövandet (som eleverna dock riskerar att fastna i).

Socialisationsprocesser inom yoga och liknande rituella praktiker

En andra forskningstematik av relevans här handlar om hur yogautövare fostras och socialiseras in i den sociala praktiken (med sina motsägelsefulla spänningsförhållanden). Studier visar att socialisationsprocessen inom yoga kretsar kring en fostran

av förhållningssätt och engagemang. *Seriösa* yogautövare fostras till att vilja investera, i form av tid och arbete. Det handlar lika mycket om att vilja investera i egen träning och utbildning, som att vilja bidra till den konkreta skötseln av yogastudion/skolan/ashramet (di Placido 2018; Wilson 1984). Yogautövarna fostras till att ha 'rätt' förhållningssätt till de egna prestationerna, att ödmjukt inordna sig och vänta på att utvecklingen ska komma (Johnston, 2017). Det motsatta, till exempel otålighet och frustration, framställs som ett motideal, som yogautövarna alltså lär sig att undvika.

Enligt Johnston (2017) så tenderar praktiker med potential för tvetydighet att finna redskap för att överkomma eller hantera dem, inte minst i form av en gemensam metanarrativ. Denna metanarrativ, som kan förstås som en socialiserande trosföreställning, bidrar till att hålla samman praktiken. Ett konkret exempel på detta är att yogautövare fostras in i en tro på att utmaningar som hanteras, smärta som övervinns, i träning och utbildning, är *stärkande*. I och med det uppmuntras praktikens deltagare till att upprätthålla praktiken, att tro på att den ger mening (jmf. "practice and all is coming").

Liknande exempel på socialisation finns inom till exempel seriös dans, boxning och musik. Övning och träning fungerar både identitetsstärkande och som en arena för socialisation av de rätta förhållningssätten till praktiken ifråga (jmf. Kingsbury 1988; Gustafsson 2000; Nørholm Lundin 2019; Aalten 2017; Wacquant 2006). Till exempel lär sig balettdansare att förhålla sig till sina egna kroppar på rätt sätt, hur de bör se ut och fungera (Aalten 2017). De lär sig kroppstekniker som går ut på uppmärksamma vissa *valda* kroppsliga känslor framför andra (t.ex. för att hantera smärta). Musiker lär, och övar sig i, att spela rollen som musiker på ett övertygande sätt, *som om* det kom lätt och naturligt (Kingsbury 1988). De lär sig att spela rätt för att det känns rätt, de lär sig att vilja det 'rätta'.

I traditionen efter Marcel Mauss och Bourdieu med flera har forskare lyft fram den socialisation som sker, av kropp och själ⁵, med hjälp av träning och utbildning (jmf. Wacquant 2006). Shilling och Mellor (2007) använder begreppet kroppspedagogik, om de sätt eller medel en kultur använder sig av för att överföra kroppsliga tekniker, kunskaper och förhållningssätt eller dispositioner. Inom yoga och budosporter finns pedagogiska och socialiserande system, så att säga inbyggt i praktikens psyko-fysiska struktur (Cynarski 2011; även Crossley 2007a, 2007b).

Yogakapital

En tredje forskningstematik av relevans här handlar om kapital inom yogan. Att lära sig hantera de ovan beskrivna motsägelsefulla spänningsförhållandena, och att erkännas för denna förmåga, kan tolkas som kapital. Förutom de fysiska och spirituella kapital som tidigare beskrivits, finns kapital som har med tillgång till traditionen att göra. Att fördjupa sig hos en grundare/guru eller välkänd uttolkare inom en viss yoga-inriktning, fungerar som ett sätt att skaffa sig legitimitet som yogalärare (Amundsen 2007; Verter 2003; Ponder & Holloday 2013; Hodges 2007). Vi-

dare kan tillgång till en närbesläktad praktik som till exempel zenbuddism underlätta tillgång till andra inriktningar (Verter 2003). Hodges (2007) delar in yogautövare i tre grupper: heltidsutövare, seriösa deltidsutövare och nybörjare. Bland de två första grupperna finns ett upplevt socialt tryck om ett omfattande utövande och regelbunden fördjupning (hos grundare, av filosofiska texter etcetera). Förutom att detta fungerar som kapital, så kan det förstås som centrala värden i den sociala praktiken, som utövare fostras in i.

Teoretiskt perspektiv

Teoretiskt vägleds denna artikel av Pierre Bourdieu med fleras praxeologiska perspektiv, som innebär att sociala praktiker söks förstås och förklaras. En social praktik är en relativt avgränsad, historiskt etablerad, sfär eller gruppering som kan sägas spela ett specifikt spel efter sina egna spelregler. Dessa spelregler kretsar kring dels en grundläggande *tro* på att det man ägnar sig åt har ett visst värde (illusio) och dels något slags förgivettagen överenskommelse eller sanning kring det man ägnar sig åt (doxa) (Bourdieu 1996, 2004). Praktiken är det som *görs* i hela dess sociala betydelse och som genereras av ett praktiskt sinne eller etos, med habitus i botten som generande princip (jmf. Callewaert 2014; Horne 2016). Habitus är, i sin tur, en persons förkroppsligade sociala historia och handlingsorientering, som gör att något framstår som möjligt, riktigt och rimligt (och annat inte) (jmf. Muel-Dreyfus 1985). Samtidigt som praktikens deltagare samlas kring några grundläggande spelregler, så ska den också förstås som relationell (Bourdieu 1995). Utan en viss spännvidd och dynamik mellan olika sätt att *göra* inom en praktik (och det som *görs* med detta), så är det per definition inte fråga om en social praktik.

Sociala praktiker upprätthålls och återskapas med hjälp av socialiserande processer eller arenor, som innebär ett formande av deltagarna i relation till de specifika spelreglerna (jmf. Callewaert 2000; Bourdieu 1995). Särskilt utvalda företrädare fungerar som förebilder och bärare av praktiken, de är själva resultatet av en framgångsrik socialisationsprocess och har nu mandat att fostra andra (jmf. Bourdieu 1995). Begreppet symboliskt våld bidrar till att förklara att deltagare i en praktik in- eller underordnar sig i en hierarki, att de också uppfattar detta som rimligt och riktigt (Bourdieu et al 1999). Som tidigare nämnts krävs en *tro*⁶ för att delta, i yoga och liknande rituella praktiker är detta kanske särskilt intressant. Genom att utöva yoga, i daglig träning, och genom att tro på att det ger mening, så socialiseras seriösa yogautövare allt djupare in i yogans praktik. Sett i relation till Bourdieus (1999, 1990) och även Wacquants (2006) resonemang om habitus som förkroppsligad social historia, så är det särskilt intressant att försöka förstå en social praktik som yoga, som explicit syftar till ett formande eller om-stöpande av utövarnas kroppar och själar (jmf. Nevrin 2007, 2011).

Genomförandet av studien

Det empiriska materialet består av intervjuer med sju stycken svenska, lokalt verkamma, yogalärare. Vidare används dokument i form av hemsidor, artiklar och

böcker om/av tre globalt verksamma och välkända yoga-personligheter och lärare, grundare/gurus. Sammantaget fungerar materialet som en ögonblicksbild över en relativ bredd av yoga-inriktningar och positioner. Detta möjliggör en påbörjad rekonstruktion av yoga som social praktik, sedd utifrån några etablerade lärares och företrädares perspektiv (som sådana bär de även upp något av yogans struktur och genes). Dock är det frågan om ett material med begränsad omfattning, och det finns inga anspråk på fullständighet. Anspråket rör snarare några tendenser och en påbörjad rekonstruktion för att förstå och förklara yoga som social praktik.

När det gäller urvalet av intervjupersoner har en bredd i form av olika yoga-inriktningar, erfarenhet, ålder och kön eftersträvat. Kontakt med intervjupersoner har tagits via hemsidor och Facebook-grupper för yogalärare. Intervjuerna har genomförts i en yogastudio, på café eller via telefon och har varat mellan fyrtiofem minuter och två timmar. Intervjuerna har kretsat kring yogalärarnas uppväxt och bakgrund (föräldrars yrke, intressen i hemmet); yogalärarnas bana, karriär och förhållningssätt till yoga (kontakt till yoga, utbildning, lärare, eget utövande, inriktning och syn på yoga); yogalärarnas syn på yrket (syn på yrket, elever, arbetsvillkor, nätverk); samt yogalärarnas fritidsintressen och aktuella livssituation. För att få en djupare förståelse och bakgrundsinformation till yogalärarnas berättelser så har jag observerat/deltagit i yoga-klasser för sex stycken av lärarna. Vägledande i formulering av intervjufrågor har varit Hornes intervjufrågor (2016), som grund för att rekonstruera tre rum av positioner, dispositioner och positioneringar. Forskningsmetodiskt finns även influenser från Bourdieu med fleras intervjustudier (1999) samt Muel-Dreyfus (1985) rekonstruktion av livsberättelser.

För att utöka det empiriska materialet gjordes även sökningar på nätet kring tre globalt välkända yoga-personligheter och lärare inom Ashtangayogan. Syftet med detta var att vidga materialet till att också omfatta en dominant och traditionell pol. Det finns även tidigare forskning kring Ashtangayoga, som det är möjligt att relatera till (t.ex. Batts Maddox 2015; Amundsen 2006). Sökningar gjordes på Internet och i bibliotek efter uttalanden från dessa tre lärare om vad yoga är, bör och kan vara, samt beskrivningar av deras bakgrunder och positioner. Det finns inga anspråk på fullständighet i sökningarna, utan sökningar har gjorts tills material nog har hittats. I analysavsnittet anges använda dokument i fotnoter.

