

# DeROSE

# YÔGA, MITOS Y VERDADES

(SEPA EN QUÉ SE ESTÁ METIENDO)

37ª EDICIÓN

**UNIVERSIDAD DE YÔGA**

registrada en los términos de los artículos 45 y 46 del Código Civil Brasileño bajo el N° 37959 en el 6° Oficio

**Al. Jaú 2000 – Tel. (00 55 11) 3081-9821 – São Paulo**

**Direcciones en las demás ciudades, en el *website*:**

**[www.uni-yoga.org](http://www.uni-yoga.org)**

Señor librero:

Este libro no es sobre autoayuda, ni terapia y, mucho menos, de esoterismo. No tiene nada que ver con Educación Física ni con deportes. El tema *Yôga* merece, por sí solo, una clasificación aparte.

Por eso le agradezco que esta obra sea catalogada como Yôga y exhibida en un estante de Yôga. Estoy seguro de que los lectores también se lo agradecerán.

El autor

#### AUTORIZACIÓN DEL AUTOR PARA TRANSCRIPCIÓN Y CITA

Resguardados los derechos del Editor, el autor concede autorización de uso y transcripción de fragmentos de esta obra, siempre que se solicite autorización por escrito y que se cite la fuente.

# DeROSE

Doctor *Honoris Causa* por diversas entidades culturales y académicas

# YÔGA, MITOS Y VERDADES

Uni-Yoga®

**UNIVERSIDAD DE YÔGA**

registrada en los términos de los artículos 45 y 46 del Código Civil Brasileño bajo el N° 37959 en el 6º Oficio

**Al. Jaú 2000 – Tel. (00 55 11) 3081-9821 – São Paulo**

**Direcciones en las demás ciudades, en el *website*:**

**[www.uni-yoga.org](http://www.uni-yoga.org)**

© Copyright 1992: Maestro DeRose

© Copyright 2006: L.S.A. DeRose

Derechos de esta edición reservados a la Unión Nacional de Yôga.

*Tapa:* Ricardo Iazzetta

*Revisión:* Aida Ferraz, Diana Raschelli de Ferraris, Melina Flores

*Revisión de esta edición:* Fernanda Neis

*Producción gráfica:* Editora Uni-Yôga\*

*Fotografías:* Rodolpho Pajuaba, tel. (41) 3338-5968; Iazzetta, tel.(11) 3891-2209; y otros

*Fotos de grupo gentilmente cedidas por la Compañía Swásthya de Artes Escénicas, (41) 3243-0198*

*Impresión directamente de archivo en Word:* Cromosete Gráfica y Editora Ltda.

*54ª edición en disquete:* 1996

*36ª edición en papel:* 2006

**DATOS INTERNACIONALES DE CATALOGACIÓN EN LA PUBLICACIÓN (CIP)**  
**(ELABORADO POR EL AUTOR)**

---

DeRose, L.S.A., 1944 –

Yôga: Mitos y Verdades / DeRose. – São Paulo :

Editora Uni-Yôga ; 2006.

Bibliografía

ISBN 85-213-1266-0

1. Yôga 2. DeRose 3. Cuerpo y mente 4. Yôga en la literatura 5. Maestros de Yôga. I. Título

---

CDD-181.45

**LA EDITORIAL UNI-YÔGA,**

es un órgano de divulgación cultural de la

PRIMERA **UNIVERSIDAD DE YÔGA** DEL BRASIL,

Registrada en los términos de los artículos 45 y 46 del Código Civil Brasileño con el N°37959 en el 6º Oficio,  
organismo de la

**UNIÓN INTERNACIONAL DE YÔGA**

**[www.uni-yoga.org](http://www.uni-yoga.org)**

Al. Jaú 2.000 – São Paulo – Brasil – Tel: (11) 3064-3949 y 3082-4514

*Algunos hombres lucha un día y son buenos;  
otros luchan un año y son mejores;  
los que luchan varios años son óptimos;  
pero los que luchan toda la vida...  
...esos son imprescindibles.*

*(Bertolt Brecht)*

## AL LECTOR

1. Como la mayoría de los lectores suele tomar contacto sólo con uno o dos libros de cada autor, incluso por no tener tiempo de leer todo lo que le gustaría, adoptamos el procedimiento editorial de reproducir algunos de los principales textos de nuestra obra global en más de un libro. Por lo tanto, siempre que localice uno de esos fragmentos, no lo saltee. Reléalo con atención. La repetición habrá sido intencional, por tratarse de un asunto de suma importancia.
2. Cuando se utiliza la primera persona del singular, se trata de una connotación estrictamente personal. Donde se aplica la primera del plural, se trata de una circunstancia grupal o de interés colectivo, o para la cual hay existido la participación de otra(s) persona(s).

**Esta obra fue adoptada como libro de texto de los cursos de Formación de Instructores de Yôga de las universidades federales, estatales y católicas y está recomendado por la Confederación Nacional de Federaciones de Yôga del Brasil.**





# ÍNDICE

## YÔGA, MITOS Y VERDADES

Una autobiografía sísmica.....	12
Resumen de lo que va a encontrar en este libro.....	17
Posicionamiento: cuál es nuestro público y tipo de Yôga.....	19
Los Árboles y las Piedras.....	36
1944 - El comienzo de todo.....	38
1955 - Comencé a practicar Yôga.....	43
Comencé a enseñar.....	51
La primera clase de Yôga.....	55
La revelación del SwáSthya Yôga.....	59
Profesores, Maestros y gurús.....	66
Espiritualismo.....	78
Magia.....	93
Tantra.....	102
El principio de las incomprensiones.....	116
Desistí de enseñar Yôga.....	128
Una profesión con <i>charme</i> y <i>glamour</i> .....	139
Cómo surgió el Curso de Formación de Instructores.....	141
Comienzan los viajes por el Brasil.....	153
Los viajes a la India.....	162
Nace la Uni-Yôga (Unión Nacional de Yôga / Universidad de Yôga).....	197
Introducción de los Cursos de Formación de Instructores de Yôga en las Universidades Federales, Estatales y Católicas.....	207
Historias de algunos cursos.....	212
Cuidado: ¡becarios!.....	219
Cuentos pintorescos.....	225
1978 - El primer proyecto de ley para reglamentación de la profesión.....	243
La Historia son sólo historias, ¡no crea en ella!.....	253
“La yoga” es una cosa y “el Yôga” es otra bien diferente.....	261
El incienso.....	265
La medalla con el ÔM.....	275
La leyenda del perfume secreto Kámala.....	284
Ven, yo te quiero conmigo.....	286
¡Qué pena! Llegamos al final.....	287
El final es un inicio al revés.....	289
Grupos de estudio.....	293
Curso de lectura.....	297

## EPÍLOGO A LOS INSTRUCTORES DE YÔGA Y DISCÍPULOS AVANZADOS. 302

Herencia cultural del SwáSthya Yôga.....	303
--	-----

Test de admisión al Yôga. ....	317
<b>APÉNDICE SOBRE LA OBRA Y EL AUTOR.....</b>	<b>322</b>
<b>APÉNDICE PEDAGÓGICO.....</b>	<b>329</b>
<b>POSFACIO. LA HISTORIA DEL YÔGA EN EL BRASIL.....</b>	<b>354</b>
<b>APÉNDICE SOBRE LA REGLAMENTACIÓN DE LA PROFESIÓN.....</b>	<b>361</b>



# DEMOSTRACIÓN

## DE QUE LA PALABRA YÔGA TIENE ACENTO

### EN SU ORIGINAL EN ALFABETO DÊVANÁGARÍ:

Extraído del libro *Yôga Avanzado*, del Maestro DeRose.

य	= YA (corta)
या	= YAA ∴ YÁ (larga)
यो	= YOO* ∴ YÔ (larga)
योग	= YÔGA

\*Aunque hayamos escrito didácticamente **YOO**, este artificio es sólo para una mejor comprensión del lector lego en sánscrito. Debemos aclarar que el fonema **ô** es resultante de la fusión de la **a** con la **u** y, por eso, es siempre largo, pues contiene dos letras. En esta convención, el acento agudo se aplica sobre las letras largas cuando hay fusión de letras iguales (**á, í, ú**). El acento circunflejo se utiliza cuando hay fusión de letras diferentes (**a + i = ê; a + u = ô**), por ejemplo en *sa + íshwara = sêshwara* y *AUM*, que se pronuncia **ÔM**.

#### **BIBLIOGRAFÍA PARA EL IDIOMA CASTELLANO:**

*Léxico de Filosofía Hindú*, de Kastberger, Editorial Kier, Buenos Aires.

#### **BIBLIOGRAFÍA PARA EL IDIOMA INGLÉS:**

*Pátañjali Aphorisms of Yôga*, de Sri Purôhit Swámi, Faber and Faber, Londres.

#### **BIBLIOGRAFÍA PARA EL IDIOMA PORTUGUÉS:**

*Poema do Senhor*, de Vyasa, Editorial Relógio d'Água, Lisboa.

---

Si alguien declara que la palabra Yôga no tiene acento, pídale que le muestre cómo se escribe el **ô-ki-matra** (ô-ki-matra es un término hindi utilizado actualmente en la India para indicar la sílaba fuerte). Después pídale que le indique dónde aparece el **ô-ki-matra** en la palabra *Yôga* (aparece inmediatamente después de la letra *y*). Luego pregúntele lo que significa cada una de las tres partes del término **ô-ki-matra**. Deberá responderle que **ô** es la letra *o*; **ki** significa *de*; y **matra** se traduce como *acento, pausa* o *intervalo*. Luego, **ô-ki-matra** se traduce como *"acento de la o"*. Así, una vez más, queda probado que la palabra Yôga tiene acento.

---



## UNA AUTOBIOGRAFÍA SÍSMICA

*Hay que endurecerse,  
¡pero sin perder la ternura, jamás!*  
Che Guevara

Es innegable la necesidad de registrar y hacer pública la verdadera historia del surgimiento de esta revolución cultural que se está produciendo en el Yôga, en los albores del tercer milenio. Esa revolución tiene como propuesta una vuelta a los orígenes, por lo tanto, devolver al Yôga su fuerza y brillo originales. ¿Cómo se lo está haciendo? ¿Sobre qué base? ¿Será un movimiento auténtico o equivocado? Todo eso voy a intentar esclarecer un poco más en esta obra.

Fui el epicentro involuntario del terremoto providencial que trajo a la superficie tesoros arqueológicos del Yôga preclásico, de valor incalculable. Para comprender el SwáSthya Yôga, es preciso trabar contacto con la historia legítima de los acontecimientos que le dieron origen, año tras año, acaso tras acaso, pero sin el veneno mordaz del “oí decir”; sin la información ciertamente distorsionada de los rumores difundidos por personas que no llegaron a conocer nuestro trabajo.

Por lo tanto, urge que aclaremos todo eso en vida, ya que las versiones desencontradas son muchas, confusas y falsas. Surgieron justamente por la falta de este relato que presenta, de primera mano, la versión más correcta: la de aquel que vivió los hechos y no las de quienes *oyeron decir*.

No escribí antes porque era muy joven y no estaba maduro lo suficiente para relatar estos hechos, algunos de ellos chocantes, con un abordaje tan despojado como para decir todo sin orgullo ni modestia, sin amarguras ni rencores, e imparcial –en la medida de lo posible–, para no dejar que el plano emocional influyera demás.

Ahora, con bastante más de medio siglo de vida, casi cincuenta años de magisterio, veinticuatro años de viajes a la India, veinte libros publicados en varios países y miles de instructores de Yôga formados por mí en las Universidades Federales, Estatales y Católicas de casi todos los Estados del Brasil y en otras naciones, me siento apto para contar cómo comenzó todo esto. Y cómo creo que va a terminar.



# “IMPRIMATUR”

## AGRADECIMIENTO A LOS REVISORES

Quiero dejar registrada mi más profunda gratitud por los críticos que, con cinceladas certeras, pulieron impiadosamente el texto de este libro, haciéndolo mucho mejor.

Consciente de la responsabilidad que representa la edición de un libro, no me permití publicarlo sin la “censura previa” de una Junta de Notables, entre los cuales hay doce profesores de destacada autoridad. Además de esas opiniones profesionales, requerí la crítica de algunos alumnos de refinado sentido para estar más consciente aún de las expectativas de los lectores legos, que no viven la realidad interna de nuestro ambiente cultural.

Con esta censura *a priori*, espero ahorrar trabajo a los habituales cuestionadores y hasta alertarlos de que muchas cosas que no entiendan, o con las que no concuerden, puede deberse a una opinión personal suya o a un error de interpretación, pues el texto de esta obra ya fue macerado y apoyado por un buen número de censores exigentes y de opinión ponderada:

- Maestro Sérgio Santos, Presidente de la Federación de Yôga del Estado de Minas Gerais.
- Maestro Carlos Cardoso, Presidente de la Federación de Yôga del Estado de Bahía.
- Maestro Edgardo Caramella, Presidente de la Federación de Yôga de la Argentina.
- Prof. António Pereira, Presidente de la Federación del Sur de Portugal.
- Prof. Luís Lopes, Presidente de la Federación del Norte de Portugal.
- Prof. Renata Sena, Presidente de la Federación de SwáSthya Yôga de Francia.
- Prof. Joris Marengo, Presidente de la Federación de Yôga del Estado de Santa Catarina.
- Prof. Maria Helena de Aguiar, Presidente de la Federación de Yôga del Estado del Paraná.
- Prof. Nina de Holanda, Presidente de la Federación de Yôga del Estado de São Paulo.
- Prof. Ricardo Mallet, Presidente de la Federación de Yôga del Rio Grande do Sul.
- Prof. Roberto Locatelli, Presidente de la Asociación de Profesores de Yôga de São Paulo.
- Prof. Rosângela de Castro, en esa época Presidente de la Federación de Yôga de Río de Janeiro.
- Prof. Mário Ferreira, profesor de Lengua y Literatura de la Universidad de São Paulo –USP– coautor del libro *Introducción al SánscritoClásico*, que revisó el capítulo que rescata la pronunciación correcta de la palabra Yôga.

Mi reconocimiento desde el fondo del corazón a quienes revisaron, moderaron y, en cierta forma, avalaron lo que aquí está escrito.







## RESUMEN

### DE LO QUE VA ENCONTRAR EN ESTE LIBRO

Escribí este libro pensando en usted, que está ahora con un ejemplar en sus manos. Trate de disfrutarlo, ya que dio bastante trabajo y, además, ¡estaremos juntos por un buen tiempo durante la lectura!

Aunque no se interese por el Yôga, este libro contribuirá a su ilustración y cultura general, pues relata innumerables experiencias, viajes, encuentros con hombres notables y situaciones inauditas.

Si le gustan las crónicas, lea los capítulos *Los Árboles y las Piedras*, *Un viaje a los Himalayas* y *La leyenda del perfume secreto Kámala*. Si le gusta el drama, lea *Espiritualismo*, *El principio de la polémica* e *Historias de algunos cursos*. Si quiere reírse, lea *Cómo comencé a enseñar*, *Cuentos pintorescos* y *Reglamentación de la profesión*. Si quiere filosofía, lea *Tantra*. Ocultismo, lo encontrará en el capítulo *Magia* y en la extensa nota sobre *Egrégora*. Si procura aprender nuestra técnica y fundamentación, lea los capítulos *Qué es el SwáSthya Yôga* y *La mecánica del método*. Si desea aventuras, lea *Los viajes a la India*. Perplejidad, encontrará en *La Historia son sólo historias*. Pero lo ideal es leer los capítulos en el orden en que se van sucediendo.

En las próximas páginas conocerá cuál es nuestra propuesta, a qué público está destinada, qué tipo de Yôga enseñamos. ¡No deje de leerlas!

Una cosa quiero aclarar aquí mismo. Este no es un libro didáctico como *Yôga Avanzado*, en el cual enseñé técnicas corporales, respiratorios, mantras, meditación, relajación, etc. En este, la idea es sólo conversar un poco, distendidamente, con mis amigos. Contar algunos sucesos, registrar para la posteridad el trabajo realizado hasta ahora, definir parámetros para los que van a proseguir con nuestra obra en las generaciones futuras...

Ciertamente no le gustarán algunos fragmentos. No se intimide: saltéelos y continúe la lectura más adelante. Doble la página que no leyó, para volver a ella otro día. Como este trabajo fue escrito para decir “unas verdades”, el lector estereotipado de Yôga no quedará satisfecho con esa característica de la obra. Preferiría que el autor dijese que siempre está todo bien, que pintase todo con el color de rosa del mito. Lo siento mucho, pero esta vez se trata de un texto denunciante.

Para atenuar la impresión cáustica que esos pasajes puedan producir, le voy a dar un recurso: cuando alguna frase le incomode por la franqueza, recuerde que somos personas felices y no tenemos nada que reclamar de la vida. En ningún momento hubo amargura ni resentimiento al relatar los hechos que se denuncian en este libro. Quien ha escuchado esos relatos personalmente del autor, sabe que todo se dijo con actitud amena y hasta divertida, como ocurre cuando alguien cuenta a un amigo las dificultades del pasado y ambos se ríen de las situaciones embarazosas.

Un hábito de quien vivió del magisterio es decir las cosas más de una vez. Prepárese, porque realmente voy a repetir. Los asuntos que tengan poca importancia, los reiteraré unas dos veces. Los que tengan mayor importancia, más veces. Sólo le puedo prometer que haré lo posible para decirlos desde abordajes diferentes.

A veces, al escribir, me excedo en la elocuencia. Por eso quiero dejar bien claro que no deseo convencerlo de nada. Interprete mis palabras sólo como datos adicionales para su información. No cambie de opinión.

Repudio el proselitismo porque no me interesa tener gente poco lúcida a mi alrededor. Simplemente voy a exponer mis puntos de vista. Si sintoniza con ellos, caminaremos juntos. En caso contrario, habrá sido una experiencia más y nos separaremos enriquecidos. Tanto en un caso como en el otro, tendré satisfacción en recibir un *feed back* suyo. Será una manera de sentir que valieron la pena las madrugadas que pasé en vela, durante años, escribiendo, revisando y puliendo este libro para usted.

Pero si al finalizar la lectura nos hubiéramos identificado –¡qué bueno!– ambos habremos ganado un amigo del corazón y un buen compañero para esta fiesta que es la vida.

Bien, dé vuelta la página, que hay mucho papel por delante.





## POSICIONAMIENTO DEL AUTOR

### ACLARACIONES PARA QUIENES VALORIZAN LA TRANSPARENCIA

#### CUÁL ES NUESTRO PÚBLICO

Nos especializamos en un público joven, saludable, descontraído, culto y que está a gusto con la vida. Así son los practicantes de SwáSthya Yôga. Otras corrientes se han especializado en señoras, ancianos, niños, gestantes, espiritualistas, alternativos o en terapia. El tipo de trabajo que desarrollamos no es competente para atender las expectativas de esas personas. Entienda este procedimiento como especialización profesional y no como discriminación.

#### LA RAZÓN POR LA QUE NOS ESPECIALIZAMOS EN ESE PÚBLICO

Los adultos jóvenes, saludables y cultos son el público más refractario a adoctrinamientos y manipulaciones. Son, por lo tanto, personas inteligentes, en las cuales podemos confiar para la prosecución de nuestro trabajo. Queremos, también, precavernos a fin de que ningún detractor envidioso pueda jamás acusarnos de estar catequizando o manipulando a los alumnos que provienen de sectores más vulnerables (como acostumbran hacer algunos *enseñantes* que, por el contrario, prefieren exactamente a ese tipo de personas)<sup>1</sup>.

---

1 A QUIÉNES NO DIRIGIMOS NUESTRO TRABAJO:

**Niños:** es una responsabilidad muy grande trabajar con niños en cualquier área. En el Yôga es más problemático, pues las recomendaciones comportamentales podrían entrar en choque con las de los padres como, por ejemplo, si ellos tuvieran los hábitos del alcohol y del tabaco, que nosotros desaconsejamos. Además, un adulto está menos sujeto a accidentes. Los niños llegan a golpearse hasta dentro del propio departamento, con los padres a su lado. Sin embargo, aun si un adulto sufriera un

## NUESTRA PROPUESTA NO INCLUYE MISTICISMO, CULTIVA EL BIENESTAR Y LA ALEGRÍA DE VIVIR

Existen 108 ramas de Yôga e, incluso, la posibilidad de que cada una de ellas pertenezca a una de las cuatro grandes líneas, lo que podría llevar a más de 400 interpretaciones diferentes y divergentes, surgidas en culturas distintas, desarrolladas por varias etnias mutuamente hostiles ¡a lo largo de 5.000 años de historia india! De ahí las contradicciones entre escuelas y las controversias entre instructores. A lo largo de este libro vamos a procurar esclarecer una buena parte de esa babel. Antes de eso, sin embargo, nos interesa que usted sepa dónde se está metiendo.

Por la palabra *Yôga* la gente puede estar refiriéndose a muchas cosas, que no tienen nada que ver unas con las otras. Por eso es costumbre de los autores, desde la Antigüedad, iniciar sus textos por la conceptualización de lo que entienden por ese vocablo. Ésta es mi definición:

**Yôga es cualquier metodología estrictamente práctica que conduzca al samádhi.** Más tarde tendremos oportunidad de explicar eso mejor.

accidente, causaría menos conmoción. No podemos colocar a una escuela de Yôga en riesgo y, mucho menos, a un niño.

**Ancianos:** son más frágiles y propensos a sufrir algún problema en la sala de práctica. Además, no pueden acompañar las técnicas más eficientes, lo que obliga al instructor a restringirse a una clase del tipo "agua con azúcar". Esto desmotiva al profesional y no tiene efecto alguno. Finalmente, el anciano ya fumó o bebió o mantuvo otros hábitos perjudiciales durante sesenta o setenta años. Eso compromete seriamente los resultados de este método. Además, es muy raro encontrar un anciano que no esté también enfermo. El propio autor, que escribe estas palabras, brevemente será bisabuelo (¡por lo tanto, está excluida la posibilidad de que cometa discriminación!) y, aun con la práctica de Yôga, observa en su cuerpo las mudanzas biológicas naturales de esa franja de edad.

**Enfermos:** son personas que necesitan desesperadamente aliviar su sufrimiento y se aferran a una esperanza de cura. Son vulnerables a las promesas de los charlatanes y no queremos que ningún instructor de nuestro método se inmiscuya en ese territorio. Otro factor de riesgo es que pueden sufrir un malestar en cualquier momento, en cualquier lugar. Si un anciano o un enfermo muere dentro de un ómnibus, no pasa por la cabeza de nadie querer procesar al conductor o pedir una ley que prohíba circular a los ómnibus. Pero si fallece en una clase de Yôga, no tenemos dudas de que podrán querer acusar al profesor o al propio Yôga.

**Gestantes:** también constituyen una gran responsabilidad, especialmente en una sociedad cargada de desinformación y preconceptos. Si la gestante pierde el niño, nadie va a reconocer que fue por cualquier otro motivo, como por ejemplo haber montado a caballo la víspera. Van a acusar al Yôga. Y nosotros no queremos dejar margen para que nadie ataque a nuestra profesión.

**Espiritualistas:** son personas buenas, que tienen una tendencia a creer. No queremos personas que crean en lo que estamos enseñando. Queremos personas que sepan, que conozcan, que estudien, que tengan un acervo de documentación y fundamentación suficiente para tomar en serio nuestras propuestas.

Nuestro linaje es naturalista, técnico, sensorial y desrepresor. Su denominación ortodoxa en sánscrito es Dakshinacharatántrika-Nirishwarasámkhya Yôga. Eso quiere decir que rechazamos el misticismo, cultivamos el cuerpo y enaltecemos el placer, el confort, el bienestar y la libertad. Celebramos la desconstrucción, la alegría, la sexualidad sana, la prosperidad, el éxito socio-económico. Execramos la represión, la alienación y los lavajes cerebrales perpetrados por unas cuantas corrientes que se declaran afines al Yôga, aunque en realidad no lo sean.

Nuestra estirpe es la más antigua. Seguimos la tradición preclásica, pre-aria, pre-védica y protohistórica. Por ser la más antigua, la consideramos como la más auténtica. De cualquier forma es, de lejos, la más completa que existe. Por eso el SwáSthya Yôga es calificado como el Yôga Ultra-Integral.

Vamos a tener que abordar todos los aspectos de nuestro trabajo, que incluye el desenvolvimiento de chakras, kundaliní, siddhis y la adquisición de estados de conciencia como el samádhi, que conduce al autococonocimiento. Sin embargo, por una cuestión de coherencia con nuestras raíces, ninguno de esos temas tendrá connotación espiritualista<sup>2</sup>.

Además, para evitar falsas imágenes muy explotadas por los charlatanes, vamos a clasificar nuestro trabajo como Yôga no espiritualista, a pesar de ir mucho más allá. En la esfera corporal, siguiendo la misma línea de razonamiento, no trabajamos haciendo terapia. Es un hecho consumado y de conocimiento público que el Yôga en su fase inicial tiene un poderoso efecto sobre la salud, que puede fácilmente conducir a una interpretación terapéutica. Cuestión de opinión. Respetamos a quien defiende ese punto de vista, pero preferimos no adoptarlo.

### **SOMOS CONTRARIOS A LAS SECTAS**

Desaprobamos el sectarismo porque compromete el sentido crítico, la capacidad de juicio y la libertad de acción del individuo. Nuestros alum-

---

<sup>2</sup> No confunda espiritualismo con espiritualidad. La espiritualidad es un patrimonio del ser humano. El Yôga de cualquier modalidad, siempre que sea auténtico, desenvuelve la espiritualidad. Espiritualismo es la institucionalización de la espiritualidad, o el sistema que toma por centro el espíritu en contraposición a la materia, basándose en el concepto de la dicotomía entre cuerpo y alma como cosas separadas y oponentes.

nos y lectores son personas cultas, educadas, que han leído y viajado. En suma, personas maduras y lúcidas. Eso es una verdadera vacuna contra las sectas, sean de cuño espiritual, político o cualquier otro.

Pleno de coherencia, nuestro Axioma Número Uno declara lacónicamente: **No crea.** No crea en mí y no crea en el que habla contra mí. No crea en la propaganda, ni en las noticias que llegan por los periódicos. No crea en la información más honesta, transmitida por la persona más sincera, pues aun esa sufrió distorsión. Porque todas las “verdades” son relativas a una óptica particular, que depende del observador. Todas las afirmaciones aureoladas como verdades, sufrieron las distorsiones de cultura, las neurosis y los intereses (aunque inconscientemente) de los que las aceptan como reales.

El adoctrinamiento no funciona para nuestra propuesta. Las personas proclives a aceptar catequesis, de quienquiera que sea, no son nuestro público. No queremos entre los nuestros el síndrome de rebaño. Solemos decir que no somos ni siquiera ovejas negras, pues no admitimos siquiera ser ovejas. Es preciso saber pensar libremente. Ser libre al pensar no es sinónimo de cuestionar compulsivamente. También por eso no somos ovejas –ni negras– pues no estamos cuestionando la forma de vivir de los otros. Somos adeptos a la diversidad de opciones y a la libertad de elección.

El hecho de que no profesemos ningún credo, no preconicemos ninguna terapia y no ofrezcamos ningún beneficio, protege nuestra propuesta cultural contra cualquier eventual tendencia al equívoco. Me refiero al hecho de que el ser humano carga en su código genético un error de proyecto que lo induce a crear religiones, sectas, fundamentalismos y fanatismos. Sólo puede tratarse de un error de proyecto. No me entienda mal: no estoy criticando las religiones. Sólo estoy observando una tendencia de toda la humanidad. Por eso, cuando la religión fue prohibida en la extinta Unión Soviética, inmediatamente la sustituyó el culto a Stalin.

La gente es así, necesita rendir culto alguna cosa o persona, aun bajo la protesta del objeto de ese culto. Así ocurrió con Buddha, que pregonó una antirreligión y, en cuanto hubo muerto, sus discípulos hicieron de su filosofía una religión.

**UN NUEVO CONCEPTO MÁS SELECTIVO Y MENOS COMERCIAL**

Difícil de entrar, fácil de salir, pocos alumnos por clase, proceso selectivo de admisión, *tests* mensuales, todo esto hace de la Universidad de Yôga una escuela diferente de las otras.

Las diferencias no terminan ahí. La escuela que fundé, entre otras cosas, es también la única entidad de enseñanza de Yôga que no trabaja poniendo el foco en los beneficios. No niego que estos existan, pero declaro abiertamente –en mis libros, en nuestra revista y en la entrevista a los aspirantes a alumnos– que preferimos que procuren nuestro método por vocación y no en busca de beneficios. Al fin de cuentas, el Yôga es filosofía, no terapia. ¿Zen? ¡Ni pensar! Nuestros alumnos e instructores no aceptan ese rótulo.

Entonces, no es posible pensar que DeRose, que está en el magisterio del Yôga hace casi medio siglo, use los mismos estereotipos aplicables a las demás corrientes. Nuestro trabajo es diferente. Por ese motivo, los que no comprenden nuestro posicionamiento hacen críticas contradictorias y que se anulan entre sí. Al mismo tiempo, acusan a la Universidad de Yôga de tener una política de democratización excesiva por la gran difusión que hace del Yôga, y por otro lado la acusan de ser muy cerrada, selectiva y elitista. ¿Al fina de cuentas, es una cosa o la otra? En realidad, ninguna de las dos.

### UNA PROPUESTA NO MERCANTILISTA

Un sistema que adopte salas pequeñas, pocos alumnos por grupo, que no ofrezca beneficios, que sea el único que selecciona a los aspirantes, cuyo *site* en internet no venda nada y en cambio permita *free download*, MP3 y *webclasses*, todo gratuito, no puede ser considerado comercial.

Tampoco defiendo postura elitista alguna, pues mi método está abierto a personas de todos los sexos, credos, etnias y nacionalidades. La Uni-Yôga, como cualquier universidad, dirige su divulgación al público joven, ya que es el que mejor se ajusta a su estructura y, como cualquier universidad, tiene el derecho de realizar un proceso selectivo antes de aceptar la matrícula de los aspirantes.

Eso no significa que rechazemos a quien tiene más edad. Cerca del 10% de nuestros alumnos están en la faja de los 50 a 60 años. Usted puede practicar con nosotros, cualquiera sea su edad.

El hecho es que nadie queda sin ser atendido. Independientemente de cualquier pago, todos los interesados reciben gratuitamente un libro o CD-ROM para su mejor información. Conclusión: nuestro trabajo es el más profesional, sí, pero el menos comercial, sin duda.

Cuando los demás profesionales del Yôga y de la Yoga se declaran opositores a la Uni-Yôga, están cometiendo un craso error. Es que la Universidad de Yôga no trabaja con el mismo público, ni tiene el mismo objetivo, por lo tanto, no es oposición.

Actualmente, **www.uni-yoga.org** es el *website* de referencia del Yôga e indica las direcciones de cerca de mil instructores de diversas líneas de Yôga, Yoga y Ioga, que no son parte de la Uni-Yôga. Luego, no somos oponentes, sino colegas y compañeros, trabajando lado a lado, aunque con objetivos diferentes y públicos distintos.

#### **NO TRABAJO CON SISTEMA DE FRANQUICIA, NO COBRO ROYALTIES Y SÓLO TENGO UNA ESCUELA**

No trabajo con el sistema de franquicia. Utilizo el sistema de acreditación de entidades autónomas. Las Sedes Acreditadas (escuelas, núcleos culturales, asociaciones, federaciones) son todas autónomas y cada cual tiene su propietario, director o presidente. Esas entidades autónomas no pagan nada a DeRose, no tienen ningún vínculo jurídico, administrativo, fiscal, comercial o trabajista con DeRose.

Entonces, ¿qué gana DeRose con ellos? La dignidad y el buen nombre valen más que el dinero. Se trata de un acuerdo de caballeros. Los acreditados nos proporcionen un trabajo serio, que beneficia el nombre; en retribución tienen el derecho de usar en sus productos la misma marca, que es la más respetada en el Brasil y principalmente fuera de él. Eso genera un círculo virtuoso que acaba por beneficiar a todos y estimula a la opinión pública a buscar la enseñanza de nuestra Cultura en establecimientos serios y en buenos libros.

DeRose sólo tiene una sede, en la Alameda Jaú 2.000, en São Paulo. Llevan el nombre DeRose las entidades (escuelas, núcleos, asociaciones, espacios culturales, federaciones) que reconocen la importancia de nuestra obra y que acatan la metodología propuesta por nosotros. Es como la red mundial de escuelas Montessori. Son miles, pero no por eso alguien

podría suponer que son filiales o franquicias de la profesora María Montessori.

### ACCIONES SOCIALES Y FILANTROPIA

Tiempo atrás tuve una idea. Contamos con más de cincuenta mil alumnos matriculados y más de un millón de alumnos informales a distancia, que estudian por internet, por mis libros, videos y CDs. Eso representa un ejército que, si es bien dirigido, puede prestar inestimables servicios a las comunidad.

Considerando solamente a los alumnos formalmente matriculados, si cada uno donara un real por mes podríamos construir varias casas populares todos los meses para las poblaciones carenciadas. ¡Podríamos construir un hospital o una escuela todos los años! Pero luego advertí que, aunque era lindo, ese ideal podría volverme vulnerable ante los opositores por el hecho de involucrar dinero. Entonces opté por otra forma de ayudar a los desvalidos. Comencé a alentar a nuestros instructores y alumnos a que se comprometieran en todas las campañas nacionales, estatales y municipales, como la Campaña del Abrigo, Navidad sin Hambre y la ayuda voluntaria a entidades de asistencia de su barrio y de su ciudad. Así, sin manipular dinero, generamos una participación relevante en acciones sociales que ya existen. Cultivando el instinto de ayudar, nuestros alumnos comienzan a tener la iniciativa propia de efectuar donaciones, así como visitar orfanatos, asilos y otras instituciones para colaborar en lo que sea posible.

En Portugal, nuestras escuelas destinan una parte de la mensualidad de cada alumno para la Unicef de la Unión Europea, lo que nos valió una medalla de esa entidad. En el Brasil, curiosamente, la Unicef no se interesó. No tiene importancia. Ayudaremos a otras instituciones que realmente lo precisen, como Care Brasil, de la cual tuve el privilegio de ser uno de los fundadores, y otras.

### UNA CUESTIÓN DE PARADIGMA

Luego de casi cincuenta años de trabajo en esta área de enseñanza, llegué a la conclusión de que cuando usamos el término “Yôga”, la gente entiende cualquier cosa, menos Yôga. Es como si, al usar la palabra mágica *Yôga*, el usuario aplicara un *drive* defectuoso para leer el archivo.

Para que el interlocutor entienda –más o menos– lo que estamos diciendo, tenemos que pedirle que sustituya la palabra *Yôga* por otra como *ballet*, *violín*, *pintura*, *escultura*, *aikido*, *capoeira*, *golf* o *gimnasia olímpica*. Entonces nos mira con la indisimulable perplejidad de quien se acaba de despertar y, si es inteligente, se da cuenta de que estaba siendo preconceptuoso en sus interpretaciones anteriores.

Eso ocurre cuando alguien pregunta: “¿Pero qué es el Yôga?” Ahora, ¿alguien preguntaría qué es el golf? Sin embargo, se sabe tanto sobre ese deporte como sobre nuestra filosofía. ¡O sea, nada! A pesar de eso, nadie pregunta qué es golf. ¿Entonces, cómo puede tanta gente preguntar sistemáticamente qué es el Yôga, si hace más de medio siglo que ese tema está siendo abordado en todas las revistas, periódicos y emisoras de televisión?

“¿Para qué sirve el Yôga?” Ahora, ¿alguien preguntaría para qué sirven el tenis, la danza de salón, la pintura, la escultura? Basta sustituir la palabra *Yôga* por el nombre de alguna otra disciplina, arte o modalidad deportiva y vemos que el *drive* estaba realmente defectuoso y leía mal el contenido del archivo.

Un fenómeno idéntico se verifica cuando alguien se indigna al leer que el Yôga es para gente joven (note bien: yo no insinué que los más viejos estén impedidos de practicar, sino solamente que no dirigimos nuestro trabajo a la tercera edad). Sin embargo, si sustituimos la palabra *Yôga*, nadie se sorprende de que se diga, por ejemplo, que la gimnasia olímpica es para gente joven.

La disciplina y la reverencia observadas en una escuela de Aikido son muy semejantes a las que se preconizan en una escuela de Yôga. Pero si el ambiente es de Yôga, esas actitudes son tachadas de misticismo. En el ámbito de las artes marciales, en cambio, las mismas actitudes son admiradas y elogiadas como ejemplos de seriedad, orden y buen comportamiento.

El Maestro de Capoeira es respetado en su título, pero el Maestro de Yôga tiene que soportar las insolencias de ciertas personas que se sienten incomodadas con el nombre de su profesión, su grado legítimamente conquis-

tado; personas que se rehúsan con petulancia a concederle el mismo tratamiento que dan a un Maestro de Jangada o a un Maestro de Karate.

A veces, en las instituciones de Yôga se hacen cuestionamientos o reclamos que no tendrían cabida en una escuela secundaria, en un curso de inglés o en una academia de musculación. Hay actitudes perpetradas por la opinión pública que no serían admisibles en ningún otro ambiente, pero tratándose de Yôga todos las consideran normales. Una vez una persona entró en un establecimiento de Yôga, pidió un libro, agradeció y ya estaba saliendo cuando la recepcionista la llamó para recordarle que se había olvidado de pagar el ejemplar.

—¡Qué! ¿Hay que pagar?

—Claro.

—¿Pero aquí no dan Yôga?

—Una cosa no tiene nada que ver con la otra. Usted se está llevando un libro que tiene su costo, fue adquirido a la editorial y está aquí para ser vendido.

—No puedo creer que no me va a dejar llevar el libro.

—¿Está bromeando, no?

—¡Ah! ¡Ustedes son muy comerciales! Quédense con el libro. No quiero saber nada más de este Yôga y voy a hablar mal de ustedes con todo el mundo.

Sí, usted me dirá que esa persona está psíquicamente perturbada. De acuerdo. ¿Pero por qué ese mismo personaje no adopta una actitud así en una academia de gimnasia aeróbica o en un curso de inglés? Lo más chocante es que ese “todo el mundo” a quien cuenta esa historia, siendo público de Yôga, le dará la razón y creará que actuó mal el establecimiento que no le permitió llevarse el libro sin pagar.

Una de las circunstancias más surrealistas es que la prensa venga a entrevistarnos sobre Yôga y no nos deje hablar de Yôga. Quiere que respondamos preguntas sobre amenidades, celulitis, terapia, misticismo, religión, zen y todo lo que no es Yôga. Cuando comenzamos a disertar sobre el fascinante y expresivo universo del Yôga como una cultura abarcadora

que está concitando el interés de millones de jóvenes en tantos países, proporcionando refinamiento, perfeccionamiento personal y evolución interior, bien... entonces el periodista no escribe nada de lo que declaró el entrevistado y completa las lagunas por cuenta propia con los lugares comunes que le encargó su jefe editorial)

La gente en general entiende por Yôga algo que el consumidor hace dentro de la sala de una academia: unos respiratorios, unas técnicas extravagantes, unas relajaciones. Yo entiendo por Yôga toda una **cultura** mucho más abarcadora, que incluye todo lo que hagamos en el trabajo, en el deporte, en los estudios, en el arte, en las relaciones afectivas, en las relaciones sociales, en la alimentación y en los hábitos de vida. Entonces, cuando aludo al Yôga, no me estoy refiriendo a lo mismo que escucha mi interlocutor. Siendo así, si la gente entiende por Yôga otra cosa, la solución es evitar ese término para minimizar los malentendidos. ¿Cómo llamar, entonces, a eso que yo llamo Yôga, pero que la población no entiende de esa forma? Decidí denominar provisoriamente esa filosofía como “**Nuestra Cultura**”.

### NUESTRA CULTURA – MÉTODO DeROSE

Los aspirantes, cuando me buscan, no están interesados en paliativos para enmascarar las molestias triviales de la vida diaria. Les interesa absorber una **cultura**. Según el *Diccionario Houaiss*, **cultura** significa, entre otras cosas: *conjunto de padrones de comportamiento, creencias, conocimientos, costumbres, etc. que distinguen a un grupo social*. Pues bien, Nuestra Cultura es una reeducación comportamental que contempla especialmente la capacidad de establecer buenas relaciones entre los seres humanos y todo lo que pueda estar asociado con eso (por ese motivo se sugirió que nuestra profesión se denominase *socio-humanismo*).