För att rekonstruera det empiriska materialet så används tre 'rum' av positionering, positioner och dispositioner samt habitus (jmf. Horne 2016). I dessa (bildligt förstådda) rum vecklas en spännvidd och dynamik upp, ämnad att besvara studiens frågeställningar. Till grund för rummet av *positioneringar* finns uttalanden som speglar meningar, hållningar och attityder kring yoga, som här antas fungera som ett slags nav eller kärna i den sociala praktiken (där en socialisation också sker). Rummet av *positioner* grundas på beskrivningar om yogalärarnas verksamhet och karriär. Här görs även en analys av tillgångar och kapital, som hör till yogalärarnas respektive positioner, samt relationer mellan dessa. Slutligen rekonstrueras ett rum av *dispositioner och habitus*, baserat på tillgångar i yogalärarnas uppväxt och barndom (som kan ge perspektiv på deras banor i relation till yoga). Kring habitus dras

några slutsatser, som genererande princip baserad på summan av dispositioner men också fortsatta socialisationsprocesser.

I genomförandet av studien har forskningsetiska regler och rekommendationer noga följts.⁷ Det innebär att intervjuer har genomförts med informerat samtycke och att dessa redovisas på ett konfidentiellt sätt. När det gäller det offentliga materialet har jag dock valt att öppet redovisa källorna, då yogalärarna själva har valt att publicera materialet. Det är också tekniskt svårt att citera eller sammanfatta deras resonemang på ett konfidentiellt sätt. Oavsett om det har varit intervjuer eller dokument som har bearbetats så har jag eftersträvat att redovisa materialet på ett trovärdigt och rättvisande sätt. I och med att jag har egna erfarenheter av yoga på amatörnivå, så har jag varit noga med att skilja på uppgifter som jag fått tillgång till via studien visavi personliga intryck. Jag har endast använt det redovisade empiriska materialet och har tillämpat en reflexiv ansats, där de egna slutsatserna ständigt prövats och omprövats i rekonstruktionsarbetet (jmf. Bourdieu et al 1999; Lundin 2008). En förutsättning för att kunna närma mig yoga vetenskapligt, är att jag har distans till yoga, och inga ambitioner om ett professionellt eller omfattande utövande (som de yogalärarna som studerats har).

Presentation av yogalärarna

Sammanlagt ingår tio stycken yogalärare i materialet. Sju av dem är lokalt verksamma, medan tre av dem är/har varit globalt verksamma. I tabell 1 till höger beskrivs yogalärarna kortfattat utifrån några variabler som kön, ålder, erfarenhet, typ av verksamhet och yoga-inriktning/ar. De sju intervjuade lärarna beskrivs under pseudonym, medan de som studerats via dokument framträder med sitt riktiga namn. För att säkerställa intervjupersonernas konfidentialitet anges deras åldrar i femårsspann. Eftersom startpunkten för lärargärningen ofta beskrivs något flytande så anges erfarenheten i form av åldersspann om 5 år.

I tabellen till höger kan noteras skillnader när det till exempel att vara verksam inom en eller flera yoga-inriktningar samt huruvida yogalärarna bedriver yogalärarutbildning eller ej. Senare i texten kommer jag att återkomma till skillnader av detta slag och hur de kan förstås relationellt.

Yogalärarnas meningar, hållningar och attityder

Yogalärarnas meningar, hållningar och attityder rekonstrueras här som positioneringar. Några centrala teman som yogalärarna uppehåller sig kring, som referens- och brytpunkter i ett möjlighetsrum, är *betydelsen* av mötet med yogan, att hitta rätt yoga-inriktning och lärare samt vad (bra) yoga och yogautövande är (jmf. Muel-Dreyfus 1985). Dessa teman rekonstrueras i relation till de trosföreställningar och förgivettaganden, som antas bära upp den sociala praktiken. Praktikens deltagare socialiseras in i, och bidrar till att socialisera in andra, i dessa bärande föreställningar, genom ritualer och relationer. Det är både frågan om gemensamma föreställningar, som deltagarna är eniga i (t.ex. att yoga är något starkt och viktigt), och distinktioner som görs mellan deltagare (t.ex. rätt sätt att utöva yoga).

Tabell 1: Bakgrundsinformation yogalärarna

Namn (land)	Kön	Ålder	Erfarenhet	Verksamhet /förutsättningar	Yogainriktning
"Erica" (Sverige)	Kvinna	30-35	10-15 år	egen studio (stor), lokalt verksam	Samayoga m.fl.
"Milo" (Sverige)	Man	50-55	25-30 år	huvudlärare äldre skola, lokalt verksam	Satyanan- dayoga
"Nina" (Sverige)	Kvinna	40-45	10-15 år	hyr lokal/er, lokalt verksam	Ashtangayoga m.fl.
"Fredrik" (Sverige)	Man	55-60	15-20 år	lärare på flera skolor, yoga-läroutbildning, lokalt verksam	Kundaliniyoga
"Vilma" (Sverige)	Kvinna	45-50	10-15 år	egen studio, lokalt verksam	Ishtayoga m.fl.
"Linda" (Sverige)	Kvinna	30-35	10-15 år	egen lokal, driver yogalä- rar-utbildning, lokalt verksam	Ashtangayoga m.fl.
"Katarina" (Sverige)	Kvinna	40-45	10-15 år	hyr lokal, lokalt verksam	Viryayoga
Petri Räisänen (Finland)	Man	50-55	25-30 år	egen studio (stor), globala workshops	Ashtangayoga
Richard Freeman (USA)	Man	Sak- nas	30-35 år	egen studio (stor), globala workshops	Ashtangayoga
Sri K. Pattabhi Jois (Indien)	Man	(1915- 2009)	60-65 år	grundare/guru, utbild- ningsinstitut, global förgrundsgestalt	Ashtangayoga

Det starka mötet med yogan

Yogalärarnas *första möte* med yoga framstår som ett centralt tema i de flesta intervjuer, som en identifiering eller del av en identitet. Mötet med yogan beskrivs av till exempel Erica, Nina och Vilma som starkt och omvälvande, det gav mersmak efter fördjupning och yoga som yrke ("en förälskelse", "måste göra detta, måste åka till Indien", "en dröm att få arbeta med"). Detta möte innebar en stark upplevelse av välmående eller en andlig upplevelse av närvaro ("här och nu"). Dessa upplevelser beskrivs ibland som så starka att de närmast framstår som beroendeframkallande, något man inte kan vara utan. Till exempel berättar Fredrik att "har du haft den andliga upplevelsen, då vill du ha den igen".

Den *vikt* som läggs vid det första mötet förstås här som en identifiering eller del av en identitet, som yogalärarna socialiserats in i. Med Bourdieu (1999) kan detta

förstås som ett uttryck för *amor fati*, det vill säga att älska sitt öde eller val. Berättelsen om yogan som stark, personligt omvälvande och unik, ”svår att helt förstå, den går så djupt” och ”det är så stort, yoga är bara toppen av ett isberg” kan tolkas som uttryck för en in-socialiserad och förkroppsligad känsla för praktiken.⁸ I denna känsla ingår att *tro* på dess mening, att göra den till sin. Liknande uttryck och föreställningar finns bland till exempel musiker, som kretsar kring ett kall och en karismatisk kult knuten till musiken och det egna instrumentet (jmf. Nørholm Lundin 2019; Kingsbury 1988).

Samtidigt finns berättelser från intervjuerna som mer *explicit* handlar om att slussas och socialiseras in i den sociala praktiken. Katarinas första intryck av yoga var att det var tråkigt, att det inte ”hände” någonting där. Dock var hon fascinerad av de starka lärarna, som utstrålade att det var ”noga och viktigt” (*att man yogade, hur man yogade*). När Katarina uttryckte tveksamhet svarade hennes lärare med att ”detta kan vara precis det du behöver”. Detta kan förstås som ett exempel på en dubbelsidig socialisationsprocess, där starka lärare knyter elever till sig, samtidigt som elever *vill* investera och inordna sig och blir motiverade av att det är just ”noga och viktigt”.⁹ Som en andra sida av att knytas till praktiken framstår betydelsen av att själv *vilja* hitta något att fastna för. Katarina berättar att hon sökte efter en ny undervisningspraktik, hon ville komma vidare från profylax som hon tidigare undervisat i.

Att det är ”noga och viktigt” med yoga tycks alltså kunna motivera yogautövare. Samtidigt ges exempel på när detta slår över i något som kan liknas vid en kult med lättare drag av sekterism, där det symboliska våldet (att inordnas, att vilja inordna sig) blir mer påtagligt. Nina berättar att mötet med yogan var en omedelbar och stark förälskelse. Inledningsvis var det som att gå in ett förälskad ”bubbla”, hon var fascinerad av den starka läraren och miljön där man utövade yoga tillsammans, flera timmar dagligen. Nina gjorde snabba framsteg och blev tidigt uppmärksammas och erkänd för detta, utvald som lärling (vilket innebär ett erkännande). Efter en tid började detta dock att kännas tvingande (”jag var nog väldigt drillad”, ”jag yogade inte längre för min egen skull, utan för att det skulle vara så”, ”jag fick inte skära ner”). I efterhand, när hon brutit med detta sammanhang, är hon förvånad över att hon så okritiskt gick in i ett sammanhang med en sekteristisk effekt.

En viktig poäng kring resonemanget ovan är att en helt central trosföreställning tycks kretsa kring vikten och värdet av *fördjupning*, i vissa fall under extrema former. Samtidigt finns det personer som väljer att inordna sig i detta, som en *amor fati* (”inget fick störa bubblan” berättar Nina). På så sätt tycks praktiken, och socialisationsprocessen, upprätthållas och återskapas med hjälp av ett symboliskt våld (jmf. Bourdieu 1999). I fallet med Nina är det även intressant att hon, som utvald lärling, förväntades fungera som en *förebild* i den aktuella studion (”du ska vara där och visa att man kan träna, även om du är skadad”). Det kan förstås som ett exempel på det Bourdieu (1995) beskriver, just att de utvalda (eller dominerande) i en praktik förväntas fungera som förebilder och bärare av praktiken. Samtidigt som de i särskilt hög grad fasthålls av det samma system, som de erkänts av.

Liknande exempel finns bland musiker, där ideal om avskildhet och att inte bli störd i sin bubbla odlas (jmf. Kingsbury 1988). Starka kulter som dessa, där det är ”noga och viktigt”, både som yrke och livsstil, innebär stora möjligheter till lärande. Samtidigt så innebär detta risker, att dels skadas och dels i alltför hög grad inordna sig, bli utnyttjad etcetera. Senare i artikeln ska jag återkomma till begreppet ”karma-yoga”, som grund för att problematisera de sätt som trosföreställningar (t.ex. om att ge, för att få igen genom karma) kan fungera som nav eller insatser i en symboliskt våldsam praktik (jmf. di Placido 2018).

Valet av yoga-inriktning och läromästare

Att hitta och välja yoga-inriktning och läromästare framstår som ett annat centralt tema i yogalärarnas berättelser.¹⁰ För Linda handlade det om att hitta en yoga-inriktning där det var accepterat (och inte tabu) ”att vilja vara stark”. Medan Erica fastnade för en ”mjuk och följsam yoga”, som *inte* var ”hård och tvingande”. Yogalärarnas läromästare beskrivs som förebilder på olika sätt, inte minst erfarenhetsmässigt och pedagogiskt. På liknande sätt som (det starka) mötet med yogan, och berättelsen om det, tycks fungera som en identifiering och del av en identitet, så tycks (det viktiga) *valet* av yoga-inriktning och läromästare fungera som en trosföreställning som också bidrar till att socialisera praktikens deltagare.

Valet *att* fördjupa sig och så småningom bli yogalärare kan i sin tur förstås som en dubbelsidig process, av att både *välja* och *väljas*. Relationen mellan läromästare och elev utgör en ömsesidig investering, som bygger på en speglande relation (jmf. Bourdieu & Passeron 1979, 1992; Börjesson & Edling 2008). Dels handlar det om att välja att ta steget vidare och fördjupa sig och satsa, i vilket sammanhang detta ska ske. Att välja socialt sammanhang innebär också att acceptera och inordna sig i dess traditioner och hierarki. Samtidigt är det frågan om en dubbelsidig val- och socialisationsprocess, där det också handlar om att bli erkänd eller utvald som särskilt talangfull elev, potentiell lärare och lärling. Nina är i efterhand kritisk till hur styrande denna slags uppmärksamhet kan vara: ”du kanske egentligen inte är redo, men du blir så smickrad, tänker att wow! får jag vara med?”.

Vad är (bra) yoga?

Vad yoga är och bör vara är ett tema som yogalärarna uppehåller sig kring. Även om de ödmjukt konstaterar att olika yoga-inriktningar kan ha ett värde, så finns det ändå ideal och motideal i deras berättelser. Att ta ställning till dessa frågor, att ha en mening, kan tolkas som en positionering – som ingår i att *ta plats* som yogalärare. Detta kan tolkas som en del av inträdet i den sociala praktiken, som bygger på en acceptans av vissa gemensamma trosföreställningar, samtidigt som en positionering sker i relation dessa.

Ett gemensamt ideal tycks vara att yogautövare *fördjupar* sig och att detta leder till något slags utveckling, som får bäring inte bara på utan också utanför yogamattan.¹¹ Milo betonar vikten av att stanna kvar och fördjupa sig, och inte bara ”plocka godbitarna ur godispåsen”. Det finns en kritik mot yoga som kretsar kring ”yta” och

”uppvisning”, som inte går på djupet – så kallad ”Bali-yoga” (kopplat till bloggar, magasin etcetera).¹² Därefter skiljer sig idealen om hur fördjupningen bör gå till, när det gäller till exempel utformningen av klasser och eget utövande.

Här kan en skiljelinje dras mellan vad som kan förstås som ett *traditionellt* visavi ett mer *pragmatiskt* förhållningssätt till yoga. Inom ett traditionellt förhållningssätt väljer och fördjupar man sig inom *en* (äldre) yoga-inriktning. Yoga består då av starka tekniker att följa och respektera. Fördjupning sker på avancerad nivå, enligt idealet åtföljd av en asketisk livsstil. Intervjupersonen Fredrik och välkända yogapersonligheter som Sri K Pattabhi Jois, Petri Räisänen och Richard Freeman talar om en yoga som håller sig inom traditionerna – ”man riskerar att förlora något annars”.¹³

Med ett pragmatiskt förhållningssätt till yoga är det möjligt att självständigt (och kritiskt) plocka och *blanda* från olika (ofta nyare) yoga-inriktningar. Den yoga som lärs ut bör då vara grundad i egen erfarenhet. Yoga utövas så som det passar yoga-utövaren, beroende av livet i övrigt. Erica, Vilma, Nina, Linda och Katarina beskriver ideal av detta slag, men också mot-ideal i form av stelnade traditioner. Dock ska det noteras att även nyare (och mer pragmatiska) inriktningar skapar sina system och regler, som ska följas, liksom de traditioner man delvis tar avstånd ifrån.

Inom båda dessa förhållningssätt, som härefter beskrivs som *poler*, finns en komplex relation mellan yogans fysiska och spirituella delar. Yogalärarna tycks överens om att yoga inte handlar om träning i sig, eller som mål. Snarare är målet ett sinnestillstånd ”här och nu” och spirituell mognad.¹⁴ Detta kompliceras dock av det ofta mycket omfattande fysiska utövandet, inom en traditionell pol. Där den spirituella mognaden så att säga förväntas ske via det fysiska utövandet (s.k. rörelsemeditation).¹⁵ Den elitistiska karaktären förstärks av den *mentala* närvaro som utövaren förväntas ha, i det fysiska utövandet (vilket utövarna dock riskerar att fastna i) (jmf. Johnston 2017). Inom den pragmatiska polen finns å andra sidan en kritik mot vissa fysiska inriktningar, som de menar är skadedrabbade. Yoga får inte vara ”gymnastik eller akrobatik, då *yogar* du inte”, säger Vilma. Samtidigt tycks det finnas en viss ambivalens eller frustration över att inte uppnå traditionens ideal om fördjupning, både fysisk och spirituell (inom båda polerna).

”Practice and all is coming”

Ovanstående citat är som tidigare nämnts vanligt förekommande inom Ashtangayogan.¹⁶ Det kan även antas ha en bredare relevans, då traditionell yoga som till exempel Ashtangan fungerar som en dominant pol, för nya och pragmatiska yoga-inriktningar att förhålla sig till. Uttrycket bildar här utgångspunkt för ytterligare analys av centrala och socialiserande trosföreställningar, som handlar om *fördjupning*, *hängivenhet* och *inordning*. Uttryck som detta bidrar till att fostra utövare, till att investera i praktiken, med hjälp av ett implicit löfte om att detta kommer att bära frukt (”all is coming”). Det kan också förstås som ett inträdeskrav i den sociala praktiken, att deltagare fördjupar sig och tror på att det ger mening. Nära knutet till

idealen om fördjupning och hängivenhet är också inordning, som bygger på en tro på det ger mening att ödmjukt investera, ge sig till tåls och respektera hierarkin.

Yogalärarna som intervjuats, från olika inriktningar, ger alla uttryck för värdet av fördjupning, att ”vara nära källan”.¹⁷ Till de två polerna, *traditionell* och *pragmatisk*, förhåller det sig så, att fördjupning i högre grad förespråkas av en traditionell pol. Medan det utgör ett ideal att förhålla sig till, men också ifrågasätta, i en pragmatisk pol. Att kunna leva upp till idealen om omfattande fördjupning, och den yogiska livsstil som följer med det, innebär som nämnts en viss ambivalens för de lokalt verksamma yogalärarna. De beskriver höga ideal om att fördjupa sig och ”vara nära källan”, samtidigt som detta innebär en utmaning i relation till livets övriga krav. Det finns en nyansskillnad som handlar om att mer kompromisslöst göra den insats som krävs (”det finns inga genvägar”). Visavi att ge uttryck för en irritation eller kluvenhet kring dessa högt ställda ideal och stelnade traditioner.

Mellan de *lokalt* och *globalt* verksamma yogalärarna finns en intressant dynamik, på så sätt att de senare tycks fungera som en dominant och elitistisk pol eller överbyggnad. De välkända yogapersonligheterna, inom Ashtangayogan som exempel, förespråkar i *särskilt* hög grad värden som fördjupning, hängivenhet och inordning. Att vara ”nära källan” innebär då även att visa aktning och respekt, genom att studera för grundaren/gurun vid det globala utbildningsinstitutet i Indien (jmf. Batts Maddox 2015). Nina, som tidigare yogat inom denna inriktning, berättar om den ”bubbla” hon gick in, där hon gick upp tidigt varje morgon för att yoga tre timmar, och därefter anpassade sin livsstil för att främja och inte störa denna ”bubbla”. Den höga ambitionsnivån kan exemplifieras med hjälp av Richard Freemans uttryck ”Practice all day, every day”.¹⁸ Det innebär att, förutom att träna varje dag, så bör yogautövaren ha ett yogiskt eller meditativt förhållningssätt, i *allt* hon gör.

Globalt välkända uttolkare som Petri Räisänen och Richard Freeman förespråkar alltså att fördjupa sig, att fortsätta träna. Räisänen talar om att stanna kvar och möta utmaningarna, med hjälp av *disciplin*.¹⁹ Freeman betonar också att gå på djupet och att studera för Läraren eller Gurun, vilket han menar är utmanande och svårt.²⁰ Han är tveksam till yogalärare som marknadsför sig, utan att ha gjort detta. Detta kan tolkas som uttryck för en hierarkisk tradition, där utövaren stannar kvar (och inte i någon högre grad ifrågasätter). Det vill säga, med en tro på att det kommer att gå (”practice and all is coming”). På så sätt kan den sociala ordningen även legitimeras och göras intressant. Det finns något att sträva efter, som inte får vara hur som helst, utan det är ”noga och viktigt”. I och med det skapas en karismatisk kult, på liknande sätt som bland professionella musiker, där exklusivitet och *värde* skapas både internt och externt med hjälp av implicita löften om ”att nå stjärnorna” och myter om ”musik på liv och död” (jmf. Nørholm Lundin 2018, 2019; Lebrecht 1991). Där karismatiska (dvs. erkända) ledare, per sitt kall och sin talang, fungerar som förebilder. Freeman uttrycker ett ideal om att öva varje dag, hela dagen (”practice all day, every day”), vilket kan tänkas motivera yogalärare och utövare runt om i världen. Uttryck som dessa har fått stor spridning, det visar sökningar på nätet.