Escribo sobre varios temas: comportamiento, ficción, buenas maneras, cuentos, culinaria, biografía, filosofía, etc. A quienes me leen y asisten a mis clases, los incentivo a reeducarse para que ser personas mejores, más refinadas, más civilizadas, más cultas, que viajen, que perfeccionen incluso su lenguaje y sus buenas maneras. Sugiero una revolución comportamental, proponiendo una forma más sensible y amorosa de relacionarse con la familia, con el compañero afectivo, con los amigos, con los subor-

dinados y con los desconocidos. Recomiendo que eventuales conflictos se solucionen con elegancia, sin confrontaciones. Por añadidura, enseño cómo respirar mejor, cómo relajarse, cómo concentrarse y cultivar la calidad de vida, proporcionando condiciones culturales y sociales para que los jóvenes se mantengan lejos de las drogas, del tabaco y del alcohol. Todo eso junto, en último análisis, conduce al autoconocimiento.

Esta propuesta selecciona el público más afecto a la cultura y hace alusión al hecho de que no enseñamos apenas algunas pavaditas, cosas de saltimbanquis, como entienden algunos, sino que **enseñamos una cultura**. Como efecto colateral benéfico, hemos quedado ligados al Ministerio de Cultura y no al Ministerio de Educación. En una reunión que tuve en Brasilia con el ministro Gilberto Gil, él me dijo una frase memorable: “*Conocimiento es con el Ministerio de Educación. Autoconocimiento es con el Ministerio de Cultura*”, lo que es nuestro caso.

#### **A LO LARGO DE 5.000 AÑOS PUEDE HABER MUCHA DETURPACIÓN**

El Yôga tiene 5.000 años de existencia. En esos cinco milenios, fue desvirtuado sucesivas veces. Hagamos una comparación. Estamos en el siglo XXI de la era cristiana. Muy bien. Existe una lucha llamada *capoeira*, que es legítimamente brasileña. Tiene sus raíces en tradiciones africanas, pero nació en nuestro país. Dentro de algunos años, la Amazonia será invadida con el pretexto de ocuparla para salvar ese patrimonio de la humanidad de las manos de los latinoamericanos irresponsables que la están destruyendo (digamos, de paso, que la mayoría de las madereras que actúan en la región pertenecen a extranjeros).

Invaden el Brasil, que –tal como los drávidas que vivían en la India hace cinco mil años– no tiene tradición guerrera. Los invasores sí tienen una historia de guerras, conquistas e imperio, como los sub-bárbaros arios que invadieron la India y cometieron la primera gran desnaturalización del Yôga.

Tal como ocurrió con el Imperio Romano, que iba incorporando otras culturas (al absorber del Lacio el latín, de Grecia la arquitectura, la escultura, la mitología, etc.), ese nuevo imperio absorbe la Capoeira. En poco tiempo –digamos, un siglo– la clasifican como danza (“*al fin y al cabo, ¿no están danzando?*”). Y la reestructuran, pues eso de golpear atabales y

tocar un instrumento de cuerdas de una sola cuerda es muy primitivo. Eliminan los tambores y sustituyen el birimbao por la guitarra electrobioplásmica, con acompañamiento de “sincretizador” (que reemplazará a la computadora, aquella máquina primitiva que vivía “colgándose” y contagiándose virus).

Pasan mil años. Allá por el año 3000 de la era Cristiana, se produce otra invasión. El Brasil es ocupado por una tercera etnia y nuevos Maestros de Capoeira introducen una codificación que la define como religión (“*al fin y al cabo, ¿no se santiguan antes de jugar?*”). Una danza religiosa, una danza ritual. Surgen monasterios, templos e iglesias del culto capoeirista. Esa vertiente pasa a ser conocida como Capoeira Clásica.

Pasado otro milenio, en torno del año 4000, ya no se habla la misma lengua, ni habita este territorio el mismo pueblo. Sorprendentemente, la Capoeira ha sobrevivido y tiene realmente un sólido sistema cultural que la preserva. Sólo que ahora, después de algunos concilios, decidieron que la Capoeira es una forma de terapia. Pasó a ser una danza espiritual terapéutica.

Transcurre un milenio más. Estamos allá por el año 5000 d.C. Nadie se acuerda ya de sus orígenes. Crean mitologías. Surgen versiones que niegan que la Capoeira haya surgido en una nación mítica llamada Brasil, que habría existido hace tanto tiempo que cayó en el olvido. Algunos eruditos aseguran que la Capoeira fue creada por los negros esclavos, pero la etnia entonces dominante lo niega perentoriamente y amenaza con castigar a quien se atreva a insistir en ese embuste subversivo. La Capoeira es institucionalizada como una práctica para la tercera edad. Se transforma en una danza espiritual terapéutica para ancianos.

Otros mil años transcurren. Estamos ahora en el año 6000 de la era Cristiana. Todas las evidencias de una civilización latinoamericana han desaparecido, borradas intencionalmente por los científicos y religiosos de ese nuevo período histórico. La opinión pública de entonces decide que la Capoeira es para mujeres, que es óptima para la TPM, la gestación, las arrugas, la celulitis, las várices, y que rejuvenece. La Capoeira pasa a ser clasificada como una danza espiritual, terapéutica, para ancianos y para mujeres. Quien afirme que la Capoeira legítima es una lucha, destinada a personas jóvenes y saludables, es acusado de discriminar a los enfermos,

los ancianos y las mujeres; es acusado de ser polémico; es perseguido y severamente castigado con la difamación, la execración y amenazas de muerte.

Bien, en el caso de la Capoeira, sólo abordamos cuatro mil años de deturpaciones, del año 2000 al año 6000 d.C. En el caso del Yôga tenemos que computar un milenio más de distorsiones, ya que esa filosofía cuenta con cinco mil años de existencia.

¡Oh! ¡Cielos! ¿Dije *filosofía*? Fue sin querer. Lo juro. Quise decir *una terapia mística para enfermos, mujeres y ancianos*.

### ¿PERO CÓMO ES EN LA INDIA?

Viajé a la India durante veinticuatro años. Frecuenté varios tipos de establecimientos, desde las escuelas hasta los monasterios, de los más serios a los que ya estaban contaminados por el consumismo occidental, y noté las diferencias. Pero en todos ellos ocurría un mismo fenómeno. Los alumnos indios entraban en la sala de clase con cara normal y ropa normal, muchas veces practicando en pantalón y camisa. Los occidentales, en cambio, parecían un bando de alucinados que se destacaban de los hindúes por ser los únicos vestidos con “ropa india”, es decir, el equivalente a aquellas camisas hipercoloridas y llenas de flores que usan los turistas extranjeros en el Brasil creyendo que aquí el pueblo se viste de esa manera. ¿No se darán cuenta los gringos de que ningún brasileño usa esas camisas aparatosas, o que ningún indio se viste con “ropa india” (especialmente las famosas “faldas indias”, que no usa ninguna mujer en la India)?

Durante la clase de Yôga, los hindúes mantienen una fisonomía de personas perfectamente normales, sonríen, interactúan con los compañeros y con el instructor, a veces hasta hacen bromas. Los occidentales, por el contrario, están muy taciturnos, con cara de santo cristiano y, a veces, babean un poco.

Frecuentemente, los instructores que llevé en mis viajes para conocer el verdadero Yôga de la India, observaron:

–DeRose, ¿vio que los occidentales ponen cara de locos cuando entran en una sala de Yôga, y que los indios tienen una expresión normal, como nosotros los de SwáSthya?

Así es. Ahí está la clave de la cuestión. El occidental va a la India, mira, pero no ve. Oye, pero no escucha. Tanto, que vuelve pronunciando /shoga/, aunque todos allá pronuncien /Yôga/, con sonido consonántico en la y. Es una cuestión de paradigma. El occidental se metió en la cabeza que el Yôga tiene que ser de una determinada forma. Después viaja a la India y no se da cuenta de que allá es diferente del clima cristianizado, *natureba* y *alternativoide* que se divulga en Occidente.

Una de las fantasías es que en la India –y en las escuelas de Yôga de ese país– sólo se come pan integral, arroz integral, azúcar integral y otras modas occidentales. Sólo que no es así. En las escuelas de Yôga se come muy bien, se disfruta de una comida deliciosa, bien condimentada y, por lo demás, normal. Una vez, una persona que estaba en nuestro grupo pidió arroz integral al mozo del restaurante en Nueva Delhi. El empleado le trajo arroz blanco. La brasileña lo hizo volver y le indicó con más énfasis:

–Mire, yo quiero arroz integral, ¿entiende? ¡Arroz in-te-gral!

El pobre volvió con otra porción de arroz blanco. Al ver que no había agrado, le explicó:

–*Madame*, yo mismo elegí los granos. Están todos enteros, no hay ninguno roto...

En la actualidad ya existen algunos establecimientos con opciones integrales para atender a los turistas, así como ya existen escuelas de Yôga para satisfacer los devaneos de los que pagan bien para que les vendan lo que ellos quieren comprar, o sea, aquello que el occidental piensa que es el Yôga. “*Eppur, non è!*”

### CONCESIÓN A UNA PIZCA DE VEHEMENCIA

Tengo conciencia de que mi discurso es muy categórico. Tengo buenas razones para eso. Sin embargo, no es mi intención agredir u ofender a nadie. A nosotros, brasileños y latinoamericanos, se nos puede permitir cargar un poco las tintas cuando nos referimos a nuestro valor. Tomamos esa libertad para contrarrestar la actitud internacional con relación a nuestro país y a la América Mayoritaria, llamada Latina. De eso tenemos un doble orgullo, primero porque fueron los latinos los que difundieron el latín, lengua noble del Occidente; segundo, porque si sumamos los habitantes de América del Sur, del Centro y la porción ocupada por México en

América del Norte, tendremos lo que llamo América Mayor, con un número indiscutible de habitantes (cerca de mil millones, un quinto de ellos en el Brasil), un mercado que merece respeto, una enorme riqueza mineral, florestal y agropecuaria capaz de alimentar al mundo entero.

### **POR QUÉ EL MÉTODO DeROSE ES TAN RESPETADO EN EL EXTERIOR**

Conseguí invertir el flujo en las corrientes de transmisión del conocimiento. Durante siglos, el Brasil sólo tuvo el privilegio de comprar cultura. Nunca de transmitirla.

Pues bien: la Universidad de Yôga fue la primera entidad cultural brasileña que exportó cultura a Europa, sistemáticamente, durante décadas. Desde 1975 dicto cursos en países europeos, que se están intensificando cada vez más. Gracias a la Uni-Yôga los brasileños que viajan al exterior experimentan el gustito sin precedentes de entrar hablando en portugués en nuestros afiliados de Francia, Inglaterra, España, Alemania, Italia, Bélgica, Estados Unidos... Hasta entonces, siempre habíamos precisado hablar inglés para ser entendidos allá.

Para cerrar negocios con otros países, los empresarios brasileños siempre tuvieron que hablar inglés, ¡incluso para contratos firmados en el Brasil! Una falta de respeto increíble. Pero yo, aunque hablo cuatro lenguas, siempre hice negocios en el exterior hablando portugués.<sup>3</sup> Mis clases, conferencias y noches de autógrafos en Europa son en portugués, con traducción simultánea a veces a seis lenguas. Eso es inédito. Se lo debemos a la Universidad de Yôga y no a otras áreas académicas. Ni a la Física, ni a la Ingeniería, ni a la Arquitectura, ni al Derecho, ni a la Medicina, sino al Yôga.

Pero, ¿por qué nosotros? Bueno, **¿y por qué no?** ¿Será ese cuestionamiento un resquicio de los complejos de inferioridad propios de una ex colonia?

Lo curioso es: ¿cómo llegó a ser la América Latina la cuna de ese cambio de rumbo y de ese rescate histórico, que este libro representa bien?

---

<sup>3</sup> Con excepción de los países que son nuestros compañeros de infortunio latinoamericano y merecen que hable en español.

La respuesta es simple. En la década del 70 del siglo pasado, introduje el Yôga en las universidades federales, estatales y católicas de muchos estados de nuestro país como curso de extensión universitaria para la formación de instructores. Eso marcó la diferencia, ya que los estudiantes empezaron a tomarse mucho más en serio su preparación. Antes, era el mismo profesor, la misma materia, los mismos libros, pero nadie se dedicaba, ni estudiaba, ni acataba los tests mensuales, ni hacía los trabajos escritos. Una vez que introduje el Yôga en las universidades, continuaba siendo el mismo profesor, la misma materia y los mismos libros, pero ahora todos se dedicaban, estudiaban, acataban los tests mensuales y hacían los trabajos escritos. ¿Cuál era la razón de ese cambio de actitud? Los alumnos me respondían cándidamente: “Ah, profesor, ahora es Universidad, ¿no?”

Como los cursos de formación en los otros países no entraron en las universidades (a no ser los que hice introducir en Portugal y la Argentina), eso, en casi cuarenta años de generaciones sucesivas de profesores cada vez mejores, tuvo como consecuencia un salto evolutivo que ubicó a los brasileños entre los mejores profesionales del área en el mundo, seguidos por los portugueses y argentinos. Estamos más de doscientos años al frente de la mayor parte de los países autodenominados como “Primer Mundo”. En casi todos ellos la formación profesional se procesa en un *week-end*. Ahora, ¿qué calidad puede tener un *Yôga teacher* que entra como alumno el sábado y sale como profesional el lunes? Si no lo cree, lea los anuncios de los mencionados cursos en las revistas del área que se publican en el exterior.

Otro efecto lateral de la buena formación de nuestros profesionales fue que en el Brasil, en mis casi cincuenta años de lucha por la reglamentación, pasamos a contar con una infraestructura de exámenes, documentación, supervisión, ética, federaciones, confederación y Sindicato Nacional de Yôga como no existe en ningún otro país.

Esa victoria gana aún más relevancia porque sabemos que el bloque de los países más ricos insiste en mirarnos de soslayo. Sólo como ejemplo de nuestro derecho a la indignación, ilustraré con un caso verídico.

Tuvimos un filósofo brasileño, fallecido en la década del 80, que era un verdadero genio. Su nombre, Huberto Rohden. Cuando joven estuvo en Alemania y, en esa época, escribió un libro de filosofía en alemán impe-

cable. Envió la obra a un editor, que la aceptó *incontinenti* y mandó llamar al autor para firmar el contrato de edición. Pero en cuanto Rohden abrió la boca, el editor se dio cuenta de que era un brasileño y se echó atrás, rehusándose a editar el libro. “De los brasileños nosotros no compramos cultura. Sólo café.”, dijo el prejuicioso editor.

Sin embargo, con la Universidad de Yôga, con el Método DeRose, logramos revertir ese estado de cosas y el mundo acepta escucharnos y aprender con nosotros, porque tenemos el mejor *know how* de Yôga técnico del mundo. No es vanidad. Es un orgullo sano que quiero compartir con usted, estimado lector, y con todos los brasileños.

Cuando llegué al primer millón de libros vendidos, noté que mi trabajo estaba teniendo aceptación de una relevante mayoría.

Por todo lo que acabo de exponer, por la justa y legítima indignación, reivindico el derecho a una pizca de petulancia en mi discurso. Es intencional y pedagógica.

A pesar de la tónica de desmitificación y del carácter categórico de mis afirmaciones, espero despertar en los lectores sólo sentimientos positivos.

En fin, todo eso y mucho más va a descubrir usted en este libro. Saboréelo con sensibilidad, penetre en sus entrelíneas y navegue conmigo por las peripecias de una vida dedicada al magisterio y a la cultura.





## LOS ÁRBOLES Y LAS PIEDRAS

Había una vez un niño lleno de ideas extrañas. Le parecía que el infinito era pequeño y que lo eterno era corto. Conversaba con los Árboles y con las Piedras, y se emocionaba con ellos, por la magnitud de lo que le contaban. Un día los árboles le dijeron:

—¿Sabes? En nuestro Universo cada uno de nosotros cumple lo que le cabe, por la satisfacción de hacerlo así. Ninguno de nosotros se exime de su parte. Los humanos pasan sus vidas haciendo sólo cosas que les resultan en tensiones, infelicidad y enfermedad. No hacen lo que realmente quisieran. Caen en el cautiverio de la civilización, trabajan en lo que no les gusta para ganarse la vida y la pierden, en vano, al no hacer nada bueno. Por eso se vuelven malhumorados, envejecen y mueren insatisfechos. Procura vivir feliz como nosotros, pues nos alimentamos, respiramos y nos reproducimos de acuerdo con la Naturaleza. Así, cuando morimos, en realidad continuamos vivos en nuestras semillas y crecemos de nuevo. Ve y enseña esto a los que, como tú, pueden escuchar nuestras palabras. Harás feliz a mucha gente, libre de la esclavitud de la hipocresía.

El niño aún era pequeño para comprender la magnitud de lo que le proponían los árboles, pero estuvo de acuerdo en llevar ese mensaje a los hombres. Pero las Piedras, que hasta entonces se habían mantenido muy quietas, comenzaron a hablar ¡y dijeron cosas aterradoras!

Una Piedra mayor y cubierta de musgo, lo que le confería un aire anciano y sacerdotal, tomó la iniciativa y habló profundamente, despertando un eco dentro de su alma:

—No, no debes cometer la imprudencia de llevar a los hombres el mensaje de los Árboles. Nosotros somos Piedras frías y fríamente juzgamos. Es-

tamos aquí hace más tiempo que ellos y hemos visto el transcurso de esta pequeña Historia Universal de los humanos. Antes que tú, muchos recibieron ese mensaje y el encargo de recuperar la felicidad que los homínidos perdieron al ignorar las leyes naturales. Todos cuantos intentaron ayudar a la humanidad fueron perseguidos, difamados y martirizados. Cada uno conforme las costumbres de su época: crucificados en nombre de la justicia, quemados en plaza pública en nombre de Dios, y tantos otros martirios por los cuales tú mismo ya has pasado varias veces y lo olvidaste... Hoy piensas que no corres más peligro y aceptas intentar otra vez. ¡Cuánta falta de sentido! Cuando comiences a decir las cosas que te transmitieron los árboles, primero van a intentar comprarte. Si no sucumbes al tintinear de los treinta dineros, entonces será preciso que seas realmente fuerte para permanecer de pie, pues empezarán a agredirte de todas las formas.

Pero el niño respondió prontamente. Tomó una rama en una de sus manos y una piedra en la otra, y gritó:

—Este es mi cetro. Y este, mi orbe. Con vuestro reino elemental construiré nuestro santuario y en él reuniré a los que sean capaces de oír y de comprender. Las rocas mantendrán del lado de afuera a los incapaces y los leños calentarán, adentro, a los que hayan reconocido el valor de este reencuentro.

Los Árboles y las Piedras enmudecieron. Después, los Árboles lo ungiéron con el rocío sacudido por la brisa y las Piedras depositaron en sus manos el musgo primordial que las vestía, como bendiciéndolo.

En ese momento, los rayos del Sol se filtraban por entre las ramas y la niebla de la mañana. El niño miró y comprendió: si la luz fuera excesiva no ayudaría a observar, sino que ofuscaría el entendimiento. Entonces, agradeció a las ramas y a la niebla. Y aun a las Piedras que lo hacían tropezar para tornarlo más atento a los caminos que recorría. Y amó a todos... ¡hasta a los hombres!





## 1944 - EL COMIENZO DE TODO

Las primeras dos coincidencias que marcaron mi vida en el Yôga ocurrieron el día del nacimiento. Esta *personam* vino al mundo el día 18 de febrero, día y mes del aniversario de Rámakrishna –uno de los más importantes Maestros de línea Dakshinacharatántrika (vía seca) del siglo XIX e inicios del siglo XX– bajo el signo de Acuario, con ascendente Acuario. Encarné en 1944, ciento ocho años después del nacimiento de Rámakrishna. En el Yôga y en el hinduismo el número 108 tiene un significado especial: el *japamala* tiene 108 cuentas, existen 108 tipos de Yôga, etc. El número 1 representa al practicante; el ocho, la práctica (que está constituida por ocho partes) y el cero es el círculo del Absoluto, Infinito.

Para quien gusta de malabarismos numerológicos, es interesante notar que el nueve, número de la Iniciación, marca presencia en la suma y reducción de los números mencionados:

- día 18 = 1+8 = 9
- año 1944 = 1+9+4+4 = 18 ∴ 18 = 1+8 = 9
- 108 años = 1+0+8 = 9

El número 18, que se reduce a 9, está citado en el Bhagavad Gítá, en la traducción de Roviralta Borrell: “El número de carros de un ejército, *según aquellos que conocen la ciencia de los cálculos*, es de 21.870 (2+1+8+7+0 = 18 ∴ 1+8 = 9); el número de elefantes es idéntico; 109.350 (= 18 ∴ 1+8 = 9) es el número de soldados a pie; y 65.610 (=18 ∴ 1+8 = 9) es el número de caballos.”

El número 9 aparece en los ciclos cósmicos de tiempo del hinduismo, a saber:

- 1 mahayuga corresponde a 4.320.000 años solares ( $4+3+2 = 9$ );
- 71 mahayugas constituyen el período de un manú y corresponden a 306.720.000 años ( $3+0+6+7+2 = 18 \therefore 1+8 = 9$ );
- 1000 mahayugas constituyen un kalpa o día de Brahma y corresponden a 4.320.000.000 años ( $4+3+2 = 9$ ).

Todo eso<sup>4</sup> contribuyó para que los reencarnacionistas comenzaran a imaginar cosas. Nuestro linaje es de raíz Sámkhya, y más, Niríshwara-Sámkhya. Por lo tanto, personalmente no concuerdo con interpretaciones místicas. Hay, no obstante, ritmos cósmicos que los antiguos conocían y que la ciencia occidental aún no estudió.

Sucede que las coincidencias no terminaron ahí. Mi padre, Orlando, era descendiente de la nobleza europea, razón por la cual se usa la **D** mayúscula en el apellido *DeRose*. Consta que la familia tuvo su origen en Francia<sup>5</sup>. Durante la Revolución Francesa, debido a las persecuciones que sufrió la nobleza, fue obligada a huir hacia Italia y de allí al Brasil. El nombre era originalmente *De Rosæ*, expresión latina que se traduce “*perteneiente o referente a la rosa*”. El símbolo de los DeRose es, obviamente, la rosa heráldica. Mi padre se casó con la hija de una familia aristocrática de Río de Janeiro, los Alvares, originarios de Aveiro, Portugal, cuyo símbolo era la cruz. Se formaba entonces el símbolo de la Rosacruz, lo que dio margen a más interpretaciones.

Así, si algunas personas se dedicaron a hacer oposición a nuestro trabajo, otras me apoyaron mucho más de lo que merecía por creer que esas coincidencias tenían algún significado.

Esas circunstancias fueron muy significativas para la formación del carácter en cuestión. Por otro lado, la educación recibida de la familia en que había nacido contribuyó para crear en mí una falta de diálogo con el mundo real.

---

4 Por mera coincidencia, nuestra sede de Copacabana, sala 306, fue inaugurada el día 27 de setiembre de 1971 a las 18 horas: día 27 ( $2+7 = 9$ ); mes de setiembre (9); año 1971 ( $1+9+7+1 = 18 \therefore 1+8 = 9$ ); la suma del día y el mes da 9; el día y el año, 9; el mes más el año da 9; el día más el mes y el año, 9; y otra fecha que dé el mismo resultado sólo aparece nueve años después.

5 Históricamente, el posible ascendiente más antiguo que localizamos fue Chevalier DeRose, que en 1347 liberó a los prisioneros de las mazmorras en Marsella.

Desde la infancia, como era de esperar, surgieron algunos problemas de adaptación cultural. En el colegio había una flagrante diferencia de vocabulario entre lo que había aprendido en el seno de mi familia y el lenguaje más popular que escuchaba de los compañeros y profesores<sup>6</sup>.

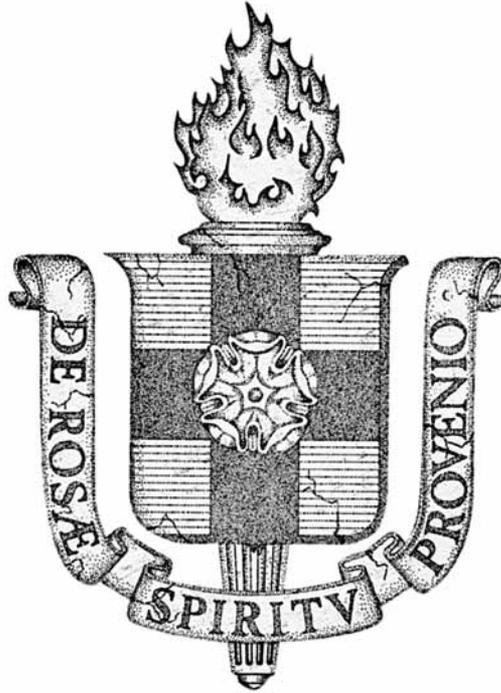
Ese hecho acentuaba la desagradable sensación de ser diferente. Solamente después de los treinta años de edad, conocí un proverbio que dice: *el diferente no es gente*. Recordé la Revolución Francesa y otras revoluciones y decidí ser gente, igual a todo el mundo. Simplifiqué el vocabulario, me permití algunos errores consagrados por el uso coloquial, y listo: comencé a ser aceptado por todos. El mimetismo funcionaba razonablemente. A pesar de persistir eventualmente el estigma de *avis rara*, de ahí en adelante las cosas mejoraron bastante<sup>7</sup>.



---

6 No pocas veces mis compañeros de la misma edad me preguntaban si era extranjero, porque el lenguaje que utilizaba les sonaba insólito y poco inteligible. En uno de los muchos viajes por el Brasil, tuve que alterar el recorrido y acudí directamente a la compañía aérea. Pero el empleado que me atendió no lograba comprenderme y llegó a la conclusión de que quien hablaba con él no podía ser brasileño: "Cavaleiro, o problema é a língua. O senhor não comprende bem o português." (N. T.: las palabras subrayadas son incorrectas en portugués.)

7 Aun hoy, cuanto más inculta es la persona, más oposición nos hace. El repudio es inversamente proporcional a la cultura del observador. Las personas menos intelectualizadas rechazan nuestras propuestas sistemáticamente, incluso porque no logran siquiera escribir o verbalizar correctamente el nombre del SwáSthya Yôga. Y en cuanto a este pormenor: si el pueblo puede pedir una tónica Schweppes, mucho más fácil es pronunciar la palabra SwáSthya.



## LA DIVISA HERÁLDICA

La divisa heráldica perfecta, verdadera, inquiridora, asumida y hablante, que se ve arriba, está constituida por un escudo dividido en cuatro campos por una cruz llana de oro, con una rosa heráldica de gules en punto de honra, siendo la cruz sobre campo azul, sustituyendo el blasón de familia. El escudo cubre parcialmente una antorcha de gules, encendida con una llama de color oro. En la filacteria de color plata, la leyenda: *De Rosae Spiritu Prouenio*. La representación de los colores por símbolos fue sacrificada.

### Vocabulario heráldico:

Divisa: emblema, insignia o distintivo.

Perfecta: es toda divisa que tiene cuerpo y alma, es decir, una representación iconográfica y una leyenda.

Verdadera: divisa o blasón con sentido metafísico.

Inquiridora: aquella que tiene la finalidad de obligar al observador a inquirir.

Asumida: la divisa adoptada por su poseedor.

Hablante: cuando el significado es evidente y su significación no se restringe a la heráldica.

Cruz llana: formada por un palo y una faja. Palo es la barra vertical que divide el escudo de arriba hacia abajo, ocupando el tercio central. Faja es la barra que atraviesa el escudo a lo ancho, ocupando el tercio horizontal.

Gules: esmalte bermejo.

Azur: esmalte azul.

Punto de honra: es el punto central del escudo, la parte más noble.

Filacteria: faja o cinta de pergamino donde se encuentra escrita la leyenda.





## 1955 – COMENCÉ A PRACTICAR YÔGA

Ciertamente comencé a practicar mucho antes de 1955. Pero en esa época tomé conciencia de algo que nosotros los chicos sabíamos y los adultos ya no. No comprendía cómo podían desconocerlo, pues también habían sido pequeños. Para aumentar mi perplejidad, había observado incluso que los otros niños iban creciendo y “olvidando”.

Una vez maduro, eso se tornó mucho más comprensible. Todo niño practica Yôga como dádiva natural de sus instintos: utiliza respiración abdominal y completa, se sienta en ásana, se concentra tan bien que da envidia, se relaja mejor que los instructores de Yôga, entra en pratyáhára (abstracción de los sentidos externos) con perfección, juega con mantras (vocalizaciones) y muchos de ellos tienen percepciones extrasensoriales. Obviamente, eso aún no llega a ser un Yôga formal, ¡pero tendremos que convenir que es un excelente comienzo!

Después, la educación impuesta por la sociedad, de fuera hacia dentro, infunde una serie de represiones que en realidad *deseducan* a la persona, haciéndola apartarse de sí misma, de su naturaleza y de sus impulsos internos: en una palabra, apartándola del Yôga natural con el cual todos contamos en forma incipiente al nacer. ¡Años más tarde, los más afortunados contratan a un instructor de Yôga para que les enseñe todo otra vez!

Pero realmente afortunados son los que no olvidan su Yôga natural, instintivo, de la infancia. Descubrí eso cuando, allá por los diez años, noté que la mayoría de mis amiguitos ya se había olvidado de casi todo. Conseguí, con cierta dificultad, encontrar algunos que aún se acordaban y formamos la *bisabuela* de la Unión Nacional de Yôga, Uni-Yôga: se trataba de la Uni-Cren, la *unión de todas las creencias*. Era una unión secreta; cosa de niños, sin duda. Pero tenía muchas cosas buenas. Estudiába-

mos arqueología, historia, química, ocultismo, astronomía, hipnosis, ufolología y artes marciales. Como todos teníamos en torno de diez años, no llegamos muy lejos en esos estudios. Pero esa fase ayudó a alcanzar la siguiente etapa.

El otro período digno de mención fue el inicio de 1960. Gracias a la literatura que desgranábamos en nuestra cofradía juvenil, tuve acceso a información rudimentaria sobre Yôga. Por esa época un campeón mundial de buceo libre batía records de profundidad considerados imposibles para el organismo humano. Era Jacques Mayol, sobre cuya vida se realizó el film *Le Grand Bleu/The Big Blue/Imensidão Azul/Azul Profundo*. Él fue mi gran motivador. En una entrevista, Mayol declaró que había conseguido aquella excelente forma física gracias al Yôga. Fue el estímulo que me faltaba y me impulsó hacia la bibliografía.

Esta sí, fue importante. Cuando leí el primer libro de Yôga, di un suspiro y exclamé: “*¡Qué alivio! Hay alguien más que piensa como yo!*” Luego estudié la primera obra de ásanas, de la Maestra Mataji Indra Dêví. Treinta años más tarde tuve el privilegio de conocerla personalmente en un congreso de Yôga en el Uruguay. ¡Qué emoción!

En la década de 60 y teniendo recién dieciséis años de edad, aquellas obras fueron muy importantes, pues encontré allí casi todo lo que practicaba, con todas las explicaciones y hasta los nombres de las técnicas. Algunas, sin saber que ya existían, las había rebautizado para mi uso, con nombres sacados de la imaginación. Muchos coincidían. Finalmente, había algunas técnicas cuya confirmación no encontré en ningún libro y que sólo reencontré mucho más tarde, cuando empecé a ir anualmente a la India.

En el Brasil nadie las conocía y no existía una literatura confiable sobre el asunto. Por suerte, el primer libro que leí fue del Swámi Vivekánanda, uno de los pocos autores serios traducidos a nuestra lengua. Aun así, lamentablemente, como la mayoría de los escritores contemporáneos, él ofrecía una visión del Yôga desde el punto de vista del Vêdânta y del Brahmáchárya. Esos dos sistemas indios fueron introducidos en el Yôga *a posteriori*, por lo tanto no tienen afinidad de origen con él<sup>8</sup>.

---

8 Esto se demostrará pormenorizadamente en el capítulo *Tantra*.

El Brahmáchárya es el sistema comportamental de características patriarcales, antisensoriales y represoras. Eso no tiene nada que ver con el Yôga original, pre-ario, puesto que el Brahmáchárya fue introducido milenios después de la creación del Yôga, con la llegada a la India de los áryas provenientes de Europa, alrededor de 1500 a.C.

La versión del Yôga Vêdânta-Brahmáchárya era la única que había en 1960 en el Brasil. Así, si queríamos estudiar Yôga seriamente, todos debíamos esforzarnos por cumplir las restricciones brahmácháryas<sup>9</sup>. Entre ellas, la más enfática es la abstinencia sexual, así como una postura de severo autocontrol ante todas las cosas naturales de la vida, del cuerpo y de la emoción. El Yôga preclásico no nos exige eso, ¡pero pasé unos buenos duros años hasta descubrirlo!

En cuanto al Vêdânta, se trata de una filosofía espiritualista que sólo fue relacionada con el Yôga, de la forma como lo conocemos, más tarde aún, allá por el siglo VIII después de Cristo, por lo tanto, muy recientemente. Antes, el Yôga era de tendencia fundamentalmente Sámkhya (naturalista). En esa época no lo sabíamos, como no lo sabe mucha gente hasta hoy. Si para progresar en Yôga era preciso aceptar los principios vêdânta-brahmácháryas, entonces haría lo mejor posible. Así tuvo inicio mi fase espiritualista.

Comencé a frecuentar varias fraternidades rosacruces, asociaciones teosóficas, órdenes iniciáticas, grupos de magia y todo lo que pareciese tener correlación. En casi todas ellas se hablaba mucho de Yôga. Entonces, pensé, el Yôga debe tener realmente alguna relación con estas entidades. Sólo que –y ahí comienza la confusión– algunas hablaban muy bien del Yôga y lo ponían por las alturas, atribuyéndole virtudes desmedidas. OTRAS, por el contrario, lo atacaban, diciendo que era cosa del pasado y de Oriente, que no servía para el hombre occidental<sup>10</sup>, especialmente en esta etapa de su evolución. Que hasta podría ser peligroso<sup>11</sup>. ¡Disparates!

---

9 Utilizaremos inicial mayúscula al referirnos al sistema en sí, e inicial minúscula cuando se trata de algo referente a él.

10 ¿Será el occidental realmente diferente del oriental? ¿Lo será en la anatomía y fisiología? Sabemos que no. El mismo alimento nutre tanto a uno como al otro. El mismo veneno mata a los dos. Entonces, ¿es psicológicamente que somos diferentes? Tampoco. No existe una psicología para occidentales y otra para orientales. Afirmar que el Yôga no funciona para nosotros por haber sido creado en Oriente es una necedad. Sería lo mismo que afirmar que el Yudo, el Karate o el Kung-Fu

Ocurría que a mí me gustaba el Yôga. Y más: había brotado instintivamente dentro de mí desde que tengo uso de razón. No iba a abandonarlo sólo por el hecho de que algunos visionarios quisieran asustarme para hacer su propio negocio, ya que al atacar al Yôga, siempre agregaban: *“Pero nuestra filosofía es mucho mejor, mucho más actual...”*

Por sí o por no, resolví profundizar en el Yôga. Para que no me perturbaran los amigos y familiares, pedí a mis padres estudiar en un colegio interno. Todos se extrañaron mucho, ya que eso constituía el terror de cualquier adolescente. Realmente, yo fui el único en ingresar al internado del Colegio Bautista por pedido propio. Comenzaron a pensar que “aquel niño” debía ser muy infeliz en su casa. Tuve que dejar bien claro que tenía una óptima familia, que era feliz y estaba bien adaptado. Sólo quería tranquilidad para estudiar Yôga.

De hecho, a partir de entonces empecé a estudiar Yôga siete horas por día y practicar otras siete. En todos los períodos de estudio escolar cambiaba de libro y estudiaba Yôga. Algunos profesores lo notaban, pero preferían hacer la vista gorda y fingir que no se daban cuenta; después de todo, ese alumno por lo menos no estaba perturbando la clase, ¡lo que ya era un gran consuelo para ellos! En cuanto a los que se mostraban antipáticos conmigo y me prohibían mis lecturas, yo faltaba sistemáticamente a sus clases y me iba a la floresta del colegio, a leer y a practicar Yôga.

Pero el Yôga es realmente increíble, pues a pesar de todo eso siempre obtuve óptimas notas y mis compañeros incluso trataban de pedirme ayuda en las pruebas. Atribuyo los beneficios en el aprovechamiento intelectual a los ejercicios de concentración y a los respiratorios que hiperventilaban, bombeando más sangre oxigenada al cerebro. Fuera de las clases, en todos los períodos libres aprovechaba para entrenarme. Si no era posi-

---

no funcionan para los europeos por haber sido creados por orientales. Además, el papel, la seda, la brújula, la pólvora, los fideos, el juego de ajedrez, la rueda, el masaje, la acupuntura, la matemática, los algoritmos “arábigos” (en realidad, índicos), el concepto del cero, la química, la astronomía, la medicina... todo eso fue creado por los orientales. ¡Hasta el Cristianismo vino de Oriente! ¿Debenos entonces suponer que todas esas cosas no sirven para nosotros?

*“¿Cuando vos nos herís, no sangramos? ¿Cuando nos divertís, no reímos? ¿Cuando nos envenenáis, no morimos? Si somos como vos en todo el resto, en eso también seremos semejantes.”* Shakespeare, *El Mercader de Venecia*, acto III, escena 1.

11 El uso frecuente de la intimidación “esto es muy peligroso, aquello es muy peligroso” denota una personalidad psicótica. Tenga cuidado con ese tipo de gente, pues suele utilizar ese expediente para manipular a los demás a través del miedo.

ble hacer técnicas corporales, practicaba respiratorios, meditación, mentalización, mantras, relajación, lo que pudiera ejercitar.

En realidad, no sé si el incremento proporcionado por el Yôga en el rendimiento intelectual fue positivo, pues empecé a asimilar los temas escolares con tanta facilidad que las clases se tornaron bastante fastidiosas y me resultaba difícil asistir. Al oír el *blablablá* de los profesores, empeñándose en hacerse comprender por los demás alumnos, que apáticos, distraídos, sin la menor concentración, no sabían siquiera qué estaban haciendo allí..., me sublevaba todo aquel primitivismo, aquel abordaje tedioso de asuntos tan simples. Sentía ganas de protestar y retirarme de la clase. No soportaba estar allí perdiendo tiempo, cuando había tantas cosas más importantes para aprender, ¡toda una Naturaleza, todo un Universo para develar! Deberíamos crear escuelas especiales para jóvenes practicantes de Yôga, que tienen un ritmo de aprendizaje más acelerado.

Con relación al internado, como yo había ingresado por mi libre voluntad, me consideraba también en libertad de salir cuando quisiera. Pero los inspectores no compartían esa opinión. Así, casi todas las noches, yo salía escalando las paredes del dormitorio que quedaba en un segundo piso. Por suerte, las paredes tenían piedras sobresalidas como si quisieran realmente facilitar la fuga de algún alumno más osado. Después de bajar, sólo era cuestión de atravesar la floresta (hoy, casi toda desmatada), esquivar a los perros guardianes, atravesar una cerca de alambre de púas, cruzar el arroyo, y listo: estaba en la calle. En poco tiempo me volví tan experto que casi podía hacer todo con los ojos cerrados.

¿Para que tanta cuestión? Para poder frecuentar las clases y los rituales de aquellas fraternidades y órdenes antes mencionadas. Estaba muy entusiasmado con todo eso y no me permitía perder puntos en el progreso iniciático por causa de faltas a las reuniones. Años más tarde, después de muchos sacrificios y una lealtad canina, descubrí que había sido una gran pérdida de tiempo y de energía.

Después de las reuniones en esas entidades, cuando conseguía volver, escalar pared arriba y acostarme en la cama, ya era de noche tarde y yo estaba exhausto. Sin embargo, no podía dormir sin hacer mis prácticas nocturnas. Además, imponiéndome una disciplina espartana, la mañana

siguiente tenía que despertar más temprano que los demás para tener condiciones de practicar ásanas, respiratorios y kriyás, antes que tocara la sirena y aquella turba de chicos medio sonámbulos entrara en el vestuario como una manada, a los gritos y empujones. Cuando ellos se levantaban e iban a disputarse una de las canillas, yo ya estaba listo y bajando con calma al refectorio donde se servía el desayuno. Ahí también podía servirme con toda la tranquilidad, podía masticar bien y hasta tenía tiempo para repetir las porciones, si lo deseaba.

En esa época yo dormía muy poco. Hoy no sé cómo aguantaba. Pero debo advertir a los entusiastas que lean este relato que el Yôga aconseja entre siete y ocho horas de sueño todos los días.

Después del desayuno venía el período escolar en el externado. Más tarde el almuerzo, horario de estudio, tiempo libre, baño frío, cena y otro horario de estudio. Mis compañeros lo detestaban. A mí, me encantaba.