På liknande sätt omgärdas övning och träning i vitt skilda praktiker som musik och boxning av implicita löften om att vara på väg mot ett mål, som också fungerar socialiserande (Nørholm Lundin 2019; Gustafsson 2000; Wacquant 2006). Genom att träna och öva visar en person, inför andra och sig själv, att hon är av det *rätta virket* (med rätt talang och rätt kall för att tillvara talangen). Att fördjupa sig och utöva sin praktik beskrivs som något lustfyllt och nödvändigt, på ”liv och död” i såväl musik och boxning som yoga. Att träna/öva kan förstås som en både identitetsstärkande och socialiserande *ritual*, vilket i yogan blir särskilt intressant eftersom den *i sig* utförs rituellt. En preliminär konklusion är att dessa fungerar som en legitimering av den inordning och arbetsinsats som praktikens deltagare behöver göra, det vill säga ett symboliskt våld (jmf. Bourdieu 1999).

Här ska även nämnas uttrycket ”karma-yoga”, som handlar om att ge för att få (jmf. di Placido 2018). Att *ge* kan vara i form av arbetsinsatser när det gäller egen träning eller att arbeta gratis som lärling/lärare. Medan det man önskar *få* igen, ”karmiskt”, är tillgång till utvecklande sammanhang och spirituell mognad. Intervjupersonen Nina har upplevt denna kultur och är i efterhand kritisk, hon menar att den leder till att lärlingar och yogalärare utnyttjas, i och med att de förväntas arbeta gratis eller mot låg ersättning. En tolkning är att trosföreställningar av detta slag bidrar till att fostra och forma hängivna deltagare, som bär upp den sociala praktiken.

Yogalärarnas positioner och kapital

Tidigare analysavsnitt handlar om yogalärarnas meningar, hållningar och attityder, det vill säga positioneringar. Här ska jag gå vidare till en mer manifest social dynamik, knuten till yogalärarnas positioner och kapital. Det undersöks till exempel om det finns ett samband mellan yogalärarnas meningar etcetera inom en *traditionell* visavi *pragmatisk* pol, i relation till de positioner de innehar. Vidare finns ett fortsatt intresse för relationen mellan lokalt och globalt verksamma yogalärare.

Lokalt verksamma yogalärare

De lokalt verksamma yogalärarna, som intervjuats, har en etablerad verksamhet på sina respektive orter, antingen inom en viss yoga-inriktning eller med ett bredare utbud. Två av lärarna, Milo och Fredrik, verkar i huvudsak inom en yoga-inriktning, en äldre tradition, vilket här förstås som en *traditionell* pol. Medan övriga lärare, Vilma, Erica, Linda, Katarina och Nina, verkar inom flera olika yoga-inriktningar, framförallt nyare inriktningar (med inslag av äldre inriktningar), förstått som en *pragmatisk* pol.

Det finns inga tydliga mönster när det gäller lärarnas verksamhet och förutsättningar för denna, dock bör *kön och ålder* kommenteras här.²¹ Lärarna inom den traditionella polen är män och har något längre erfarenhet. Medan lärarna inom den pragmatiska polen är kvinnor, yngre och har något kortare erfarenhet.²² Dock är det frågan om ett litet material och det går det endast att tala om tendenser här. På lokal och global nivå finns en spridning när det gäller inriktning, kön och ålder. Samtidigt

förstärks intrycket av en manlig, elitär, traditionell uttolkning av att de tre yogapersonligheterna på global nivå (grundare/gurus/uttolkare) är män med lång anciennitet.

Därutöver är materialet komplext när det gäller de lokala yogalärarnas verksamhet och *förutsättningar* för denna (se tabell 1). En skiljelinje tycks dock gå mellan att (A) ha en egen etablerad studio/skola, med egen lokal, visavi att (B) ha sin egen verksamhet, i en eller flera lokaler som man hyr in sig i. Att ha en egen studio/skola hör vanligen ihop med en mer omfattande verksamhet, med fler klasser och fler elever. Ytterligare ett slags verksamhet beskrivs, och det är (C) att frilansa som lärare i olika studios/skolor. Detta beskrivs som ett nybörjarstadium, som intervjupersonerna har tagit sig förbi.

När det gäller fördelningen mellan lärarna och olika slags verksamhet så har Erica och Vilma en (A) egen studio/skola, med egen lokal och Milo är huvudlärare vid en äldre och etablerad skola. Ericas studio är stor, med omfattande verksamhet inom olika inriktningar och nivå, samt med inhyrda lärare. Erica säger att hon sköter allt själv och att det är ett omfattande arbete, hon ser sig själv som en ”entreprenör”. Medan Vilmas och Milos verksamheter tycks något mindre omfattande när det gäller till exempel antalet klasser och elever. Milo uttrycker sig mer ambivalent kring skötseln av skolan, det är inte det som ”driver” honom (som är yogan). Både Erica och Vilma berättar att de haft stöd av familj och nätverk på olika sätt, av nytta för företagandet. Övriga lärare, Fredrik, Katarina, Nina och Linda, har en (B) egen verksamhet, i olika lokaler. Dessa lärare beskriver det som att de själva styr, väljer inriktning och omfattning på deras arbete, men att det samtidigt kan vara mycket krävande att driva denna verksamhet. Flera lärare berättar att de drivs av en kreativitet, om än inte ett entreprenörskap.

En annan skiljelinje tycks gå mellan att bedriva *yogalärarytbildning* eller inte. Detta beskrivs som attraktivt, och som något som möjliggör både fördjupning och (ekonomisk) kontinuitet i verksamheten. Det innebär även mindre resande mellan olika lokaler. Bland yogalärarna så har Linda startat en egen (bredare) yogalärarytbildning, som hon driver sedan några år med en stadig elevkrets. Även Fredrik har startat yogalärarytbildning, inom sin specifika inriktning. Det vill säga, i mitt material är detta relativt få förunnat, och det finns inget mönster när det gäller de olika polerna (traditionell, pragmatisk). Att *kunna* driva yogalärarytbildning bygger på att det finns en efterfrågan men också en legitimitet. För att elever ska vilja investera tid och pengar, så krävs en legitimitet bland elever och en större yoga-community. Här syns en skillnad mellan Fredrik, som är etablerad inom en viss inriktning, och aktiv i nätverk specifika för denna inriktning. Vilket kan jämföras med Linda, som är aktiv inom bredare nätverk, till exempel webbsajter och bloggar för utbyte och organisering bland yogautövare i bred mening. Om Fredrik bygger sin legitimitet och elevkrets relativt internt, så bygger Linda sin position mer externt och i relation till en bredare potentiell elevkrets.

En tolkning är att det finns förutsättningar för verksamhet inom två spår, med en traditionell och en pragmatisk verksamhet. Denna svarar emot ett elevunderlag,

med olika önskemål och behov. I mitt begränsade material framstår dessa poler som ungefär lika starka. Lärarna har en etablerad verksamhet av delvis olika karaktär. De har kommit förbi nybörjarstadiet, och har en (mer eller mindre) stadig elevkrets, varav en del elever önskar fördjupning. Att själva kunna styra och välja inriktning på sin verksamhet framstår som upparbetade privilegier, även om arbetet beskrivs som mycket krävande (t.ex. marknadsföring, konkurrens, omfattande arbete, sviktande elevunderlag, dålig lön).

Mot bakgrund av dessa utmaningar är det begripligt att lärare försöker knyta elever till sig, genom att uppmuntra till fördjupning. Det hänger samman med ideal och trosföreställningar, om värdet av fördjupning, samtidigt som det bidrar till att skapa bättre förutsättningar för yogalärarnas verksamhet och utövande. Att kunna styra själv över sin verksamhet och att inte arbeta för mycket kan tänkas underlätta yogalärarnas *egna* utövande. Dock tycks verksamheten och dess krav ofta ta över, och det egna utövandet får stå åt sidan. Vilket i sin tur innebär definitionsproblem, eller ambivalens, i relation till idealen om att "vara nära källan".

Globalt verksamma lärare

De globalt verksamma yoga-personligheterna Sri K Pattabhi Jois, Petri Räisänen och Richard Freeman, företräder en *traditionell* och dominerande pol. Räisänen och Freeman har stora yogaskolor med inriktning på Ashangayoga på hemmaplan, samtidigt som de håller i retreats/workshops/masterclasses för seriösa utövare och yogalärare runt om i världen.²³ De ger båda ut böcker, där Ashtangayogans uttolkas.²⁴ Både Räisänen och Freeman är omskrivna och aktiva i sociala medier, där de uttalar sig om vad yoga är och bör vara. De är högt ansedda för sitt traditionsenliga sätt att undervisa på.²⁵ Räisänen beskrivs som en "världskändis inom Ashtangayoga" och han anses skapa en särskild stämning eller magi när han undervisar.²⁶ För att *kunna* bedriva en så omfattande verksamhet, både på hemmaplan och globalt, krävs ett omfattande erkännande och rykte. Det krävs en särskild legitimitet, för att göra sig till uttolkare av traditionen i till exempel böcker. Som tidigare beskrivits förespråkar de en elitistisk yogautövning, vilket ligger i linje med deras egen verksamhet (elevkrets, eget utövande). När det gäller Räisänen ses därutöver ett intressant exempel på den slags mytbildning som är knuten till det symboliska kapitalet, att han "skapar en särskild stämning eller magi". Detta kan ses som typiskt för karismatiska kulturer, som yoga och musik med mera.

Här ska jag fördjupa mig något kring Ashtangayogans sociala struktur, som får betraktas som hierarkiskt uppbyggd. Dels lokalt, i och med att huvudlärare i lokala studios eller "shalas" bestämmer i vilken takt eleverna får utöva de olika stegen i de förutbestämda serierna av positioner (jmf. Amundsen 2006, Maddox Batts 2015). Huvudläraren är också den som väljer ut särskilt begåvade elever som lärlingar, som kan få utbilda sig till yogalärare. Dels globalt, i och med att seriösa huvudlärare och studioinnehavare, enligt idealet, regelbundet fördjupar sig vid det globala utbildningsinstitutet i Indien. Som enda auktoriserande instans väljer detta institut ut särskilt begåvade elever, som erhåller auktorisering enligt nivå 1-2. Hur

denna auktorisering går till är oklart, men enligt institutet ska elever inte sträva efter eller förvänta sig att bli auktoriserade. Enligt informationen på institutets hemsida så auktoriseras elever som visar *särskild* förståelse och respekt för traditionen. När elever auktoriseras förbinder de sig att följa traditionen i sin undervisning. Om Freeman går att läsa att han knappt ett år efter sitt första möte med Jois, då huvudlärare vid institutet, erhöll auktorisering, få förunnat och prestigefyllt.²⁷ Här finns en parallell till framgångsrika musiker, vars framgångshistorier kretsar kring tidiga och spektakulära framsteg (Nørholm Lundin, kommande). På så sätt byggs en mytisk och karismatisk kult kring vissa utvalda företrädare.

Jois utmärkte sig under sitt liv (1915-2009) som en framstående yogapersonlighet, grundare och guru. Även efter sin bortgång tycks han fungera som förebild och symboliskt kapital för tidigare elever.²⁸ Foton på Jois är vanligt förekommande i Ashtanga-yogastudios runt om i världen, även foton på studioinnehavare/huvudlärare tillsammans med Jois och hans mest framstående elever tycks fungera som symboliska kapital (jmf. Amundsen 2006, Maddox Batts 2015). Efter Jois bortgång fortsätter hans familj att driva institutet, som är en maktfaktor inom Ashtangayogan.²⁹ Senare i texten ska jag återkomma till Jois som fortsatt förebild och maktfaktor.

Kapitaltillgångar hos yogalärarna

Här följer en analys av symboliska och sociala kapital som är knutna till yogalärarnas positioner.³⁰ Dessa kapitalformer framstår som särskilt viktiga och även tätt sammanlänkade. De har en betydelse, både för legitimiteten inför elever, kollegor, samarbetspartners och egna lärare. De *symboliska* kapitalen är de tillgångar som är särskilt värdefulla, och specifika, inom yogans sociala praktik. Detta kan bestå av ett *erkänt* kunnande till exempel spirituellt mognad³¹, avancerat utövande, kunskap om tradition och yogafilosofi, erfarenhet som lärare, lärarstil och yogisk livsstil.

Som tidigare nämnts finns en intryckat relation mellan spirituella och fysiska tillgångar, så till vida att spirituella värden är överordnade. Samtidigt som de fysiska tillgångarna bidrar till *intrycket* av en yogalärares spirituella mognad. Att kunna balansera och hantera dessa olika värden kan förstås som ett inträdeskrav specifikt för denna praktik. På ett överordnat plan kan de symboliska kapitalen betraktas som ett erkännande av att en yogautövare är av det rätta virket, både inför elever och kollegor.

De intervjuade yogalärarna tycker själva att de har nått en *viss* grad av mognad, nivå och erfarenhet, som de också strävar efter att vidareutveckla. Som exempel på detta berättar de om erkännande från elever och samarbeten med kollegor etcetera. När de berättar om sina egna lärare så beskriver de deras tillgångar och egenskaper, i termer av *stor* vishet, mognad och erfarenhet. Vi kan utgå från att de lokalt verk samma yogalärarna har ett visst mått av symboliskt kapital, annars skulle de inte kunna driva den verksamhet de gör. Därutöver är det inte, med det befintliga empiriska materialet, möjligt att skatta eller jämföra deras symboliska tillgångar.

Dock när det gäller de *globalt* verksamma yogapersonligheterna, som Petri Räisänen och Richard Freeman, så kan de antas ha ett mer omfattande symboliskt kapital. Dessa lärare framställer sig själva, och beskrivs av andra, som *mycket* erfarna och kunniga. De är så erkända att de kan uttolka traditionen i form av till exempel böcker. I foton, böcker och sociala medier, framträder tydligt att de är mycket avancerade i sitt utövande (fysiskt, akrobatiskt). Därutöver har de något slags utstrålning som är svår att sätta ord på. Som tidigare nämnts finns en mytbildning omkring Räisänens förmåga att skapa magi i rummet. En tolkning är att dessa yogapersonligheter fungerar som förebilder, i en karismatisk kult. När det gäller Sri K Pattabhi Jois har han en särstatus som grundare av modern Ashtangayoga, som guru och huvudlärare till nu aktiva yogapersonligheter.

Tätt knutet till det symboliska kapitalet är det *sociala* kapitalet. Dessa kapitaltyper tycks förutsätta varandra, då det handlar om att vara erkänd i ett *sammanhang*, att bli erkänd av egna lärare, kollegor, nätverk och elevkrets. Nätverk av detta slag kan underlätta tillgång till arbetstillfällen och att ett gott rykte sprids. Detta kan i sin tur ge tillgång till symboliska kapital, till exempel innebär det att ”assistera” en välkänd lärare ett erkännande av förkunskaper, liksom det signalerar en ökande tillgång till både kunskap, tradition och nätverk.³² Med denna närhet mellan sociala och symboliska kapital följer samtidigt vissa risker. Nina tar upp begreppet ”karma-yoga” som hon menar innebär en risk för utnyttjande av yogalärare (t.ex. att arbeta gratis, få möjligheter att ifrågasätta). Di Placido (2018) visar i sin studie av ett yoga-ashram hur uttrycket ”karma-yoga” fungerar som symbol och trosföreställning, som bidrar till att också upprätthålla en social ordning. Detta då karma-yoga handlar om att ge för att så småningom få igen – att ödmjukt träna och investera (t.ex. i form av konkret arbete för ashramet, respekt för hierarki), för att få tillgång och möjligheter till utveckling och spirituellt mognad.

Bland de *lokalt* verksamma yogalärarna finns sociala kapital inom ett eller flera nätverk. Skillnader rör nätverkens art, snarare än dess omfattning. Inom en pragmatisk pol (Vilma, Erica, Linda, Katarina, Nina) tycks nätverken något bredare, bland generellt yogaintresserade och professionella. Det finns även webbsajter och tidningar med mera, som till exempel Linda är aktiv i. Medan lärare i en traditionell pol, Fredrik och Milo, i huvudsak har sin förankring i sina specifika yoga-inriktningar (om än inte enbart).

När det gäller de *globalt* verksamma yogalärarna, Petri Räisänen och Richard Freeman, så kan de antas ha ett *mycket* omfattande socialt kapital av globalt slag. Det vore inte möjligt att bli anlitad, eller själv arrangera, workshops/retreats/masterclasses, runt om i världen, utan ett gediget nätverk och erkännande bland studioinnehavare, andra lärare och elever. Förutom att deras egna skolor på hemmaplan förutsätter ett socialt kapital, till exempel andra lärare som kan anlitas och en stadig elevkrets. De har båda en nära relation till det centrala utbildningsinstitutet i Indien, som fungerar som ett socialt kapital.

Här ska jag fördjupa mig något kring betydelsen av den egna läraren, läromästaren eller gurun, i relation till den sammanlänkade relationen mellan symboliska

och sociala kapital. Som tidigare nämnts visar valet av yoga-inriktning och läromästare vem man vill och kan vara i yogalandskapet. Att också bli utvald, som lärling eller på andra sätt ges tillgång till arbete, fungerar som en bekräftelse på att yogaläraren är av rätt virke. Samtidigt tycks relationen till läromästaren ha en *personlig* innebörd, som en förebild som motiverar. Att respektera och visa tacksamhet tycks ingå i socialisationen av yogautövare, vilket bidrar till *tron* på det meningsfulla i att både delta och inordna sig (jmf. di Placido 2018). Det vill säga relationen till läromästaren fungerar inte bara som tillgång och kapital, utan den åtföljs också av en tro på att denna relation har en särskild (personlig, existentiell) mening. I fallet med Ashtanga-institutet i Indien uttrycks detta även explicit, att auktoriserade lärare förbinder sig att visa respekt för och följa traditionen, samt regelbundet fördjupa sig vid institutet.³³ Detta fungerar som ett exempel på hur trosföreställningar går hand i hand med sociala strukturer.

Ett särskilt intressant exempel på detta är att Jois kallas för "*Guruji*" av sina före detta elever. Enligt Freeman så kommer detta smeknamn från dels "guru" som betyder läromästare och dels "ji" som signalerar ömhetsbetygelse.³⁴ På så sätt signaleras att den som uttalar (har rätt att uttala smeknamnet) i hög grad har tillgång till "källan" och har fördjupat sig, det signalerar excellens. Denna excellens som alltså tycks vara knuten till vänskap och en personlig relation, där gurun fungerar som en *förebild*. Som antytts ovan ska detta inte förstås som ett (enbart) medvetet framställande av meriter, utan det åtföljs också av en tro på att detta har en särskild innebörd. Att följa traditionen och läromästaren, och den personliga innebörd detta har, kan förstås som en central trosföreställning. Som alltså yogautövaren socialiseras in i, och väljer att göra till sitt, som en *amor fati*. Det skulle inte vara möjligt, eller ge mening, att delta i den sociala praktiken utan att sluta an till dess grundläggande trosföreställningar.

En liknande karismatisk kult finns inom den klassiska musiken, med *Maestron* som förebild och motiverande kraft. Studier har visat att musikstuderande och professionella musiker önskar och förväntar sig en dominant ledare, som gärna får vara excentrisk och auktoritär (jmf. Liljeholm Johansson 2010; Kingsbury 1988; Lebrecht 1991). Myten om *Maestron* odlas, vilket bidrar till att skapa intresse och värde (något att kämpa för och om) både i relation till en publik och bland musikerna själva. På så sätt är detta inte något unikt för yoga eller Ashtangayoga för den delen, snarare kan alla sociala praktiker, mer eller mindre, antas vara präglade av sina trosföreställningar, implicita löften och sociala ordningar – som upprätthålls och återskapas med hjälp av ritualer och relationer.³⁵

Yogalärarnas bakgrund, dispositioner och habitus

I tidigare avsnitt har visats hur yogalärarna bidrar till att upprätthålla yogans praktik, med sina positioneringar och positioner. Här ska jag ge några perspektiv kring yogalärarnas bakgrund och de tillgångar som kan tänkas bidra i deras yrkesutövning. Några slutsatser dras kring habitus, som förstås som summan av dessa tillgångar och den genererande princip som möjliggör yogalärarnas praktik.