En las refecciones, como ya era vegetariano, acostumbraba cambiar mi cuota de carne por el postre de alguien. Hasta había discusiones para decidir quién tendría el privilegio de hacer la permuta conmigo. Tal vez sea por eso que nunca nadie cuestionó mi sistema de alimentación. Si alguien generaba conflicto, perdía la posibilidad de negociar mi porción de carne.

Por otro lado, tal vez fuese respeto realmente, ya que nadie jamás bromeó con las prácticas de Yôga. Aunque muy discretas, acababan por notarse. Ese respeto fue debido a una casualidad. El primer día de internado hubo una competencia para medir fuerzas y establecer jerarquía entre los alumnos. Era una especie de trote, que consistía en conquistar el dominio de un pequeño peñasco, derribar a quien estuviese allá arriba y después no dejar subir a nadie más.

Como el Yôga me había dado una buena preparación física, quedé en una posición muy especial: empaté con otro alumno, tan grande que su apelativo era *Gigante*. Después, por coincidencia, me vi envuelto en una esgrima verbal con un veterano para defender a un alumno más chico, de quien ya se estaban abusando demasiado. Yo no lo sabía, pero ese veterano era considerado el jefe por allí. Como lo enfrenté bien, los demás no quisieron saber nada de hacer bromas con el Yôga.

Después de ese episodio me quedé con culpa, porque pensaba que quien hace Yôga debe ser pasivo. Como mucha gente, confundía *pasivo* con

*pacífico*. En realidad, el Yôga no propone pasividad y ni siquiera calma<sup>12</sup>. En todos los textos clásicos el Yôga sólo se asocia con los conceptos de poder, fuerza, energía y dinamismo. Ninguna escritura antigua de mi conocimiento declara que el Yôga calma. Combate el estrés, sí, pero el Karate también lo combate y no por eso vuelve calma o pasiva a la gente. El principio ético de no agresión, que enseñan tanto el Yôga como las artes marciales, no implica omisión o cobardía.

Esa noche el jefe de disciplina, Sr. Adalberto, me llamó al frente de todos y me amonestó severamente.

—Aquí no queremos gallos de riña, pero como fue para defender a un compañero menor, por esta vez usted no será castigado.

Por el contrario, recibí una recompensa: pasé a ser el *cabecera*, que era quien se encargaba de los que se sentasen a su mesa en las refecciones y, más tarde, me torné Auxiliar de Disciplina de los alumnos del internado. Después sería nombrado también para el externado, logrando así diversas ventajas, además de la motivación y de la autoafirmación tan importantes en aquella edad: empecé a poder ir a las clases sin uniforme y a ganar mis estudios como becario a cambio de ese trabajo.

En esa época recibí el apelativo de *Trueno*, a causa de mi voz, que era más fuerte que las de los demás debido a los respiratorios. En relación

---

12 En la escritura *Bhagavad Gítá*, Krishna exhorta al príncipe Arjuna a combatir a sus adversarios, en un momento en que él dudaba por razones éticas. Siglos más tarde, Rámakrishna refuerza esa postura con la parábola de la serpiente.

Cierta vez, los habitantes de una aldea india fueron a buscar a un sabio yôgi para pedirle consejo:

—Maestro, en las inmediaciones de nuestras plantaciones vive una cobra peligrosísima que ataca indiscriminadamente y mata sin piedad a hombres, mujeres, viejos y niños. Todos tenemos miedo de ir al campo a trabajar. ¿Qué debemos hacer?

El yôgi les dijo que volvieran para sus cabañas, que él iría a hablar con la serpiente. La mañana siguiente, bien temprano, fue a buscarla. No tuvo que buscar mucho, porque el ofidio estaba siempre cerca de la villa. Era una majestuosa cobra, de tamaño respetable. El sabio se aproximó sin temor, se sentó cerca de ella y le hizo un hermoso sermón sobre *ahimsa*, el principio ético de no agresión. Seguro de que su oyente había comprendido, se levantó y partió. Después de algunos días, vino a buscarlo la serpiente:

—Maestro, usted me aconsejó no atacar a las personas y así lo hice. Al poco tiempo los aldeanos se fueron convenciendo de que yo no les ofrecía peligro y empezaron a perseguirme y a agredirme de todas las formas. Mire cómo estoy toda lastimada por las pedradas.

Entonces, el yôgi replicó:

—Hija mía, te aconsejé que no picaras, no te prohibí silbar.

con mis compañeros eso era ventajoso, pero me creó problemas con el profesor de francés, Tancredo, que creía que lo estaba enfrentando cuando respondía a su llamada... ¡y me castigaba repetidamente! Años después, en el servicio militar, volvió a ser útil. Otra vez me dieron mismo apelativo, por la misma razón. Posteriormente, en la vida profesional, eso me valió tener muchos alumnos locutores de las grandes redes de TV, cantores pop, de rock y de ópera, así como actores y políticos, todos queriendo mejorar la voz.

Nunca antes de aquel año de 1960 había estudiado, practicado o me había dedicado tanto a alguna cosa, como ocurría entonces con el Yôga. Ese año fue decisivo en mi vida. Todo cambió. Mi cuerpo y mi fisonomía se modificaron tanto que una vez me encontré con una prima y ella no me reconoció.

Antes yo era, por constitución, muy flaco, pálido y enfermizo. Había contribuido para eso el hecho de haber sido un niño sobreprotegido. El Yôga rudimentario que practicaba espontáneamente cuando niño, no era suficiente para conferirme energía física. Pero el que venía practicando ahora, a los dieciséis años de edad, tenía mucho más intensidad. Ese año crecí más de diez centímetros, mi musculatura tomó conformación atlética, empecé a ir a la playa y nadar bastante, lo que contribuyó a producir una metamorfosis general. Al comienzo del siguiente año lectivo, fueron mis compañeros y profesores los que no me reconocieron. De ahí en adelante, pasé a ser el guía permanente de Educación Física en todos los grupos y, posteriormente, también en el Ejército. Me sentía feliz y revitalizado como nunca me había sentido antes. Eso se lo debo al Yôga.

Y le debo más. La enseñanza institucional se mostró absolutamente prescindible cuando, más tarde, siendo ya profesor de Yôga, conquisté el respeto de la sociedad, viajé por todo el mundo varias veces, escribí varios libros, introduje el curso de formación de instructores de Yôga en prácticamente todas las Universidades Federales y Católicas del país y otras del exterior, y recibí el título de Maestro en seis establecimientos de enseñanza superior –cuatro del Brasil y dos universidades de Europa–, además de varios títulos de Notorio Saber y de Doctor *Honoris Causa*. Con esto no quiero decir que los jóvenes no deban estudiar. Lo que puede cuestionarse es la imprescindibilidad del diploma académico para tener éxito, cultura y aceptación de la comunidad.





## COMENCÉ A ENSEÑAR

*Regla áurea del magisterio: decir lo obvio  
e incluso repetirlo tres veces.  
DeRose*

Cierta noche, aún en 1960, mientras esperábamos el comienzo de la reunión en una de las fraternidades que frecuentaba, noté que una señora de grado más alto que el mío entregaba, casi secretamente, un papelito a algunos miembros de la orden y les decía algo en secreto al oído. Traté de mirar para otro lado, pues no quería ser indiscreto. En un momento dado, para mi sorpresa, fui uno de los escogidos. Ella me entregó el papel y me dijo apresuradamente: “Vaya mañana a las siete de la noche a esta dirección.”

–Por fin– pensé –va a ocurrir algo que quiebre esta rutina de rituales siempre iguales para cada grado y de clases que no enseñan nada que yo ya no sepa. Debe ser alguna reunión muy especial, porque está eligiendo a unos pocos.

De allí en adelante empecé a observarla detenidamente. Estaba contactando sólo a los Maestros y a los miembros de grado más elevado. Pero yo no tenía aún ningún grado elevado. Eso me lisonjeó sobremanera.

Al día siguiente, como no tenía dinero ni para el ómnibus, fui a pie. No teniendo tampoco reloj, iba controlando la hora por los relojes de las panaderías y casas de comida. En un momento dado vi que no me iba a alcanzar el tiempo. Entonces, para no llegar atrasado a un evento de aquella magnitud, comencé a correr. Y corrí hasta el lugar del encuentro. Llegué sudando, exhausto, pero puntual. A las siete de la noche, ahí estaba yo, muy nervioso y entusiasmado con la reunión secreta de la cual iba a tomar

parte. La anfitriona me recibió, me hizo sentar y me pidió que esperase a los otros, pues aún no había llegado nadie.

A eso de las ocho noté algún movimiento en la antesala. De repente, pasó uno de los ancianos de la orden, vestido de hindú. Al poco tiempo, otro Maestro, vestido de faraón. Y otro, de árabe. Y otro más, de japonés...

–Debe ser una práctica ecléctica muy fuerte –pensé.

En eso, la señora se dirigió a mí y me preguntó:

–¿Dónde está su traje?

–¿Qué traje? Ni sé qué tipo de ritual va a ser.

Ella se rió.

–¡Ah! ¿Me olvidé de decirle? Estamos dando una fiesta de disfraz. Contábamos con que usted viniese de yôgin.

Sentí que el mundo se desmoronaba sobre mí. ¡Qué decepción! No me gustaban las fiestas. Estaba esperando un rito secreto. Y encima, ver a aquellos Maestros, verdaderos baluartes de austeridad, todos disfrazados... ¡y algunos tomando vino! Mi deseo era salir de allí corriendo y no volver a poner los pies en aquella orden. Sin embargo, estaba tan impresionado que me había quedado inmóvil, en estado de conmoción.

Hoy, con más años de vida, lo encararía de otra forma, con total naturalidad. Creo que soltaría una buena carcajada y entraría en la fiesta. Pero recuerden que yo cargaba con la rigidez vêdânta-brahmáchárya y, además, las ilusiones de mis dieciséis años de edad.

Al final, esa recepción trajo una consecuencia positiva. La anfitriona me invitó a hacer una demostración de Yôga. Como buen intransigente que era, me rehusé, pontificando:

–El Yôga no es para exhibiciones.

Ella se sintió molesta, con razón, y se fue a quejar al Gran Maestro de la orden, que también estaba presente. Este vino y me ordenó:

–DeRose, haga la demostración.

Una orden del Maestro no se discute. Mucho menos del Gran Maestro. Principalmente de este, pues era mi ídolo. Hacía creer a los demás que me

quería bien y que me protegía de los ataques de la política interna de la fraternidad, cuyos miembros vivían disputándose el poder. Después descubrí que la verdad era bien distinta. Pero ese día, sólo el hecho de que él hablara conmigo ya me emocionaba. Obedecí inmediatamente e hice una demostración simple. Cuando terminé, el Gran Maestro me llamó aparte y me hizo una confidencia en un tono muy solemne:

–Hijo, yo no sabía que usted estaba tan adelantado en Yôga. Le va a prestar un gran servicio a nuestra fraternidad. Hace algunas semanas invité a un profesor de yoga de aquí, de Río, que acababa de publicar un libro, para dar una charla en nuestra sede. A los hermanos de la orden les gustaron sus maneras espiritualizadas y le pidieron unas clases. El profesor en cuestión aceptó y dijo el precio. Cobraba caro, pero ellos le pagaron. El sinvergüenza se guardó el dinero y desapareció. Sabemos su dirección, pero no nos sirve de nada, pues no tenemos ningún recibo del valor pagado.

Yo estaba escandalizado, pero el Gran Maestro prosiguió:

–Ahora, mire qué dilema. No podemos decir a los hermanos, simplemente, que perdieron el dinero y fueron burlados por un profesor de yoga, a quien yo presenté como un espiritualista<sup>13</sup> de buena reputación. Tampoco podemos asumir la responsabilidad y devolverles el dinero, pues nuestra orden no está en buena situación financiera.

Y concluyó:

–Entonces, vamos a declarar que por motivos de fuerza mayor, el profesor no podrá dar las clases y usted asume en su lugar. Como usted es miembro de la orden, no va a cobrar nada y así podremos resarcirlos.

Fue el segundo choque de la noche. Más aún, el segundo y el tercero seguidos. Yo no podía imaginar que aquel profesor de yoga, un inmaculado

---

13 No confunda *espiritualista* con *espiritista*. Son conceptos distintos. Espiritista es el que tiene por fundamento las enseñanzas de los espíritus de los muertos recibidas por los vivos a través de la mediumnidad. Por definición, el espiritista es también espiritualista, pero algunos espiritualistas no espiritistas no están de acuerdo. Esos combaten al espiritista porque no concuerdan con que los espíritus de los muertos tengan más sabiduría que los de los vivos. Mucho menos aceptan la mediumnidad, que consideran peligrosa y perjudicial. Son espiritualistas todas aquellas escuelas citadas en el capítulo *Espiritualismo*. Este autor no es espiritualista ni espiritista, pero no tiene nada contra ninguna de esas dos corrientes.

espiritualista, con una cara tan honesta y que hablaba de Dios todo el tiempo, pudiera ser un estafador. Después, el otro choque fue ser invitado por el Gran Maestro para dar Yôga. ¡Y dónde!

–Maestro, yo no conozco de Yôga lo suficiente para enseñar. Nunca di clases. Soy muy joven...

Si me hubiera dejado, yo le hubiera expuesto una colección de argumentos para convencerlo de no elegirme, aun sintiéndome honrado por su confianza.

–Lo esperamos allá el próximo viernes a la noche.

Eso cerraba la cuestión.

Fue así, por una casualidad del destino (¿o habrá sido del karma?) y gracias a aquel ilustre profesor que huyó con el dinero, como comencé a enseñar Yôga, y aquí estoy hoy. ¡Ah! Si él lo supiera...





## LA PRIMERA CLASE DE YÔGA

Muy preocupado por dar una buena impresión, preparé un plan de clase minucioso, con las técnicas que practicaba en casa, solo, ya que nunca había tenido un Maestro de Yôga en carne y hueso.

Al llegar, el Gran Maestro de la orden me presentó al grupo, justificó la sustitución del profesor y se sentó con los demás para dar el ejemplo, pues de otro modo todos se hubieran levantado para irse. Al fin y al cabo, habían pagado para aprender yoga con un autor reconocido y de edad, y no para recibir Yôga de aquel chico inexperto e imberbe que tenían delante.

En aquellas circunstancias era prudente demostrar que no pretendía hacerme pasar por lo que no era, ni tomar el lugar de nadie. Comencé mi clase más o menos así:

– Veo que los señores son mucho mayores que yo y algunos se encuentran en grados de iniciación más elevados. Por lo tanto, soy yo quien debería estar sentado ahí y alguno de ustedes aquí en mi lugar. Pero por orden del Gran Maestro estoy ante ustedes y les pido que me ayuden a cumplir esta misión, pues nunca antes di una clase de Yôga.

Por las sonrisas y gestos de simpatía, deduje que les había gustado la introducción. Ahora venía lo más difícil. Tenía que enseñar algo que aquellos estudiosos apreciaran. Todos sabían mucho más de teoría que yo. Por otro lado, querer impresionarlos con mi *performance* física sería un error, ya que ellos no eran adeptos a las técnicas corporales. Eran espiritualistas y afirmaban que “lo importante es el espíritu, no el cuerpo”. Además, el

más joven allí tenía cerca de sesenta años, así que no iban a acompañarme: rechazarían el método. ¡Era realmente una complicación!

Debía enfrentar la situación. Entonces, inicié la clase. Practicamos mudrás, pújás, mantras, pránáyámas, kriyás, ásanas, yôganidrá y concluimos con meditación del tercer grado.

Cuando terminamos, noté que había dado en la tecla. Tenían un brillo de satisfacción en los ojos, medio incrédulos, medio estupefactos. Comentaron que nunca habían visto un Yôga tan completo. Quedaron impresionados por el hecho de encontrar en esa simple primera clase de Yôga dictada por un muchacho, prácticas iniciáticas<sup>14</sup> avanzadas, transmitidas sin embargo con tanta naturalidad como si fueran la cosa más trivial de este mundo. Cuestionaron sobre mi grado de Iniciación y no entendieron cómo era que aquel mocoso podía conocer todo eso, estando en el grado en que estaba. Entonces, les hice notar que no había introducido en mi clase nada que fuera de otras escuelas iniciáticas. Que esas prácticas eran normales en el Yôga y que buena parte de ellas estaba incluso en los libros relativamente elementales de Yôga que se encontraban en las librerías comunes. Pero la parte del interrogatorio que más me marcó fue la siguiente:

**Alumno A:** ¿Qué tipo de Yôga enseñó?

**Instructor:** Hatha Yôga.

**Alumno A:** ¿Qué lo lleva a declarar que es Hatha Yôga?

**Instructor:** El hecho de tener ásanas.

**Alumno A:** El Rája Yôga también tiene ásanas. Y usted aplicó meditación, que es del dominio del Rája Yôga. ¿No habrá sido Rája Yôga?

**Instructor:** No creo que yo esté habilitado a enseñar Rája Yôga. Imagino que lo que practico sea Hatha Yôga, pero nunca tuve un Maestro que me mostrara exactamente lo que es o cómo hacer.

**Alumno B:** Lo que pasa es que identificamos elementos de Rája Yôga, Bhakti Yôga, Jñána Yôga, Laya Yôga, Mantra Yôga y otros mucho más profundos y poderosos. ¿Dónde aprendió todo eso?

---

14 El término *iniciático* se refiere a la Iniciación, ceremonia después de la cual los Iniciados reciben enseñanzas secretas.

**Instructor:** Aprendí solo. Es decir, *nadie está solo*. Lo que quiero decir es que me fue brotando y lo fui haciendo. Después busqué confirmación en los libros, pero todavía no encontré todas las que necesito. Lo que transmití es aproximadamente lo que practico en casa desde niño.

**Alumno B:** ¿Está queriendo decir que recibió todo esto por revelación espiritual?

**Instructor:** No. No quise decir eso.

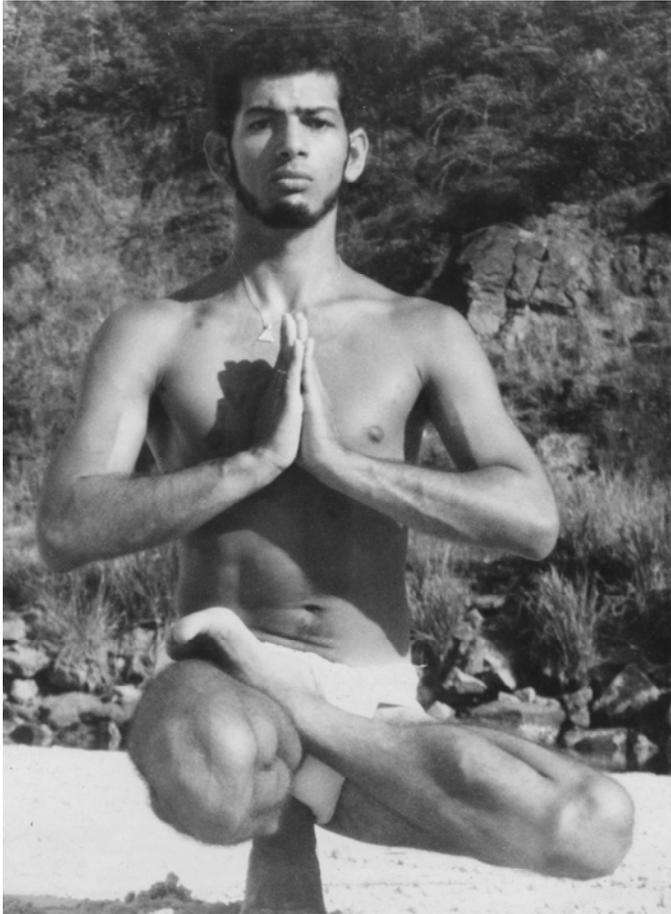
**Alumno C:** Hijo, no se sienta disgustado por nuestras preguntas. Es que su clase fue tan fuerte y enriquecida con técnicas iniciáticas de grados avanzados, que a nosotros mismos nos llevó años vislumbrar... Si usted, como dice y yo le creo, desarrolló todo eso sin un Maestro, estamos delante de alguien que ya fue Maestro de Yôga en otra vida. De una cosa no hay duda: acabamos de trabar contacto con una modalidad de Yôga superior. Acepte nuestras congratulaciones y cuente con nuestra presencia aquí todos los viernes.

Por el tono de voz, al menos este último no estaba siendo agresivo ni irónico. Parecía sincero. A pesar del éxito, quedé contrariado con el hecho de no tener elementos para fundamentar el Yôga que estaba enseñando<sup>15</sup>. Eso desencadenó en mí una preocupación por comprobar y documentar qué tipo de Yôga era aquel. Esa inquietud duró años. Ciertamente, fue una experiencia que me marcó.



---

15 Antes de eso nunca me había preocupado por rotular mi tipo de Yôga con este o aquel nombre. A partir de ese día, llegué a la conclusión de que me iban a reclamar eso. Siempre que fuera a enseñar Yôga, me exigirían que supiera conceptualizarlo, fundamentarlo y situarlo muy bien en el inmensa maraña de raíces, troncos y ramas que a través de siglos y milenios de tradición se unieron o se apartaron, se cruzaron o se entrelazaron, formando un espeso bosque, en el cual los imprudentes y los aventureros entran pero no salen, y quedan inexorablemente perdidos.



DeRose a los veinte (en 1964), cuatro años después de la primera clase: la fisonomía denuncia a un compenetrado yôgin bajo la innegable influencia védânta-brahmâchârya.



## LA REVELACIÓN DEL SWÁSTHYA YÔGA

*Aquel que no sabe y no sabe que no sabe, es un tonto, ¡evítalo!  
Aquel que no sabe y sabe que no sabe, es un estudioso, ¡instrúyelo!  
Aquel que sabe y no sabe que sabe, es un sonámbulo, ¡despiértalo!  
Aquel que sabe y sabe que sabe, es un sabio, ¡síguelo!*  
Máxima hindú

El hecho de comenzar a enseñar Yôga fue la gran palanca que me catapultó a un sensible progreso. Dedicándome integralmente al Yôga, no se producía dispersión de energías ni de tiempo con ninguna otra profesión que me ocupara los días prácticamente enteros. En general, los practicantes sólo comienzan a dedicarse al Yôga a la noche, después que llegan del trabajo, toman un baño, cenan... y entonces, los diletantes yôgins, cansados y somnolientos, van a leer y a intentar practicar un poco. Otros, que optan por estudiar por la mañana, antes del trabajo, a la noche se caen de sueño. Y además tienen esposa e hijos, a quienes tienen que atender.

En ese panorama, practicar Yôga como alumno es perfectamente viable y hasta ayuda a sortear el cansancio, el estrés y sueño. Pero transformarse en un estudioso en profundidad y en un profesional competente, eso es impracticable.

Tuve suerte por estar en la comfortable posición de poder estudiar y practicar el día entero, toda la semana, todo el año, sin ser dispersado por otra profesión ni por la familia.

Además, siendo instructor de Yôga, comencé a poder invertir en la compra de libros importados, más profundos y mucho más caros. Libros que los simples estudiantes de Yôga dudaban en adquirir, pues siendo para ellos fuente de satisfacción pero no de ganancia, les resultaban una inversión sin retorno financiero. Para el instructor, por el contrario, lo que gas-

te en libros, cursos, viajes, será todo revertido en mayor perfeccionamiento en la calidad del trabajo. En consecuencia, la inversión retorna de una forma o de otra.

Con buenos libros y viviendo en estado de inmersión total en el Yôga, pude adentrarme en los laberintos del inconsciente en largos viajes, cada vez más remotos, para realizar una verdadera búsqueda arqueológica directamente en los orígenes arquetípicos del Yôga. Las iniciaciones que había recibido eran un verdadero hilo de Ariadna, con el cual conseguí encontrar el camino de vuelta. Mi Minotauro fue el Señor del Umbral.

Algunas experiencias eran aterrorizantes, pero la juventud me dio fuerzas e intrepidez para superar todas las pruebas y llegar adonde quería. Así, pude probar hasta la extenuación un número formidable de técnicas. Como era de esperar, la mayoría de las prácticas se mostraba inocua y sólo funcionaba como placebo. Otras tantas eran de recursos que producían efectos demasiado fuertes y no ofrecían la más mínima seguridad al practicante. Descubrí, además, varias combinaciones explosivas de técnicas que podrían ser útiles practicadas por separado, pero resultaban violentísimas combinadas entre sí. Traté de excluir todas estas y sistematicé las que constaté que eran eficaces y, al mismo tiempo, seguras.

A partir de entonces, empecé a practicar el SwáSthya Yôga, ya sistematizado, con más ahínco y dedicación todavía. Demostró ser un excelente proceso, pues comencé a recoger resultados fuertes, bastante rápidos y con total seguridad.

Hoy, todo eso ya está experimentado y codificado, pero cuando yo era iniciante y procedía a las investigaciones, enfrentando lo desconocido, tuve algunas vivencias que —creo—, si las describo aquí, podrán ser útiles a los que están comenzando.

De cualquier forma, el primero y más importante de todos los consejos que me permito dar al lector es el de procurar un instructor autorizado a enseñar SwáSthya Yôga, o sea, un instructor formado, revalidado y, principalmente, supervisado.

Es necesario que el aspirante tenga buen sentido crítico para reconocer tales atributos y no dejarse engañar por falsos maestros<sup>16</sup>.

Todo practicante tiene sus crisis de desánimo ocasionadas por los largos períodos de disciplina, sin que los resultados del sádhana aparezcan. Eso ocurrió también conmigo. Me cuestionaba si aquellas prácticas serían correctas; al final, eran horas y horas de ejercicios, de dedicación exclusiva durante meses y años...

Desde las primeras prácticas obtuve rápidos e intensos efectos sobre el cuerpo, el estrés, la salud, la flexibilidad, la musculatura. Pero lo importante eran los chakras, los siddhis, la kundaliní y el samádhi. Y en esa área, no notaba ningún progreso.

En realidad, la evolución estaba produciéndose aceleradamente dentro de mí, sólo que en fase de incubación. Más tarde descubrí que cuando el practicante no percibe su progreso, eso es señal de que el ritmo de su desarrollo está equilibrado y es metabolizable, o sea, se encuentra dentro de los límites considerados seguros. Ocurre que los alumnos iniciantes no saben de eso y quieren notar picos de progreso palpable. En otras palabras, aspiran a eclosiones violentas de energía que el organismo no metaboliza y provocan arranques de aceleración brusca. Eso tiene un costo y termina por perjudicar la salud física y mental.

Tanto hice, que acabé recibiendo un impacto. Si no me hice daño fue porque el SwáSthya Yôga rodea al practicante con innumerables dispositivos de protección muy eficaces. Uno de ellos hace que las fuerzas sólo sean liberadas si el sistema nervioso y las nádís están realmente purificados y equilibrados. Para saber más al respecto, consulte el capítulo *Reglas Generales de Seguridad* en nuestro libro ***Yôga Avanzado***.

Cierto día, después de un largo ayuno, me puse a practicar horas de japa con bija mantras, pránáyámas ritmados y largos kumbhakas, reforzados con bandhas, kriyás, ásanas y pújás. Después de tres horas de ese sádhana, practiqué maithuna con mi Shaktí durante tres horas más. Después, otras dos horas de viparíta ashtánga sádhana, con padma sírshásana de una

---

16 Para saber reconocer a un buen Maestro, lea el capítulo *La relación Maestro/discípulo*, más adelante.

hora<sup>17</sup>. Entonces, sentí uno de aquellos ápices de arrebatamiento energético, síndrome de exceso.

Al final de tantas horas de prácticas tan fuertes, acumulativamente con lo que ya venía desarrollando durante años, ocurrió lo inevitable. Sentí que algo estaba aconteciendo en el perineo, como si un motor hubiese comenzado a funcionar allí adentro. Una vibración muy fuerte se apoderó de la región coxígea, con un ruido sordo que se irradiaba por los nervios hasta el oído interno, donde producía interesantes efectos sonoros, cuya procedencia yo podía fácilmente atribuir a este o aquel plexo.

Luego, un calor intenso comenzó a moverse en ondulaciones ascendentes. Según los mudrás, bandhas, mantras y pránáyámas, yo podía maniobrar la temperatura y el ritmo de las ondulaciones, haciendo incluso que el fenómeno se detuviera más tiempo en un chakra o pasara enseguida al siguiente. En cada padma, el sonido interno cambiaba, haciéndose más complejo a medida que subía en la línea de la columna vertebral.

De repente perdí el control del fenómeno, como si fuese un orgasmo que se consigue controlar hasta determinado punto, pero después explota. Y fue realmente una explosión de luz, felicidad y sabiduría. Todo a mi alrededor era luz. No estaba envuelto en luz: simplemente era luz. Una luz de indescriptible brillo y belleza, intensísima, pero que no ofuscaba. La sensación de felicidad superaba cualquier parámetro. Era una satisfacción absoluta, insondable. Un chorro de amor incondicionado brotó del fondo de mi ser, como si fuese un volcán. Y la sabiduría que me invadió durante esa experiencia era cósmica, ilimitada. En una décima de segundo comprendí todo, instantáneamente. Comprendí la razón de ser de todas las cosas, el origen y el fin.

No quiero dejar de destacar que fueron vivencias como esa las que aniquilaron en mí misticismo asimilado en la juventud, perpetrado por lecturas

---

17 Desaconsejamos categóricamente ese tipo de experiencia sin la autorización y supervisión directa de un Maestro calificado. Esa es una práctica para la cual poca gente está preparada y, siempre, quien piensa que está apto, ¡no lo está! Si un discípulo nuestro comete la imprudencia y la indisciplina de lanzarse atrevidamente a ejercicios arriesgados antes de tener reconocidas condiciones de madurez para eso, lo dispensamos inmediatamente y no le enseñamos nada más. La seguridad y la seriedad son componentes técnicos importantes e indispensables en el SwáSthya Yôga. Al fin de cuentas, el hecho de que ninguno de nuestros discípulos haya corrido riesgo alguno, ha mantenido la buena reputación del método.

equivocadas. Aquellos que declaran haberse hecho místicos por causa, justamente, de experiencias semejantes, en realidad sólo tuvieron vislumbres tan superficiales que acabaron generando misterios en lugar de disolverlos. Es como la parábola del hombre que encontró la verdad<sup>18</sup>.

En mi caso, de allí resultaron los conceptos que me permitieron concluir la sistematización del método. En aquel momento, todo quedó claro. Todo el sistema se ajustó solo, bastando para eso que fuera observado desde lo alto y visto todo de una sola vez, como a través de una lente gran angular. ¡Todo era tan simple y tan lógico! Bastaba subir a una dimensión diferente de aquélla en la cual nuestras pobres mentes yacen engrilladas aquí abajo.

Deseo de salir de aquella experiencia, no tuve ninguno. Sin embargo, después de un enorme período –que me pareció de muchas horas– de regocijo y aprendizaje, sentí que se había agotado el tiempo y era preciso retornar al estado de conciencia de relación, en el cual podría convivir con los demás, trabajar, alimentar mi cuerpo, etc. Bastó pensar en volver e inmediatamente cambié de estado de conciencia. Fue algo muy interesante sentir que perdía la dimensión de infinito y caía, con la velocidad de la luz, de todas las direcciones a las cuales me había expandido, pasando a contraer la conciencia a un pequeño centro, infinitesimal, blindado por una mente y por un cuerpo, en una localización determinada dentro de aquel Universo que era todo mío y que era todo yo, apenas un instante atrás. Era el Púrusha cósmico, contrayéndose para volverse Púrusha individual.

Volver a la dimensión hominal no fue desagradable. La sensación de plenitud y felicidad extasiante permanecía. Lo curioso fue que no habían pasado tantas horas como yo suponía, ¡ni tiempo alguno! El reloj de la pared marcaba la misma hora. Por lo tanto, para un observador externo,

---

18 Un día, un filósofo estaba conversando con el Diablo, cuando pasó un sabio con una bolsa llena de verdades. Distráido, como lo son los sabios en general, no advirtió que se le había caído una verdad. Un hombre común que venía pasando, viendo aquella verdad allí caída, se aproximó caute-losamente, la examinó como quien teme ser mordido por ella y, después de convencerse de que no había peligro, la tomó en sus manos, la contempló largamente, extasiado, y salió corriendo y gritando: “¡Encontré la verdad! ¡Encontré la verdad!” Ante eso, el filósofo giró hacia el Diablo y dijo: “Ahora estás perdido. Aquel hombre ha encontrado la verdad y todos van a saber que tú no existes...” Pero, seguro de sí, el Diablo retrucó: “Muy por el contrario. Él ha encontrado *un pedazo* de la verdad. Con ella, va a fundar una religión más ¡y yo voy a ser más fuerte!”

todo había ocurrido en un lapso equivalente a un parpadeo y no habría llamado la atención de nadie.

A partir de aquel día, fue como si hubiese descubierto el camino de la mina: no necesitaba más los mapas. Podía entrar y salir de aquel estado siempre que quisiera, con facilidad.

### QUÉ ES UNA CODIFICACIÓN

Imagine que ha heredado un armario muy antiguo (¡en nuestro caso, de cinco mil años!). De tanto admirarlo, limpiarlo, revolver en él, acaba por encontrar un compartimento que parecía esconder algo en su interior. Después de mucho tiempo, trabajo y esfuerzo para no dañar esa preciosidad, finalmente consigue abrirlo. Es una gaveta olvidada y, por eso mismo, lacrada por el tiempo. Allí adentro usted contempla extasiado un tesoro arqueológico: ¡herramientas, pergaminos, sellos, esculturas! ¡Una inestimable contribución cultural!

Las herramientas todavía funcionan, pues los utensilios antiguos eran muy fuertes, contruidos con arte y hechos para durar. Los pergaminos son legibles y contienen enseñanzas importantes sobre el origen y la utilización de las herramientas y de los sellos, así como sobre el significado histórico de las esculturas. Todo está intacto, sí, pero tremendamente desordenado, mezclado y con el polvo de los siglos. Entonces, usted sólo limpia cuidadosamente y ordena la gaveta. Pergaminos aquí, herramientas más allá, sellos a la izquierda, esculturas a la derecha. Después, cierra de nuevo la gaveta, que ahora estará siempre disponible y ordenada.

¿Qué fue lo que sacó de la gaveta? ¿Qué agregó? Nada. Sólo organizó, sistematizó, codificó.

Pues fue sólo eso lo que hicimos. El armario es el Yôga antiguo, cuya herencia nos fue dejada por los Maestros ancestrales. La gaveta es una longitud de onda peculiar en el inconsciente colectivo. Las herramientas son las técnicas del Yôga. Los pergaminos son las enseñanzas de los Maestros del pasado, que nosotros jamás tendríamos la petulancia de querer alterar. Esto fue la sistematización del SwáSthya Yôga.

Por haber sido honesta y cuidadosa en no modificar, no adaptar, ni occidentalizar nada, nuestra codificación fue muy bien aceptada por la mayoría de los estudiosos. Hoy, ese método sistematizado en el Brasil existe en todos los continentes. Si alguien no lo conoce por el nombre de SwáSthya Yôga, lo conocerá seguramente por el nombre erudito y antiguo: Dakshinacharatántrika-Nirishwarasámkhya Yôga.

Su nombre ya denota sus orígenes ancestrales, puesto que el Yôga más antiguo (preclásico, pre-ario) era de fundamentación Tantra y Sámkhya. Compare esta información con el cuadro de la Cronología Histórica, publicado en el libro *Orígenes del Yôga Antiguo*, de este autor.





## PROFESORES, MAESTROS Y GURÚS

*Si usted tiene un reloj, sabe qué hora es.  
Si tiene dos relojes, ya no tiene certeza.  
Sabiduría popular*

En veinticuatro años de viajes a la India, estudié con varios Maestros hindúes, hoy ya fallecidos, como el Dr. Yôgêndra, Swámi Krishánanda y otros, considerados los últimos grandes maestros de aquel país. Pero a ninguno de ellos puedo reconocer como *mi Maestro*. Eso confundió un poco a los críticos y los indujo al error de suponer que yo fuese80n autodidacta, lo que no es real. Aunque haya profesores de yoga que alardean con inocultable orgullo de que son autodidactas, ese no es mi caso. Como la mayoría, yo también considero que, en Yôga, el autodidactismo no es nada loable. Es sólo una cuestión de ego.

Sin embargo, antes de haber estudiado con aquellos renombrados mentores, cuando era muy joven, anduve en procura de alguien que pudiera ser mi Maestro físico, mi Maestro de carne y hueso. Nadie aceptó, unos por honestidad al evaluar su propia limitación, otros disfrazando eso con falsa modestia (“¡Oh! No, quién soy yo... ¡no puedo ser Maestro de nadie!”). El hecho es que ningún profesor se juzgó apto para llevarme más allá del punto donde ya estaba.

Mucho antes de descubrir al verdadero Maestro, gasté mucha suela y mucho latín (¡y sánscrito!) en la búsqueda. Finalmente, desistí de encontrarlo entre mis coterráneos y comencé a buscarlo en los indios que venían a dar conferencias al Brasil. Pero me decepcionaba enseguida, pues no parecían tener más conocimiento que los brasileños. En sus conferencias no apor-

taban nada y a veces eran muy inferiores a los nuestros. Sólo que engañaban más a la opinión pública al presentarse con trajes exóticos y dirigirse al público en inglés. Hasta que un día, uno de ellos pareció tener realmente algún grado más avanzado y puso término a mi fatigante peregrinación. Fue el Swámi Bhaskaránanda, que estuvo en el Brasil en 1962. Tuve la oportunidad de estar con él y de exponerle mi expectativa. Y me respondió lo siguiente:

—Su Maestro no soy yo, ni ninguno de los de su tierra. Él es mayor que todos nosotros juntos y tiene mucho más para transmitirle que el mero conocimiento intelectual. No se preocupe por hallarlo. Es él quien lo va a encontrar a usted, pero sólo en el momento preciso, cuando esté más maduro y pueda entender.

A partir de entonces, me quedé tranquilo y dejé de buscar. En cambio, empecé a invertir todo mi tiempo en el perfeccionamiento necesario para colocarme a la altura de un Maestro tan grandioso. Forzosamente tuve que leer cantidades de libros, hacer muchos cursos y conocer bastante gente. Entretanto, hubo cosas buenas, cosas malas y muchos fraudes.

Entre varias experiencias positivas, una es especialmente digna de mención. Fue mi relación con un profesor que dejó claro que no podría ser mi Maestro, pero se propuso con mucha honestidad prepararme a fin de tornarme apto para contactarme con él.

Además de las enseñanzas formales y de las clases regulares, él apoyaba su brazo sobre mi hombro y me llevaba a largas caminatas en las cuales me transmitía cosas mucho más interesantes. A veces me hacía leer libros difíciles de encontrar o muy caros o, incluso, escritos en idiomas que yo no entendía:

—Si quiere aprender algo que valga la pena, no pierda el tiempo con publicaciones populares y no ahorre esfuerzos para adquirir o para leer las obras principales, cualquiera sea su precio y aunque estén en otras lenguas. Si le indico leer un libro que sólo existe en inglés, francés o español, aprenda la lengua y lea el libro.

También me permitía ir a su casa a estudiar en libros muy antiguos y que, aparentemente, nunca habían llegado al gran público. Un día, el profesor me hizo sentar delante de él, me miró a los ojos y me dijo:

—Noto que ha leído libros de diversas líneas del conocimiento, que yo no le indiqué. Sé que lo hizo con la loable intención de adquirir un progreso más abarcador y universal. Pero ese procedimiento no es aconsejable. Por más que lea, no por eso va a alcanzar el Conocimiento, que no se puede conquistar a través de la lectura, ya que está por encima del intelecto. Los libros que le he recomendado fueron escogidos criteriosamente para proporcionarle una base sólida en un sentido bien definido, y eso es todo. Debe escoger una filosofía y, dentro de ella, definirse por una sola de sus líneas. Y entonces, seguirla con toda la dedicación. Lea lo suficiente sobre ella, menos sobre las otras, practíquela bastante y no mezcle con nada más. Espere que su Maestro llegue y que él le imponga las instrucciones y restricciones que correspondan para su caso. A partir de ese día, cúmplalas al pie de la letra, cueste lo que cueste.

—¿Está seguro de que mi Maestro no es usted?

—Estoy seguro. Su linaje, la tradición para la cual usted ha nacido, es superior al mío. En esta etapa del discipulado sólo me corresponde proporcionarle el impulso inicial. Debe dar atención especial a los libros de Yôga. Pero, aun dentro del Yôga, existen muchas ramas. Va a tener que descubrir cuál es aquella que le va como un guante. Las otras le serán inútiles y hasta perjudiciales.

—No comprendo. Pensaba que todas esas escuelas filosóficas se complementaban y se apoyaban unas a otras. Creía que el estudio de la Teosofía, Rosacruz, Antroposofía, Esoterismo, Hermetismo, Eubiosis, Cábala, Magia, Alquimia y Yôga se reforzarían mutuamente...

—De ninguna manera. Todas esas corrientes se originaron en principios diferentes, en países diferentes, épocas diferentes, culturas diferentes y tienen objetivos diferentes. Con el tiempo, se fueron distanciando más aún, de tal forma que hoy casi todas son prácticamente antagónicas entre sí. Y el Yôga no tiene nada que ver con esas filosofías, artes y ciencias. La confusión fue creada por buscadores crónicos que tienen poco conocimiento y mucha curiosidad. Los mayores Maestros suelen seguir una sola cosa y exigir lo mismo de sus discípulos. Preste mucha atención a esto: cada filosofía puede conducir al ser humano a una meta diferente. Como todas esas metas están muy por encima del entendimiento del lego, él imagina que a lo lejos, más allá de las nubes, esas paralelas se encuentran. Pero es apenas una ilusión de la pers-

pectiva. Y aun si no fuera así, aun si todas llevaran al mismo lugar, considere que muchos son los caminos que llevan a Roma, pero se puede recorrer sólo uno.

—Lo que pasa es que siento un impulso casi irresistible de estudiar todas las ciencias, artes y filosofías del oriente y de la antigüedad. Eso debe ser una señal de que mi vocación es esa, pues al estudiarlas no hago confusión alguna y hasta encuentro puntos de conciliación. ¿No será que mi naturaleza real es esta? ¿Es decir, estudiar todas las cosas para encontrar un lenguaje común que las concilie?

—No, mi querido. Sin embargo, creo que debe continuar en esa búsqueda ecléctica hasta concluir por su propia experiencia que eso es tiempo perdido y que es sumamente arriesgado.

—¿Arriesgado?

—Sí. Seguir dos escuelas o dos Maestros es como encender una vela por los dos lados. Además se está excediendo mucho. Por lo tanto, como medida de seguridad, voy a dejar que siga estudiando los libros de mi biblioteca, pero no le voy a enseñar ningún ejercicio más en tanto no se defina por la senda que pretende transitar.

—Pero, Profesor...

—No argumente. No quiero desenvolver en usted los poderes mientras no sepa exactamente lo que hará con ellos, y si tendrá equilibrio y disciplina para merecerlos.

Terminado el paseo, volví a los libros. Quería leerlos todos, pero ahora me preocupaba la advertencia del Profesor. Busqué al Gran Maestro de una de las órdenes iniciáticas que frecuentaba y le expuse resumidamente mi dilema. Él me respondió con una historia.

—Hijo mío, un día fui visitar al Gran Maestro que me precedió en este cargo. Él me recibió en su inmensa biblioteca. Estantes enormes reunían miles de libros donde se veían nombres como Paracelso, Agrippa, Avicenna, Cagliostro y otros sabios. Al ver esas obras, no pude dejar de exclamar: “¡Cómo me gustaría poder un día leer todos esos libros!” Y mi anfitrión me respondió con indiferencia: “Sería una gran pérdida de tiempo.

La sabiduría no está en ellos.” El problema es que sólo comprendí eso treinta años después, cuando ya los había leído...

En una mezcla de perplejidad y decepción, fui a consultar a un profesor de Yôga, en cuyo linaje yo estaba tratando de conseguir la Iniciación. Quería que alguien me dijese lo contrario. Necesitaba que una sola persona competente me diese una pizca de incentivo para volver a las lecturas diversificadas y a la ensalada de prácticas y ejercicios, en las diversas órdenes, sociedades y fraternidades. ¡Al fin y al cabo, todo aquello era fascinante! Pero fue un balde de agua fría. Él confirmó todo lo que habían dicho los otros y fue más allá. Me dijo que no me daría la Iniciación a menos que me desligara de todo lo que había estudiado hasta entonces, e incluso que cortara los vínculos con todas las entidades en que ya había sido iniciado ¡y aceptara comenzar desde cero!

Me sentí molesto. ¿Cómo podía un Maestro ser mezquino hasta ese punto? Le confesé educadamente mi extrañeza y obtuve la siguiente respuesta:

—No se trata de una actitud mezquina. Se trata solamente de protegerlo. Imagine que el discípulo es como un equipamiento electrónico y el Maestro es el técnico que deberá reprogramarlo para aumentar su potencia y desempeño. Si tiene dos o más Maestros, cada uno estará manejando su panel de control y estableciendo conexiones entre sus circuitos sin saber lo que estarán haciendo los demás del otro lado. Eso ocasionará seguramente un cortocircuito e incendiará el equipo, que es usted. Por eso, no lo aceptaré a menos que deje todo, para seguir solamente lo que yo le enseñe.

No quedaba ninguna duda. Todos coincidían en desaprobando el eclecticismo, ese mismo eclecticismo que se pondría de moda diez años después en América, con el rótulo de *universalismo* y más tarde con el de *holística*, pero que en realidad no es más que una miscelánea de conocimientos y técnicas muchas veces incompatibles, y que han provocado innumerables víctimas entre la juventud imprudente y entre espiritualistas ingenuos.

Un ejemplo típico del choque de egrégoras son los sikhs de la India. Viendo que los musulmanes y los hindúes se perseguían, torturaban y mataban mutuamente en una interminable guerra “santa”, que se odiaban en

nombre de Dios, un grupo formado por indios de ambas religiones fundó una secta pacifista, el sikhismo, que tenía la propuesta de ser un polo conciliatorio entre las dos y reconocía preceptos del hinduismo y del islamismo. Resultado: tanto una como la otra declaró a los sikhs como herejes e infieles... ¡y las dos empezaron a perseguirlos más furiosamente que al antiguo enemigo!

Yo mismo fui testigo de que todos los que intentaron una conciliación entre Maestros o escuelas supuestamente compatibles, acabaron teniendo serios problemas de psiquismo y de salud física, producidos por desarmonización energética. Presencé escenas y hechos tan graves, que su recuerdo justifica plenamente algo de insistencia sobre este asunto.

Por todo eso, a partir de una determinada época me definí y empecé a dedicarme estrictamente al Yôga, comenzando a desligarme en forma progresiva de todas las otras corrientes, lo que fue sumamente saludable.

Hoy sólo acepto como discípulo o como profesor de nuestro linaje a quien me convence de que ya sabe lo que quiere, que será leal y que no va ponerse a buscar aquí y allá, en este y aquel libro, ni a mezclar las enseñanzas de este y aquel Maestro.

### EL CONTACTO CON EL MAESTRO

Al principio, siempre que me preguntaban quién era mi Maestro, yo respondía sinceramente que no tenía Maestro alguno. Creo que no sentía orgullo ni tristeza por eso. Era un hecho. Todavía no contaba con la orientación de ningún mentor de carne y hueso. Sólo muchos años después comencé a relacionar las circunstancias relatadas aquí y llegué a una curiosa conclusión que voy a exponer al final de este capítulo.

Todo comenzó en 1960, en una de las iniciaciones que recibí. Cuando el ritual terminó, mi madrina me dijo:

—En el momento en que hiciste el juramento, vi a tu Maestro delante de ti. Era un hindú con mirada fulminante, pero por detrás de la cual pude advertir una bondad inmensa. Tenía la piel muy oscura, cabellos y barba largos y totalmente blancos. Te bendijo y se desvaneció.

No di gran importancia a esto, puesto que siempre tuve un temperamento descortésmente escéptico. Ese escepticismo me ahorró un buen número de sinsabores. Así que me olvidé de lo sucedido.

Pasados algunos años, un día entré en un taxi, me senté, indiqué adónde quería ir y partimos. Al poco tiempo comencé a notar que el conductor miraba hacia atrás todo el tiempo con una expresión enigmática. Hasta que no se contuvo y me preguntó:

–¿Es usted médium, joven?

–No– le respondí lacónicamente, como quien no quiere conversación.

–Pues yo sí– insistió. –Y cuando usted entró en mi auto, subió también un hindú que está a su lado mirándome con mal gesto. ¿Por casualidad, sabe quién es?

Yo no lo sabía ni me interesaba. Ni lo asocié con el caso anterior, ya que habían pasado varios años. La cosa quedó ahí.

Tiempo después, una alumna me sondeó:

–Profesor, ¿qué opina del espiritismo?

–Me parece muy bien para los espiritistas.

–¿Tiene algo en contra?

–No, al contrario...

–Entonces, ¿iría a una sesión en mi centro?

–No. Ya fui a muchas en mi etapa de búsqueda. Me pareció interesante, pero no es mi línea.

–¿Y si yo lo invitara, se negaría?

En 1969 yo aún no estaba convencido de los riesgos de mezclar egrégoras. Así que acepté. Marcamos un encuentro y, ese día, fuimos al lugar.

La sesión era de Umbanda. En aquella época, el espiritismo se dividía en kardecista y de vertientes afro. Después surgieron corrientes que no estaban de acuerdo con esa división y declaraban que sólo debía considerarse como espiritismo el Kardecismo. La división antigua era más técnica, pues caracterizaba como espiritismo todas las líneas que utilizaran la *mediumnidad*.

El lugar era bonito, bien organizado, la gente era cordial, y había una óptima vibración. En determinado momento, una entidad incorporada se dirigió a mí y me dijo más o menos lo siguiente:

–Usted, muchacho, está haciendo una práctica equivocada en su salita azul.

Yo no tenía ninguna salita azul. Pero recordé que al inicio de las clases hacíamos una mentalización azul celeste y la impregnábamos en las paredes, piso y techo, como una redoma de luz. Era posible que el sensitivo/médium estuviera percibiendo ese color y no la pintura de las paredes. Me sentí un poco herido en mi amor propio juvenil, pero podía ser realmente que estuviera haciendo algo mal; al fin y al cabo, era joven e inexperto. Entonces le pregunté de qué se trataba.

–Una vez por semana usted reúne personas en un círculo<sup>19</sup> y envía buenas energías a los que lo están precisando, ¿no?

–Sí, sí. ¿Y qué hay de malo eso?

–Lo malo es que se está olvidando de defenderse, cerrando la protección al final de la práctica. ¿Piensa que es inmortal? Inmortal soy yo, que ya estoy muerto. Si se mantiene con salud, es sólo porque tiene un guía hindú muy fuerte, que lo protege<sup>20</sup>.

Luego lo describió. ¡Era la misma figura! Entonces asocié con las escenas anteriores y con una más, muy antigua, que se había borrado de mi memoria: cuando era niño, había hecho el dibujo de un anciano que correspondía a todas aquellas descripciones. Al llegar a casa, busqué ese esbozo. Lo encontré al fondo de un armario entre cosas viejas y, por las dudas, resolví ponerlo en un cuadro, en la pared de mi escuela de Yôga.

Ya estaba listo para responder al cuestionamiento de algún alumno más crítico con alguna cosa del tipo “no creo en las brujas, pero que las hay, las hay”. Cuál no sería mi sorpresa cuando una alumna entró, lo miró y dijo:

---

19 Era el sat chakra.

20 Estaba faltando la sexta parte del sat chakra, que yo despreciaba y que consistía en la creación de un campo de fuerza contra el retorno kármico.

–¡Es él! ¡Es él! Yo lo veo desde niña...

Escenas como esa se repitieron muchas veces.

–Yo sueño con ese viejo hace muchos años, profesor. ¿Quién es?

Yo no lo sabía.

No sabía quién era, pero, obviamente, era alguien. Y alguien que, aparentemente, gustaba mucho de quien practicaba Yôga... Desde entonces comencé a meditar en aquel rostro, utilizándolo como yantra para la meditación de primer grado. Era fascinante cómo conseguía una concentración tan buena y alcanzaba niveles de conciencia bastante aceptables.

En poco tiempo surgió una “leyenda”: era la palabra *Bháva*. Y después fue completada: *Bhávajánanda*. Yo no sabía lo que era, pero probé utilizar esa palabra como mantra para la meditación de segundo grado.

A partir del día en que asocié el yantra con el mantra (el rostro con el nombre), comenzaron a aparecer percepciones muy buenas, *insights* ultra significativos. Fue así como aprendí todas las cosas que aún me estaban faltando para elaborar la codificación del Dakshinacharatántrika-Nirishwarasámkhya Yôga. Después de la sistematización, para simplificar, lo denominé SwáSthya Yôga, nombre que me surgió intuitivamente y que fue confirmado más tarde en el *Sanskrit-English Dictionary*, de Monier-Williams.

Todos los conocimientos que recibí por aquel proceso tuvieron confirmación posterior a través de literatura, de contactos directos con eruditos y mediante viajes a la India. Eso, sumado a otros factores, me llevó a concluir que la figura del anciano de mirada severa debía ser de mi Maestro, que Bháva o Bhávajánanda sería su nombre y que, probablemente, yo le debía todo lo que había aprendido antes, “solo”<sup>21</sup>.

Sin embargo, eso no me estaba gustando. Mi sentido crítico no me permitía declarar esas cosas en público.

---

21 Una técnica legítima de meditación es la concentración en el rostro y el nombre de un Maestro con quien se tenga empatía. La identificación obtenida por ese medio funcionará como hilo de conexión con los orígenes del linaje que él representa. Los mismos resultados que yo conseguí mediante mi Maestro, hoy mis discípulos los alcanzan a través de mí, y así sucesivamente.

Además, ¿cómo convencer a los otros si yo mismo no estaba convencido plenamente? Y eso me pondría en una situación vulnerable ante los opositores. Unos dirían: “es un místico, un visionario”. Otros podrían incluso ir más lejos: “un mentiroso, un impostor”. Por eso preferí guardar silencio durante los primeros diez años. En los diez años siguientes empecé a mencionarlo discretamente. Sólo ahora, más de veinte años después, cuando ya tengo la reputación de profesional que no adopta misticismos, juzgué oportuno divulgar estos hechos, pues sé que hoy nadie me va considerar “un sujeto que ve cosas”.

Además, creo que actualmente tengo una explicación plausible.

¿Quién es Bhávajánanda? Es mi Maestro, ya sea que haya vivido o no, pues fue a través de él, o sea, de la motivación de su retrato, como conseguí concentrarme lo bastante para ir al fondo del inconsciente y rescatar conocimientos ancestrales que son patrimonio de la humanidad.

A través de él, reverencio la memoria del patrono de nuestro linaje noble de Yôga Tantra-Sámkhya. Alguien tiene que haber sido el primero. A ese le rindo homenaje durante el pújá, al comienzo de cada práctica.

Y si vivió, ¿su nombre habrá sido realmente Bhávajánanda? No representa ninguna diferencia. Moisés tampoco se llamaba así, ni Jesús. Estas son distorsiones idiomáticas enormes de sus nombres originales. No por eso dejan de merecer el reconocimiento de millones de contemporáneos en todos los continentes. Los nombres sólo son códigos verbales para lograr asociación con el objeto que designan.

Siendo Bháva otro nombre de Shiva, el creador del Yôga, ¿Bhávajánanda podría ser el propio Shiva? Podría, ya que Bhávajánanda es considerado el patrono de nuestra stirpe, que a su vez es la más antigua. Ahora, se puede entender que el creador del linaje más antiguo sólo puede haber sido el propio creador del Yôga en sí, Shiva.

Sin embargo, la explicación resultó aún más estimulante cuando descubrí, en un libro del psicoanalista Carl G. Jung, una declaración suya de que todo lo que había aprendido de psicología a partir de los diez años de edad, no había sido en los libros ni en las escuelas, sino con *el viejo sabio*. A causa de esa declaración, alguien lo puso una vez contra la pared, acu-

sándolo de vidente, soñador, no científico. Pero él respondió categóricamente:

–No, yo nunca dije que vi al viejo sabio.

–Si nunca lo vio, ¿cómo sabe que es un viejo?

–Esa es la imagen arquetípica de la sabiduría en el inconsciente humano. Cierre los ojos e imagine a un sabio. ¿Qué ve? ¿Un joven? ¿O un viejo? El viejo sabio Philemon es sólo eso: un símbolo de sabiduría.

Un día hubo una exposición de la obra de Jung en el Museo de Arte Moderno de Río de Janeiro y allá estaba el dibujo del viejo sabio, según me consta, hecho por el propio Jung. Además de otros símbolos que comento en algunos cursos, había uno que me llamó mucho la atención. Las manos del sabio estaban en Shiva mudrá, el gesto que hacemos al comienzo y al final de cada práctica ortodoxa y que existe en el Yôga de la India desde hace milenios.

Sin embargo, antes de eso tuve mi fase de inquietud, incerteza e indagación. No satisfecho con todo lo que aprendía en esas meditaciones, un día casi maté la gallina de los huevos de oro. Con aquel sentido crítico mío exacerbado, bloqueé muchas buenas percepciones para cuestionarlas y las perdí en el torbellino del intelecto. Una de esas veces, quise obtener pruebas de que aquello no era una dulce ilusión. Recibí como respuesta un golpe con manopla de hierro. Capté el último mensaje:

*“Yo Soy<sup>22</sup> aquel que no tiene nombre ni forma<sup>23</sup>.”*

*No te importe tanto si viví hace mucho o poco tiempo,  
si en el Oriente o en el Occidente. Importa que yo viva  
aquí y ahora, dentro de tu corazón.”*

Pasé años sin aprender nada más. El Maestro sabe ser severo cuando es preciso. Sólo después de mucho tiempo, y de haber descendido al Hades,

---

22 **AHIH (hyha)**, el primero de los diez nombres divinos en la Cábala, se traduce "**Yo Soy**". Fue la respuesta que Moisés recibió en la montaña al preguntar: "¿Cómo es tu nombre? ¿En nombre de qué dios predicaré?" Y escuchó: "Ve, y diles que **Yo Soy** te envió." (Éxodo, capítulo 3, versículo 14).

23 El término sánscrito *nama-rupa* (नमरूप) se traduce como *nombre y forma*, cualidad de lo que es perecedero, transitorio. Lo que tiene nombre y forma, un día dejará de tenerlos.

volví a evolucionar en el SwáSthya Yôga. Por eso considero que las fases difíciles que tuve que atravesar fueron parte de las pruebas iniciáticas que me permitieron cruzar el Umbral.





## ESPIRITUALISMO

*El Yôga es una plegaria hecha con el cuerpo.*  
DeRose, 1960

La fase espiritualista fue una de las que más me marcó. Como suponíamos que el Yôga era algo místico, espiritualista, desde los dieciséis a los treinta años de edad me lancé a una incansable investigación, un *via crucis* por todas las sociedades secretas, órdenes iniciáticas, entidades filosóficas, antroposóficas, teosóficas, eubióticas, esotéricas, herméticas, ocultistas, gnósticas, etc.

Entre algunas de esas denominaciones, las diferencias deberían ser sólo semánticas, pero en realidad se establecieron diametrales divergencias de egrégora<sup>24</sup>. En el afán de obtener progreso espiritual, procuré aceptar todo, aun las divergencias, y en mi insignificancia de neófito adopté una postura de mero observador, con el corazón abierto para aprender y servir (*ellerni kaj servi*), sin intención de juzgar.

Hoy estoy convencido de que no fue válido pasar por esas escuelas iniciáticas. Si hubiese dedicado estrictamente al Yôga todo el trabajo, estudio, prácticas y gastos invertidos en ellas, dispersamente, durante tantos años, seguramente habría progresado mucho más. No es que sean malas. A mí me gustaban mucho y guardo un grato recuerdo de aquellos tiempos. Siento una profunda gratitud por el cariño con que sus dirigentes y la mayor parte de los miembros me recibieron en todas ellas, a pesar de mi poca edad. Les estoy reconocido hasta hoy por haber confiado en mi capacidad y por haberme ayudado a alcanzar, en algunas de ellas, altos grados a lo largo de los años.

---

24 Ver nota sobre egrégora al final del capítulo.

Pero el hecho es que perdí mucho tiempo. En lugar de concentrar la atención en lo que me interesaba, la dispersé. Me relacioné con un sinnúmero de personas fanáticas, intolerantes, perturbadas y hasta alucinadas, que contaminan enormemente las sociedades secretas y escuelas iniciáticas. Su proximidad es nociva hasta para un adulto con ideas formadas y mucho más para un joven estudiante. Había todo tipo de gente: fariseos, sabiondos exhibicionistas de pseudo saber, manipuladores de mentes, magos negros disfrazados, casos puramente psiquiátricos y cosas peores que prefiero no mencionar. Por pura suerte o mucha protección, a mí nunca pudieron perjudicarme, pero presencié varios sucesos deprimentes. Eso fue de a poco desilusionándome hasta tal punto que me desligué por completo de esas entidades.

No estoy contra esas instituciones, ya que creo en las buenas intenciones de la mayoría de ellas y en la sinceridad de sus dirigentes, así como en la de sus afiliados. Lo que no hay que hacer es mezclar corrientes. Y eso ocurre muy seguido. Sistemas distintos no deben ser mezclados, bajo pena de un inevitable choque de egrégoras. El perdedor será fatalmente el indisciplinado que insistió en leer, practicar y frecuentar esta y aquella corriente, con el pretexto sofisticado de que *“todo lleva al mismo lugar”*. Engaño total. No es así. Y si fuera así, entonces ¿por qué buscar en otras? ¿No sería más justificable permanecer éticamente, lealmente, en una sola?

No se debe mezclar Rosacruz con Teosofía, ni Teosofía con Antroposofía, ni Antroposofía con Eubiosis. Ni cualquier una de estas con Yôga. Ni un tipo de Yôga con otro. Creo en el derecho de opción y la libertad de elección. Cada persona debe saber lo que es mejor para ella, pero no debe mezclar, pues el cóctel ciertamente explotará en sus manos, más aún, en su psiquismo.

La indecisión es fruto de la inseguridad y de la inmadurez. No teniendo el coraje de escoger, el estudiante quiere tener todo. Pero quien todo quiere, todo pierde. Es realmente una cuestión de fidelidad, como si uno se pusiera de novio con dos o más personas al mismo tiempo.

Pero en aquella época yo aún no sabía nada sobre egrégoras, ni era consciente de la ética que acabo de invocar. Así, leí toneladas de libros, que sólo sirvieron para confundirme e informarme mal; frecuenté decenas de

órdenes y fraternidades durante años... Años perdidos, esperando las grandes revelaciones prometidas y sistemáticamente postergadas para cuando se llegase a los grados más elevados.

No obstante, en casi todas las órdenes, al llegar el tan ansiado momento de recibir aquellos grandes secretos y las prácticas más avanzadas, ¡qué decepción! Eran, nada más ni nada menos, las enseñanzas del Yôga sobre kundaliní, chakras, siddhis, y los ejercicios más rudimentarios para desarrollarlos. Pero el Yôga ya me había enseñado todo eso mucho antes, sin secretos ni misterios. ¡Y yo había sacrificado un tiempo precioso, robándolo al Yôga para ofrecerlo a esas entidades! Estas enseñaban mucho menos y demoraban mucho más.

Cuando descubrí eso, escribí en mi diario de estudios: “*Si despojamos el ocultismo de sus ritos y atavíos, lo que queda en el fondo es el Yôga.*” En ese momento aún no había descubierto la incompatibilidad de egrégoras, que constituye un riesgo mucho más serio.

Acabé permaneciendo por más de diez años en algunas de aquellas instituciones, conquistando todos los grados, aprendiendo Cábala, Magia, Alquimia; pero lo que buscaba por detrás de esas ciencias, era el Yôga. Entonces, me restaba trabar contacto más íntimo con la literatura de Yôga y con los pocos yôgins de la época.

Por suerte, no llegué a ser alumno de ningún profesor de yoga, pues era estudiante y me faltaban recursos. Convivía con todos en aquel círculo cerrado de personas que se dedicaban al Yôga medio secretamente; no obstante, tuve la ventura de no ser influido por ninguno de ellos, ya que la falta de identificación era recíproca. En el capítulo *Cuentos Pintorescos* voy a narrar las divertidas peripecias de esa banda exótica. Por ahora, me gustaría seguir relatando algunas de mis experiencias de la fase espiritualista (aplico aquí este término para referirme genéricamente a aquella constelación de corrientes ya citadas).

De todas las entidades que frecuentaba dedicadamente, la que más me fascinaba era la de los Rosacruces, por su aura de orientalismo, antigüedad y ocultismo. Fui iniciado en varias órdenes rosacrucianas del Brasil y algunas del exterior. Eran fraternidades diferentes y divergentes. Eso me sirvió para tener una idea comparativa y de conjunto, para concluir que

ninguna de ellas parecía tener las verdaderas enseñanzas rosacruces. Pero... ¡cómo me gustaba aquella gente! Y a ellos, yo. Les gustó enseguida mi apellido *DeRose*, que recordaba la denominación de la fraternidad. Por eso, en la iniciación, donde se recibe un nombre místico, preferí dispensarlo y usar el mío propio. Se trata de una ceremonia en la cual morimos para la vida profana y nacemos de nuevo, con otro nombre. Elegí el mío para evitar seudónimos. Por eso, hoy sólo uso *DeRose*. La otra persona, dueña de los nombres de pila, murió el día de esa iniciación.

Luego los hermanos de la orden descubrieron que el símbolo de los DeRose, de mi familia paterna, era la **rosa**, y el de los Alvares, de mi familia materna, era la **crúz**, por lo cual mi símbolo resultaba ser el casamiento de esas dos divisas heráldicas, o sea: ¡la **Rosacruz**! Como los ocultistas ven señales en todo, eso me proyectó muy adelante en más de una de esas fraternidades, lo que fue enormemente ventajoso, pues pronto pude tener contacto con determinadas enseñanzas para cuyo acceso hubiera gastado muchos años más, si no hubiera quemado etapas.

Yo ya estaba madurando interiormente y alcanzando la emancipación. Llegó el momento en que sólo necesitaba un pequeño empujón para salir del pasivo rebaño del espiritualismo y tornarme librepensador. La gota de agua la proporcionaron los hechos que relataré a continuación. Evidentemente no fueron el motivo de mi toma de conciencia, sino apenas su mecha.

Hechos como los que voy describir ocurren en la vida de todos nosotros. Cuando ya han pasado, llegamos a la conclusión de que no fueron ninguna tragedia, los superamos y salimos más fortalecidos con la experiencia. Llegamos incluso a encontrar gracia en ciertas cosas.

Corría la década de sesenta. Continué enseñando Yôga en aquella orden filosófica que mencioné antes, durante varios años. Tiempo después, algunos espiritualistas de la orden, destilando envidia, armaron una emboscada para sacar del camino a alguien que –ellos creían– podría ser conducido a la presidencia de la entidad. Eso no me interesaba, pero ellos tenían la mirada puesta en el poder y no podían arriesgarse.

Yo era un apasionado por aquello. Iba a las reuniones de mi grado y a las de nivel inferior, para estar siempre cerca. Asistía también los sábados

para ayudar en lo que fuese necesario y participar de cualquier actividad extra. Incluso aparecía los domingos, en el ritual abierto al público. Todo eso sin contar mis propias clases de Yôga de los viernes. Hasta en el período en que serví en el ejército, aprovechaba todos los días libres para ir a trabajar por la orden. Más tarde, cuando monté mi propio Núcleo de Yôga, ofrecí gratuidad a todos los miembros de la fraternidad<sup>25</sup>.

Un día pasé los límites. El director de clase me pidió que realizara un esquema sinóptico con algunas relaciones entre chakras, tattwas y otras fuerzas. Hice el trabajo exactamente como él me lo había pedido, pero cuando estuvo listo me pareció muy incompleto, pues tenía apenas unas 28 comparaciones. Entonces, elaboré otro con alrededor de cien.

En la fecha prevista, entregué los dos a fin de que él dispusiese de ambos como le pareciera mejor. Si no quería usar el más completo por alguna razón plausible, como, por ejemplo, la programación de las clases, sería comprensible. Cuál no fue mi sorpresa cuando él rechazó el más extenso, alegando que contenía información demás y muy *peligrosa*, “que podría enloquecer a los hermanos que lo estudiasen”.

—No puede ser— retruqué —, esta información está en libros que se encuentran en cualquier librería común. No hay ningún secreto aquí. Si los rosacruces iniciados pueden enloquecer con estos simples datos profanos, ¿qué iniciación es esa?

Volví a casa escandalizado. En el impulso de la indignación, pasé la noche en vela, compilando datos en otro cuadro, ahora mucho mayor, con cerca de mil comparaciones. Y, abajo, los nombres de los libros, especificando los números de las páginas de donde había extraído cada información. Así, nadie podría suponer que estaba transmitiendo enseñanzas secretas y quedaba claro que cualquier lego podía entrar en una librería y encontrar aquello. No precisaba gastar años en una sociedad secreta para

---

25 Este es un grave defecto que se observa aún hoy en mucha gente que enseña Yôga. Denota una gran falta de profesionalismo, que es responsable por la inestabilidad financiera crónica que se observa en escuelas de Yôga de tendencia espiritualista. Por eso, la mayor parte de ellas ya cerró y las pocas que quedan no logran realizar ningún trabajo relevante, debido a la sistemática falta de recursos. En el fondo eso es bueno porque ejerce un filtro, una selección natural, que elimina a los menos capaces y concede más espacio de trabajo a los que son, de hecho, buenos profesionales.

descubrir, encima, que consideran más profundo lo que se lee en libros populares.

Al día siguiente, con el ímpetu atrevido de la juventud, pasé por encima de la autoridad de aquel director de clase y ofrecí mi “*Esquema Sinóptico de las Relaciones Universales*” directamente al Gran Maestro. Este lo puso en un marco y lo colgó en una pared del salón noble, donde permaneció por muchos años.

Listo. Había cometido un error bestial. ¡Qué ingenuidad! Ahora tenía un terrible enemigo en la cúpula de la orden. Yo no lo sabía, pero ese era el segundo. El primero era el secretario. Bastante más antiguo, él consideraba que merecía ser sucesor del Gran Maestro. Como yo no alimentaba esa intención, no tomé la precaución de tranquilizar a los que sustentaban esas aspiraciones. Por el contrario. Mis actitudes los asustaban y, cuanto más me dedicaba a agradarlos, tanto más los desagradaba. Especialmente al secretario, pues en función de su trabajo profano, él sólo podía dedicar algunas horas por día a los intereses de la orden. Yo, en contrapartida, podía consagrar el tiempo que quisiera, ya que trabajaba con Yôga y, en aquella época, creíamos que todo era lo mismo.

Un día fui a hablar con él, a fin de mejorar nuestras relaciones. Le ofrecí un nuevo diseño con el símbolo de la fraternidad, muy bien elaborado, para usar como y donde quisiese. Lo sugerí para una nueva tapa del boletín, pues la antigua, que estaba en uso, era medio feúcha.

–Fui yo mismo quien la diseñó– me dijo, secamente. ¡Pucha, qué *metida de pata* macrocósmica!

Intenté remediarlo con una prueba de buena voluntad y lealtad. Nuestros rituales se realizaban en un lugar subterráneo, con largas vestimentas de lana, de los pies a la cabeza, que incluían calzado de lana y capucha de lana. En el verano de Río de Janeiro, eso era una tortura. Había gente que se sentía mal y comenzaba a faltar a causa de la incomodidad. Existía incluso un grupito de disidentes que lideraba un movimiento para adoptar el tejido de lino “porque Jesús usaba lino”. Pero la banda conservadora argumentaba que no estaba en discusión el tejido usado por Jesús o Buda. La lana se usaba por razones iniciáticas de aislamiento en los rituales de

Alta Magia y los fundadores de la orden habían determinado el uso de lana. Estaba formado el *quid pro quo*.

Para intentar atenuar esa situación incómoda, comuniqué al secretario que quería donar dos aparatos de aire acondicionado para el templo subterráneo.

Eso ya fue demasiado. Si concretaba la donación, todos quedarían agradecidos y yo me beneficiaría políticamente. Claro, yo no lo había hecho con esa intención. Se trataba apenas de un joven ingenuo que quería agradar. Pero había aplicado los medios inadecuados. ¡Qué tontería! Ahora era tarde. Había firmado mi sentencia.

En menos de veinticuatro horas recibí una carta suspendiéndome sumariamente por seis meses, firmada, no por el Consejo o el Gran Maestro, sino por el secretario. Me comuniqué inmediatamente. Quería saber la razón.

—Supimos que se está interesando por el Tantra, y nuestra fraternidad está en contra.

Entonces escribí una carta a mi supuesto protector y autoridad máxima, el Gran Maestro, solicitándole una audiencia con el Consejo. ¡Cuánta ilusión! Yo no había tomado en serio los ejemplos de Galileo Galilei, Giordano Bruno, Wilhelm Reich y tantos otros...

Pusieron fecha para la audiencia. Pedí al Gran Maestro que estuviera presente, pues confiaba en él. Pero no apareció.

Fue todo una farsa. Cuando vieron que mis argumentos, ya expuestos en la carta y ahora desarrollados de viva voz, eran muy fuertes para ser ignorados, comenzaron a agregar nuevas acusaciones infundadas y tan locamente absurdas, que si fuera hoy los mandaba al diablo y me iba de allí. Pero yo abrigaba mis ilusiones. Creía que la verdad tendría poder de absolución. Creía que todos los espiritualistas eran personas justas, honestas y honradas. Tenía la convicción de que nadie podía tener nada contra mí en aquel templo de amor y piedad cristiana... Tenía la conciencia tranquila y estaba convencido de que debía luchar por el derecho y la justicia.

Al final, confirmaron la pena: una suspensión de seis meses. Terminada la sanción, yo podía volver. Al secretario no le gustó este desenlace. Él había intentado que la pena fuera expulsión y no lo había conseguido.

Salí de allá desolado. ¿Cómo podían acusarme de tantas mentiras en un lugar donde pregonaban la verdad? Fue uno de los mayores sufrimientos de mi juventud. Cualquiera práctica espiritual que intentara hacer, en la intención de que me ayudara a superar el trauma, sólo empeoraba todo. Es curioso que, en el fondo, no me sintiera resentido con nadie. Aceptaba la experiencia como una prueba iniciática. Eso fue muy bueno para mí.

Hay males que son para bien. Todas esas cosas contribuyeron a estimular mi sentido crítico. Tuve bastante tiempo para pensar durante el período de apartamiento. Junté, como en un rompecabezas, varios datos que durante años había observado dentro de esta y de otras órdenes, sociedades y fraternidades: el resultado era un escenario desolador que me hubiera gustado no tener que ver.

Cuando terminó la suspensión, no volví. Un grupo de hermanos más sinceros, enterándose de lo ocurrido, encabezó un movimiento para que yo retornase. Me mandaron llamar varias veces. Me rehusé. No guardo rencores y procuro no generalizar, pero ellos, como colectividad, cayeron en mi concepto y perdieron mi confianza.

Por todo eso y otras tantas cosas, cuando llega a mi conocimiento que algún discípulo está frecuentando paralelamente una de esas instituciones, me siento muy decepcionado.

Este relato no tendría ninguna importancia si no hubiera servido como factor desencadenante de las circunstancias que, más tarde, conspiraron para poner algunos pequeños peñascos en mi camino.

Al desligarme de las cofradías, me quedé solo. Por un lado, fue óptimo, pues me torné independiente, sin ataduras, sin nadie para podar o censurar la evolución de mi método de Yôga. Por otro lado, también me quedé sin nadie que me defendiera contra los que vinieran a atacar mi trabajo. Realmente, no imaginaba que una cosa tan claramente saludable, constructiva y verdadera, pudiese ser hostilizada de tal forma.

Lo que pasaba era que yo había rechazado a toda una franja de público, que era exactamente la única, en esa época, en la que el Yôga era impor-

tante. Por lo tanto, estaba comenzando mi carrera con muchos adversarios y ningún aliado. En contrapartida, mis opositores no estaban solos. Política pura. Fue una pena que no entendiera nada de política. Aún hoy no entiendo y no me gusta.

Siendo así, no comprendí el motivo por el cual las cosas comenzaron a ponerse tan difíciles cuando fundé mi primer Centro de Yôga. ¿Por qué me anatematizaban, insultaban y calumniaban los profesores de yoga espiritualistas, justamente por estar enseñando Yôga? Para mí, en aquella ocasión, no había tanta diferencia entre esas dos corrientes (el Yôga y la yoga). ¿Sería eso coherente con las enseñanzas de la yoga que ellos profesaban?

Y, al final, ¿todas esos hechos habrán sido malos o buenos? En aquella fase, fue duro. Hoy tengo la certeza de que a largo plazo fue positivo, pues forjó en mí un temperamento bastante fuerte y el SwáSthya Yôga ganó un dedicado defensor.

Pasados más de treinta años, con la cabeza fría y con ánimo imparcial, después de meditar mucho sobre lo ocurrido, la conclusión es obvia:

No hay duda de que la culpa fue mía. **Todo lo que ocurrió fue un violento choque de egrégoras**, puesto que yo traía interferencias de otras escuelas filosóficas, cuyos estudios mezclaba por imprudencia cuando era más joven.

Eso no justifica ni legitima la actitud de los espiritualistas, pero nos ayuda a comprenderla. Toda la cuestión fue consecuencia de una falta de sintonía de energías. El ser humano es prácticamente un juguete de fuerzas gregarias que nos manipulan como a marionetas. Grupos de individuos afines terminan siempre sacrificando a los que pertenecen a otros grupos. En el reino animal, es el instinto de selección de las especies. Un antílope no vive en medio de leopardos, ni un tiburón entre delfines. La comunidad expulsa o destruye al intruso. Como las gaviotas sabias –y desterradas– del libro *Juan Salvador Gaviota*.

Sirvan estos ejemplos para que los lectores más lúcidos entiendan y no hagan mezclas de escuelas, Maestros o tendencias. Quien pone un pie en cada canoa, no llega a ninguna parte: ¡se cae al agua!

## EGRÉGORA

La palabra *egrégora* proviene del griego *egrégoroi* y designa la fuerza generada por la sumatoria de las energías físicas, emocionales y mentales de dos o más personas, cuando se reúnen con cualquier finalidad. Todas las agrupaciones humanas tienen sus egrégoras características: todas las empresas, clubs, religiones, familias, partidos, etc.

La egrégora es como un hijo colectivo, producido por la interacción “genética” de las diferentes personas involucradas. Si no conocemos el fenómeno, las egrégoras se van creando a la deriva y sus creadores se vuelven luego sus siervos, ya que son inducidos a pensar y actuar siempre en la dirección de los vectores que caracterizaron la creación de esas entidades gregarias. Serán tanto más esclavos cuanto menos conscientes estén del proceso. Si conocemos su existencia y las leyes naturales que las rigen, nos volvemos señores de esas fuerzas colosales.

Por axioma, un ser humano nunca vence la influencia de una egrégora si se opone frontalmente a ella. La razón es simple. Una persona, por más fuerte que sea, sigue siendo una sola. La egrégora acumula la energía de varias, incluyendo la de esa propia persona fuerte. Así, cuanto más poderoso sea el individuo, más fuerza estará aportándole a la egrégora para que ella la incorpore a las de los demás y lo domine.

La egrégora se realimenta de las mismas emociones que la crearon. Como ser vivo, no quiere morir y exige el alimento a quienes la engendraron, induciéndolos a producir, repetidamente, las mismas emociones. Así, la egrégora generada por sentimientos de indignación y odio exige más indignación y odio. En el caso de los partidos o facciones extremistas, por ejemplo, son los interminables atentados. En las revoluciones, frecuentemente, los primeros líderes revolucionarios que alcanzan el poder pasan de héroes a traidores. Terminan sus días exactamente como aquellos que acaban de destronar (según Richelieu, ser o no ser un traidor es sólo cuestión de fechas).

La egrégora creada con intenciones sanas tiende a inducir a sus miembros a continuar siendo saludables. La egrégora de felicidad procura “obligar” a sus amos a permanecer felices. De esa forma, cabe aquí la pregunta: ¿quién domina a quién? Conociendo las leyes naturales, uno canaliza fuerzas tremendas, como el curso de un río, y las utiliza en su beneficio.

La única forma de vencer la influencia de la egrégora es no oponerse frontalmente a ella. Para eso es preciso tener iniciación, estudio y conocimiento suficiente sobre el fenómeno. Como siempre, las medidas preventivas son mejores que las correctivas. Por lo tanto, en vez de querer cambiar las características de una determinada egrégora, lo mejor es sólo generar o asociarse a egrégoras positivas. En ese caso, la vida pasará a fluir como una embarcación a favor de la corriente. Eso es fácil de conseguir. Si la egrégora es producida por grupos de personas, basta con aproximarse y frecuentar a las personas correctas: gente feliz, sin complicaciones, saludable, de buen carácter, de buena índole. Pero también con fibra, dinamismo y capacidad de realización; sin vicios ni mentiras, sin pereza o morbidez. Lo difícil es diagnosticar esos atributos antes de relacionarse con ellas.