Andliga och spirituella intressen

Bland de *lokalt* verksamma yogalärarna går en skiljelinje mellan att andliga/spirituella intressen fanns i deras uppväxtfamiljer eller inte. Några av yogalärarna berättar att ett sådant intresse *fanns* i uppväxtfamiljen. I Vilmas familj fanns ett intresse för alternativ medicin och livsstil, ”vi var nog lite tidiga med det”. Hemma hos Katarina fanns ett stort intresse för livsfrågor, existentiella frågor, man pratade och diskuterade mycket. Både Vilma och Katarina menar att detta kan ha spelat in i deras intresse för yoga, deras yrkesbana. Medan Milo växte upp i en religiös familj, och kom i kontakt med begreppet karma och spirituell litteratur via en granne.

För en majoritet av de lokala yogalärarna *saknades* dock ett sådant intresse i uppväxthemmet, vilket i vissa fall beskrivs som en brist – som ett *sökande* uppstod ur. Antingen fanns sådana intressen inte, i neutral mening. Eller så beskrivs detta, som för Linda och Fredrik, som en utpräglad brist, det saknades ”svar på frågor” eller en hållbar livsstil, man var ”framgångsrika men inte lyckliga”. Alla yogalärarna beskriver sig själva som på olika sätt sökande. Yogan kan ha kommit in i och med ett sökande efter något ”annat”, hållbart och meningsfullt. Några av dem beskriver ett sökande som uppstått ur en livskris av något slag, och/eller en önskan om att byta riktning i livet. När det gäller de två polerna, *traditionell* och *pragmatisk*, så finns ingen tydlig skillnad när det gäller yogalärarnas bakgrund. Möjligen trycker Milo och Fredrik, som har ett mer traditionellt förhållningssätt, något mer på sina tidiga existentiella och andliga upplevelser och frågor – som aktiverats i och med olika skeenden i deras närmiljö. Samtidigt är det frågan om mindre skillnader, då alla yogalärarna lägger stor vikt vid deras sökande, som grundats i både tillgångar och brister i närmiljön.

Habitus kan då förstås som den förkroppsligade handlingsbenägenhet som gör att det uppfattas som rimligt och riktigt att vara sökande och *fullfölja* en strävan efter hållbarhet och meningsfullhet när det gäller yrke och livsstil. På samma sätt som *habitus* möjliggör steget in i en alternativ bransch, att det uppfattas som en rimlig väg. Att *kunna* ta steget, för att skapa sin egen väg, tycks vara en mer avgörande del av *habitus* – snarare än en utpräglad hemtamhet när det gäller andliga/spirituella intressen. Senare ska jag återkomma till föräldrarnas yrken, som kan tänkas ha disponerat yogalärarna till att bli självständigt professionella. Alternativt de brister i föräldrarnas eller yogalärarnas egen livsstil, som gjorde att det uppfattades som en nödvändighet att skapa en egen eller annan, hållbar och meningsfull, yrkes- och livsbana.

När det gäller de *globalt* verksamma yoga-personligheterna vet jag mindre om deras bakgrund, eftersom de inte har intervjuats. Om Sri K Pattabhi Jois, Petri Räisänen och Richard Freeman, går dock att läsa att de tidigt valt att fördjupa sig i olika spirituella traditioner, även alternativ medicin. Jois och Freeman valde tidigt att ägna sig åt yoga, trots att deras familjer på olika sätt uttryckte sitt ogillande och att detta inte var till någon ”nytta” karriärmässigt.³⁶ I Jois familj fanns en andlig tradition, i och med pappan var brahmin och astronom, dock utövade man inte

yoga.³⁷ Det är intressant att alla tre yoga-personligheterna valt att fullfölja denna bana, på traditionellt vis, trots att det i åtminstone två fall inneburit att gå i nya eller motsatta banor jämfört med deras familjer. Möjligen finns en parallell till de lokala yogalärarnas sätt att gå i nya banor, i linje med föräldrarnas självständiga profession eller som led i en klassresa. Det kan vara frågan om en gemensam tendens, som handlar om att skapa sin egen väg, att ha ett habitus som gör att detta ses som rimligt, riktigt och möjligt.

Förhållningssätt till idrott och kropp

Bland de *lokalt* verksamma yogalärarna är det främst Linda och Fredrik som beskriver ett stort intresse för idrott och träning under uppväxten. Övriga lärare har förvisso provat olika sporter och tränat under uppväxten, men inte haft ett utpräglat intresse. För Nina blev yogan något att fastna för, hon hade tidigare backat undan när det blev fokus på prestation eller ”uppvisning”. Några av yogalärarna berättar att yogan bidragit till att ge dem en positiv kroppsuppfattning och generellt sett en bättre hälsa. Yogan har kunnat fungera som motvikt till ett upplevt tryck om att prestera och vara ”duktig”. Samtidigt så ger yogalärarna uttryck för en talang för träning, där det går relativt enkelt att lära sig avancerade yoga-positioner. Även om några av lärarna har upplevt skador och det upplevs slita på kroppen att förevisa positioner för elever.

En tolkning är att intresset för träning och sport, med något undantag, inte varit avgörande för yrkesvalet. Snarare tycks sökandet, efter svar, mening och hållbar livsstil bidragit. Kanske *än* mer har strävan efter en självständig profession varit, med den relativa frihet och flexibilitet detta möjliggör. Det finns ingen tydlig skillnad mellan de både polerna, traditionell och pragmatiskt, när det gäller intresse för idrott under uppväxten. Dock tycks traditionella inriktningar ha ideal som förespråkar mer omfattande utövande, antingen detta är mer fysiskt eller meditativt inriktat.

När det gäller de globalt verksamma lärarna – Jois, Freeman, Räisänen – så vet jag relativt lite om deras bakgrund. Dock är det tydligt att se, på hemsidor, i böcker och på foton, att de har ett mycket avancerat fysiskt utövande. I och med det fungerar de som förebilder, för elever och lokalt verksamma lärare. Alla tre har bedrivit omfattande studier av yoga och liknande traditioner, även elitidrott i något fall.³⁸ De kan antas ha ett habitus där det uppfattas som rimligt och riktigt att göra en stor investering i en spirituellt-fysisk praktik av detta slag.

Föräldrars yrken och att skapa sin egen väg

Bland de *lokalt* verksamma yogalärarna finns olika yrken representerade hos far/mor: forskare/operasångare, arkitekt/undersköterska, elmontör/hemmafru, forskare/forskningsbibliotekarie, företagare/hemmafru samt företagare/undersköterska.³⁹ Yogalärarna går i andra banor än föräldrarna, även om de i vissa fall upprepar det att vara *självständig* och *professionell* inom sitt gebit (som t.ex. forskare, operasångare, arkitekt, företagare). I andra fall handlar det om att *skapa* ett sådant självständigt yrkesliv, i kontrast till föräldrarnas yrkesliv (som t.ex. undersköterska,

hemmafru, utan yrke). En tolkning är att yogalärarna på olika sätt är klassresenärer, antingen det handlar om att ge sig in i ett nytt slags självständig profession eller att vara den första med en självständig profession. I yogalärarnas berättelser framgår att det finns en positiv önskan om frihet, självständighet, flexibilitet, fördjupning och kreativitet som kan tolkas som ett arv från föräldrars yrkesliv. Eller så kommer denna önskan om hållbarhet och mening från en negativ upplevelse av föräldrarnas yrkes- och livsbanor. För de två polerna, traditionell och pragmatisk, så finns ingen tydlig skillnad när det gäller föräldrars yrke.

När det gäller de *globalt* verksamma yogapersonligheterna så finns några tendenser värda att kommentera. I Sri K Pattabhi Jois fall står att läsa att hans far var brahmin och astrolog (mor hemmafru) och att han valde att ägna sig åt yoga trots familjens motstånd.⁴⁰ I Jois fall är en möjlig tolkning att yoga enligt familjen innebar ett steg nedåt i den sociala hierarkin, även om Jois senare blev framgångsrik inom sitt gebit. Även Richard Freeman har uttryckt att han efter collage studerade yoga och valde yoga som yrke, trots att hans familj inte tyckte detta var av nytta karriärmässigt.⁴¹ På samma sätt som med Jois så kan Freemans avsteg från det vanliga eller väntade, tolkas som en klassresa mot ett nytt slags självständig profession, inom en *alternativ* sektor. Både Freeman och Räisänen beskriver omfattande studier inom österländska traditioner, även alternativ medicin i Räisänens fall.⁴² Detta kan tolkas som en del av ett habitus där detta uppfattades som rimligt och riktigt, att göra den stora (kanske enligt familjerna riskabla) investeringen, med en överbevisning om att det kommer att löna sig. Det tycks vara frågan om ett habitus som kretsar kring en tro på att det kommer att gå, för det brukar gå (i familjen). Samtidigt som det kan finnas en ambivalens i klassresenärens fall, där den stora investeringen åtföljs av en tro på att det kommer att gå, för det *måste* göra det.

Slutsatser och diskussion

Denna artikel handlar om yoga som social praktik, med egna trosföreställningar, förgivettagna sanningar och ritualer, som bidrar till att socialisera och *knyta* deltagare till sig. Dessa trosföreställningar etcetera kretsar kring värdet av yoga, fördjupning och ödmjukhet – som kommer till uttryck i talesätt som ”practice and all is coming” och ”practice every day, all day” och ”karma-yoga”. De bärs upp och förkroppsligas av förebilder, lokalt och globalt verksamma yogalärare, grundare och gurus, vilka också är i fokus i denna artikel.