Una vez obtenido el grupo ideal, todas las egrégoras generadas o en las cuales penetremos, van a inducirnos a la salud, al éxito, a la armonía y a la felicidad.

Los antiguos consideraban a la egrégora un ser vivo, con fuerza y voluntad propias, generadas a partir de sus creadores o alimentadores, pero independientes de las de cada uno de ellos. Para vencerla o modificarla, sería necesario que todos los que la engendraron o la mantienen quisieran hacerlo y actuaran en ese sentido. Ocurre que, como cada uno individualmente está bajo su influencia, prácticamente nunca se consigue superarla.

Si usted ocupa una posición de liderazgo en la empresa, familia, club, etc., tendrá un arma poderosa para corregir el curso de una egrégora. Podrá apartar a los individuos más débiles, más influenciados por los condicionamientos impuestos por la egrégora y que opongan más resistencia a los cambios eventualmente propuestos. Es una solución drástica, siempre dolorosa pero, a veces, imprescindible.

Si, en cambio, no ocupa una posición de liderazgo, lo más aconsejable es seguir el dictado de la sabiduría popular: los que no estén cómodos, que se vayan. O sea, salga de la egrégora, aléjese del grupo y **de cada individuo perteneciente a él**. Eso podrá no ser muy fácil, pero es la mejor solución.

Otro factor fundamental en este estudio es el de la incompatibilidad entre egrégoras. Ya que todo ser humano está sujeto a convivir con la influencia de algunos cientos de egrégoras, el arte de vivir consiste en mantener sólo egrégoras compatibles en el propio espacio vital. Como se trata de fuerzas grupales, un individuo será siempre el eslabón más débil. Si no están en sintonía unas con las otras, generan un campo de repulsión, y si alguien está en su longitud de onda, al repelerse mutuamente, lo parten al medio, energéticamente. Desgarran sus energías, como si estuviera sufriendo el suplicio del descuartizamiento, con un caballo atado a cada brazo y a cada pierna, que corren en direcciones opuestas.

Ese descuartizamiento se traduce en síntomas tales como ansiedad, depresión, nerviosismo, agitación, insatisfacción o soledad. En un nivel más agravado, surgen problemas en la vida particular, familiar, afectiva, profesional y financiera, pues el individuo está disperso y no centrado. En el grado siguiente aparecen neurosis, fobias, paranoias, psicopatologías diversas, que todos perciben, menos el *mezclante*. Finalmente, las energías entran en colapso y surgen somatizaciones concretas de enfermedades físicas, de las cuales una de las más comunes es el cáncer.

Todo eso, sin mencionar el hecho de que **dos o más corrientes de perfeccionamiento personal, si actúan simultáneamente sobre el mismo individuo, pueden romper sus chakras**, ya que cada cual induce movimientos en velocidades, ritmos y hasta sentidos diferentes en sus centros de fuerza.

Con respecto a la compatibilidad, hay algunas reglas precisas, de las cuales puede mencionarse aquí la siguiente: las **egrégoras semejantes son incompatibles** en razón directa de su semejanza; las diferentes son compatibles en razón directa de su desemejanza. Pensaba que era al contrario, ¿no es cierto?

Todo el mundo se engaña al pensar que las semejantes son compatibles, y al procurar la coexistencia de fuerzas antagónicas, que terminan por destruir al necio que lo intenta.

¿Quiere un ejemplo de esta regla? Imagine que un hombre normal tiene una egrégora de familia, una de profesión, una de religión, una de partido político, una de club de fútbol, una de raza, una de país y así sucesivamente. Como son diferentes entre sí, pueden coexistir sin problemas. Aquel hombre puede tener cualquier profesión y cualquier partido político, ser simpatizante de cualquier club y frecuentar cualquier iglesia.

Ahora imagine otro caso. Ese mismo hombre resuelve tener dos familias, alentar a varios clubs de fútbol, pertenecer a partidos políticos de derecha y de izquierda al mismo tiempo, ejercer la medicina y la abogacía simultáneamente y ser católico los domingos, protestante los lunes y judío los sábados. Convergamos en que la persona en cuestión está psíquicamente desequilibrada. No obstante, es lo que mucha gente hace cuando se trata de seguir corrientes de perfeccionamiento interior: la mayoría cree que no tiene importancia mezclar aleatoriamente Yôga, tai-chi, macrobiótica, teosofía y cuantas cosas más se le crucen por delante. Entonces, ¡buen provecho con su ensalada mixta!

## EL FACTOR DE PROTECCIÓN DE LA EGRÉGORA O ÁNGEL GREGARIO

La egrégora es también un ente que puede, en cierto aspecto, ser asociado al concepto de ángel protector. Es innegable que la consolidación de lazos entre el individuo y el grupo integra al primero a un registro del inconsciente colectivo. Si está identificado con nuestra egrégora, dondequiera que esté el Ángel Gregario lo envuelve con sus alas protectoras. Sea de día o de noche, en América, Europa o Asia, en los buenos y en los malos momentos de la vida, estará siempre amparado y jamás estará solo. Los reveses se amortiguarán bastante, pues su impacto crudo es absorbido por

el poder gregario de millones de hermanos de esta cofradía mundial sin muros. Mientras está integrado, cada uno de nosotros tiene la fuerza de millones. Es eso lo que nos hace vencedores donde los demás son perdedores.

Si está identificado y bien integrado en nuestra egrégora, en los momentos de necesidad podrá recurrir a la ayuda del Ángel Gregario, haciendo una meditación o un mantra de SwáSthya Yôga, o incluso leyendo algún libro nuestro para fortalecer los lazos y, luego, mentalizando lo que necesita (pero no pida, sólo mentalice). Otra forma eficiente de permanecer dentro del círculo de protección de nuestra egrégora es mantener un contacto constante con el mayor número posible de compañeros de la misma sintonía.

## LA SUBLIMACIÓN DEL CUADRADO AL CÍRCULO

Un concepto universalmente aceptado es el de que los ritos, símbolos, atavíos y oraciones constituyen las muletas que el ser humano puede eventualmente necesitar al comienzo de su evolución. Pero cuando ya ha conquistado la maduración interior, se emancipa de todos esos artificios y del propio espiritualismo. Esa ecuación es desarrollada por el simbolismo del cuadrado, del triángulo y del círculo.

El cuadrado es la piedra bruta y representa al hombre embrutecido, todavía materialista por ignorancia, por desconocimiento del universo interior que está por descubrir.

El triángulo es la piedra angular y representa al hombre que comenzó su caminata a través del espiritualismo.

El círculo es la piedra filosofal y representa al hombre ya evolucionado, sin aristas, que conquistó el Conocimiento y el Poder. Por eso, no precisa más de las herramientas –ahora para él obsoletas y hasta groseras– que proporciona el espiritualismo. Todo eso le fue útil en una etapa, pero ahora se encuentra mucho más allá. Es como subir los peldaños de una escalera. Cada escalón puede haber sido sumamente necesario para alcanzar los siguientes, pero para continuar subiendo es preciso desapegarse de los que ya se han pisado y proseguir hacia los que están a continuación.

El SwáSthya Yôga ofrece un método eficaz de sublimación del cuadrado directamente para el círculo, sin pasar por el triángulo y, por lo tanto, sin misticismo ni adoctrinamiento.

## ¿QUÉ ES LA SUBLIMACIÓN?

Sublimación es el fenómeno que nos permite pasar de un estado más denso a otro más sutil, sin pasar por el estado intermedio. Por ejemplo, podemos tener agua en estado sólido, líquido o gaseoso. En estado sólido es hielo, en estado gaseoso es vapor de agua. Si dejamos un cubo de hielo sin refrigeración, la tendencia es que se derrita, pasando al estado líquido, y luego comience a evaporarse, pasando al gaseoso. Pero un cubo de hielo seco no pasa por el estado líquido, intermedio; va directamente al gaseoso, más sutil. Lo mismo ocurre con una tableta de alcanfor. Eso, en la Física, se llama sublimación. En nuestro caso, la sublimación consiste en pasar directamente del estado grosero, representado por el cuadrado, al de persona lúcida y sensible, representado por el círculo, sin pasar por el estado hipnótico del misticismo, representado por el triángulo.

## CUADRADO, TRIÁNGULO, CÍRCULO

La mayoría de las escuelas filosóficas de inspiración orientalista adopta la división didáctica en siete niveles de actuación del ser humano en el universo, en orden de sutileza creciente. De esos siete vehículos de manifestación de la conciencia, los cuatro primeros se consideran concretos y el cuadrado es su símbolo.

Los tres más sutiles se consideran abstractos y están simbolizados por el triángulo. El conjunto de los cuatro primeros se llama cuaternario inferior o personalidad. El conjunto de los otros tres se denomina tríada superior o individualidad.

El cuaternario inferior está constituido por los cuerpos físico denso, físico energético, emocional y mental concreto. La tríada superior está formada por el mental abstracto, el intuicional y la mónada. Para los reencarnacionistas, la tríada es la parte que se reencarna y el cuadrado se consume totalmente, entre una encarnación y otra.

El hombre de poca evolución tiene más desarrollado el cuaternario y mucho menos la tríada. El que está en el medio del camino, el espiritualista, tiene la tríada más desarrollada y el cuaternario mucho menos. En ambos casos se observa un desequilibrio, una hipertrofia de un sector en detrimento de otro. Sin embargo, eso forma parte del plan de evolución. **El movimiento oscilatorio precede a la estabilidad.**

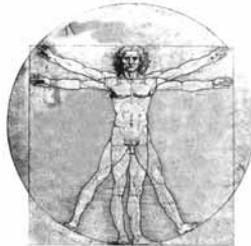
Habiendo superado el cuadrado y el triángulo, el ser humano penetra en la esfera superior, representada por el círculo, de equilibrio perfecto. Observamos, entonces, tres etapas de la evolución, *tamas*, *rajas* y *sattwa*, simbolizadas por las formas geométricas: cuadrado, triángulo y círculo, respectivamente. Cuando se alcanza la evolución circular, todos los vehículos, desde el físico denso hasta la mónada, tienden a manifestar equilibradamente su potencial de salud, fuerza y rendimiento.

Para el desenvolvimiento común, es así como se evoluciona: primero, el cuaternario, después, el triángulo y, sólo entonces, el círculo. Sin embargo, hay medios de acelerar la evolución, obteniendo un progreso de un millón de años en una década. Consisten en la sublimación de la fase espiritualista, que convierte el cuadrado directamente en el círculo.

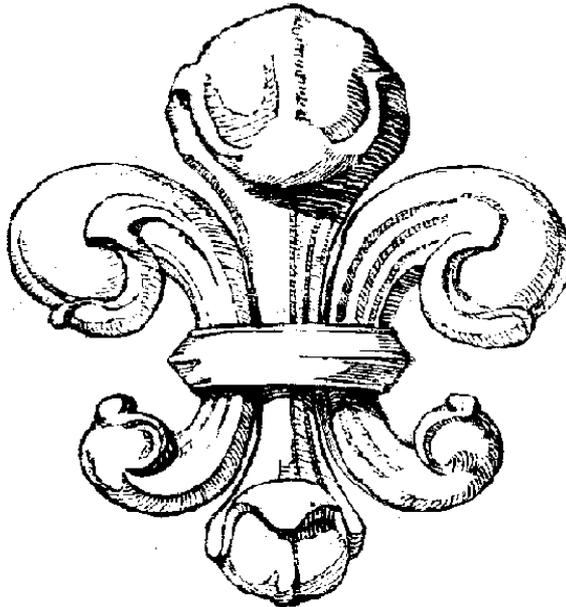
Simbólicamente, eso se obtiene a través del dinamismo (*rajas*) impuesto al símbolo de *tamas* (inercia) y transmutándolo en un signo giratorio, el círculo. Para quien sabe leer el alfabeto de la simbología, esto se hace trazando líneas de fuerza entre los ángulos del cuadrado y, después, cruzándolos. Es lo mismo que tomar el cuadrado y hacerlo girar. El producto de la energía liberada es la aceleración evolutiva y la quema de etapas, por lo tanto, la eliminación de karma.

Una alusión ocultista a esos conceptos se encuentra en el dibujo del hombre inscripto en un cuadrado y en un círculo, de Leonardo Da Vinci, que sugiere la identidad natural del ser humano con esos dos símbolos, pero omite intencionalmente el triángulo. Como se sabe, ese genio no era espiritualista, logró una evolución muy acelerada e intentó decirnos, de manera cifrada, cómo lo había conseguido.

Conclusión: el hombre común tiene que pasar por las tres fases, la del cuadrado (el hombre bruto); la del triángulo (el espiritualista) y la del círculo (la persona lúcida y evolucionada, por lo tanto sin condicionamientos de credos e ideologías). No obstante, los que tienen el privilegio de recibir la iniciación en el SwáSthya Yóga, pasan directamente del estado bruto al de Ser Consciente, sin tener que perder tiempo con el misticismo.



El diseño anatómico de las proporciones humanas de Da Vinci se llama Hombre Vitruviano porque se basa en las teorías del arquitecto romano Vitruvius, que vivió en el primer siglo después de Cristo.



#### Nota del capítulo

Cuando esta obra ya estaba editada hacía más de diez años, surgió en el mercado un libro titulado *El Código Da Vinci* que tuvo un enorme éxito en todo el mundo y suscitó una serie de elucubraciones. Su autor dejó bien claro que el *best seller* era una obra de ficción. A pesar de eso, algunas personas que gustan de fantasear enseguida establecieron relaciones entre el devaneo y la realidad. Hubo quien vio mucha coincidencia entre los siguientes hechos: que mi blasón tenga la rosa heráldica, bajo la cual en el libro y en la película estaría el Santo Grial; que el apellido de mi familia sea DeRose; haber utilizado la flor de lis asociada a mi método desde la edición de mi primer libro en la década del sesenta del siglo pasado, y citar a Da Vinci en este capítulo. En la presente edición me pareció bien esclarecer al lector y responder a las cuestiones suscitadas, antes que esto se transforme en una bola de nieve.

1. El hecho de citar a Leonardo en la página anterior no establece ninguna relación con las teorías de *El Código Da Vinci*. Miles de libros lo citan.
2. La rosa heráldica se encuentra en muchos blasones e incluso era símbolo de los Borbones.
3. La flor de lis es símbolo de la nobleza de Francia, de donde provienen mis antepasados. Da ahí una eventual simpatía con ese emblema.

Así, solicito que no se hagan más esas asociaciones y agradezco que no me consulten más al respecto.



## MAGIA

*El diablo sólo atormenta a los religiosos,  
nunca a los ateos.  
DeRose*

Yo había roto con el espiritualismo rancio, pero seguía teniendo un considerable residuo de conocimientos sobre las ciencias que se asociaban –equivocadamente– con él, tales como la Magia, la Cábala, la Alquimia y otras artes que otorgaban poderes. Había invertido muchos años de profunda dedicación a esos estudios y ahora disponía de un formidable arsenal.

Ya estaba trabajando con Yôga, pero aún no había hecho mi opción exclusiva. Como la mayoría de los jóvenes (y algunos adultos inmaduros), en la década del 70 del siglo pasado me permitía algunas mixturas bajo el pretexto sofisticado de que cada disciplina complementaba y reforzaba a la otra. Así, paralelamente al Yôga, me dedicaba a la Magia<sup>26</sup> y a otras corrientes.

Por esa época fue alumno mío Paulo Coelho, que era el compañero favorito del cantor Raúl Seixas. Poco después compuso la música *Gítá*, inspirado –supongo– en la página de apertura de nuestro libro *Prontuario de Yôga Antiguo*, en la cual se encuentra la frase:

“Yo soy el amor puro de los amantes, que ninguna ley puede prohibir.”

*(Bhagavad Gítá, cap. VII, vers. 11)*

Paulo Coelho y yo trabamos una amistad no muy íntima, pero bastante cordial. Con el tiempo, nos apartamos. Yo abandoné la Magia y seguí el

---

<sup>26</sup> Magia: lea la definición en la nota del final del capítulo.

camino del Yôga. Paulo Coelho abandonó el Yôga y siguió con la Magia. Años después escribió varios *best sellers*.

Esa fue una fase en que nuestro trabajo inspiró libros, músicas y películas. En la misma ocasión, otro alumno, Alberto Salvá, escribió y produjo un film llamado *Las Cuatro Llaves Mágicas*, una excelente película sobre Magia, con trucajes excepcionales para la época. Fue vuelto a presentar muchas veces a lo largo de los años. Una de sus mejores realizaciones es *A Menina do Lado*, basada en un cuento del propio Salvá. Me hace feliz el éxito de antiguos alumnos y amigos.

Otra consecuencia de la proficua fase de fantasías sobrenaturales y algo lisérgicas de aquellos tiempos, fue la música *Vira, Vira* (“...vira homem, vira, vira lobisomem...”) cantada por Ney Matogrosso, compuesta por Lulli, otra alumna inspirada por el SwáSthya y por la convivencia con el estimulante caldo de cultura artístico que existía en nuestra escuela de Yôga.

Si, por un lado, el estudio de la Magia era erudito y fascinante, su práctica se tornaba casi imposible por varias razones. Había problemas insuperables. Uno era el costo de los instrumentos requeridos. La espada tenía que ser de acero y debía ser forjada en una determinada configuración astrológica. Se hacía necesario hacerla forjar por un herrero y acompañar el trabajo de cerca para tener la certeza de que obedecía los requisitos rituales.

Ocurre que en el siglo XX no había herreros en el Brasil capaces de manufacturar espadas. Luego, la solución sería comprar una que hubiera pertenecido a otro mago serio. Pero tampoco había magos de esa corriente europea. ¡Entonces, la espada tendría que venir de Europa! ¡Qué complicación! ¿Y cómo saber si la transacción no era un engaño? El ambiente del ocultismo tiene tantos estafadores, que acaban pagando justos por pecadores. La espada de Papus, según consta, ya fue comprada tantas veces por el mundo, que ese mago tendría que haber tenido algunos cientos de ellas... Al final, ya se escogiera la solución de mandar forjar la espada o la de adquirir la de un antiguo Iniciado, el precio sería siempre prohibitivo.

Por otro lado, la espada es apenas uno de los ítems entre los instrumentos, sustancias y trajes indispensables para un trabajo eficiente y que ofrezca protección al operador de los fenómenos.

Evidentemente mucha gente cae en una simplificación a través del mero simbolismo. Por ejemplo, en el Brasil hay muchos magos que usan caricaturas de espadas, mal hechas, de sustancias no ferruginosas y sin punta afilada. Ahora bien: el efecto de la espada es semejante al de un pararrayos. Tiene que ser de hierro o de acero y tener la extremidad afilada. Es la protección mayor del mago. No siendo así, sólo ayuda como símbolo y puede tener algún efecto por la fe del operador, pero será muy restringido y sujeto a fallas. Los trajes tiene que ser de tejido aislante (lana); el círculo mágico protege mucho más si se traza con las sustancias adecuadas que si simplemente es dibujado en el piso. Y así...

Por eso, muchos aprendices de hechicero terminan pasándola mal, pues creen haber seguido todas las instrucciones y, sin embargo, pueden haber fallado en uno u otro pequeño detalle. Los libros de Magia no enseñan el Gran Arte. Cuando lo enseñan, colocan trampas por todas partes, transmitiendo instrucciones deliberadamente equivocadas para impedir la intrusión de un no Iniciado en ese grupo exclusivo y hermético. Las obras de Papus y de Eliphas Levi están plagadas de esos ardides. Quien no tiene un Maestro puede encontrar, en lugar del poder, la muerte o la locura. ¿Por qué los grandes Maestros de Magia hacen eso con sus lectores? Primeramente, para proteger su ciencia contra los viles curiosos, aventureros deturpadores en busca de poder, sin ética, que comprometerían el nombre de la Magia (como de hecho acabó ocurriendo). Y también para castigar, con emboscadas, a los inquisidores del Santo Oficio que intentaran dominar las artes del ocultismo. A quien suponga que los teólogos católicos jamás harían eso, cabe recordarle que Eliphas Levi era el nombre místico del abad Alphonse Louis Constant.

La mayor fuerza del mago es su voluntad (thélema). Por eso, practicábamos ejercicios para reforzarla. Una de las prácticas más simples era el ayuno de uno a tres días (los míos eran de diez días, pero no lo recomiendo a nadie, ya que he visto mucha exageración por parte de personas sin condiciones orgánicas o psicológicas para enfrentar una prueba de esas). Había diversos otros como, por ejemplo, subir de rodillas los 365 escalones de la iglesia de la Peña. No obstante, era preciso hacerlo sin motivos religiosos y, evidentemente, de manera desapegada y desinteresada, sólo como entrenamiento de la voluntad y de la disciplina. Eso tenía, además, un enorme peso positivo en la moral del grupo.

Otro ejercicio era el de la sincronía. Dábamos instrucciones muy precisas a cada miembro del grupo como, por ejemplo:

“Exactamente a las 9 de la mañana, colóquese bajo la marquesina del edificio número 583 de la Av. Copacabana, delante de la puerta principal y de frente hacia la calle. Permanezca de pie a 3 metros y 52 centímetros de la pared del edificio y 43 centímetros a la izquierda del poste más próximo. Verifique las distancias. A las 9 horas, 15 minutos y 30 segundos, extienda los brazos al frente, a 90°, con las manos juntas, formando un cuenco, y baje los brazos. Después, telefónee y reporte el ejercicio para recibir más instrucciones.”

Al seguir la orientación sin saber para qué, en aquel exacto lugar, en aquel minuto y segundo, ¡caía en sus manos un huevo! Si la persona había errado en la localización o en el momento exacto, se despedazaría en el suelo... o en su cabeza.

Otro miembro del grupo había recibido instrucciones, igualmente minuciosas, para dejar caer el huevo desde allá arriba, en el instante justo y con la localización también milimetrada. Marcado, para no poder ser sustituido, el huevo iba pasando de mano en mano, por mil peripecias, viajando decenas de kilómetros, hasta la Barra de Tijuca o hasta Niterói, y al fin del día había que presentarlo intacto. Claro que al principio se quebraba enseguida, en la primera tentativa. Después duraba un poco, hasta que alguien fallaba y se partía. Pero, después de algún tiempo de entrenamiento, el huevo empezó a llegar entero, siempre. La disciplina, la sincronía y la confianza recíproca proporcionadas por esa práctica eran soberbias.

Había también ejercicios que primero localizaban los mayores miedos de cada uno y luego iban enseñando a las personas a superarlos gradualmente. Uno de los casos más notables fue el de un joven que tenía accesos de nervios si veía una simple cucaracha. Fuera de eso, en su vida era una persona perfectamente equilibrada. Bonito, fuerte, atlético, aficionado a deportes peligrosos, valiente... ¡excepto si aparecía una cucaracha! Para él eso constituía un problema muy serio, que no tenía nada de gracioso. Con algún tiempo de entrenamiento, el joven en cuestión ya conseguía colocar el ortóptero sobre la palma de su mano ¡y aun encontrarlo lindo!

Tal superación sería indispensable en el futuro para las invocaciones. Si el mago guardara algún miedo allá en el fondo del inconsciente y no tuviera

entrenamiento para dominarlo, ese temor se manifestaría en forma de alucinaciones, haciéndolo huir, saliendo de dentro del círculo mágico que representa una protección territorial.

Para ejemplificar ese tipo de fenómeno, un respetado tratado de Magia relata la experiencia malograda en la cual dos magos hicieron su ritual en una encrucijada, a la medianoche, en un camino desierto del siglo XVIII. En medio de los trabajos, oyeron un tropel de caballos que se aproximaba rápidamente en la oscuridad. Uno de ellos dedujo:

–Es un carruaje. Salgamos ya de aquí antes que nos despedace.

El otro, más valiente, alegó:

–Si lo es, el cochero se va a detener o se va a desviar al ver la luz de nuestras lámparas.

Sin embargo, el ruido de los cascos y de las ruedas estaba cada vez más próximo y amenazador, rasgando el silencio de la noche en la floresta. Todos los factores conspiraban para inspirar pavor. Cuando los caballos surgieron de la oscuridad, galopando ya encima de los dos, el más aterrizado saltó fuera del círculo y murió. El otro resistió dentro de la protección y pudo confirmar que era todo ilusión. No había caballos ni carruaje. Cuando la imagen llegó al borde del círculo, todo cesó bruscamente.

Pero, ¿y si hubiera sido realmente un carruaje? Para evitar que alguno de nuestros aprendices terminara atropellado por un camión, pensando que se trataba de una ilusión, siempre hacíamos los círculos dentro de casa.

No por eso tales experiencias estaban desprovistas de riesgo. Una vez, antes del ritual, conté la desventura de los dos jóvenes y advertí a los participantes que no salieran del círculo, pasara lo que pasara. A fin de no ser perturbados, utilizamos nuestra sala del Edificio Avenida Central, en Río, un sábado a la noche, ya que la entrada se cerraba al final de la tarde y nadie podría perturbarlos.

En cuanto comenzamos las invocaciones en latín, se oyó un golpe en la puerta. Uno de los nuestros, acto continuo, se levantó y ya iba a salir cuando lo detuve:

–¿Adónde va?

– Voy a atender a la puerta, Maestro, para que no lo molesten a usted.

Parece hasta comedia, pero era tragedia. La tragedia de cómo el ser humano es desatento, ingenuo e indisciplinado.

—¿Quiere decir que las instrucciones que les di, de no salir del círculo por ningún motivo, son desobedecidas simplemente porque alguien golpea a la puerta?

—Tiene razón. Yo estaba preparado para resistir a un fenómeno horripilante como la aparición de una serpiente o espectro, pero esta insignificancia me tomó desprevenido.

No atendimos la puerta y proseguimos con el ritual. Entretanto el intruso continuaba golpeando. Además de insistir, como no haría nadie en su sano juicio, empezó a golpear y patear con tanta violencia que otra persona, en pánico, quería salir del círculo para llamar a la policía. Tuve que retenerla para que no se expusiera, pues el teléfono estaba, por supuesto, fuera del círculo.

El barullo en la puerta era ensordecedor. Parecía ser más de una persona, algo como un horda de vándalos furiosos, dando patadas y arremetiendo con herramientas. La madera de la puerta parecía estar a punto de quebrarse.

Paciencia. Eran los gajes del oficio. Continuamos nuestra liturgia, serenamente. En un momento dado, cuando hicimos la consagración del agua y la sal, el ruido cesó repentinamente.

Después de unas horas, acabada la práctica, comenzamos a retirarnos. Todos tenían curiosidad de ver los estragos del lado de fuera. Sólo que no había nada. La puerta estaba intacta.

Al pasar por la portería del edificio, preguntamos si había subido alguien. El portero nos mostró el registro de entradas y salidas. ¡No había entrado ni salido nadie!

Por esas y otras razones, era necesario un buen entrenamiento previo de disciplina, sincronía, superación de los miedos y desenvolvimiento de la voluntad. Aquel ritual había sido sólo un trabajo pequeño, elemental, solamente un ejercicio de iniciantes. ¿Y cuando hicieran una práctica mayor y más profunda, estarían preparados para controlar las tremendas energías liberadas?

Así, a quien se propusiese para la Iniciación, como parte de las formalidades le entregábamos la siguiente declaración, que escribí en un momento de exaltación:

### *ADVERTENCIA A LOS NEÓFITOS*

*He aquí que delante de ti han de abrirse, de par en par, las puertas del Templo; el velo de Isis se abrirá al medio. Estarás ante el Guardián del Umbral y cumple que asumas la decisión que sólo a ti concierne: caminar hacia el frente, optando por el camino del medio, o retroceder como haría cualquiera. Sería prudente que también tú lo hicieras.*

*La puerta estrecha está reservada a los fuertes; a los mediocres, cabe permanecer en el frío, mas no penetrar en el fuego. Cuantos lo intenten deberán ser conscientes de que vislumbrarán más amplios horizontes, a una altura que dará vértigo a los débiles, y éstos caerán. La luz será mucha, ofuscante para los que no están habituados más que a las tinieblas, y éstos se cegarán.*

*Por lo tanto, si piensas penetrar en estos secretos para traicionarlos, no verás más que la oscuridad de la noche en el desierto y, cuando creas ver dos estrellas de pequeña luz, ¡serán las pupilas de la serpiente que mató, en Adán, al Árbol de la Vida!*

*Pensarás tener la Piedra Filosofal en tus manos, pero al querer mostrarla a los infieles, verás que es una piedra de hielo que se te escapa por entre los dedos y nada tendrás para divulgar, sólo tu vana estulticia. Nada habrás visto. Sin embargo, tendrás mucho que deplorar.*

*Sopesa bien tu decisión en el silencio interior. Éste es el camino sin retorno que torna libre al valiente y engrilla al indeciso. Escoge si permanecerás en el mundo ilusorio, escuchando y siguiendo a falsos maestros que usan Su Santo Nombre en vano, asumiendo con ellos el karma culposo de la difamación y exclusión de aquéllos que tienen un mensaje y una misión; o si te erguirás con dignidad para divisar la verdad, proyectándote en el seno de los que están predestinados a despertar las conciencias para los eventos que aguardan a la Humanidad. En ambos casos, tendrás que asumir las consecuencias de tu elección, pues hay una ley que vendrá inexorable a cobrar a quien debe y a recompensar a quien merece.*

*Medita: cualquiera que sea tu decisión, parta ella solamente de ti. Si quieres desistir, todavía estás a tiempo.*

Por esa época grabé una cinta de cassette con un ritual de Magia para ofrecer a las personas que desearan practicar en casa, con seguridad, pues allí estaban todos los dispositivos de protección. Hoy, cuando los interesados en Magia la adquieren, no pueden creer que haya sido obra nuestra. ¡Cómo evolucionamos! ¡Apenas algunos años después de aquella etapa, ya me había desarrollado, consiguiendo todo aquello y mucho más, sin necesidad de ritual alguno! Era el Yôga que maduraba dentro de mí y se mostraba superior a cualquier otra corriente.

#### NOTA SOBRE MAGIA

La Magia es el arte de dominar las leyes de la naturaleza, produciendo fenómenos que, aparentemente, las contrarían. En realidad, la Magia no es sino la parte de la ciencia que aún no fue suficientemente estudiada para ser aceptada como tal.

Existen varias corrientes de Magia, unas más elevadas, otras menos. Mi preferencia se volcó hacia la Magia Ceremonial Europea, la más erudita de todas. Se fundamenta en la Cábala, tradición secreta de los hebreos, en Escuelas de Misterios grecorromanas y egipcias. Esa corriente se divide en Magia Blanca y Magia Negra, en Alta Magia y Baja Magia.

La Magia Blanca trabaja en forma altruista, para auxiliar a los otros y jamás para obtener ventajas personales. La Magia Negra, por el contrario, persigue finalidades egoístas y no le importa si perjudicará a otras personas para alcanzar sus intentos. El lego la confunde con la Baja Magia. Esta utiliza sustancias impuras, generadoras de larvas astrales, tales como sangre, sudor, lágrimas, esperma, sangre menstrual, etc. La Baja Magia admite producir dolor, sufrimiento y muerte de animales en sus hediondos rituales.

En cambio, la Alta Magia es limpia y elegante. No utiliza sustancias de origen animal, a no ser en circunstancias especiales, como en el caso de perfumes que contengan componentes extraídos del reino animal, y, aun así, en ínfimas cantidades. Fuera de esas discretas excepciones, sólo utiliza vegetales y minerales.

La mejor de todas, por ser la más elevada, culta y refinada, es la Alta Magia Blanca. Fue la que estudié en el pasado. Sólo trabaja por altruismo, en beneficio de terceros, no busca beneficios personales, no utiliza sustancias animales y no admite producir dolor, sufrimiento ni muerte.

A pesar de eso, hasta esa línea blanca puede causar, indirectamente, conflictos referentes a las propuestas de sólo hacer el bien, pero, involuntariamente, acabar afectando a alguien que intente perjudicar al magista. Eso ocurre porque, en el acto de la Iniciación, todos nosotros recibimos una protección sumamente poderosa contra los enemigos. Incluso si no la queremos, es parte de los rituales y es obligatoria por motivos de autopreservación del Iniciado.

En nuestro caso, se trató de una protección que resultó irreversible. ¿Y para qué deshacer una protección, si nos defiende de los agresores? Al principio es algo interesante y hasta motivo de un cierto orgullo. Pero más tarde, cuando nos toca presenciar repetidas escenas de aflicción, en que nuestros detractores son alcanzados por graves enfermedades y tragedias, es inevitable asumir un

sentimiento de responsabilidad por lo ocurrido y tratar, desesperadamente, de anular ese poder indeseable.

Entre el flagelo que alcanza a nuestro enemigo y lo poco que él habría conseguido contra nosotros, llegamos a la conclusión de que el impacto es siempre excesivo y tal vez no fuese necesario. Al menos, de acuerdo con nuestros principios.

Peor es cuando él descubre que la razón de su padecimiento ha sido algo que obró, dijo o mentalizó contra nosotros, y nos viene a buscar para que lo perdonemos y lo liberemos de ese retorno kármico, pero todo lo que podemos hacer por él son algunas tentativas. A veces estas son exitosas, otras, no tanto, pues la eficacia del alivio depende de la sinceridad del arrepentimiento de quien promovió la agresión. Es profundamente desagradable ver que alguien –por peor que sea su carácter o por más grave que haya sido su ofensa– necesita ayuda y uno es impotente para aliviarlo de la carga que lo aflige. Es natural cuestionarse que él no la habría recibido de no ser por la existencia del blindaje de protección.

Por eso hay que ponderar muy bien antes de involucrarse con el ocultismo, puesto que sus compromisos son, casi siempre, irreversibles. Mucha gente irresponsable se lanza en el universo de la Magia sólo por la lectura de libros. Bien, la naturaleza es selectiva. Esos aventureros, tarde o temprano, terminan siendo eliminados. Con la Magia no se juega.

A esa conclusión llegó, por ejemplo, Eliphas Levi. En su última obra, él transmitió enseñanzas muy claras sobre la kundaliní y declaró que esa energía era mucho más poderosa que todo lo que él había enseñado en sus libros anteriores. Dio a entender que sus conocimientos sobre Magia estaban superados por el nuevo descubrimiento, para el cual había tenido que invertir toda una vida de estudios y muchos sinsabores. Felices aquellos que pueden tener acceso a esa ciencia antes de la edad en que de nada más les vale.

Así, soy feliz por tener podido descubrir el mejor camino cuando aún era lo bastante joven para trabajar mis energías, conquistar grados satisfactorios en Yôga y estar a salvo de los violentos choques de egrégoras que suelen producir enfermedades, locura y muerte a aquellos que estudian o practican más de una línea de desenvolvimiento.





## TANTRA

*Los Tantras son para los Védas  
lo que el perfume es para las flores.  
Kulánava Tantra*

Liberado de mis compromisos con corrientes antitántricas, acabé siendo llevado, casi por compulsión, a aceptar la iniciación tántrica.

¡Ah! ¡Qué felicidad! ¡Qué alegría! ¡Qué sensación buena de libertad<sup>27</sup>, como nunca había sentido! Ahora entendía el motivo por el cual los no tántricos tienen tanto miedo y alimentan tanto resentimiento contra los seguidores de esa filosofía comportamental. Es tanto mejor, tanto más agradable, nos da tanta libertad y nos respeta tanto que, al conocerlo, todos quieren adoptarlo en detrimento de las demás líneas.

Sólo comprendí cuánto venía siendo reprimido, cómo venía siendo duro conmigo mismo e intolerante con los otros, en el momento en que entré a esta corriente de Yôga. ¿Para qué? Estamos aquí para ser felices y esparhar felicidad a nuestro alrededor, dondequiera que vayamos. Hay corrientes que prometen la evolución por el sufrimiento y hay las que producen el perfeccionamiento a través del placer. Las tántricas pertenecen a este segundo grupo.

### **¿PERO QUÉ VIENE A SER EL TANTRA?**

El término *tantra* significa: *regulado por una regla general*; el encordado de un instrumento musical; tejido o tela, o la trama del tejido. Otra traducción es “aquello que esparce el conocimiento”. O incluso, según Sivá-

---

<sup>27</sup> Hablando de libertad, vale la pena observar aquí que algunas personas confunden los ideales libertarios del Tantra con la pura y simple anarquía. Cuando les recordamos las normas de la disciplina o de la ética, nos acusan de ser represores para justificar de esa forma sus actitudes, a veces inconvenientes. Esos practicantes no entendieron nada del concepto de libertad con disciplina del Yôga tántrico.

nanda<sup>28</sup>, explica (tanoti) el conocimiento relativo a tattwa y mantra, por eso se llama Tantra. No podemos ignorar la correlación etimológica sugerida por la frase *vakrat vak tantraram*, que designa la tradición “boca a oído”.

*Tantra* es el nombre de los antiguos textos de transmisión oral (parampará) del período preclásico de la India, por lo tanto, de hace más de 5.000 años. Más tarde algunos de esos textos fueron escritos y se volvieron libros o escrituras secretas del hinduismo. En aquella lejana época de origen del Tantra, la India estaba habitada por los drávidas, cuya sociedad y cultura eran *matriarcales, sensoriales y desrepresoras*. Por eso se dice que eran un pueblo tántrico, ya que esta filosofía se caracteriza principalmente por esas tres cualidades. Además, eso es una noción ampliamente divulgada y universalmente aceptada.

El Tantra, el Sámkhya y el Yôga son tres de las más antiguas filosofías indias y sus orígenes se remontan a la India protohistórica, al período drávidico<sup>29</sup>. Tal vez por eso esas tres tengan más afinidades entre sí que cada una de ellas con cualquier otra filosofía surgida posteriormente. Este dato es de fundamental importancia en la milenaria discusión: ¿el Yôga más auténtico es de tendencia Sámkhya o Védánta? ¿Tantra o Brahmácharya?

### LA HISTORIA DEL TANTRA

La línea brahmácharya es patriarcal, antisensorial y represora. Por lo tanto, diametralmente contraria a la línea tántrica, que es matriarcal, sensorial y desrepresora.

¿De dónde surgieron esas características? La mayor parte de las sociedades primitivas no guerreras las tenían. Toda sociedad en la cual la cultura no estaba centrada en la guerra, valorizaba a la mujer e incluso la divinizaba, pues ella era capaz de un milagro que el hombre no comprendía ni lograba reproducir: ella daba la vida a otros seres humanos. Generaba al

---

28 Ver *Tantra Yôga, Náda Yôga, Kriyá Yôga*, de Swámi Sivánanda (pronuncie Shívánanda), Editorial Kier, página 25.

29 Ver *Yôga, Sámkhya e Tantra*, de Sérgio Santos. Leer también los libros: *Conhecer melhor a Índia*, de Raghavan, Publicaciones Dom Quixote, páginas 12 y 25; *Antigas Civilizações*, de Gaston Courtillier, Editions Ferni, página 24; *Yôga e Consciência*, de Renato Henriques, Escola Superior de Teologia, páginas 26, 33, 34, 54 y 55.

propio hombre. Por eso era adorada como encarnación de la divinidad misma. Y más: a través de las prácticas tántricas, era la mujer la que despertaba el poder interno del hombre por medio del sexo sacralizado. Incluso hoy ella es reverenciada como diosa en el Tantra.

De ahí la cualidad matriarcal. De ésta se desdobl原因 las otras dos características. La madre da a luz por su vientre; eso es sensorial. Alimenta al hijo con su seno; eso es sensorial también. No podría estar contra la valorización del cuerpo, no podría ser antisensorial como los brahmácharyas. La madre es siempre más cariñosa y liberal que el padre, incluso por el hecho de que el hijo nació del cuerpo de ella y no del de él. Y también porque es propio de la naturaleza del macho ser más agresivo y menos sensible. Puede ser que ese comportamiento tenga mucha influencia cultural, pero está reforzado, sin duda, por componentes biológicos.

Por todo eso e incluso como consecuencia de la sensorialidad, se desdobra la cualidad desrepresora del Tantra.

Así era el pueblo drávida, que vivía antiguamente en el territorio hoy ocupado por la India<sup>30</sup>. Así era el Tantra que nació de ese pueblo y así era el Yôga que existía en aquella época: un Yôga tántrico.

Pero un día la India comenzó a ser invadida por hordas de guerreros subbárbaros, los áryas o arios.