Eftersom det är fråga om ett relativt litet empiriskt material, kan det här endast bli frågan om några tendenser i en påbörjad rekonstruktion. Samtidigt görs försök till att dra några slutsatser på aggregerad nivå, det vill säga vad handlar det om, vad står på spel? Detta kan också bidra till att ange riktningen för fortsatt forskning. Artikelnen kan, på aggregerad nivå, bidra med sociologiska bud på svar på frågor som: hur kommer det sig att någon vill och väljer något visst, i detta fall yoga som yrke och livsstil?; hur går det till, att det blir det så?; och vad blir konsekvenserna av detta?

Slutsatserna handlar om den komplexa socialisations- och sorteringsprocess som sker, både in i och fortsatt i, yogans praktik. Att träda in i yogans praktik handlar om att *välja* (yoga-inriktning, läromästare, yrkesval) och att *väljas* ut (som lärling, kollega). Det handlar om att *inordna* sig, och att *vilja* göra det, för att det finns en *tro* på att det är rimligt och riktigt. Den sociala praktiken fungerar med hjälp av ett symboliskt våld, det vill säga en misskänd acceptans av den sociala ordningen (jmf. Bourdieu 1999). Detta är inte unikt för yoga, utan liknande dynamiker finns troligen, mer eller mindre, i alla sociala praktiker. Musik, dans, konst, boxning och forskning – listan kan säkert göras längre – kan förstås som sociala praktiker, med liknande både *värdeskapande*, *motiverande* och *socialt ordnande* myter och trosföreställningar (jmf. Aalten 2017; Börjesson & Edling 2008; Wacquant 2006; Lundin 2008). Det är rimligt att anta att det symboliska våldet förstärks när yrkesutövandet har en stark personlig eller existentiell innebörd.

Yogalärarna, i det empiriska materialet, väljer yoga som yrke och livsstil. De är eniga i vissa grundläggande trosföreställningar och förgivettagna sanningar – att yoga ger mening, att det är rimligt och riktigt att *fördjupa* sig och att detta kräver ödmjukhet. Att sedan välja yoga-inriktning, sammanhang och läromästare innebär en positionering, på så sätt att yogaläraren visar både för andra *och* sig själv vem hen är och vill vara i yoga-landskapet. På så sätt fungerar en positionering inte enbart som en markering inför andra, utan också som en del av en identitet eller identifiering. Det vill säga, det som en person gör inom en praktik är förenat med en *tro*, en tro på att det ger mening att göra och välja som hen gör.

Att utföra de dagliga ritualerna, att träna och vara ”nära källan”, är på liknande sätt (som valet av yoga, inriktning, läromästare) ett sätt att visa, för andra och sig själv, att yogaläraren är av det *rätta virket* – med ett kall och en förmåga att ta vara på sin talang. Flera av yogalärarna trycker på den offentliga sidan av yogapraktiken, att det är viktigt att visa inför andra, att vara en förebild. Samtidigt som det ska *kännas* rätt, att göra rätt. Genom de socialiserande ritualerna till exempel träning, formas kropp och själ – inte bara i förhållande till det sociala, utan också med en personlig/existentiell innebörd. Yoga har en potential att bli särskilt dubbelbottnad, då formandet av kropp och själ inte bara sker socialt, utan också är själva det objekt som är föremål för formande (jmf. Johnston 2017).

Dessa grundläggande trosföreställningar delar alltså yogalärarna. Därefter syns skillnader i uttolkningar och sätt att förhålla sig till dessa, som här beskrivs i form av två poler. Den ena polen utgörs av ett *traditionellt*, elitistiskt och kompromisslöst, förhållningssätt. Medan den andra utgörs av ett *pragmatiskt*, självständigt och kritiskt, folkligt, förhållningssätt. Den traditionella polen kommer till uttryck i talesätt som ”practice and all is coming” och ”practice all day, every day”, medan den pragmatiska polen förhåller sig kritiskt till traditionens ideal (samtidigt som den också hämtar kunskap från den). Den traditionella polen är relativt dominant, i relation till den pragmatiska. Samtidigt som den pragmatiska polen framstår som relativt stark, inte minst i och med att det finns en stor elevkrets, som söker sig till denna. Vidare delar sig materialet i en *lokal* respektive *global* pol, där den globala

polens grundare, gurus och välkända uttolkare fungerar som ett slags förebilder för de lokalt verksamma yogalärarna. Ju mer global företrädare, desto mer extrem och elitistisk uttolkning, framstår det som i det empiriska materialet. Slutsatserna handlar också om hur tätt förbundna symboliska och sociala kapital är, vilket kommer till uttryck i till exempel smeknamnet ”Guru-ji”.

De val och uttolkningar som yogalärarna gör och *kan* göra antas ha med deras bakgrund, tillgångar och habitus att göra. Att välja att ingå i en social praktik innebär att acceptera den, och att göra den till sin. I yogalärarnas fall tycks valet av yoga som yrke och livsstil sammanfalla med ett *sökande* samt tillgångar och habitus som gör att det framstår som rimligt och riktigt att fullfölja detta. Föräldrars självständiga profession och företagande, med frihet och kreativitet, och inte minst tradition av att ’göra något av sitt liv’, kan antas spela in i detta. Alternativt var det av nödvändighet som steget togs ut i yogan, i strävan efter en mer hållbar och meningsfull sysselsättning. Valet av yoga som yrke har mottagits olika hos yogalärarnas föräldrar, som något ”onyttigt” eller något att stödja. Detta kan antas ha att göra med föräldrarnas sociala position men även generation – då branschen var mer alternativ då de äldre yogalärarna som Freeman och Jois med flera var unga, jämfört med idag då den växer explosivt. Yogalärarnas habitus, som de både bär med sig från uppväxten och som fortsatt formas i den sociala praktiken, kännetecknas av en vilja att investera och en tro på att detta kommer att, eller måste, bära sig. Därefter delar habitus sig något i en mer elitistisk visavi pragmatisk handlingsbenägenhet, det vill säga man söker antingen något slags extrem fördjupning eller mer av balans i relation till livet och en mer lokal position.

Slutligen, vad blir då konsekvenserna av detta? En karismatisk kult som yoga eller musik, egentligen vilken social praktik som helst, innebär stora möjligheter till meningsfull sysselsättning. Det finns möjligheter till stort engagemang och lärande, som främjas av karismatiska trosföreställningar om att det är ”noga och viktigt” eller ”på liv och död”. Samtidigt riskerar sociala praktiker att, i högre grad än vad deltagare avsett eller anat, att *knyta* deltagare till sig – i vad som *ibland* kan liknas som en halv-sekteristisk kult. Vid färdigställandet av denna artikel fick jag kännedom om en debatt kring sexuella övergrepp och maktmissbruk inom yogan, i spåren av #MeToo.⁴³ Kritiker menar att detta har kunnat fortgå på grund av en allmänt *accepterande* kultur, och instruktioner och handledning som ges ”hands-on” som spårat ur. Samtidigt går mot-kritiker ut med uttalanden om att den slags övergrepp inte existerar inom deras yoga-community. Jag har inte förhållit mig närmare till detta, men kan tro på att risken finns i yoga liksom i egentligen alla sociala praktiker, där beroendeförhållanden finns och kan utnyttjas. Kanske särskilt eftersom dessa legitimeras av trosföreställningar, myter och symboler – i mer eller mindre karismatiska kulter.

Möjligheter och problem av detta slag torde alltså finnas, mer eller mindre, i alla sociala praktiker. Finns det särskilda möjligheter och problem knutet till praktiker där kropp och själ är själva *objektet* för formande? Finns det särskilda möjligheter

och problem knutet till praktiker som utgör en stark identitet och livsstil, till exempel elitsatsningar av olika slag? För fortsatt forskning vore det värdefullt att utöka det empiriska materialet, för en bredare studie av yogans sociala praktik.

Anna Nørholm Lundin, Institutionen för pedagogik och didaktik, Stockholms universitet, anna.norholm.lundin@edu.su.se

Noter

- 1 <https://www.yogajournal.com/yoga-101/practice-and-all-is-coming>, 2018-04-26; <http://ashtangayogaproject.com/thank-you-pattabhi-jois/>, 2019-08-16
- 2 Observera att trosföreställningar förstås som *sociala* sådana, det är inte dess eventuella religiösa innebörd jag utforskar här.
- 3 Citat ”Katarina”.
- 4 ”De agenter som är väl anpassade till spelet behärskas av spelet, och tveklöst i högre grad ju bättre de behärskar det” (Bourdieu 1995, 129).
- 5 Själ kan här förstås som både själva objektet för formande (med spirituell mognad som överordnat mål) och ett socialt format förhållningssätt till och i den sociala praktiken.
- 6 Här är fokus på den socialt formade tron, *illusio*, inte religiös tro.
- 7 <http://www.codex.vr.se/forskningmanniska.shtml>, 2018-04-12
- 8 Citat Milo m.fl.
- 9 ”Jag hade mycket att bevisa” säger Katarina.
- 10 Med läromästare menas huvudlärare eller särskild betydelsefull lärare/guru/mästare.
- 11 ”To take it off the mat” är ett vanligt uttryck. T.ex. www.yogamatters.com/blog/away-from-the-mat/, 2019-08-20
- 12 Citat Linda, Katarina.
- 13 Se även uttrycket ”monkey-mind” som används om riskerna med att blanda yoga-inriktningar. T.ex. www.verywellfit.com/what-does-monkey-mind-mean-3566801, 2019-08-20
- 14 Citat Milo.
- 15 Det ska påpekas att inom vissa traditionella traditioner snarare sker en omfattande meditation, än utpräglat fysiska övningar.
- 16 Se t.ex. <https://www.yogajournal.com/yoga-101/practice-and-all-is-coming>, 2018-04-26
- 17 Citat Milo.
- 18 <http://www.richardfreemanyoga.com/>, 2018-04-26.
- 19 www.petriandwambui.com, 2019-08-20
- 20 <http://wildyogi.info/en/issue/kateryna-degtyar-richard-freeman-most-philosophical-ashtanga-teacher>, 2018-04-26
- 21 Se tabell 1 ovan.