Al guerrero no puede importarle involucrarse más profundamente con la mujer ni con la familia y el afecto. Sería incluso incoherente. No puede tener lazos que lo suavicen, o se sentirá acobardado frente a la expectativa de la lucha y de la muerte siempre inminente. Entonces, se vuelve contra la influencia de la mujer, que frenaría su libertad y su impulso belicoso. Está en contra de los placeres que le brindarían comodidad<sup>31</sup>. Está en contra de la sensorialidad, pues tampoco puede permitirse sensibilidad al dolor durante el combate o ante la tortura. Por todo eso, él es antisensorial, restrictivo hacia la mujer y contrario al placer. En consecuencia, se

---

30 Con respecto al ambiente, cultura y comportamiento de los drávidas, lea el libro *Yo recuerdo...*, de este autor.

31 Consta que una de las razones que contribuyeron a la caída del Imperio Romano habría sido la introducción de los baños calientes como hábito cotidiano, que habrían reblandecido el temperamento de sus –antes– bravos guerreros. En el Brasil, para domar la fibra de los temibles indios cinta-larga, del Amazonas, los constructores de la carretera Transamazônica usaron... jazúcar!

vuelve represor, pues comienza a prohibir el sexo, la convivencia con la mujer<sup>32</sup> y los placeres en general. Después expande esa restricción, volviéndola una manera de ser, una filosofía comportamental<sup>33</sup>.

Cuando los arios ocuparon la India hace 3.500 años<sup>34</sup>, esclavizaron a los drávidas y les impusieron la cultura brahmácharya (patriarcal, antisensorial y represora) y les prohibieron, por lo tanto, la cultura tántrica (matriarcal, sensorial y desrepresora), por ser opuesta al régimen vigente. Quien practicara el Tantra y reverenciara a la mujer o a divinidades femeninas, sería acusado de subversión y traición. Como tal, sería perseguido, capturado y torturado hasta la muerte.

De esa forma, con su prohibición por razones culturales, raciales y políticas, el Tantra se volvió una tradición secreta. Continúa así hasta hoy, pues seguimos viviendo en un mundo marcadamente brahmácharya, no sólo en la India, sino en la mayor parte de las naciones.

Mencionamos razones raciales pues, al invadir a India, los arios eran rubios (como aún lo eran los arios que Hitler lideró en su campaña de conquistas militares, en pleno siglo XX; por eso su símbolo era la cruz swástika, antiguo símbolo hindú), en tanto que los drávidas tenían piel oscura y cabello negro.

### EL EQUÍVOCO DE LAS INSTRUCTORAS DE YÓGA

Eso explica la razón por la cual los instructores de yoga del Brasil que hacen oposición al Tantra son también machistas y racistas, pues no reconocen el valor de la mujer y muchos no permiten acceso a los negros. Evidentemente, ellos no asumem eso, pues saben que esas actitudes son impopulares. No precisamos armar ninguna discusión para demostrar lo que decimos. Basta observar el comportamiento de los opositores a los

---

32 *Autobiografía*, de Swámi Sivánanda, Editora Pensamento, página 140.

33 En varios libros de línea brahmácharya se encuentra la prohibición de utilizar ajo y cebolla en la alimentación, mientras que en los de Yôga tántrico esos dos alimentos son considerados muy útiles para la salud. Es que, por ser bastante energéticos, suelen aumentar la energía sexual de quien los utilice y, como los brahmácharyas están contra la expresión de la sexualidad, tales alimentos son considerados "peores que la carne".

34 Nota sobre discrepancias históricas: hay dos versiones principales para la Protohistoria india y algunas otras variantes de menor importancia. A ese respecto, lea la nota al final del capítulo.

tántricos: será fácil notar sus preconceptos étnicos, que contradicen lo que ellos enseñan teóricamente<sup>35</sup>.

Un ejemplo de la sociedad bajo tendencia brahmáchárya: en la India, la mujer casi no practica Yôga. Por cada cien hombres, existe apenas una practicante india del sexo femenino. ¿No lo sabía? Allá, las escuelas de Yôga son casi todas de orientación brahmáchárya. Trate de citar de memoria el nombre de diez Maestros de Yôga de la India y vea si encuentra entre ellos una sola Maestra. Si se acuerda del nombre de alguna, muy probablemente ella pertenecerá a una escuela de fundamentación matriarcal, es decir, tántrica.

¿Cómo se justifica entonces el hecho de que en Occidente tantas yôginis se posicionen en contra del Tantra, precisamente la línea matriarcal, la única que valoriza a la mujer? Eso se llama desinformación.

La fundamentación de las declaraciones realizadas en este capítulo se encuentra bien documentada en los libros de Yôga de buena calidad publicados aquí mismo en nuestro país y fuera de él, a saber:

***El Yôga***, de Tara Michaël, Editora Zahar;  
***Manual de Yôga***, de Georg Feuerstein, Editora Cultrix;  
***Tantra, el culto de la femineidad***, de Van Lysebeth, Summus Editorial;  
***Yôga, Inmortalidad y Libertad***, de Mircea Eliade, Palas Athena;  
***Tantra Yôga, Nada Yôga y Kriyá Yôga***, de Sivánanda, Editorial Kier;  
 y otros.

¿Habrán leído ellas esos buenos libros? Por otro lado es preciso tener cuidado con los libritos populares que no agregan nada y encima enseñan cosas erradas.

Es lamentable el desconocimiento de las practicantes de Yôga sobre la verdad con respecto al Tantra. Mucho más grave, sin embargo, es que las instructoras de “yoga” no lo sepan, ni hayan leído buenos libros. Eso se explica por el hecho de que la mayoría no tiene formación. Por eso ayudan a perseguir, difamar y boicotear a los instructores de línea tántrica, sus aliados naturales. Para ello, se alían y se someten justamente a los

---

35 Los practicantes de nuestro sistema de Yôga, evidentemente, suelen tener padrones de comportamiento bien diferentes de ese a quien censuramos públicamente.

líderes de linajes anti-tántricos que son, nada más y nada menos, sus verdaderos opositores.

Además, se produce un contrasentido aún mayor entre las señoras que enseñan la modalidad denominada Hatha Yôga. Como las otras, suelen estar en contra de los tántricos y, sin embargo, el Hatha Yôga, que ellas enseñan, ¡es tántrico! Esto también está documentado en la literatura más seria.

El Hatha Yôga fue creado por Gôraksha Natha, discípulo de Matsyêndra Natha, el célebre fundador de la Escuela Kaula, del tantrismo gris<sup>36</sup>. Ahora bien, en la India, aun hoy, el discípulo sigue estrictamente el linaje del Maestro. Si no estuviera de acuerdo con él en algo, no lo declararía su Maestro. Un Maestro tántrico no crearía un Yôga anti tántrico y el discípulo de un Maestro tántrico no profesaría una corriente contraria a la de su propio Maestro. Sobre todo en la época en que él vivió, siglo XI d.C., un período de gran rivalidad entre esas dos corrientes tradicionalmente antagónicas, como continúan siendo hasta hoy. En aquella época los adeptos de la línea patriarcal torturaban físicamente a los tántricos. Hoy no. Actualmente sólo aplican tortura psicológica, agresiones verbales y calumnias.

*Antiguamente quemaban a los herejes\* con leña.  
Ahora los queman con periódicos.  
DeRose*

\*del griego *hairētikós* – “que escoge”

Por lo tanto, ser mujer y declararse contra el Tantra es un contrasentido. Pero ser **instructora** de Hatha Yôga y atacar a los tántricos, bueno, eso ya

---

36 El Tantrismo tiene varias divisiones, de las cuales la principal es en línea blanca y negra (o mejor aún, en “mano derecha” y “mano izquierda”). La línea blanca (o de la mano derecha) es la más sutil, discreta, elegante, y desaconseja el consumo de cigarrillos, alcohol, carnes y drogas. La línea negra incluye varios de esos ítems en sus propias prácticas. Entre las dos líneas hay diversas Escuelas, con tendencia más hacia la izquierda (vamachara) o la derecha (dakshinachara). No está de más recordar que la nuestra es la línea blanca, de la mano derecha. Y además, que blanco y negro se utilizan aquí no para referirse a la raza de los practicantes, sino sólo como una alusión a la diametralidad de las divergencias entre las dos. Además, consta que la línea blanca es la más antigua, por lo tanto, la que fue practicada por los drávidas, que eran morenos, mientras que la línea negra habría surgido bastante después, entre los arios, que eran blancos.

es estulticia; al fin y al cabo, como vimos, ¡el propio Hatha que enseñan es tántrico!

¿Cómo se llegó a esta situación? Hay una explicación: el Yôga fue introducido en el Brasil por hombres. Los primeros autores brasileños que escribieron sobre Yôga fueron, también, todos de sexo masculino. Sólo después de una veintena de títulos publicados por hombres fue cuando las primeras mujeres brasileñas comenzaron tímidamente a escribir sobre Yôga. Pero fueron libros muy pobres, tanto que no tuvieron ninguna repercusión y sus autoras continúan siendo desconocidas.

Por otro lado, la mayoría de las mujeres se basó para escribir en otros libros ya escritos y que emanaban *patriarcalismo* brahmáchárya. Ahora bien, el *patriarcalismo* y el *coronelismo* son dos conceptos muy emparentados y muy arraigados en la cultura latinoamericana. Entonces, ellas acataron ese *coronelismo* instalado en el Yôga de la década del 60, época de la dictadura militar en el Brasil, y divulgaron los mismos conceptos que los hombres del Yôga latino habían importado de los hombres del Yôga indio. Y estaría todo igual hasta hoy, con todo el mundo reverenciando pavadas con aureola de prestigio, si no hubiera hecho eclosión en el Brasil el SwáSthya Yôga, que cree en la competencia y en la fuerza de realización de la mujer.

### CÓMO LLEGUÉ AL TANTRA

Alrededor de los veinte años de edad, comencé a leer sobre Tantra y descubrí todas estas cosas y mucho más. Era el momento, entonces, de buscar a los Iniciadores. Sin embargo, a partir de la persecución ideológica de los arios contra los drávidas (brahmácháryas contra tántricos), el Tantra se volvió una tradición secreta para garantizar su preservación (*vakrat vak tantraram*, tradición “de boca a oído”). Y continúa siendo secreto desde cientos de años antes de Cristo hasta nuestros días. Por lo tanto, leer sobre Tantra no sirve casi de nada. Uno recibe información, pero no Iniciación. Faltan las llaves que sólo se transmiten de Maestro a discípulo.

Comencé entonces una peregrinación todavía más difícil. Si bien las sociedades secretas podían ser encontradas (¡no eran tan secretas!), los Maestros de Tantra parecían no existir más. De esa forma, comencé por trabar contacto con un sinnúmero de charlatanes, de todas las corrientes y

estilos. Finalmente, de tanto frecuentar el ambiente, comenzaron a surgir indicios de personas serias, pero prácticamente inaccesibles. Era necesario ser presentado por otro discípulo que asegurase la honestidad, lealtad y disciplina del eventual novato.

Fui sometido, a partir de ese momento, a un largo período de sondeo de intenciones y evaluación de mérito. Lo que hubiera leído y practicado antes no fue considerado en absoluto. A los evaluadores sólo les interesaba el carácter, la índole, la educación, la personalidad del candidato. Como eran de línea blanca, quisieron saber acerca de mis hábitos de vida, como no fumar, no consumir alcohol ni drogas y no comer ningún tipo de carne.

### LA INICIACIÓN TÁNTRICA

Después de innumerables pruebas de merecimiento y mucha paciencia, conseguí la indicación. Se me marcó un día, hora y lugar. Jovencito, ávido de nuevas enseñanzas, mal pude esperar.

Cuando llegué a la residencia del iniciador sentí el impacto de la arquitectura clásica de muy buen gusto. El padrino, la persona que se había responsabilizado por mí, me aguardaba en la antesala y me introdujo a los presentes. Quedé impresionado por el ambiente agradable, el astral leve, las personas bonitas y afectuosas. Había un clima de cultura y sensibilidad. Los acordes de Mozart aterciopelaban la atmósfera. Por todas partes, esculturas incitaban a la belleza y al arte. A medida que iba recorriendo los salones, era presentado a jóvenes que, para ofrecer, sonriendo, un abrazo de bienvenida, interrumpían la lectura de Voltaire o de Goethe en su original. Todos vestían ropa a un tiempo elegante y con discretos toques de extrema sensualidad. Nunca había estado en un lugar así, ni con personas como aquéllas. No cabía duda de que se dedicaban a algo muy saludable, positivo y elevado, diferente de todo lo que había conocido hasta ese momento.

El iniciador era un señor distinguido que, por la forma de hablar, se percibía que era muy culto. Casi me olvidé de que estaba allí para recibir una iniciación tántrica, pues el placer de oírlo hablar me cautivó por entero. ¡Qué personalidad magnética, qué mirada dulce, qué forma envolvente de transmitir la sabiduría!

Finalmente, fui conducido a una habitación iluminada por velas y perfumada con incienso. Me sentí extasiado y ya ni me preocupaba conocer los ejercicios. Me bastaba estar allí, en compañía de aquella gente. El iniciador nos dio las instrucciones preliminares y ordenó el inicio del ritual.

Una Dêví me tomó de las manos y se preocupó de que me sintiese a gusto. Bajo sus cuidados, cualquier resquicio de ansiedad se disipó. Las técnicas iban siendo enseñadas por ella y explicadas por el iniciador. Jamás en la vida me había sentido tan feliz, nunca antes había experimentado un placer tan profundo y sutil.

Mientras las enseñanzas me eran transmitidas teóricamente, las encontraba agradables y las aceptaba intelectualmente. Pero cuando fui iniciado en el maithuna, percibí sensorialmente aquella verdad que considera a la mujer como la propia Divinidad hecha carne —una excelente metáfora de lo que se vivencia en el ejercicio de a dos—. Los compañeros se convierten en algo sublime, se vuelven capaces de conceder, uno al otro, el estado de gracia.

Antes de esa iniciación, yo juzgaba que los estados de gracia eran producto de *ascesis* espirituales y no podía imaginar que pudiesen ser desencadenados por un desborde del placer sexual. Después de una serie de técnicas sensoriales orientadas a aumentar la sensibilidad, el iniciador nos transmitió la llave del proceso:

—Retengan el orgasmo— nos dijo. —Reténganlo con bandha y kúmbhaka, una sola vez el primer día. Dos el segundo. Y así sucesivamente. Terminen siempre sin derramar el ánfora de bindu. El primer ciclo será de un día. El segundo será de dos días, al final de los cuales deben tener un orgasmo. El tercer ciclo será de tres días, al final de los cuales deben liberar el orgasmo. Y así sucesivamente, aumentando siempre un día. De esa forma, cuando estén en el 30º ciclo, habrán retenido la energía del orgasmo por treinta días seguidos. Cuando el maithuna llegue a una hora de duración, los resultados serán evaluados y las normas alteradas.

Estábamos recibiendo un patrimonio de conocimiento que el Tantra había descubierto hacía milenios: un dispositivo de alta tecnología biológica y, al mismo tiempo, de extrema simplicidad.

Hasta hoy, treinta años después, estoy agradecido, con los ojos húmedos, a aquellas personas que no olvidaré mientras viva. Todos los días invoco las bendiciones de los Maestros para que siempre sean felices como me hicieron feliz a mí. Que la Ley Universal los recompense siempre por el bien que difundieron concediéndome el extraño privilegio de esa sublime experiencia que cambió mi vida, mi karma, mi profesión, mis relaciones afectivas.

En la primera práctica formal de línea tántrica descubrí que siempre había sido un tántrico e incluso había realizado intuitivamente algunos ejercicios. En esa primera práctica sentí de inmediato el impacto de la energía sobre mi cuerpo, y en los días subsiguientes casi no dormí, viví en estado de gracia, tuve percepciones muy profundas, empecé a distinguir más matices de colores, escuchar más modulaciones de sonido, sentir más el tacto. La meditación alcanzó niveles indescriptibles. Los chakras se pasaban días vibrando. La kundaliní no se quedaba quieta. Por el perfeccionamiento que resultó de eso, los alumnos comenzaron a apreciar más mis clases, cautivados como estaban por una fuerza efervescente.

Una de las características del Tantra es el culto a la sensorialidad. Por eso, mientras otras corrientes de Yôga intentaban obtener efectos a partir de conceptos represores del placer, restrictivos del cuerpo y supresores de la sexualidad, el Yôga de linaje tántrico, por el contrario, me había enseñado cómo alcanzar los más potentes y rápidos resultados ¡justamente a través del placer y del trabajo con la libido!

¡Imagine a un adolescente descubriendo eso! ¡Cuántos traumas y neurosis dejé de adquirir! Y cuántas relaciones enriquecedoras, llenas de intercambios energéticos, pude aprovechar a lo largo de mi vida.

En el Tantra aprendemos un concepto muy hermoso, según el cual Shiva sin Shaktí es shava. Esto es, “el Hombre sin la Mujer es un cadáver”. Shiva es el elemento masculino, que debe ser potenciado por la Shaktí, elemento femenino. Observe qué interesante: la mujer, cuando es la compañera, se denomina Shaktí, que significa literalmente energía. Es aquella que energiza, que hace acontecer.

Sin la mujer, el hombre no evoluciona en la senda tántrica. Ni la mujer sin el hombre. Es preciso que tengamos los dos polos. Podemos hacer pasar

cualquier cantidad de electricidad por un cable y aun así la luz no se encenderá, a menos que haya un polo positivo y otro negativo, uno masculino y otro femenino. Así es en las prácticas tántricas.

El Tantra también tiene un componente fuertemente poético que contribuye a volver a las personas más sensibles y aumenta el sentido de respeto y amor entre el hombre y la mujer. En ese sentido, uno de sus conceptos más encantadores enseña que, para el hombre, la mujer es la manifestación viviente de la propia divinidad, y como tal debe ser reverenciada y amada. La idea recíproca es verdadera, pues la mujer desarrolla un sentimiento equivalente con respecto al hombre.

### **EL MECANISMO BIOLÓGICO DEL TANTRA**

Los antiguos habían descubierto que, para la naturaleza, el individuo es un factor descartable, pero la especie no. Ésta debe ser preservada a cualquier costo. La naturaleza es capaz de eliminar sumariamente millones de individuos si eso es útil a la especie. Las sociedades de insectos nos aportan buenos ejemplos de eso, cuando millones de hormigas o de abejas se sacrifican voluntariamente por el bien del hormiguero o de la colmena. En verdad, el ser humano no está muy distante de ese comportamiento. Basta recordar nuestra historia de guerras tribales, después entre naciones y ahora, abarcando prácticamente todo el planeta.

¿Qué utilidad hay en que sepamos que la naturaleza descarta al individuo, pero lucha para preservar las especies? Bajo la óptica de la ley natural, cuando un individuo se reproduce, ya cumplió su obligación para con la especie. Y enseguida su organismo pasará a un proceso más acelerado de decadencia en dirección a la muerte. Sin embargo, si practica maithuna, segregando hormonas sexuales en abundancia y después reteniendo el orgasmo, creará artificialmente un estado de permanente disponibilidad para la reproducción. Como la naturaleza preserva al reproductor porque es muy útil para la especie, ese individuo estará protegido contra enfermedades, envejecimiento e incluso accidentes, pues se mantiene con más reflejos y más inclinación a Eros que a Thánatos. Esos dos impulsos, el de la vida y el de la muerte, están en constante oposición en los seres humanos.

Cuando el impulso de Eros actúa más, la persona manifiesta mejor disposición para la vida y mayor vitalidad. Por lo tanto, disfruta de más salud, menos enfermedades y depresión. Por eso, también presenta menor propensión a accidentes. Muchas veces, éstos no pasan de ser tentativas inconscientes de suicidio.

De hecho, en todo el reino animal, cuando los individuos están aptos para reproducirse, cuando están bien abastecidos de hormonas sexuales, se vuelven exuberantes y mucho más fuertes. Eso también podría explicar por qué la práctica de maithuna tiene un efecto semejante sobre sus practicantes.

Para terminar, conviene informar al lector que Yôga y Tantra no son la misma cosa. Son diferentes. Pero el Yôga original, luego más auténtico, era comportamentalmente tántrico, ya que el brahmácharya sólo sería introducido milenios más tarde. Entonces, este último no tiene autenticidad en términos de orígenes y de coherencia con el Yôga. Por esa razón, a todos nuestros alumnos les gustó mucho más cuando comencé a enseñar las mismas técnicas que enseñaba antes, sólo que ahora con el colorido de una influencia más coherente, más legítima, más original<sup>37</sup>. Fue entonces cuando comenzó mi éxito en el campo del magisterio de Yôga. Y, como no hay suceso sin que se genera la reacción de los que están siendo superados, tuvo inicio también el conflicto que me estimuló a crecer, a estudiar más, a trabajar mejor y a desenvolver todo lo que relataré en los capítulos siguientes.

#### NOTA SOBRE DISCREPANCIAS HISTÓRICAS

Hay dos versiones principales acerca de la Protohistoria en la India y algunas otras variantes de menor importancia. La razón es que el período protohistórico no tiene registro y se basa en la arqueología, en tradiciones orales y en deducciones construidas por historiadores, antropólogos y otros científicos.

Una de las principales versiones fue adoptada por nosotros por ser la que cuenta con la mayor y mejor literatura de apoyo documental, a la cual podemos remitir a nuestro lector. Eso no significa que sea la versión verdadera.

---

37 Aun así, desintoxicarme de todo el lavaje cerebral a que había sido sometido anteriormente, me llevó tiempo. Incluso estando atento para eliminar toda la tendencia espiritualista y represora, demoré más de diez años en conseguir llegar a un buen término. Y eso sólo ocurrió cuando comencé a entender las raíces Sámkhya del Yôga preclásico.

Esta interpretación nos enseña que antes del año 3000 a.C. los drávidas vivían en la India y que en torno del año 1500 a.C., guerreros sub-bárbaros de la etnia aria invadieron su territorio, destruyeron sus ciudades, y mataron y esclavizaron a los de etnia drávida, lo que los habría obligado a migrar hacia el sur de la India y hacia Sri Lanka.

De hecho, eso explicaría por qué los drávidas son mucho más numerosos al sur de la India y en el país vecino, Sri Lanka. También tiene sentido en lo que concierne a la tradición guerrera de los arios, ancestros de los alemanes, proverbiales señores de la guerra e inventores de las más eficientes armas desde la Antigüedad.

La versión también resulta coherente con la tendencia de los arios de imponer la hegemonía de su raza en detrimento de las demás y de cometer genocidios para “depurar” la especie humana, eliminando sumariamente a los de razas consideradas inferiores. Eso se explica a la luz de la genética, ya que los arios, de piel clara, ojos azules y cabello rubio, tienen genes recesivos, mientras que los de piel, cabello y ojos más oscuros son genéticamente dominantes. Así, en un cruzamiento entre los arios y la mayor parte de las demás razas, la descendencia tendría las características de las otras etnias, terminando por exterminar a la raza aria. Siendo tanto más débiles en términos genéticos, podemos entender por qué, a lo largo de miles de años, sistemáticamente, quisieron eliminar a los demás. Para ellos era una cuestión de supervivencia. La tendencia a la guerra y a dominar a los otros pueblos está incluso expresada en los Vêdas, escritura sagrada aria, en el verso que declara las intenciones de los arios de aquella época: “Con el arco venceremos a nuestros enemigos y conquistaremos toda la Tierra.” Hitler, que era austríaco (luego, ario) ¡no lo hubiera dicho mejor!

Otra versión que viene ganando adeptos es la que afirma que los arios no migraron de la Europa Central hacia la India en oleadas de invasiones que culminaron con la destrucción de la ya debilitada civilización del Valle del Indo. De acuerdo con esa versión, los arios estaban en la India ¡más de seis mil años antes de Cristo! Académicamente, es difícil sustentar esa afirmación. Sin embargo, si fuera verdadera, los arios ya se encontraban allá cuando el Yôga, el Sâmkhya y el Tantra surgieron. Según esa interpretación, no fueron los arios los que destruyeron la civilización Harapiana. Ésta se habría deteriorado sola y entrado en colapso por varios motivos, entre ellos la desaparición de un importante río, el Saraswati. Uno de los motivos que nos llevan a ser prudentes antes de aceptar esa versión, es el hecho de que viene siendo defendida exactamente por los arios. Nos gustaría oír la opinión de historiadores drávidas a ese respecto.

Hay una tercera opinión bastante difundida en Francia, según la cual el Yôga habría sido creado allá mismo, por los celtas, y llevado a la India. Por lo tanto, el mérito no sería de aquel pueblo de piel oscura sino de los europeos. Aseguran incluso que el sánscrito no debe ser considerado una lengua indoeuropea sino euro-india, puesto que habría sido llevada de Europa a la India. Fue por eso que recibí la invitación que me convirtió en Presidente del Collège d'Études Celto-Druidiques para América Latina, con sede en Drancy, Francia. Me enviaron una carta donde afirmaban que el SwáSthya Yôga que sistematicé era nada más ni nada menos que el Yôga Celta. No compartí la vehemencia de esa opinión y rechacé el cargo. Pero de nada sirvió: un día recibí por correo un diploma que me investía de la Presidencia, juntamente con un medallón druídico. Finalmente acepté el cargo pero sólo en carácter honorífico. Relato esta historia para ilustrar con una tercera versión que pueda servir de advertencia al estudiante para ser cuidadoso antes de endosar esta o aquella opinión.

En realidad, no importa mucho cuál es la versión verdadera, incluso porque ninguna de ellas debe serlo por completo. No necesitamos perder tiempo con un debate de esa naturaleza, puesto que no somos historiadores y nuestra preocupación prioritaria es el Yôga. Sabemos hasta qué punto es bueno nuestro tipo de Yôga y ninguna nueva versión “histórica” va a hacernos dudar en nuestra confianza y fidelidad por el SwáSthya Yôga.

Nuestra posición con relación a este tema es: si la Historia puede contribuir al entendimiento y la fundamentación de conceptos y principios del SwáSthya Yôga, no vemos ningún mal en mencionar los datos históricos. Si, por otra parte, la Historia no tiene ningún dato que nos interese

pedagógicamente para explicar mejor nuestro sistema, no hay por qué citar cuándo surgió cierta ciudad o cuándo existió determinada civilización.

Finalmente, no combatimos las opiniones divergentes de aquella que adoptamos. La mayor demostración de tolerancia y buena voluntad en este sentido es el hecho de que uno de nuestros mejores instructores haya realizado investigaciones y trabajos escritos a ese respecto, dictando, incluso, cursos sobre el tema en nuestra sede central en São Paulo y en varias otras del país.

Lo que quisimos dejar claro con estas explicaciones es que no existe ningún estado de animosidad entre este autor y sus discípulos que adopten otra versión histórica, ni constituye de parte de ellos ninguna intención de falta de respeto, pues se han mostrado siempre respetuosos y cariñosos, consultándonos frecuentemente. Y, repito, no somos historiadores y no precisamos discutir por asuntos que no nos incumben. Nos limitamos a leer y exponer los resultados de las investigaciones de terceros en el campo de la Historia y de la Arqueología.

Sea cual fuere la verdad histórica, eso no altera nuestra forma de ejecutar los mantras, los ásanas, los pújás o la meditación. El Yôga es la técnica. ¡El Yôga aparece cuando todos cierran la boca y se sientan a practicar!

Para terminar, cabe aquí una cita de Jean Cocteau: "A la Historia, prefiero la Mitología. La Historia parte de la verdad y va en dirección a la mentira. La Mitología parte de la mentira y se aproxima a la verdad.\*"

\* Lea el libro *Yo recuerdo...*, de este autor.





## EL PRINCIPIO DE LAS INCOMPRESIONES

*La verdad siempre resplandece al final,  
cuando todos ya se fueron...*  
Julio Ceron

**Bien, para que lea este capítulo tenemos que hacer un acuerdo previo. Si va a pensar que estamos reclamando o reivindicando alguna cosa, si va a creer que nos juzgamos perseguidos o incomprendidos, si va a considerar este relato histórico con amargura, no lo lea. Saltee el capítulo. Si usted es del tipo soñador /cuestionador /alternativo /místicoide y no quiere que el autor diga nada realista, sino solamente que todo son flores, no lea este capítulo. Es más, cierre el libro.**

**Por otro lado, si usted es una persona madura y equilibrada, si leyó otras autobiografías antes y reconoce que una obra con esa propuesta tiene que contar todo y no puede esconder nada, entonces, prosiga. Creo que se va a divertir y a instruir bastante en las páginas que siguen.**



Mientras no demostré serias intenciones de abrir una escuela y tornarme profesional, los profesores de la época decían abiertamente que aquel yôgin era un ejemplo de dedicación, que era “muy evolucionado”, que su seriedad debía ser seguida por todos, que haber llegado a aquel punto con tan poca edad era señal segura de que llegaría a ser un gran Maestro... Ellos no esperaban que yo fundara un Espacio Cultural o, por lo menos, que lo concretase tan pronto, pues estaban habituados a personas que se

pasan años diciendo que van a realizar algo y nunca hacen nada. Se engañaron.

A los diecisiete años de edad decidí que quería servir en el Ejército, en la tropa. ¡Fue un escándalo!

– ¿Qué va a hacer un joven como usted allá, en medio de esa gente? No es ambiente para usted – era lo que escuchaba con frecuencia.

Pero, así como elegí el colegio interno que -todos decían- iba a detestar, y me encantó, lo mismo ocurrió con el cuartel. Eso sí, las razones eran diferentes. No fui al Ejército a fin de estudiar más Yôga, sino para ponerlo a prueba en un ambiente adverso.

Había decidido también que después del servicio militar iba a ser instructor de Yôga y a ejercerlo como profesión verdadera, en tiempo integral, dedicando mi vida a ese ideal.

En cuanto me dieron de baja en el Ejército, conseguí un pequeño empleo con el cual pagué un curso para presentarme a concurso para la Compañía Siderúrgica Nacional. Aprobé con una buena ubicación y entré a trabajar allá, provisoriamente, para reunir capital y poder abrir mi Núcleo. Así fue.

Me hice amigo de un brillante médico de la CSN, el Dr. Pedro Jaimovich, que, entendiendo cuál era mi real vocación, me introdujo en el mundo fascinante del contacto con el público. Un día me preguntó, como sondeándome:

– ¿Se animaría a dar una conferencia en el Club de Leones?

Nunca había dado conferencias, pero acepté el desafío. Creo que me fue razonablemente bien, pues bastante gente quiso practicar Yôga. Pero el Dr. Jaimovich me planteó enseguida otro desafío:

– Y ahora, ¿iría al programa de Flavio Cavalcanti, en televisión?

Acepté, y ese fue mi bautismo de fuego con la TV, de la cual no me aparté nunca más.

Me dijo entonces el Dr. Pedro:

–Usted tiene algo más que coraje. Usted nació para esto. Ya es hora de que tome su decisión. Si se queda más tiempo aquí dentro de la C.S.N., va

a acabar por acomodarse y tener miedo de salir, como le ocurre a la mayoría.

Era el estímulo que necesitaba. Otros dos amigos se habían comprometido a abandonar sus empleos para montar juntos una escuela. Felizmente, en la hora H, ambos se acobardaron y cambiaron de idea, dejándome solo en la empresa. Así, comencé de la mejor manera, es decir, sin socios.

Todos los instructores, cuando piensan en abrir un establecimiento, siempre planean hacerlo en sociedad con uno o más colegas, por inseguridad. Los preocupa la idea de que tendrán que hacerse cargo de todas las decisiones y gastos si se instalan solos. Pero sucede que la peor manera de comenzar es formando una sociedad. Por lo tanto, tuve suerte. En la fecha prevista, en 1964, presenté la renuncia y, con el dinero economizado, alquilé una sala en el piso 33<sup>o</sup> del recién construido Edificio Avenida Central, en aquel entonces el más alto de Río de Janeiro.

#### **ABRÍ MI PRIMERA ESCUELA EN 1964**

Preferí el piso 33<sup>o</sup> en alusión a los 33 grados de la Masonería y a las 33 vértebras que tiene que ascender la kundaliní.

Elegir un lugar tan alto fue un error de cálculo típico de la inexperiencia de la juventud. Yo imaginaba que las personas apreciarían el hecho de estarnos lejos de los ruidos y del humo de los automóviles. ¡No contaba con que tanta gente tuviese miedo de la altura! Todos exclamaban:

–Pero ¿por qué tan alto?

Yo les decía:

–No tiene que ir por la escalera. Use el ascensor.

Pero no entendían la broma y respondían:

–Es que justamente no me gusta el ascensor. Sube muy rápido y no tiene ascensorista...

Sin embargo, era el único lugar de Río y del Brasil donde podían encontrar SwáSthya Yôga. Así que acababan aceptando vencer sus fobias para llegar allá arriba. Pronto los grupos estuvieron llenos en el Instituto, pero

estoy seguro de que perdí muchos alumnos por pensar siempre con un sentido de vanguardia.

En cuanto inauguré la escuela, justamente aquellos profesores y autores que me elogiaban, hasta por escrito, cambiaron bruscamente de opinión. Antes yo era un practicante dedicado, que dominaba prácticas avanzadas y a quien convenía tener cerca, pues siempre podían declarar que eran mis maestros para autopromoverse, como ocurría con frecuencia.

Sin embargo, me había convertido ahora en un fuerte competidor que les restaría inevitablemente un buen número de alumnos. Se hacía necesario, así, detonar una campaña para generar descrédito. Entonces comenzaron las habladurías. Primero en relación con el método. No resultó porque a los alumnos les estaban gustando las clases. Todos decían estar encontrando en el “*Yôga de DeRose*” exactamente aquello que faltaba en los otros tipos de Yôga.

El SwáSthya ganó inmediatamente la fama de constituir el Yôga más completo de todos y aquel que englobaría el Hatha Yôga, Rája Yôga, Bhakti Yôga, Karma Yôga, Jñána Yôga, Laya Yôga, Mantra Yôga y Tantra Yôga. En realidad, el Hatha no forma parte, pero sí el Ásana Yôga, con el cual el lego lo confunde. De hecho, el SwáSthya Yôga contiene todos los elementos preclásicos que dieron origen a esas ocho ramas (Tantra, Mantra, Laya, Jñána, Karma, Bhakti, Rája y Ásana Yôga. De este último, siglos más tarde, nacería el Hatha). Cabe recordar aquí que el SwáSthya **no fue creado** a partir de la combinación de aquellas ocho ramas, y que no aprobamos misceláneas. Es la codificación del tronco de Yôga preclásico, en el cual se originaron todas las ramas. Por eso el SwáSthya es tan completo.

Como la tentativa de difamación del método no resultó, debido a su indiscutible superioridad, uno de los concurrentes tuvo la "brillante" idea de embestir con calumnias sobre la persona del profesor, basado en argumentos convincentes y contra los cuales me encontraba realmente indefenso:

- 1) Yo era muy joven, ingenuo e inexperto.
- 2) Era de linaje tántrico, que sería violentamente combatido por los espiritualistas.

3) Estábamos en plena vigencia del golpe de 64 que instauró la dictadura militar de derecha. Por coincidencia, fundé la primera escuela justamente en 1964. Usaba barba, cosa que en esa época se asociaba al comunismo de Fidel Castro, del cual se temía la expansión por los demás países de América Latina. Nadie en el Brasil osaba dejarse la barba. Como nunca me metí en política y vivía sumergido de cuerpo y alma en filosofía, jamás imaginé que cultivar una barba pudiese tener connotaciones políticas o que eso llegase a perjudicar el trabajo con Yôga. Ocurre que el profesor que había elaborado aquellas invectivas ¡era coronel! Y, no se olvide, estábamos en pleno ascenso de una dictadura militar de derecha...

Listo, estaba cerrado el círculo. Con aquellos tres triunfos, trataron de acosarme durante los veinte años que duró la dictadura. Si usted, lector más joven, cree que estoy exagerando, es porque no ha vivido en aquella época. Ser militar, aun sargento, bastaba para ser obedecido y temido por todos. Todas las puertas se le abrían o cerraban a quien indicaba el militar. En mi inocencia, recién noté que las persecuciones tenían esa connotación política cuando la dictadura terminó, veintiún años después. Casi del día a la noche, gente que me atacaba empezó a aceptarme de nuevo. Personas que antes de 1964 gustaban de mí y del SwáSthya Yôga, se transformaron en opositores nuestros después del 64, y ahora reaparecían diciendo que todo había sido un malentendido, que siempre nos habían defendido cuando “los otros” nos atacaban...

A fines de los años sesenta y comienzo de los setenta, la campaña desencadenada por el coronel para intentar destruirnos ya había sido aceptada prácticamente por todos los demás profesores, que pasaron a constituir un verdadero ejército de portavoces, retransmitiendo las calumnias del coronel a todos los alumnos de cada academia de yoga, creando así una impresionante reacción en cadena de rumores corrosivos. Todo en nombre de Dios, de la paz y del amor, palabras que esos profesores usaban sin ningún escrúpulo.

Más tarde, para agradar al coronel, los otros profesores empezaron a elaborar ellos mismos sus propias difamaciones con detalles de crueldad. Al punto de que personas que no nos conocían ni habían leído nuestros libros comenzaron a declarar que “DeRose tendría que ir preso”. Los interlocutores les preguntaban el motivo. Entonces, sintiéndose en la obligación de

justificar la declaración, cada uno inventaba lo que quería. Valía cualquier cosa, siempre que fuese en contra.

Al principio no le di importancia. Creía que la verdad acabaría venciendo, como ocurre en los cuentos de hadas. Bastaría hacer un trabajo bueno y honesto, y la verdad se iba a imponer por sí misma. Era también el consejo que todos me daban:

“No haga caso de eso, usted está por encima de esas cosas.” “No les dé la satisfacción de responder.” “Déjelos atacar, no se rebaje al mismo nivel.” Hoy me pregunto si las personas que nos daban tales consejos eran realmente amigos o, en la mejor de las hipótesis, eran tan alienados que no podría aceptarlos como tales. Con amigos así, no precisaba de enemigos.

Por no defenderme, en algunos años esa bola de nieve se había desarrollado tanto que casi nos llevó a la quiebra. Cuando llegaba algún interesado en practicar Yôga, le sugeríamos que primero participase de una sesión para saber cómo era el método y si le iba a gustar. En general, a todos les gustaba y salían de la sala de práctica entusiasmados. Se matriculaban con una simpatía desbordante. No obstante, un número preocupante no retornaba para practicar en la sesión siguiente. Ya era rutina que el interesado volviera al otro día, transfigurado, antipático, incluso rudo, con una frase que parecía una grabación, pues todos la usaban igualita:

– Quiero que me devuelva mi dinero. Ya me informaron a su respecto.

¿Cómo hacían los saboteadores para tener acceso a nuestros alumnos? ¿Colocarían espías haciendo guardia para abordar a quien estuviera por entrar y adoctrinarlo? ¡Y qué argumentos terribles debían usar! Si usted fuera a ver a un médico, dentista, abogado o profesor de inglés, gimnasia o danza y alguien se le acercara para hacer campaña contra él, ¿usted no desconfiaría de ese difamador? Llegué a creer que estaba imaginando cosas. ¿Tendría manía de persecución? Me consolaba con la frase atribuida a Groucho Marx: “Hasta los paranoicos tienen enemigos reales.” Además, nuestra única actitud marxista fue la admiración por los hermanos Marx ...

Los discípulos más leales intentaban levantarme la moral y me pedían que no me dejara intimidar, pues ellos ya habían practicado antes con esos otros profesores y tenían conocimiento de causa. Nuestro método era ava-

salladoramente superior, de ahí los ataques. Si resistíamos el tiempo suficiente, los detractores caerían solos, superados por el SwáSthya Yôga. “Está bien”, les decía, “¿pero cómo mantener el establecimiento de enseñanza sin alumnos? Ustedes usan toda esa retórica, pero no tienen que pagar las cuentas al fin de cada mes.”

En respuesta a eso, la actitud de ellos fue conmovedora. Se lanzaron a distribuir folletos, pegar afiches y estampar mi dirección por donde podían. ¡Imaginen, arquitectos, abogados, ejecutivos que dejaban a un lado su *status* y salían a la calle a fin de ayudar al joven profesor! Una vez les confesé que me sentía incomodado por esa situación. Por lo menos, podían enviar a sus propios cadetes o contratar a otras personas para hacer ese trabajo.

—No, DeRose. Esto lo tenemos que hacer nosotros. Yo, por ejemplo, me siento satisfecho al saber que estoy ayudando y contribuyendo personalmente con algo en lo que creo.

—Sé que nuestro Yôga es el mejor y puede ayudar a mucha gente. Cuando alguien recibe los beneficios del SwáSthya Yôga, de aquí a diez o veinte años quiero poder decirme a mí mismo que tuve participación directa en eso.

—Si contratamos personas humildes para distribuir estos prospectos, la gente no respetará el mensaje que contienen. En cambio, cuando me ven muy bien vestido, con excelente posición social, ofreciéndoles un impreso, lo reciben rápido y lo leen con mucha atención. ¡Tiene que ver la cara que ponen!