- 22 Samtidigt som Nina och Linda, har tillgång till en traditionell inriktning, som de dock valt att kombinera med andra inriktningar.
- 23 www.petriandwambui.com, 2018-04-26;
<http://www.richardfreemanyoga.com/>, 2018-04-26
- 24 När Räisänen skriver, så gör han det i samarbete med Jois och med utbildningsinstitutets accept.
- 25 T.ex. <http://www.ttela.se/nyheter/trollh%C3%A4ttan/yoga-f%C3%B6r-kropp-och-knopp-1.3072135>, 2018-04-26
- 26 www.petriandwambui.com, 2018-04-26
- 27 www.yogajournal.com/.amp/yoga-101/yj-interview-quiet-connection, 2019-08-20
- 28 Jois utmärkte sig under sitt liv som framstående lärare i sanskrit, yoga, grundare av modern Ashtanga, grundare av centralt utbildningsinstitut samt med ett nätverk inom ett elitskikt. Se t.ex. wikipedia, 2019-09-23.
- 29 <http://sharathjois.com/the-institute/>, 2018-04-26
- 30 Även ekonomiska kapital tycks ha en betydelse, som förutsättning för och resultat av de andra kapitalarterna. Detta utforskas inte närmare här.
- 31 Med spirituell mognad avses något slags sinnestillstånd (närvaro, lugn, frid, lycka, balans) som också är överförbart till livet utanför yogamattan.
- 32 Att assistera innebär att gå runt bland eleverna och korrigera och förevisa positioner, som stöd till lärarens undervisning.
- 33 <http://sharathjois.com/the-institute/>, 2018-04-26
- 34 Eng. endearment, <http://www.richardfreemanyoga.com/guruji/>, 2018-04-26
- 35 Se även boxning, med motiverande förebilder och myter om framgång (Wacquant 2006).
- 36 <https://www.yogajournal.com/yoga-101/yj-interview-quiet-connection>, 2018-04-26; Räisänen, 2013; https://en.wikipedia.org/wiki/K._Pattabhi_Jois, 2019-09-23;
<https://www.theguardian.com/world/2009/jun/08/k-pattabhi-jois-obituary-yoga>, 2019-08-16; <https://www.yoga.co.nz/about/teachers/lineage/sri-k-pattabhi-jois/>, 2019-08-16
- 37 Räisänen, 2013
- 38 www.petriandwambui.com, 2018-04-26;
www.richardfreemanyoga.com, 2018-04-26
- 39 I ett fall saknas yrke. Av konfidentialitetsskäl anges ej namn.
- 40 Räisänen, 2013; https://en.wikipedia.org/wiki/K._Pattabhi_Jois, 2019-09-23;
<https://www.theguardian.com/world/2009/jun/08/k-pattabhi-jois-obituary-yoga>, 2019-08-16
- 41 <https://www.yogajournal.com/yoga-101/yj-interview-quiet-connection>, 2018-04-26
- 42 <http://www.richardfreemanyoga.com/guruji/>, 2018-04-26
- 43 Bl.a. en bok vid namn *Practice and all is coming – Abuse, cult dynamics and healing in yoga and beyond* (Remski 2019).

Referenser

- Aalten, Anna. 2017. "Listening to the dancer's body." *Sociological Review Monograph Series: Embodying Sociology* vol. 55:1.
- Amundsen, Heidi Elisabeth. 2006. *Yoga – trend eller tradisjon? Kunnskapsformidling og kroppsbevissthet i en norsk kontekst*. Masteroppsats, Oslo universitet.
- Batts Maddox, Callie. 2015. "Studying at the source: Ashtanga yoga tourism and the search for authenticity in Mysore, India." *Journal of Tourism and Cultural Change*, vol. 13(4):330-343.
- Bourdieu, Pierre. 1990. *The Logic of Practice*. London: Polity Press.
- Bourdieu, Pierre. 1995. *Praktiskt förnuft. Bidrag till en handlingsteori*. Göteborg: Daidalos.
- Bourdieu, Pierre. 1996. *The Rules of Art. Genesis and Structure of the Literary Field*. London: Polity Press.
- Bourdieu, Pierre. 1999. *Den manliga dominansen*. Göteborg: Daidalos.
- Bourdieu, Pierre. 2004. *Science of science*. Oxford: Polity Press.
- Bourdieu, Pierre & Passeron, Jean-Claude. 1979. *The Inheritors. French students and their relation to culture*. Chicago: University of Chicago Press.
- Bourdieu, Pierre & Passeron, Jean-Claude. 1992. *Reproduction in Education, Society and Culture*. London: Sage Publications.
- Bourdieu, Pierre et al 1999. *Weight of the world. Social suffering in the contemporary world*. Polity Press.
- Börjesson, Mikael & Edling, Marta. 2008. "Om frihet, begåvning och karismatiskt lärande inom den högre bildkonstnärliga utbildningen." *Af Praktiske Grunde* 2008, nr. 1.
- Callewaert, Staf. 2000. "Socialisation." In *Pædagogiske Praktikker. Om symbolsk magt og habitus i pædagogisk arbejde*, red. Søren Gytz Olesen, Søren. Viborgseminariet: Forlaget PUC.
- Callewaert, Staf. 2014. "Habitus". In *Ny pædagogisk opslagsbog*, red. Brønsted, L. B., Jørgensen, V., Mottelsen, M., Muchinsky. L.J.. Köpenhamn: Hans Reitzels Forlag.
- Crossley, Nick. 2007a. "Sociology and the body: classical traditions and new agendas." *Sociological Review Monograph Series: Embodying Sociology*, vol. 55(1).
- Crossley, Nick. 2007b. "Researching embodiment by way of 'body techniques'." *Sociological Review Monograph Series: Embodying Sociology*, vol. 55(1).
- Cynarski, Wojciech J. 2011. "Towards the Sociology of Psychophysical Systems of Self-Realization." *Journal of Health Promotion and Recreation*, nr. 1-2.
- Gustafsson, Jonas. 2000. *Så ska det låta. Studier av det musikpedagogiska fältets framväxt i Sverige 1900-1965*. Diss. Uppsala; Univ.
- Hodges, Julie. 2007. *The Practice of Iyengar Yoga by Mid-Aged Women. An Ancient Tradition in Modern Life*. Diss. University of Strathclyde.
- Horne, Rolf. 2016. "Like barn leikar bäst". *Ein praxeologisk studie om hjelpetrengande barn og unge*. Diss. Bergen; Univ.

- Johnston, Erin. 2017. "Failing to Learn, or Learning to Fail? Accounting for Persistence in the Acquisition of Spiritual Disciplines." *Qualitative Sociology*, vol. 40:353-372.
- Kingsbury, Henry. 1988. *Music, Talent & Performance. A Conservatory Cultural System*. Philadelphia: Temple University Press.
- Lebrecht, Norman. 1991. *The Maestro Myth. Great Conductors in Pursuit of Power*. New York: Citadel Press.
- Liljeholm Johansson, Yvonne. 2010. *Psykosocial arbetsmiljö i en yrkesgrupp med krav på hög kvalitet – orkestrar inom konstmusik*. Diss. Karolinska institutet.
- Lundin, Anna. 2008. *Folkbildningsforskning som fält – från framväxt till konsolidering*. Diss. Linköping: Univ.
- Muel-Dreyfus, Francine. 1985. "Utbildning, yrkesförväntningar och grusade förhoppningar." In *Kultur och utbildning – om Pierre Bourdieus sociologi*, red. Donald Broady. UHÄ: FoU Skriftserie 1985:4.
- Nevrin, Klas. 2007. "Transcending the Individual and Resisting Modernity: Empowerment and Sacralization in Modern Postural Yoga." Paper presented at the conference Religion on the Borders: New Academic Challenges to the Study of Religion, Södertörn University College (Sweden), 19-22 April 2007.
- Nevrin, Klas. 2011. "Empowerment and Using the Body in Modern Postural Yoga." *Yoga in the Modern World: Contemporary Perspectives*, 2008:119-139.
- Newcombe, Suzanne. 2009. "The Development of Modern Yoga: A Survey of the Field." *Religion Compass*, vol. 3(6):986-1002.
- Nørholm Lundin, Anna. 2019. "Maestro! Yrkesmusikernas sociala praktik, relativa framgång och habitus." *Praxeologi – et kritisk blick på sociale praktikker*, nr.1.
- Nørholm Lundin, Anna. 2018. "Himmel och helvete – framgång, ambivalens och habitus i musikeryrket." *Praktiske Grunde*, nr. 1-2.
- Nørholm Lundin, Anna. Kommande. *Att bli och att vara framgångsrik musiker – socialisation och sortering genom livet*.
- Placido, Matteo di. 2018. "Serving, Contemplating and Praying: Non-Postural Yoga(s), Embodiment and Spiritual Capital." *Societies*, vol. 8(78).
- Ponder, Lauren & Holloday, Patrick. 2013. "The transformative power of yoga tourism." *Transformational tourism: Tourist perspectives*, vol. 1(7).
- Räisänen, Petri. 2013. *Kraften bakom yoga. Ashtangayogans åtta delar enligt Sri K. Pattabhi Jois*. Stockholm: Nygren & Nygren.
- Sapiro, Gisela. 2008. "Kunstneren mellem kald og afkald." *Praktiske Grunde* nr 1, 2008, s 94-100.
- Schilling, Chris & Mellor, Phillip. 2007. "Cultures of embodied experience. Technology, religion and body pedagogics." *Sociological Review*, 55:531-549.
- Verter, Bradford. 2003. "Spiritual Capital: Theorizing Religion with Bourdieu against Bourdieu." *Sociological Theory*, vol 2(1).
- Wacquant, Loic. 2006. *Body and soul*. Oxford: Oxford University Press.
- Wilson, Stephen. 1984. "Becoming a Yogi: Resocialization and Deconditioning as Conversion Processes." *Sociological Analysis*, vol. 45 (4).