La ayuda de ellos fue conmovedora, pero de poco sirvió: cuanto más divulgación hacíamos, más campañas de descrédito impulsaban nuestros oponentes contra nosotros. Hasta que no hubo más remedio: fui a tratar de dar prácticas en clubs, SESC's, ACMS, academias, para poder mantener el Instituto Brasileño de Yôga, como se denominaba entonces. Pero era impresionante cómo el campo estaba minado.

Yo llegaba, mostraba la clase, al responsable de la aprobación le gustaba y, en general, quería que comenzase de inmediato, pues ya tenía interesados y casi no había instructores de Yôga en esa época. Pero, prácticamen-

te en todas las tentativas, me echaban antes de comenzar el primer día de trabajo. La justificación me la daban con la rudeza de costumbre:

–Usted no trabaja más aquí. Ya fuimos informados a su respecto.

¡Qué macartismo impresionante! ¡Qué competencia asombrosa detentaban mis opositores! ¿Tendrían contactos vía coronel/coronel con el SNI, el servicio secreto de la dictadura? Si así fue, ¡me imagino qué eficientes deben de haber sido en la represión a los estudiantes y a los de la izquierda! En compensación, les di un buen trabajo y los hice correr de un lado a otro, pues yo no paraba. ¡Tenía una creatividad y una disposición para trabajar que me impresionaba hasta a mí!

**“TUVE UN HIJO, ESCRIBÍ UN LIBRO Y PLANTÉ UN ÁRBOL BAJO EL CUAL  
MI HIJO QUEMÓ MI LIBRO.”**

(Millôr Fernandes)

Por esa época, me había casado y había nacido mi primer hijo. Y yo no conseguía sustentar a mi familia. Además, no podía ni pagar el alquiler del Instituto. Nos quedamos sin lugar donde vivir. Estábamos literalmente en la calle, a merced de la ayuda de nuestros familiares. Mi madre ayudó cuanto pudo. La familia de mi mujer también. Pero llegó el momento en que, con toda razón, le hicieron ver que ese matrimonio no podía continuar. Yo no tenía futuro, no le daba una casa donde vivir, confort, dignidad, esperanza, ¡nada! Y encima, sólo pensaba en Yôga y trabajaba en eso más de doce horas por día.

Cuando la situación alcanzó un límite insostenible, ella me comunicó que nuestro matrimonio estaba terminado. No la censuro. Cualquier persona sensata hubiera hecho lo mismo. Pero para mí fue una experiencia desalentadora. Después de la separación, me dijo que se iba a casar de nuevo para dar un padre de verdad al niño y me prohibió ver a nuestro hijo “para no perjudicar su buena formación”. Claro que yo podría haber exigido ese derecho por medio de la justicia, pero no valía la pena vivir bajo un clima de hostilidad imponiendo mi presencia donde no era bienvenido y pasar por todas aquellas humillaciones nuevamente ante la familia de mi ex mujer cada vez que insistiese en visitar a nuestro hijo. En aquel momento tuve un justificado recelo de que ocurriese con él lo que suele pasar en esas situaciones: que guardase algún rencor allá en el fondo de su sub-

consciente, que más tarde todo su resentimiento saliera a flor de piel y mi hijo llegara a ser mi opositor, como de hecho terminó por suceder. Por haber sido educado sin la presencia del padre, no desarrolló lazos de afecto con su progenitor. A partir de una determinada edad se manifestó como mi más ardoroso agresor (“*Tu quoque, Brute, fili mi!*”), aliándose a otros detractores. Por mi parte, nunca escribí nada en su contra, pues no considero adecuado que el padre hable mal del hijo, así como todo el mundo juzga una vileza que el hijo ataque al padre. Me imagino lo que pensarán los alumnos de un instructor de Yôga que ataca a su propio padre, de quien aprendió la profesión y de quien ostenta el notorio apellido.

Entretanto, el hecho es que en 1967 yo estaba solo, tan aislado y acosado que vivía en la iminencia de cerrar mi escuela y, como consecuencia, acababa de perder a mi mujer y a mi hijo. En esa fase fue necesaria mucha fuerza interior y mucha convicción en nuestro Yôga, para no desistir de todo y para no caer derrotado.

Felizmente, tuve salud para resistir y entusiasmo para luchar. Entonces, me puse de pie y decidí dedicar la vida a crecer para dar respuesta a los opositores. Fui a la televisión y di seguidamente entrevistas y demostraciones arrasadoras en los mejores programas de la época. El Yôga estaba entrando en su primer *boom*, lo que ayudó bastante, pues las TVs querían mostrar la novedad. No había tiempo de que me boicotearan, ya que, cuando llegaba al conocimiento de ellos, el programa ya había salido al aire, había sido visto y oído por cientos de miles de telespectadores. Al día siguiente, cuando yo llegaba para abrir las puertas de la escuela, encontraba una fila de interesados esperando para matricularse. Eso me proporcionó los recursos necesarios para realizar la segunda parte de mi plan de reacción: publicar libros y abrir ramificaciones. En otras palabras, crecer para no morir.

Al final, nuestros oponentes habían exagerado. Si hubiesen presionado menos, tal vez yo me hubiera ido desestimulado hasta caer en el anonimato. En realidad, todo lo que aspiraba a lograr en esa época era tener mi pequeña salita y dar unas pocas clases para poder aprovechar la vida, practicar deportes, hacer cursos y disfrutar una tranquila vida en familia. Pero eso todo me había sido negado de una manera tan punzante que, bajo

presión, me vi obligado a crecer y a hacerme cada vez más fuerte a fin de no sucumbir.

### UN VOTO DE GRATITUD A LOS OPOSITORES

Por esa razón, cuando me preguntan lo que siento por mis detractores, digo la verdad: nutro una sincera gratitud. Si no hubiera sido por ellos, yo hoy sería un oscuro profesor de mediana edad, en una salita pequeña de mi ciudad natal. Para no permitir que me destruyesen, tuve que luchar, acabé viajando para dar cursos, conocí el Brasil entero e innumerables países de América Latina, Europa y Asia. Claro que esa gratitud se extiende a los profesores de yoga, espiritualistas y piadosos, que siguieron la orientación del coronel. Hay un proverbio que dice: “al perro mordido, todos lo quieren morder”. Y cada uno de ellos trató de sacar su tajadita.

Eso fue desencadenando una reacción en cadena y poco tiempo después la gente atacaba a DeRose sin ni saber por qué; lo hacían porque los otros lo estaban haciendo.

Bajo ese clima de guerra, crecí, abrí representaciones, publiqué mi primer libro, me hice conocido, pero... aún estábamos en una dictadura militar y aquel que se declaraba nuestro archi opositor aún era un coronel<sup>38</sup>. Yo no podía hacer nada para modificar eso. Era todavía demasiado joven (a esa altura tenía veinticinco años) y tampoco podía hacer nada para revertir esa situación.

Yo ya había intentado varias veces llegar a una conciliación, pero las cartas que enviaba a cualquiera de los profesores de yoga de la época casi nunca tenían respuesta. Y cuando alguien me respondía, era con una mezcla de sarcasmo y agresividad. Aun así, continué enviando esas cartas, primero una vez por año hasta 1966. Después, una vez cada diez años (66, 76, 86,

---

38 Que el lector no interprete mis referencias al coronel como alguna manifestación de antipatía por las Fuerzas Armadas. Mi hermano también era coronel, tuve varios tíos y primos con altos cargos militares, incluyendo un almirante. Dirijo mi denuncia específicamente a un hombre que usó su influencia en los tiempos de la dictadura para oprimir a un joven oponente, en contradicción con las palabras de *ahimsa*, espiritualidad, paz, amor, tolerancia, ética, Dios, etc., tan repetidas incoherentemente por él en todas las conferencias que dio y los libros que escribió para engañar a los que no conocían su verdadero carácter. En cuanto a mis parientes militares, que podrían haber atenuado esa persecución, no les hice saber nada, hasta por el hecho de que yo mismo me di cuenta de la conexión que tenía eso con la dictadura, recién cuando esta terminó y, con ella, el poder de exclusión y anatematización de nuestro trabajo.

96). Los últimos envíos fueron de más de mil cartas cada vez. Pero no servía de nada. No querían realmente una conciliación<sup>39</sup>.

La supuesta unión, paz y amor que esos profesores tanto pregonan, son sólo de la boca para fuera. De mi parte debo reconocer que también cometí algunos errores, motivados por la ingenuidad e inexperiencia, tributo que tuve que pagar por haber comenzado muy temprano.

**Para evitar malentendidos, tengo que aclarar que nunca he peleado con ninguno de mis opositores. Respeto su derecho a discordar de mi posicionamiento, de la misma forma que merezco de ellos la justa reciprocidad.**

### DEMÓSTENES, UN INTRIGANTE SIN ESCRÚPULOS

*Una de las principales diferencias entre un gato y una mentira es que el gato sólo tiene nueve vidas.*  
Mark Twain

Todo esto que acabo de relatar no constituyó ninguna conspiración orquestada especialmente contra nosotros, ni es novedad alguna. Son simples hechos de la vida que se repiten, como parte del juego, desde la antigüedad.

La Historia nos cuenta que ya en los tiempos de la Grecia clásica, Demóstenes aprontaba sus intrigas, esparciendo rumores y calumnias al respecto de Alejandro Magno. Para no ser depuesto en su ausencia, Alejandro tuvo que interrumpir una de sus campañas, la batalla de Arbela, en 331 a.C., y retornar a su país antes de lo previsto, a fin de desmentir al embaucador. Nótese que quien se preocupó por las habladurías no fue uno cualquiera sino Alejandro, el poderoso emperador, guerrero notable y conquistador invencible. Felizmente, no tuvo a su lado consejeros incompetentes que le sugirieran: *“No le hagas caso. No te rebajes a responderle. Tú eres Alejandro. Déjalo hablar.”*

Por lo visto, Demóstenes era tan sinvergüenza que resolvió reencarnarse en el siglo XX para continuar usando su lengua bífida.

---

<sup>39</sup> Más datos a ese respecto, así como a las más recientes tentativas de conciliación, en el libro **La Reglamentación de los Profesionales de Yôga**, de este autor.



Caricatura publicada en la revista *Yoga Journal*, de los Estados Unidos, que denuncia de manera ejemplar a los “maestros” de dos caras. Públicamente son muy bondadosos, de una candidez conmovedora. Sólo hablan de Dios, paz, amor, tolerancia y no agresión. Por detrás, son unos lobos predadores, sembradores de discordias, discriminación, intolerancia, intrigas y agresiones.





## 1973 – DESISTÍ DE ENSEÑAR YÔGA

*La probabilidad de que una persona tenga razón  
aumenta en proporción directa a la intensidad  
con que las otras intentan probar que está equivocada.  
James Mason, en El cielo puede esperar.*

De 1971 a 1976, utilizamos un sistema de contribuciones voluntarias de valor no estipulado, lo que difería diametralmente de todo lo que se había experimentado como sistema de pago hasta entonces en Occidente. Funcionaba así: el interesado venía a pedir información sobre el precio y se le informaba que no teníamos un valor fijo. Podía pagar lo que quisiera. Por otro lado, tenía derecho a frecuentar cualquier horario y podía permanecer en la escuela el tiempo que deseara. Al inicio de cada mes, el practicante iba al vestuario y, en total privacidad, colocaba en un cofre ahí ubicado, el pago que quisiese o pudiese. Si no quería, no ponía nada, pues no había nadie que fiscalizara. Algunos comprendían y colaboraban correctamente, tanto que ese proceso de recaudación funcionó durante varios años.

Sin embargo, había un bando de alternativos aprovechadores que no contribuían con nada y encima nos bombardeaban con reclamos de comportamiento. Era lo que desestimulaba. A pesar de eso, el sistema del cofrecito funcionó y este permanece hasta hoy fijado en nuestra sede de Copacabana, como reminiscencia de una época de muchos sueños.

Interrumpimos ese sistema a causa de la ingratitud y de la falta de reconocimiento de un buen número de personas que practicaron allí sin haber pagado un centavo jamás y que, cuando surgían las indefectibles habladorías, no defendían la casa en que estaban, ni el trabajo que allí se realizaba. Además, durante ese período comencé a viajar mucho y precisaba realmente abandonar ese medio de recaudación.

Un día, mis opositores notaron que, siendo nuestra escuela la única que utilizaba aquel sistema de contribución espontánea, mi popularidad estaba creciendo. Ahora bien: en esta balanza, cuando uno sube el otro descende. Entonces, para contrarrestar, comenzaron a difundir una fama opuesta a la que habíamos conquistado. Como todos decían que yo era despojado, que trabajaba por amor y no buscaba obtener lucro, ellos comenzaron a divulgar que DeRose era un excelente empresario y sabía cómo ganar dinero. Eso es un bello elogio para cualquier persona normal. Pero para los yôgins espiritualistas y *alternativoides* de aquella época, sonaba como una censura irónica que intentaba empañar nuestro suceso con una cortina de humo.

Mi política siempre fue no hablar mal de ningún otro instructor, pero en 1973 ya venía aplicando eso había más de diez años, sin conseguir sensibilizar ni a la competencia ni al público con esa postura caballeresca. Finalmente, ese año la campaña contra mi trabajo fue tan intensa que ya comenzaba hasta a dudar del propio mérito. Pensaba “no es posible que esté actuando bien y haciendo un trabajo que sirve. Debo estar en la profesión equivocada.”

Esos pensamientos grises se confirmaron más aún cuando llegó alguien y preguntó si yo iba al Congreso Internacional de Yôga. “¿Qué congreso?”, pensé. No sabíamos nada. Estábamos realmente segregados. ¡Todos los profesores de Yôga habían sido invitados, menos nosotros!

Pensando así, reuní a algunos de mis mejores alumnos y les confíé:

–Voy a desistir del Yôga. Me convencieron de que soy *persona non grata*. Dicen que donde hay humo, hay fuego. Entonces, debo haberles dado alguna razón.

Como de costumbre, escuché por enésima vez aquel consejo cómodo:

–No se preocupe por lo que dicen. Deje que hablen. Usted sabe que no es verdad. Deje nomás y siga hacia adelante.

Eso es muy fácil de decir. Lo difícil era ignorar que todas las semanas yo perdía alumnos, perdía amigos (nadie quiere ser amigo de una persona anatematizada) y hasta perdía parejas, pues la situación del primer matrimonio ya se había repetido. Como no tenía alumnos, no podía ofrecer ni el mínimo de confort a quien resolviera vivir conmigo. Viví durante vein-

te años en la propia sala de clase, donde trabajaba de día y dormía en el piso a la noche. Para mí era óptimo y nunca me consideré infeliz o insatisfecho, pues contaba con un ideal que me estimulaba, pero, convengamos, no hay matrimonio que resista eso.

–No, queridos míos. Me voy a retirar y les pasaré a ustedes el Instituto Brasileño de Yôga. Quiero que usen otro método, pues el nuestro no parece ser lo bastante bueno.

–Pucha, usted está realmente destruido...

–No. Es que estoy convencido de que tenemos que cambiar. Va a haber un Congreso Internacional de Yôga en Bertioga, cerca de São Paulo. Ustedes vienen conmigo. A lo mejor aprendemos a hacer un trabajo correcto. Presten mucha atención a todo, pues al volver voy a dejarlos enseñando y me retiraré.

Llegando al lugar del congreso, todos trataban de encontrar a los Maestros de la India, pues un buen Congreso Internacional –pensábamos– debería contar con la presencia de ellos. Pero no era así. Sólo había uno, un médico, el Dr. Bhagwan Dash. Por otra parte, había grandes profesores provenientes de Francia, Bélgica, Suiza, Canadá, Estados Unidos, Japón, Sudáfrica, Argentina, Uruguay, Chile, México y otros países. Hasta había algunos brasileños presentes. Me pareció que los brasileños no eran muy bienvenidos en ese evento, pues, aunque realizado en el Brasil y organizado por una nativa, ¡las lenguas oficiales del congreso eran el inglés y el español! ¡Y el respeto propio nacional era tan bajo que ningún profesor brasileño había sido autorizado a dar práctica de Yôga!

No sé si como represalia, la camarilla del coronel, que contaba con los más conocidos profesores de la época, se unió para boicotear el congreso. Verdaderamente, eran buenos en eso. Fueron invitados y no se presentaron. La política es una cosa muy graciosa. ¡De inmediato *doña María*, que había organizado el Congreso, se unió a ellos, que la habían boicoteado, para combatirme a mí que la había apoyado! ¿Tan peligroso sería yo?

La primera clase del congreso la dio André Van Lysebeth, Presidente de la Federación Belga de Yôga. Sería una gran honra participar de ella. Nuestro complejo de inferioridad estaba tan exacerbado que pedí a mis alumnos que esperasen a que entrara todo el mundo y, sólo después, muy

discretamente, nos sentásemos en la última fila, para que nadie nos viera. Yo tenía vergüenza de mí mismo. Quería permanecer en el anonimato.

Así fue. Nos sentamos detrás de todos, bien frente al profesor, para compensar la distancia. Era un gimnasio, así que que detrás de nosotros sólo había unas gradas de concreto. Además, advertí a mis alumnos: “eviten aparecer, no llamen la atención, practiquen discretamente y hagan exactamente lo que indique el profesor.” La clase era al amanecer. Los organizadores del congreso no eran muy competentes y habían determinado la disposición de los alumnos de forma tal que el sol les daba en los ojos y nadie podía siquiera ver al profesor, y mucho menos seguir la clase. Entonces, como buen Maestro que era, Van Lysebeth dijo:

–Así no se puede. Voy a dar la clase allá atrás. Gire todo el mundo de espaldas al sol.

Quedamos petrificados. En un abrir y cerrar de ojos estábamos bien al frente. Mis alumnos quisieron salir corriendo.

–Nadie se mueva. No se hagan notar. Hagan exactamente lo que él diga – les susurré medio entre dientes.

Fue una clase muy buena. Yo, particularmente, estaba bebiendo cada palabra, cada gesto, cada expresión facial, cada modulación de la voz de aquel ilustre profesor.

Terminada la clase, una porción de gente corrió hacia nosotros, nos cercaron y nos ametrallaron:

–¿Quiénes son ustedes?

–¿Qué tipo de Yôga practican?

–¿Quién es su Maestro?

Preguntaban todo al mismo tiempo. Mis alumnos, atemorizados, me apuntaron con el dedo y *me pasaron la pelota*. Para mi autoestima en harapos, era como si dijeran: “no tenemos nada que ver, la culpa es de él”.

Entonces, se dirigieron todos a mí. Muy tímidamente, empecé a justificarme:

–¡Pero nosotros practicamos estrictamente lo que indicó Van Lysebeth! ¿Qué es lo que hicimos de diferente?

–¡Todo!– dijeron. –Ustedes tienen un estilo diferente, muy elegante. Siguiéron la clase, sí, pero dieron un *show* aparte. ¿Quiénes son ustedes, entonces?

–Bueno, somos de Río – balbuceé medio desconfiado. –Mi nombre... ah... no importa.

Pero insistieron y tuve que decirlo. “Listo”, pensé, “ahora se acaba la fiesta”.

–Mi nombre es DeRose – articulé finalmente, no sin alguna dificultad.

–¡No es posible! ¿Usted es DeRose en persona? Yo adoro su libro. Compré varios para regalar a mis alumnos. ¡Mucho gusto!

–Yo también vengo acompañando su trabajo con mucha admiración. Tengo su libro aquí conmigo. ¿Me daría un autógrafo?

–¡Pucha, DeRose!

– También yo quiero un autógrafo. Escriba aquí en mi ropa.

Mis alumnos miraban y no lo podían creer. ¿Entonces, el profesor de ellos era reconocido? Yo estaba aún más aturdido. ¡Era la primera vez en diez años que alguien del área de Yôga decía que apreciaba mi trabajo!

Cuando salimos del gimnasio, la noticia ya se había desparramado y otro grupo de profesores vino corriendo con cámaras, pidiendo sacarse fotos conmigo. ¿Quiere decir que en el resto de Brasil yo no era combatido? Cuando miré a mi alrededor, ya había una porción de gente, hasta de otros países.

Durante todo el congreso, para hacer un recorrido de cinco minutos tenía que invertir media hora, ya que en medio del camino me iban abordando otros profesores, que querían saludarme. Muchos me traían mi libro para les que escribiese algo. Todo eso fue muy gratificante y dio brillo a mi ego, antes tan maltratado.

Aquella noche me reuní con mis alumnos para evaluar la situación. La conclusión fue unánime y obvia: en Río de Janeiro éramos combatidos porque nuestro trabajo estaba establecido allá. Los opositores se aterrizaraban y ponían el grito en el cielo. En los otros Estados, nadie tenía motivo para temer nuestra competencia y, por lo tanto, juzgaban nuestro Yôga por su valor real, sin interferencia de políticas mezquinas.

Esa misma noche fuimos interrumpidos en nuestra reunión. Alguien golpeó la puerta del alojamiento. Cuando abrimos, vimos que había una multitud allá fuera.

– Profesor DeRose, queremos una clase suya.

– Lo siento mucho, pero no puedo. La organizadora del evento fue bien clara al decir que los profesores brasileños no darían clases prácticas de Yôga aquí en el congreso.

– Entonces, vamos a pedirle a ella.

– Sí, creo que eso es lo más correcto.

Pero ella se negó. Se generó descontento. ¿Por qué los brasileños no podían dar clases prácticas en un congreso realizado en el Brasil? Volvieron a la carga. La organizadora se negó otra vez. Pero al final, viendo que la situación se estaba poniendo fea, resolvió dar su autorización. Todas las noches se fijaba un programa del día siguiente y se hacía el aviso por los altoparlantes. No me concedieron el aviso en los altoparlantes, pero me pusieron en el programa impreso en mimeógrafo, discretamente, en el mural. Como los brasileños estaban protestando también en cuanto al uso del inglés y el español, que la mayoría no comprendía, ese programa se estaba imprimiendo en inglés y portugués. Al leer el programa, vimos que habían usado un truco. En lugar de concedernos un espacio decente y compatible con el número de interesados, nos asignaron solamente la salita de TV, donde cabían tan pocas personas que –esperaban los organizadores– no se produciría repercusión alguna.

Se engañaron. A la mañana siguiente había tanta gente que quería participar de mi clase, que no pudo realizarse, como era de esperar, en una sala para ver televisión. Sabíamos que había una programación prevista para el mismo horario en el gimnasio, pero como no nos costaba nada, fuimos allá a ver. El gimnasio estaba cerrado. Creo que la programación había sido cancelada o bien comenzó bastante después de la hora. Buscamos alguien que pudiese abrir el gimnasio. Nadie podía. Pero decidimos no apretarnos; invitamos a todos a practicar en las arenas compactas de la playa de Bertioiga, que quedaba a unos pocos metros de distancia. Incluso fue mejor. Había gente de todo el Brasil y de otros países. Van Lysebeth

nos concedió la honra de su presencia y creo que le gustó la clase, pues al final se acercó a saludarnos con simpatía.



Van Lysebeth felicitando a DeRose por su clase.

Como había faltado la divulgación por los altoparlantes y hubo cambio de lugar a último momento, mucha gente perdió la práctica de SwáSthya Yôga y nos pidió que diéramos otra. ¡Eso sí que no! Si la primera ya había sido tan boicoteada, no queríamos exponernos a los sinsabores de una segunda. Pero la Delegación de Francia, presidida por Mme. Eva Ruchpaul, insistió. Habían oído tanto al respecto de lo que perdieron... y esperaban poder conocer el método. Acabamos dando una clase sólo para esa delegación. Tuve la sensación de que los saludos al final de la práctica fueron de corazón y que a los participantes realmente les había gustado.

El hecho de haber dado esa clase fue el tiro de misericordia en nuestra relación con *doña María*, la organizadora del congreso. Ella se sintió molesta, nos mandó decir que estábamos perjudicando la buena marcha del

evento, promoviendo actividades paralelas que restaban participantes a la programación principal. No era verdad, pues habíamos tenido el cuidado de acceder a dar la clase sólo en un horario libre. Para evitar más malentendidos, al final del congreso fui a verla. Mantuvimos un diálogo ameno y le mostré mi buena voluntad afiliándome a la asociación que ella acababa de fundar. Terminaré de contar este episodio en el capítulo que describe la fundación de la Unión Nacional de Yôga.

La verdad es que el congreso sirvió por lo menos para descubrir que nuestro trabajo era apreciado por quien entendía de Yôga, siempre que no se interpusiera el miedo de la competencia. Además, recibí tantas invitaciones para dar cursos en otras ciudades que hasta hoy, más de treinta años después, estoy viajando sin parar, en función de acciones desencadenadas a partir de las primeras invitaciones que me hicieron.

Aquel evento fue un hito. Conocí mucha gente interesante. Una de esas personas, un joven que hablaba con acento extranjero, me entregó su tarjeta personal, donde había escrito: “comida y cama” y me dijo que cuando fuera a São Paulo tendría una casa donde estar. Me conmovió tanto aquel gesto, que nunca más lo olvidé.

Cuando volvimos del congreso, comuniqué a mis alumnos:

–Yo había planeado apartarme y dejarlos con el Instituto. Aun habiendo cambiado la situación, voy a seguir con la idea y hacer exactamente eso, sólo que con otra connotación. Voy a mantener el Instituto a mi nombre, ya que ahora que descubrí la verdad, de aquí no salgo. Mis oponentes me van a tener que aguantar aquí. Simultáneamente, aceptaré las invitaciones para dar cursos en otras ciudades y, así, ampliar nuestro campo de trabajo abriendo nuevos frentes. Voy, y vuelvo para continuar orientando la escuela de Río.

Fue así como en 1973 desistí de enseñar y en 1974 ya había dictado cursos de Yôga en decenas de ciudades en casi todo el país. Mi libro, en consecuencia, tuvo una nueva edición, agotada en tan poco tiempo que la siguiente ya pasó a tener tiraje de *best seller*. En 1975 fui a la India, la primera de muchas veces; y ese mismo año, fundé la Unión Nacional de Yôga, que dio origen más tarde a la Primera Universidad de Yôga del Brasil. Nada mal para quien iba a desistir.

Que este relato pueda servir de inyección de ánimo, coraje y persistencia a aquellos que también estén pasando por situaciones semejantes y ya se encuentren casi desistiendo. ¡No desista jamás!



Yôga en la barra: DeRose en 1975, en Ipanema, Río de Janeiro.



Yôga en la barra: DeRose en 1975, en Ipanema, Río de Janeiro.



## UNA PROFESIÓN CON *CHARME Y GLAMOUR*

Menos mal que no dejé de enseñar como pretendía en 1973, pues pronto comenzaría a convencerme de que la nuestra es una de las mejores profesiones del mundo. Primero, siendo instructor de Yôga, uno no precisa ser empleado de nadie, puede ser autónomo y profesional liberal, escoge su horario de trabajo, el tipo de público con el cual quiere trabajar y hasta determina cuánto desea ganar.

Pero, evidentemente, no se debe elegir una profesión sólo por su potencial de remuneración. Hay que tener en cuenta otros factores. En la nuestra, trabajamos con un público seleccionado, educado, joven, bonito, inteligente y de elevado nivel sociocultural. Trabajamos parte del tiempo con el cuerpo y parte con la cabeza. Hay estímulos constantes a la creatividad. Hay libertad de pensamiento y de acción. Contamos con un elemento moral muy fuerte, que es el hecho de saber que estamos siendo útiles a la gente. Tenemos la gratificación de sentir que aquellas personas serán para siempre nuestras amigas y que no nos olvidarán jamás. Acreditamos a nuestro favor la alegría de, después de algunos años de trabajo, poder mirar para atrás con satisfacción y ver que no pasamos por la vida en vano.

Realmente, no se compara con ninguna otra profesión, en que uno sólo trabaje por dinero, pero de la cual no se enorgullezca o en la cual no vea mucho sentido. Eso –sumado al hecho de que el mercado de trabajo para las demás profesiones está saturado y para la nuestra, por el contrario, está en ascenso– explica el motivo por el cual tantos profesionales de nivel universitario cambiaron sus profesiones por la nuestra: abandonaron carreras de ingeniería, arquitectura, derecho, medicina, psicología, etc., y eligieron ser instructores de Yôga en tiempo integral.

Con la estructura de acreditación desarrollada a partir de 1975 por la Unión Nacional de Yôga, el trabajo de los instructores pasó a ser realizado con mucho más facilidad, ya que todos podían recorrer a una consultoría competente y recibir orientación y *know how* en los sectores más críticos, justamente en los cuales los otros se manejan con secretos. Pudiendo contar con una verdadera cofradía de apoyo recíproco, el instructor recién formado ya comienza a trabajar en un ambiente propicio y lleno de amigos sinceros. Trabajar en la Uni-Yôga es ideal para quien gusta de viajar bastante por el Brasil y por otros países.

Pero, antes de existir la Unión Nacional de Yôga, ¿cómo fue que surgió el Curso de Formación de Instructores?



## CÓMO SURGIÓ EL CURSO DE FORMACIÓN DE INSTRUCTORES

*Las personas pueden ser divididas en tres grupos:  
las que hacen que las cosas acontezcan;  
las que miran cómo pasan las cosas;  
y las que se quedan pensando qué fue lo que ocurrió.*  
Jackson Brown

En las décadas de 60 y 70 los profesores de Yôga sufrían una rigurosa fiscalización por parte de la Secretaría de Educación del Estado. Encima, esa fiscalización trabajaba para hacer cumplir una legislación totalmente equivocada, que nos encuadraba en el Departamento de Educación Física. Un disparate completo, ya que el Yôga no es Educación Física. Una de las exigencias era que tuviésemos techo alto, ¡a causa de los saltos! Y no servía de nada declarar que no Yôga no damos saltos: la ley decía que sí y los *burrócratas* la hacían cumplir. Además de esa exigencia, había una cantidad de otras que nos perjudicaban, ya que habían sido elaboradas para academias de gimnasia, lo que no tenía nada que ver con nuestro trabajo.

El fiscal visitaba nuestra Unidad dos veces por mes, con un celo fuera de lo común. Entraba con aires de autoridad, hablando fuerte y tratando mal a los instructores:

–Si no cumplen esta exigencia en la fecha indicada, ¡vuelvo aquí y cierro la academia!

Imagine cómo quedaba nuestra imagen ante los alumnos que presenciaban esa escena...

Abría a propósito la puerta de la sala de práctica en medio de la relajación y gritaba hacia dentro:

—¿CUÁNTOS PRACTICANTES HAY EN ESTE GRUPO?— Y así asustaba a todo el mundo, perturbando la concentración.

Tiempo después supimos que era así sólo con nosotros, puesto que había recibido órdenes venidas de arriba de dificultarnos la vida a fin de que desistiéramos de enseñar SwáSthya Yôga. De hecho, consulté a otros profesores y todos me confirmaron que las peores exigencias burocráticas sólo se le hacían a nuestra institución. Hasta las visitas a otros establecimientos, cuando se realizaban, eran más espaciadas. Al parecer, alguien allá arriba no nos quería<sup>40</sup>.

El hecho es que teníamos que vivir y trabajar bajo aquellas circunstancias. Una de ellas era que cuando yo viajase para dictar cursos sólo podría dejar dando clase a alguien que ya hubiera dado examen en la Secretaría de Educación. Comenzamos entonces a preparar a nuestros discípulos para esa evaluación que, como habíamos previsto, no sería fácil.

Tal vez debido a esa fiscalización exageradamente rigurosa y a que los exámenes sólo existieron en el Estado de Guanabara, haya sido allá que surgieron los primeros autores brasileños de Yôga y también el Yôga de mejor calidad en la época. Aceptando esa premisa, debemos reconocer que la entidad sobre la cual se impongan más rigores, esa debe haber sido la mejor de todas. Y fue exactamente lo que ocurrió. En poco tiempo, nos tornamos la más significativa escuela de Yôga del país.

Presentamos tres discípulos para dar prueba. Una era la actriz y cantante Tania Alves. La otra, la escritora Eliane Lobato, que tiene hoy varios libros publicados sobre Yôga y otros temas. El tercero era Celso Teixeira, que se decepcionó con estas cosas que denunciarnos aquí y más tarde desistió de todo.

La banca examinadora estaba constituida por dos profesores de Educación Física y dos de yoga. Los interesados tenían que presentar tres planes de

---

40 "El árbol podado crece más y el guerrero herido muchas veces en combate se vuelve perito en el uso de las armas. Esa exacerbación del instinto de supervivencia se obtiene por la disciplina y por las dificultades. El mejor discípulo será aquél sobre el cual se apliquen las mayores exigencias y las más duras críticas. El más talentoso instructor será aquél que haya enfrentado las más atroces dificultades en el afán de desempeñar bien su misión."

*Preceptos a los instructores de Yôga*, del libro *Mensagens*, de este mismo autor.

clase, uno para iniciantes, uno para nivel medio y uno avanzado. Cuando llamaron a Tania, uno de los profesores de yoga le dijo:

**Vayuánanda** –Su plan de clase avanzado es muy difícil. No va a poder dar esa clase.

**Tania** –Es que me pidieron que uno de los planes fuera para una práctica adelantada. Por *adelantado*, yo entiendo eso.

**Vayuánanda** –Pero ¿y si resulta sorteada esta clase y en el momento del examen se le da un grupo de novatos?

**Tania** –En ese caso el error es de la banca, que me da alumnos nuevos y me pide que les dé una clase avanzada. Pero no se preocupe. Si eso ocurre, daré la práctica y ellos la harán.

**Vayuánanda** –Estoy viendo por su plan de clase que usted es alumna de DeRose.

**Tania** –Del *profesor* DeRose, sí.

**Vayuánanda** –Entonces, la voy a reprobar.

**Tania** –Usted no me intimida. Estoy muy bien preparada, confío en mí y en mi Maestro.

Hicieron de todo para reprobarla, incluso le dieron un grupo de iniciantes y lograron que en el sorteo saliera justo el bendito plan de clase avanzado, como el piadoso profesor de yoga espiritualista había amenazado. Como cada examinador disponía de una copia de los planes de clase, ella no podría alterar la práctica para adaptarla a los pobres neófitos: tendría que dar padmāsana, nauli, sírshāsana y todo lo demás que allí había escrito y que tiene fama de ser difícil. La salvó el ítem de nuestro formulario de evaluación que orienta: “¿Ofreció alternativas más o menos adelantadas, conforme el caso?”

Así, dio la práctica avanzada, con alternativas:

–Siéntense en padmāsana; y quien no lo conoce, siéntese en sukhāsana, como voy a mostrar.

—Ahora hagamos el nauli kriyá; y quien aún no lo sepa, ejecute conmigo su preparatorio, uddiyana bandha.

—Pasemos al sîrshásana. Los que no lo hayan conquistado hagan su sustituto más simple, viparîta karaní, que estoy mostrando.

De esa forma, Tania no sólo fue aprobada con elogios sino que también recibió una anti-ética invitación a ir trabajar con el caballero que había intentado reprobala, invitación que ella declinó, claro. No se hizo rogar para responderle:

—¿Entonces, le parece que voy a abandonar a quien me dio condiciones de ser aprobada para quedarme con quien me quiso perjudicar? ¿Pero usted no tiene vergüenza?

En ese examen conquistamos todos los primeros lugares:

Eliane Lobato se quedó con el primer lugar en la prueba de clase.

Tania Alves, con el primer lugar en la prueba de ásana.

Celso Teixeira, con el primer lugar en la prueba de teoría.

En el resto, hubo reprobaciones en masa. Como venía gente de todo el país para competir y tratar de recibir el certificado de instructor de Yôga en esa prueba de suficiencia que era la única en el país, la noticia de nuestras óptimas ubicaciones se esparció de inmediato por el Brasil como fuego montaña arriba. Inmediatamente comenzamos a recibir pedidos de instructores de varios Estados, para prepararlos a fin de poder rendir el próximo examen de la Secretaría de Educación. Así comenzaron nuestros cursos preparatorios.

En el examen siguiente, todos los que habían participado de nuestro curso pasaron y, nuevamente, obtuvimos los primeros lugares. En cuanto a los demás, hubo reprobación general. Eso consolidó la fama del curso.

Continuó viniendo gente de todas partes, pero los exámenes en el Estado tenían los días contados. En ocasión de la fusión del Estado de Río con el Estado de Guanabara, se acabaron las evaluaciones en la Secretaría de Educación. No habría, por lo tanto, más razón para que ellos asistieran a nuestro curso. Envié un comunicado informando el motivo por el cual el curso preparatorio dejaría de existir. Pero entonces recibimos unas respuestas inesperadas:

—Ahora que conocemos su curso, descubrimos que es más importante para nosotros que el certificado de la Secretaría de Educación, pues este autoriza, pero es el curso el que enseña cómo ejercer la profesión. Iremos de todas formas.

—Un certificado de DeRose, que documente que me formé ahí, vale más que el que entrega la Secretaría. Guárdeme una vacante.

De esa forma, introduje un conjunto de exámenes y un certificado provisorio para los aprobados. Estaba inaugurado el intensivo denominado “Curso de Evaluación para Futuros Instructores de Yôga”.

Al comienzo, ese curso se realizaba una vez al año. Después, dos, tres, cuatro y finalmente se tornó regular. Cuando se mostró oportuno, creé un curso mayor, el Curso de Formación de Instructores de Yôga, planeado para varias duraciones diferentes. Ese fue el modelo que utilicé para introducir en las Universidades Federales, Estatales y Católicas de casi todo el país a partir de la década de 70. En 1995 fundamos la Primera Universidad de Yôga do Brasil, que pasó a coordinar los convenios culturales firmados entre las Federaciones de los Estados y las Universidades Federales, Estatales y Católicas.

A partir de la década de 90, la estructura pasó a ser flexible para que pudiera cursar quien viviese en ciudades distantes (en ese caso, asistiría sólo los fines de semana), aun no disponiendo de mucho tiempo o dinero y aunque tuviese más edad o menor grado de instrucción convencional. Posteriormente llegamos a la conclusión de que era preciso reconsiderar algunos de esos ítems, pues nuestra intención megademocratizante no satisfizo las expectativas de superlativo nivel técnico para nuestros primeros formandos. Por ejemplo, había limitaciones de vocabulario graves entre los aspirantes, y las reprobaciones por cuestiones de portugués eliminaban más gente que las cuestiones de Yôga.

Ahora bien: nuestros clientes tienen un elevado nivel cultural y les importa contar con profesionales de fino trato, desde el lenguaje hasta la cultura general y la apariencia personal. Entonces, empezamos a exigir que el interesado en ser instructor tuviera un excelente grado de instrucción y demostrase un ardiente afán vocacional, invirtiendo su tiempo y capital en

viajes y cursos, para conquistar el derecho de formar parte de nuestra *famiglia*.

Después de innumerables perfeccionamientos desarrollados durante más de treinta años de formación profesional, hoy el curso tiene una duración total de doce años. Es el más largo del Brasil y, tal vez, del mundo. Sin embargo, eso no asusta nadie, gracias a un dispositivo de practicidad y viabilización. A lo largo de los años descubrimos lo obvio: un buen panadero aprende a hacer pan, poniendo las manos en la masa. Y empezamos a formar así los instructores de Yôga. Son doce años de curso, pero durante ese período el aspirante ya trabaja desde el inicio y es muy bien remunerado. Por eso, el tiempo pasa agradablemente y produciendo frutos. O sea, el interesado aprende trabajando y ganando para eso.

Como nuestra red creció mucho y tenemos hoy cientos de Sedes en varios países<sup>41</sup>, estamos en condiciones de absorber un buen número de instructores en nuestra propia institución. Por eso, el curso pasó a ser principalmente un medio de preparación, reclutamiento y selección de personal para trabajar con nosotros. Si el aspirante no tiene una vocación auténtica y quiere hacer el curso sólo para coleccionar diplomas con la finalidad de enriquecer su *curriculum vitae*, no será aceptado. Si quiere enseñar sin profesionalismo, dando prácticas de Yôga en las horas libres o como segunda profesión, o a precios viles que desvaloricen la profesión, tampoco será aceptado por razones éticas.

Por otro lado, si realmente quiere trabajar y asumir con honestidad los compromisos morales, técnicos, filosóficos y jurídicos comprendidos en el desempeño de nuestra profesión, entonces su vida se verá enormemente facilitada y el éxito de su carrera ya está prácticamente garantizado.

El cronograma de la formación completa es este:

**Primera etapa:** el aspirante hace el *Curso Básico de Yôga* en cualquier Unidad representante de la Universidad de Yôga. Si reside donde no haya una representación de la Uni-Yôga, puede estudiar por nuestros libros, videos, CDs y por la Internet<sup>42</sup>. Estudiando en casa, deberá presentarse de

---

41 Brasil, Argentina, Portugal, España, Francia, Inglaterra, Alemania, Italia, Estados Unidos. Brevemente, Escocia, Holanda, Nueva Zelandia.

42 Vea cómo, en las últimas páginas de este libro.

tiempo en tiempo para participar de cursos en la Sede Central, en São Paulo. El Seminario dura un año. Se aceptan los interesados de cualquier área, siempre que tengan nivel superior o estén cursando una universidad<sup>43</sup>. Así, es frecuente la formación de instructores de Yôga que son ingenieros, arquitectos, psicólogos, médicos, abogados, etc. Eso es posible, ya que todos los elementos que van a necesitar para el desempeño de la profesión serán ofrecidos por el propio curso y la residencia.

**Segunda etapa:** es la *Evaluación en la Federación de Yôga de su Estado*. Las Federaciones Estatales son muy exigentes en sus exámenes. Aplican pruebas teóricas, pruebas de ejecución de las técnicas y pruebas de magisterio, en que el examinando debe dar una práctica completa. Todas las pruebas son eliminatorias. Si resulta aprobado, es considerado *instructor asistente en formación* (es decir, que aún no concluyó su formación) y pasa a la etapa siguiente para la emisión del Certificado en convenio con alguna otra Universidad Federal, Estatal, Católica o una buena universidad particular.

**Tercera etapa:** es el *Curso de Extensión Universitaria*, realizado en un fin de semana por mes, para revisión y profundización de los temas. Cada mes se realiza en una capital diferente, para estimular la integración nacional y porque es importante que el instructor conozca su país. No es necesario asistir a todos. Las Federaciones establecen el mínimo de cursos que deben hacerse y esa norma es publicada y actualizada anualmente en el libro *Escala Evolutiva*.

En esos cursos se emite el Certificado de Instructor, documento unificado, expedido por las tres entidades: Universidad de Yôga, Universidad Federal, Estatal, PUC o una buena universidad particular en la cual el curso de extensión se haya realizado y la Federación de Yôga del Estado. El certificado en cuestión queda retenido en la Federación hasta que el interesado revalide el documento el año siguiente y sea aprobado.

De los sesenta cursos y *workshops* que yo dicto, sólo tres son abiertos a los alumnos. Los demás están dirigidos solamente a los instructores. Pero hay más de cien cursos, *workshops* y eventos abiertos al público organi-

---

43 Si el joven es inteligente y está muy interesado, en algunos casos se pueden hacer excepciones mediante entrevista y evaluación en un proceso selectivo.

zados o dictados en todo el Brasil y en varios otros países por los profesores de la Universidad de Yôga, que son profesionales excelentes.

**Cuarta etapa:** es la *residencia*, que debe realizarse en la Sede Central de la Unión Nacional de Yôga y dura un mes. Quien completa todos los niveles recibe algo que no tiene precio: además de la experiencia profesional, adquiere un precioso *know how* de alto nivel en administración, lo que le permitirá, en el futuro, trabajar en cualquier lugar e incluso abrir su propia escuela.

A partir de su aprobación en el examen de la Federación, el estudiante ya podrá trabajar como instructor asistente en formación, monitoreado (por un instructor más antiguo) y supervisado (por un Maestro). De esa forma, ni nota el paso de los años, a través de los cuales podrá continuar los estudios al mismo tiempo que perfecciona su padrón de clase y de práctica gracias al ejercicio de la profesión. Una vez por año será evaluado hasta que complete su formación de doce años. En cada revalidación, recibe un sello comprobatorio en su Certificado de Instructor. Con cuatro años de curso, concluye el grado de Asistente y pasa al de Docente. Con ocho años concluye el grado de Docente. Y con doce años concluye el grado de Maestro.

Desde que comienza y durante todo el desempeño de la profesión, contará siempre con un Supervisor en grado de Maestro, a quien podrá recurrir toda vez que lo precise y a quien podrá dirigir consultas técnicas y éticas. Para comprender mejor este dispositivo de seguridad, lea el subtítulo *La Supervisión*, en el *Epílogo a los Instructores de Yôga*, al final del libro.

Pienso que hemos llegado prácticamente a la perfección en la tarea de preparar y evaluar instructores de Yôga. Por algo nuestra especialidad es la formación profesional y trabajamos en eso hace más de treinta años.

Si desea más información, consulte los siguientes libros:

***Todo lo que usted nunca quiso saber sobre Yôga***, capítulo *Conversación franca con los padres*, que explica sobre la viabilidad de esta carrera profesional y cómo lidiar con eso si el hijo ha resuelto ser instructor de Yôga.

***Programa del Curso Básico***, que presenta detalladamente el programa enseñado en el primer año de la Universidad de Yôga y da muchos consejos sobre cómo estudiar.

***Escala Evolutiva***, que ofrece minuciosa información sobre los requisitos para que el alumno suba de categoría y el instructor suba de grado en la Uni-Yôga. Explica lo que se espera del alumno y del instructor en términos comportamentales. Contiene normas y procedimientos.

***Yôga Avanzado***, que al final de cada capítulo presenta un subcapítulo dirigido a los instructores de Yôga con diversas instrucciones mu útiles.

CD-ROM ***DeRose. Quiénes somos***, que todas las escuelas, asociaciones y federaciones acreditadas pueden ofrecerle gratuitamente.



## EL PARADIGMA DEL EMPLEO

¡Que época rica en almas inspiradas! Alejandro Dumas, Víctor Hugo, George Sand, Honoré de Balzac, Lizst... Esos y tantos otros, ¡todos juntos en una sola época y en un solo lugar!

Balzac ya había escrito una montaña de libros, era el más leído en París y sus obras un éxito en el mundo. A esa altura, su madre le dijo: *“Honoré, tú no has nacido para escribir. ¡Maldita la hora en que se te metió esa idea en la cabeza! Deberías tener un empleo regular y recibir un salario, en lugar de vivir lleno de deudas y ser insultado en los diarios por los críticos que te ridiculizan con sus caricaturas.”* Hasta la Iglesia puso el nombre de Balzac en la lista negra, considerando perniciosos sus libros. Balzac, el hereje, el maldito.

¡Ah! Si Balzac hubiese escuchado a su madre... ¡Ah! Si yo hubiese escuchado a mi madre... Hoy la literatura no tendría *La Comedia Humana* y yo sería un empleado de una empresa cualquiera. No habría escrito más de veinte libros, no habría viajado por todo el mundo tantas veces, no habría cambiado para mejor la vida de tanta gente. Me habría limitado a trabajar para vivir y vivir para trabajar como las legiones de empleados infelices, sin motivación, que vivieron y murieron sin saber nunca para qué vinieron al mundo. A esta edad, probablemente, ya estaría viejo, pobre y enfermo, como en general están los empleados en esta fase de la vida, ansiando una jubilación que, lejos de ser liberadora, constituirá el preanuncio del fin.

Pero, si la institución del empleo es nociva, ¿por qué nuestros padres nos aconsejan ser empleados? Peor: nos adoctrinan, presionan y, muchas veces, nos obligan a ese destino desafortunado y sin perspectivas.

Tomemos conciencia de esta realidad humillante. Un amigo pregunta: “¿A qué se dedica su hijo?” Y el padre tiene que responder: “Es un empleado.” En una situación así embarazosa, es normal que el progenitor justifique: “Pero él está muy bien. Es una carrera de futuro. Una gran empresa.” (Con suerte y si trabaja bien, dentro de veinte años podrá estar ganando bien, si no lo despiden antes.)

Cuando escucho eso, siento como si el padre de un esclavo en el Imperio Romano estuviera diciendo: “Mi hijo es esclavo. Pero está muy bien. Trabaja para un rico señor, muy importante.”

Y si el hijo o hija encuentra un camino mejor, se instala en la casa un clima de tragedia y tortura psicológica. ¿Pero, los padres no quieren justamente el bien de sus hijos?

Claro que lo quieren. Pero están condicionados por el Sistema y creen honestamente que lo mejor es ser empleado.

## PRIMER PARADIGMA: EL SISTEMA DE LA ESCLAVITUD

Los historiadores estiman que en los últimos 50.000 años, desde el período prehistórico hasta el final del siglo XIX, la esclavitud era un principio aceptado y practicado por casi todos los pueblos. Puede decirse, entonces, que la humanidad siempre explotó la esclavitud y que su abolición en el siglo XX fue un pequeño espasmo en la historia laboral. Era considerada una práctica natural, ya que no habiendo esclavos, ¿quién iba a cons-

truir las grandes obras, quién trabajaría en las residencias? El trabajo esclavo parecía tener todas las ventajas y siempre contó con el beneplácito de la religión. Incluso personas consideradas bondadosas e inteligentes no veían nada malo en tener esclavos.

## SEGUNDO PARADIGMA: LA REVOLUCIÓN INDUSTRIAL

En un momento dado se produjo un espasmo de transición reforzado en gran parte por la revolución industrial. La mayor parte de las naciones y todos los intelectuales, repentinamente, despertaron de su letargo y se declararon contra la esclavitud. ¡La nueva onda era el empleo! Lo que ellos no confesaron –tal vez ni se hayan dado cuenta– es que la legión de empleados era apenas una leve adaptación del sistema de esclavitud. Nadie quiso reconocer que la institución de la mano de obra descartable beneficiaba a todos, menos a los empleados que eran explorados para que el Sistema se mantuviese en movimiento. Sin la masa anónima de empleados, las industrias no funcionarían; el comercio entraría en colapso, y los servicios, ¿quién los iba a hacer? Por lo tanto, lo mejor siempre fue usar anteojeras y ver sólo la parte que convenía a la sociedad.

En esa óptica, los empleados son como los soldados de un ejército. Los generales saben que los soldados están allí para ser sacrificados. Antes de una batalla se evalúan las expectativas de bajas: 30%, 50%, 70%, pero la batalla hay que ganarla. Para la institución militar, si el comandante sintiera pena de enviar a sus comandados a una carnicería, estaría subvirtiendo el Sistema y él mismo sería sacrificado.

En la institución del empleo es lo mismo. Los empleados ganan mal, son humillados, contraen enfermedades laborales y viven en la cuerda floja, ya que en cualquier momento pueden ser despedidos. Y lo serán, sin duda. Todo empleado ya estuvo desempleado y sabe que lo estará otras veces. Entonces, ¿por qué nuestros padres nos empujan hacia ese destino impiadoso? Porque toda la sociedad está condicionada, mediante un verdadero lavaje cerebral sistemático, a considerar que la única opción es la de tener un empleo.

Lo mismo pasa con el militarismo. Es mejor admirar a un batallón que marcha al son de himnos marciales, con sus uniformes y armas viriles; es mejor loar el heroísmo y condecorar a los muertos. Porque si cuestionáramos eso, ¿qué pondríamos en su lugar? ¿Cómo garantizaríamos la soberanía nacional? ¿Cómo defenderíamos nuestros lares?

Así, mandamos a nuestros hijos al sacrificio del empleo, un verdadero holocausto, creyendo que es para su bien. No es así. Es para el bien de la sociedad, que se nutre de las vidas dilaceradas de tantos jóvenes que son obligados a humillarse por un salario ofensivo, en un empleo sin seguridad. Pero si no ofrece seguridad, ¿por qué nuestros padres repiten la idea de “la seguridad de un empleo”?

Se sabe que las empresas despiden personal. Es sabido que si a uno lo echan teniendo más de treinta años de edad, le será difícil conseguir otra colocación. Después de los treinta y cinco será casi imposible. Conozco profesionales capacitados, que tienen más de un diploma, y que estuvieron desempleados varios años. ¿Por qué ocurre eso? Primero, porque el Sistema educa a las personas para depender de un empleo, como ideal de vida. Los cursos técnicos y las facultades todos los años arrojan a millones de recién egresados al mercado de trabajo. Eso crea una oferta mayor que la demanda, lo que desvaloriza al profesional y lo obliga a aceptar condiciones indignas. Segundo, porque un recién egresado tiene más entusiasmo, se dedica más, exige menos regalías y acep-

ta un salario más modesto. Todo eso, porque es joven, está lleno de esperanzas, está allí para vencer y quiere ocupar el lugar de los más antiguos. Como ventaja adicional, habiéndose formado más recientemente, debe estar más actualizado. El veterano que tiene casi diez años en la casa, está más viejo, más acomodado, ya tiene familia, necesita ganar más, exige regalías y no acepta ciertas tareas ni horas extra. ¿A quién cree usted que va a preferir el empleador? Eso mismo: cualquiera escogería al más joven. La tan pregonada seguridad del empleo es una tontería.

### TERCER PARADIGMA:

#### LA OBSOLESCENCIA DE LA RELACIÓN PATRÓN/EMPLEADO

En pleno siglo XXI, podemos afirmar sin margen de error que el concepto de empleo y la relación patrón/empleado están obsoletos. Todavía van a durar bastante, pues los cambios de paradigma demoran mucho en procesarse. Pero hoy ya existen plenas condiciones de suceso para los jóvenes que opten por carreras no convencionales. Además, es en ellas donde se encuentran las mayores y mejores oportunidades.

Ocurre que toda la sociedad está estructurada para producir un contingente humano que constituya fuerza de trabajo. Por eso, desde pequeños siempre escuchamos: "Tienes que estudiar para conseguir un buen empleo." Todo gira en torno de eso. Empleo para el hombre y casamiento para la mujer. ¡Hasta parece que estamos escribiendo a comienzos del siglo pasado! Sin embargo, las cosas continúan siendo así. Es como los cordones de los zapatos. Hace más de medio siglo, cuando yo aún era un niño, lanzaron los primeros calzados sin cordones. Eran los zapatos con hebilla. Tiempo después introdujeron el elástico. Después, el velcro. Después, el cierre relámpago. Y hasta hoy la mayor parte de los zapatos sigue usando los absurdamente *unpractish* cordones que dan trabajo para calzarse, para descalzarse y se desatan todo el tiempo, haciendo tropezar y caer a chicos y adultos. ¿Por qué se sigue usando una cosa así, trabajosa, sin practicidad y peligrosa, en lugar de sustituirla por alguna de las muchas alternativas más modernas? La explicación es que el humanoide demora en incorporar los cambios.

Con la universidad es lo mismo. Antiguamente, pocos tenían el privilegio de estudiar. El diploma era codiciado. Los tiempos cambiaron, pero aún hoy es así, especialmente para aquellos que no pudieron estudiar en la época en que tener diploma era muy bien visto. En aquel tiempo, eso marcaba una diferencia. Hoy todo el mundo tiene un diploma. Y ya no vale nada. Fue banalizado. Quien cursa una facultad "para conseguir un buen empleo" se va a quedar sin él si no hace un posgrado en el exterior, maestrado, doctorado, especializaciones, etc. Eso cuesta caro. Lleva tiempo. Años verdes de vida, años preciosos de comienzo de carrera en la juventud. Cuando el brillante y esforzado estudiante consigue ingresar en el mercado de trabajo, habrá perdido tanto tiempo que jamás aprenderá a ganar dinero, como lo aprendieron aquellos que, sin diploma, comenzaron a trabajar a temprana edad.

¿Estamos preconizando que los jóvenes dejen de estudiar? De ninguna manera. Sólo defendemos el derecho de que, quien quiera estudiar para ser empleado en una carrera común, lo haga, pero por otro lado se respete la libertad de elección del que quiera seguir una carrera nueva, creativa, inusitada, que lo realice y gratifique más. ¡Aunque sea la de saxofonista o la de instructor de Yôga!



## COMIENZAN LOS VIAJES POR EL BRASIL

### CURITIBA

Habiendo formado y habilitado por la Secretaría de Educación del Estado de Guanabara algunos excelentes instructores para enseñar en nuestra institución, comencé a aceptar las invitaciones que me habían hecho en aquel congreso internacional. Eran tantas, que casi no era posible responder a todas. Programamos ir primero a Curitiba, pues tenía fama de ser la ciudad más exigente del país. Consta que cuando se quiere lanzar un producto nuevo o probar un proyecto de vanguardia, hay que comenzar por Curitiba: si allá es aceptado, el resto del país lo aceptará con certeza. ¡Sería un buen test para el SwáSthya!

El amor fue a primera vista, y recíproco. Me encantó aquella ciudad y sus personas. Creo que hice buenos amigos allá y tengo una recuerdo gustoso de cada uno de ellos. Aun los que no simpatizaban con nosotros siempre nos trataron con educación.

Para que el lector tenga una idea de la cordialidad de la gente de esa ciudad, le voy a relatar algunos casos.

En 1974 hicimos un viaje a Curitiba con Eliane Lobato (que aún no era la celebrada astróloga<sup>44</sup>), Riva Pimentel (que aún era nuestra alumna en Río) y un amigo, Márcio, artista plástico. Llegando a Curitiba fuimos a almorzar al restaurante “Lá em casa”. Durante la refección, la propietaria, Sra.

---

44 Esta es una buena oportunidad para aclarar que no estamos en contra de la Astrología o de otras ciencias esotéricas, puesto que ese malentendido ya fue resuelto. Sólo recomendamos que el instructor de Yôga no mezcle su disciplina con ninguna otra, así como creemos que el astrólogo no debe ser simultáneamente masajista y el homeópata no debe ser al mismo tiempo tarólogo. Las mezclas minan la credibilidad; la especialización la enaltece.

Ricci, vino a conversar con nosotros. Supo que éramos de Río y que enseñábamos Yôga. Cuando terminamos el almuerzo y fuimos a pagar, ella no quiso cobrarnos. Dijo que quien viaja no puede gastar mucho. Insistimos en vano. ¡Después de todo, habían sido cuatro comidas! Pero no hubo caso. Agradecemos y le dejamos nuestras direcciones para poder retribuirle si ella fuese a Río de Janeiro. Cuando estábamos saliendo, nos preguntó si teníamos dónde pernoctar. Aún no lo sabíamos, pues acabábamos de llegar. Entonces, insistió para que durmiéramos en unas habitaciones del piso de arriba del restaurante. Aceptamos, medio emocionados con tanto cariño. Pero eso no fue todo. ¡A la noche, además, nos trajo de la casa una cantidad de cobertores y mantas! Esa experiencia nos marcó tanto, que Riva se mudó de Río a Curitiba y fue a dirigir ese restaurante que nos había acogido. Más tarde montó una buena escuela de Yôga en esa misma ciudad, donde vivió y enseñó por unos veinte años.

Nosotros pensamos: qué coincidencia, con tantos habitantes en esta ciudad, venir a conocer de entrada a una persona tan gentil. Pero con cada curitibano que contactábamos, la feliz experiencia se repetía. Visitamos a la Prof. Teodolinda, que nos recibió con la misma consideración. A través de ella conocimos a las Profesoras Mary y Neusa Dias: nuevamente, la misma hospitalidad. De esos contactos resultó un curso en el cual conocí a la Prof. Iná Camargo, con quien se inició una amistad que dura hasta hoy.

Aprovechando el viaje, dimos una conferencia en la sociedad Teosófica local. Cuando terminé, nos trajeron una lista firmada por los presentes, que habían hecho espontáneamente una colecta para nosotros:

–Es para pagar el combustible de vuelta a Río– dijeron con una sonrisa amorosa.

No tanto por la suma, sino por la cortesía de este y de otros episodios, Curitiba nos cautivó.

En 1976 instalé el primer curso del país en una facultad particular –la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales de Curitiba– a invitación de su director, el Prof. Ulysea. Poco después realicé el primer ciclo de cursos de Formación de Instructores de Yôga en las Universidades Federales y, nu-

evamente, incluí la ciudad más exigente. Creo que hice bien en exponerme al fuego. En parte, debo a eso la calidad de nuestro trabajo hoy.

### SÃO PAULO

En 1974, de Curitiba me dirigí a São Paulo, la capital más sofisticada del país, para dictar el segundo curso de mi vida fuera de la ciudad donde nací. Fue mucho riesgo. Pero salió bien.

Como resultado de ese curso, fui contratado para abrir y dirigir una entidad, en la calle Bahía, de propiedad de una empresaria paulista. Aprendí mucho de São Paulo con ese bautismo.

Pero antes de eso, en cuanto terminó el curso, vino a saludarme el joven que en el congreso internacional me había dado tan gentilmente aquella simpática tarjeta, ofreciéndome “comida y cama” para cuando fuera a São Paulo, y confirmó la invitación:

–Vamos allá para casa, que usted debe estar cansado –me dijo.

De hecho, yo estaba bastante fatigado. Agotado por el viaje prolongado, por las expectativas y tensiones inevitables en viajes y cursos, pero extenuado principalmente por haber dado tantas horas de clase y ya ser de noche tarde.

Cuando llegamos a su departamento en el elegante barrio de Higienópolis, descubrí la razón de la gentileza. Había más gente allá (posteriormente comencé a darme cuenta de que cuando alguien quería discutir conmigo, reunía a otras dos personas, tal vez para que estuviéramos en igualdad de condiciones). Noté que los tres estaban muy bien informados. Cordialmente, se sentaron a mi alrededor y comenzaron. Siempre gentiles, me preguntaron a quemarropa:

–Aquí entre nosotros, DeRose. Ese tal Bhávajánanda no existe, ¿no?

–Ya lo expliqué en el curso. ¿Usted estaba allá, no?

–Allá usted hablaba para el gran público. Aquí estamos entre amigos. Puede abrirse con nosotros.

Aquí está el precio de la “comida y cama”, pensé. Habría sido más barato ir al Sheraton... Pero yo estaba en una fase de crecimiento y el entusiasmo

de la edad me hizo aceptar el desafío. Tuvo inicio, entonces, uno de los interrogatorios más cerrados que recuerde. Era lo mismo que esgrimir con tres oponentes simultáneamente, cosa que sólo funciona en las clásicas películas de capa y espada de Hollywood. Uno atacaba, yo me defendía; venía el segundo por el flanco, yo me defendía; el tercero encontraba una brecha y me daba una estocada.

Ya eran las dos de la madrugada y la masacre continuaba. Sólo que el clima ameno del inicio había ido cediendo lugar a una cordial hostilidad que dejaba traslucir las verdaderas intenciones de aquellos tres mosqueteros, que intentaban a toda costa hacerme caer en una contradicción. En un momento dado, uno de ellos aprovechó una brecha y se traicionó. Yo estaba diciendo que no era mi propuesta hacer adoctrinamiento ni querer convencer a nadie de nada. Entonces, él cuestionó:

–¿Usted se considera un Maestro?

–Ustedes me consideram como tal. Estoy aquí dándoles esta clase particular gratuita en lugar de irme a dormir, y ustedes están bebiendo cada sílaba que pronuncio para poder discutir. Ahora, si me lo permiten, me voy a retirar.

Mientras nos levantábamos, cambiaron de asunto y, dándose cuenta de que me había enojado, me dijeron que para ellos todo eso no tenía la menor importancia. Que ellos practicaban yoga con *doña María*<sup>45</sup>, presidente de la asociación internacional, quien estaba en contra de mí, y que me estaban haciendo aquel cuestionamiento por sugerencia de ella, a fin de “desenmascararme”.

Al día siguiente salí bien temprano y nunca más volví a verlos.

Me dije: “salí de una ciudad acogedora como Curitiba y vine a caer directo en una que no parece nada amistosa.” Pero mis primeras impresiones enseguida fueron neutralizadas por el otro lado de la medalla. São Paulo me permitió conocer personas tan amigas y serviciales que acabé instalándome en esa capital. En ningún otro lugar del Brasil recibí tantas demostraciones de afecto y obsequiosidad. Todos siempre estaban disponibles, tenían tiempo, podían y se ofrecían para ayudar. Ponían a disposici-

---

45 Maria Helena de Barros Freira.

ón su casa, las llaves del auto, todo lo que podían y un poco más. Los paulistas (de la ciudad y del estado) fueron los mayores maestros que tuve en el arte de vivir y de cultivar amistades.

En Río las amistades eran superficiales. No podía contar con nadie. Nadie podía nada. Nadie tenía tiempo. De 1974 a 1984, viajé todas las semanas de Río a São Paulo y viceversa. Desde el comienzo, durante esos diez años, me llamó mucho la atención el hecho de que en São Paulo nunca tuve que tomar un taxi para ir o venir de la terminal de ómnibus, de trenes o del aeropuerto. Siempre contaba con alguien que me esperaba a las seis de la mañana, cuando yo llegaba, y se ofrecía a llevarme a la medianoche. En Río jamás tuve alguien disponible<sup>46</sup>.

Como ese panorama se reflejaba en todas las demás manifestaciones del comportamiento paulista, hice lo que hubiera hecho cualquier persona sensata: me mudé a São Paulo<sup>47</sup>. En esa ciudad las cosas funcionan aceitadas, en un sistema muy peculiar de intercambio de gentilezas. Es una especie de acuerdo tácito, casi una cofradía a la cual pertenecen sus veinte millones de habitantes. Algo como un código de honra que todo el mundo se toma muy en serio y que consiste en lo siguiente: cuando alguien necesita algo, no tiene ni que pedirlo. Quien está cerca, sea un amigo, un pariente, un vecino, un cliente, no importa cuál sea el grado de intimidad, rápidamente se ofrece para ayudar. El primero no se hace rogar y acepta de inmediato la oferta, con naturalidad, pues sabe que el otro la hizo de veras.

La gentileza o favor recibido será retribuido, con la mayor satisfacción, en la primera oportunidad. Quien hace el favor ni se acuerda más, pues eso es tan corriente que forma parte de lo cotidiano. Además, sería una mezquindad estar sacando la cuenta de quién debe qué. Hasta con el dinero es

---

46 Ese comportamiento sólo se alteró muchos años después, cuando envié a Río algunos instructores paulistas, algunos gaúchos y algunos argentinos. Hoy siempre hay alguien que me busca en el aeropuerto y me lleva para embarcar.

47 Pero no cerré la Unidad de Copacabana, que es una tradición allá, con sede propia en la misma dirección desde hace más de treinta años. No nos gustaría dar a los opositores la satisfacción de ver cerrar nuestra sede en Río. Además, sería una pena, pues fue allí donde surgieron los grandes movimientos culturales orientalistas, universalistas, ocultistas, naturalistas y otros, de la década del setenta. Todo comenzó allí, en la escuela que actualmente llamamos Sede Histórica. Si algún nuevo movimiento, sistema, maestro o institución quería instalarse en el Brasil, todo comenzaba con una conferencia o vivencia en lo de DeRose, en Copacabana.

común tener un procedimiento bien despojado. Ahora, el que recibe la gentileza, ese no la olvida jamás y aguarda con saludable ansiedad el momento de poder retribuir.

Ese mecanismo de reciprocidad y solidaridad hace de São Paulo una inmensa hermandad sin muros. Es el gran responsable del significativo crecimiento económico y cultural de esa ciudad y de todo el Estado.

Uno de los muchos ejemplos de ese código de honra tuvo lugar cuando fui llamado para dictar un curso en Uberlandia. La invitación fue confirmada muy sobre la hora y no conseguí pasaje, pues ya se habían agotado. Entonces, la organizadora del curso en Uberlandia llamó por teléfono a una amiga en São Paulo y le comentó el problema. La mañana siguiente esta me fue a buscar en su Galaxy, que era un automóvil inmenso, con chofer, una canasta de sandwiches, un termo con té, almohadas y mantas

–Vamos, Maestro. Tenemos mucha ruta por delante y tengo que estar de vuelta hoy en São Paulo.

–¡Qué gente increíble!– pensé. –¡Ir en auto de São Paulo a Uberlandia, un viaje de siete horas, sólo para hacer un favor a una amiga! ¡Dejar todo lo que estaba haciendo, faltar al trabajo, asumir el gasto astronómico de la gasolina que consume este vehículo descomunal! ¡Y encima, volver el mismo día a São Paulo para trabajar!

Eso fue en 1974, yo todavía era carioca. Habitado a otra realidad, ese comportamiento de los paulistas me fascinaba. Tamaña solidaridad, servicialidad y garra, tenían mucho que ver conmigo.

En pocos minutos estábamos en la ruta. Malu dio la orden al conductor:

–Meta el pie en el acelerador, que yo voy a dejar al profesor allá y quiero estar de vuelta hoy.

Él obedeció al pie de la letra. Dentro del auto, con los vidrios cerrados, aire acondicionado y música suave, no se notaba.

Más adelante comenzó a lloviznar. Una de esas lluviecitas que, por no ser fuertes, se juzgan inofensivas y el conductor no reduce la velocidad. Cuando menos lo esperábamos, sin razón aparente, el auto derrapó y comenzó a rodar en la pista. Debíamos estar yendo a una velocidad colosal, pues dio tantas vueltas que Malu tuvo tiempo de invocar la protección de un

número tal de santos y santas, que ni un monje sería capaz de recitarlos todos de memoria en un ritmo así. A pesar de mi preocupación por la emergencia, tuve ganas de reír.

Por suerte, el vehículo no salió de la ruta y no venía ningún otro en sentido contrario. Finalmente, sólo desviamos más allá de la banquina cuando la velocidad era pequeña y, entre muertos y heridos, salimos todos ilesos. Pasado el susto y desatascado el auto del barro, conseguimos completar el viaje. Espero que nunca más mi presencia en un curso vuelva a requerir correr un riesgo tan alto.

Continué viajando semanalmente a todo el país. Viví experiencias muy felices, otras terribles, pero todas edificantes. Guardo recuerdos deliciosos de mucha gente buena que me acogió en Rio Grande do Sul, Santa Catarina, Paraná, São Paulo, Río de Janeiro, Minas Gerais, Mato Grosso, Goiás, Bahía, Ceará, Maranhão, Piauí, Pernambuco, Rio Grande do Norte, Pará, Amazonas, Amapá... y después en la Argentina, en Portugal, en España, en Francia y otros países. Sería imposible mencionar aquí cada localidad visitada y los hechos, positivos o no, que vivencié durante todos esos años. Sólo una cosa no me deja conforme: que todos los que me recibieron fueron mejores anfitriones, ciertamente, que lo que yo conseguiría ser para retribuirles el cariño que me brindaron.

De cualquier forma, en los capítulos *Historias de algunos cursos* y *Cuentos pintorescos* tendré oportunidad de relatar unos cuantos recuerdos más de otras ciudades que no mencioné aquí.







## LOS VIAJES A LA INDIA

**En el momento en que escribo este libro, llevo más de veinte años de viajes a la India, pero el contenido de este capítulo se refiere sólo a mis primeros viajes, cuando era muy joven y las experiencias en ese país significaban un descubrimiento tras otro.**

Cuando comencé a viajar para dar cursos en otras ciudades, mucha gente me cuestionaba que yo era muy joven y no había ido a la India. Utilizaban ese recurso para argumentar contra cualquier cosa que dijese.

El clímax de esa situación se produjo en 1975. Recién llegado a São Paulo, mi discípula, la Prof. Helena Alonso, siempre empeñada en introducirme en el ambiente de Yôga de la ciudad, se esforzaba por presentarme a todos los profesores locales. Algunos eran bastante cordiales, pero otros tenían un ego de considerable tamaño y parecían sentirse inseguros, pues se mostraban bien groseros en retribución a mi visita de buena voluntad.

Un día, Helena me llevó a conocer cierta academia, cuya directora comenzó inmediatamente un interrogatorio gratuito. Inicialmente, unas preguntas malintencionadas sobre el SwáSthya Yôga. Como yo respondía sin hesitar y todo lo respaldaba con argumentos bien documentados que ella, dígame de paso, desconocía, la ilustre colega sacó el quinto as de la manga y me preguntó, primero cautelosamente:

–Profesor DeRose, ¿usted ya fue a la India?

Como a mediados de 1975 aún no había ido, ella recuperó la arrogancia y disparó:

–Pues yo sí fui, *m' hijo*. Y no vi allá nada de eso que usted dice.

Ahora, yo sabía que casi todos los *enseñantes* de yoga, cuando van a la India, lo hacen como meros turistas. Aprecian monumentos y ruinas, pasean, hacen compras, visitan haciendas de ganado de corte y comen asado<sup>48</sup>. Pero casi nadie visita a los Maestros y escuelas importantes, donde se puede encontrar un Yôga de buena calidad. La mayor prueba de esto es que vuelven al Brasil pronunciando “yôga”, con *ó* abierta, demostración cabal de que ni siquiera oyeron esa palabra en la India, pues la pronunciación correcta es Yôga, con *ô* cerrada.

Sin embargo, no pude ni decir nada más. Encima de su soberbia por haber ido a la India, esa señora atropelló todo lo que intenté hablar de allí en adelante y, ante cualquier cosa que yo dijera, ella volvía a golpear violentamente con su único as: el de la manga...

Con el paso del tiempo, habiéndose repetido varias veces escenas como esa, llegué a la conclusión de que mi camino se vería muy dificultado si no iba allá a las fuentes. Así que decidí viajar. Pero no tenía recursos para una viaje de esa envergadura. En aquella época no era tan fácil como ahora.

### CÓMO CONSEGUÍ IR A LA INDIA POR PRIMERA VEZ

Ahí ocurrió otra cosa. Fui a dar un curso en Belém do Pará. El equipo de la oposición, como siempre, cumplió con su nada elegante papel, calumniando y boicoteando todo lo que pudo. Felizmente el curso tuvo un resonante éxito y produjo grandes instructores, cuyas escuelas se hicieron famosas y respetadas en Belén.

No sé por si fue por el disgusto de ellos ante nuestro suceso o por el karma que contrajeron al intentar perjudicar al SwáSthya Yôga, pero de los que nos habían boicoteado en Belén, uno se suicidó, otro murió de cáncer

---

48 Tenemos en nuestro poder el programa de un viaje a la India, organizado por el instituto de yôga de *Doña María*, que en su recorrido no tiene ni una sola escuela de Yôga, pero en casi todas las ciudades incluye visitas a haciendas de ganado, citando hasta la raza de bovinos que se encuentra allá (probablemente para que los hacendados del Estado de São Paulo tengan la oportunidad de programar sus lucros con la adquisición de ganado). Y, además... ¡en el plan de actividades estaban previstos varios asados, en diversas ciudades! Eso mismo, leyó bien: asados de carne vacuna, en la India, que es un país esencialmente vegetariano por motivos morales y de fe. Asados organizados por supuestos profesores de Yoga que, en principio, deberían ser vegetarianos también. ¡Una verdadera afrenta a la cultura hindú!

y todos los demás tuvieron que dejar de enseñar por motivo de enfermedad. De esa forma, cuando volví años después a esa ciudad, el Hatha Yôga estaba prácticamente acabado y el SwáSthya Yôga prosperaba y se difundía por todos los rincones.

Tan luego retorné a Río, vino a visitarme el discípulo de uno de los profesores de Belén que habían boicoteado nuestro curso, con la siguiente propuesta:

—Mi Maestro no participó de su curso debido a que hubo una cantidad de habladorías, y él se dejó llevar. Cuando usted viajó, algunas personas que habían participado hicieron buenos comentarios sobre los temas que enseñó y él se quedó muy arrepentido por no haberlo apoyado...

—Muy bien. Dígale que venga al próximo.

—Lo que pasa es que él no puede viajar y le pide que usted dé el curso particular en la casa de él, allá en Belén.

—Discúlpeme la franqueza, pero su Maestro no está en sus cabales. Primero, boicotea mi curso. ¡Después quiere que yo vuelva para dar el curso otra vez, en forma particular, especialmente para él! Sólo en broma...

—Espere un poco, profesor. Le pagamos lo que usted pida.

¡Listo! Allí estaba el viaje a la India (al fin y al cabo, Belén ya es casi la mitad de camino entre Río y Nueva Delhi...).

Marqué para el curso una fecha que me permitiese participar también de un congreso internacional de Yôga que se iba a desarrollar en Bogotá y cobré un valor con el cual compré un pasaje de Río a Belén, Bogotá, París, Delhi, Frankfort, Génova, Copenhage, París, Río.

### **EL INICIO DEL VIAJE. LAS ESCALAS**

Dicté el curso en la casa de ese profesor en Belén. A él le pareció que valió el precio y yo seguí viaje para el congreso en Bogotá.

El congreso en sí no tuvo nada de interesante. Los Festivales Internacionales que promueve la Unión Nacional de Yôga en el Brasil son mucho

más enriquecedores, enseñan más cosas y son más divertidos<sup>49</sup>. Pero ocurrió algo que vale la pena registrar. En Río, nuestros alumnos se reunían eventualmente después de las clases en un restaurante llamado *Chalé Suíço*. En Bogotá, a la salida del congreso, buscando dónde comer, encontré un lugar con el mismo nombre. Con la *saudade* que estaba sintiendo de mis alumnos y amigos, me dirigí entonces al *Chalé*. Pero al llegar frente a la puerta, algo me detuvo. Pensé: “Hoy es el Día del Maestro, 15 de octubre. A esta hora, allá en Brasil, mis discípulos deben estar haciendo alguna conmemoración. Voy a llamar por teléfono antes que se vayan todos.” Llamé desde la cabina más próxima. Me atendió Eliane Lobato:

—¡Qué coincidencia que nos llame justo ahora! Estábamos haciendo una mentalización para que tenga un buen viaje y todo resulte bien.

En ese momento escuché una fuerte explosión. Acabamos de hablar y terminé diciéndole que iba a ir a cenar al *Chalé Suíço* en atención a ellos.

No pude. Cuando llegué al lugar, el restaurante no existía más. Había explotado y las personas que estaban cenando yacían heridas en la calle, hacia donde habían sido arrojadas. Me permito el derecho de considerar que fui salvado por mis discípulos.

De Bogotá partí rumbo a París, donde estuve viviendo un tiempo. Aproveché para hacer un curso en la Universidad de la *Sorbonne Nouvelle (Faculté Censier)* y perfeccionar mi francés. Ese período fue muy bueno para madurar y proyectarme en una realidad mayor que la de mi pequeña vida provinciana de Río de Janeiro. Hice buenos contactos con instructores de Yôga de Europa y pude realizar una evaluación más adecuada del padrón de nuestro trabajo en el panorama mundial.

Me causó impresión la cantidad de alumnos y amigos que encontraba en el subterráneo, restaurantes y museos. Parecía que el Brasil tenía a París como estación de vacaciones (¡pero ni siquiera era época de vacaciones!). Gracias a conexiones de algunos de ese alumnos, acabé dando una conferencia en el Centro Sivánanda, en la *rue Cherche-Midi*, y un breve curso en una escuela de expresión corporal en la *rue des Trois Frères*.

---

49 Nuestros Fest-Yôgas se realizan en el Brasil cada tres meses: en enero en Bahía, en mayo en Florianópolis, en agosto en São Paulo, en noviembre en Río de Janeiro; en septiembre una vez por año en la Argentina y dos veces por año en Portugal.

Fue un período muy constructivo. Me convertí en un asiduo frecuentador del *Boulevard Saint Michel*, reducto de los estudiantes de la famosa universidad multisecular, la Sorbona. Uno de mis puntos favoritos era la librería Gibert Jeune donde, once años después, en 1986, otra vez un atentado terrorista detonó una bomba justamente cuando estábamos ahí comprando unos libros<sup>50</sup>. Esa vez nos salvamos por poco. Tuvimos una intuición y salimos del negocio para mirar unos *posters* del lado de afuera. En ese momento explotó el lado de adentro. Nos apartamos del lugar, que comenzaba a incendiarse. Entonces saqué unas fotos y entramos en uno de los restaurantes próximos para celebrar el hecho de estar vivos, con una agradable cena a la luz del incendio. ¡Muy romántico!

Pero estas últimas escenas son de otro film. Volvamos al primer viaje, once años antes, en 1975.

### LA PARTIDA HACIA LA INDIA

Llegado el momento dejé París y volé hacia Delhi. Fue un choque cultural enorme, pero bastante ilustrativo.

La primera emoción fue sobrevolar el desierto de Thar. El avión volaba a 900 km por hora y ya hacía casi media hora que sólo veíamos arena, a veces clara, a veces rojiza, pero, por cierto, siempre ardiente. De repente, ¡un oasis! Qué sensación indescriptible. Reaccioné casi como si estuviera caminando allá abajo, sediento. Era sólo un montoncito de pequeñas palmeras y grama verde, pero... qué imagen bonita y tan rica en vida, comparada con aquellas arenas estériles e inclementes.

A veces aparecía un poblado en torno a un oasis, otras veces sin él. Se podían observar las sendas de los camellos, marcadas en la arena más dura, como verdaderas calles, tan largas que se perdían en el horizonte sin un solo cruce. Todos lo hemos visto en fotos o películas, pero estar allí

---

50 Es impresionante el poder que tiene una simple mención en uno de nuestros libros, de aumentar o reducir la simpatía del público por la lectura de un libro, la suscripción a una revista, o incrementar la clientela de un establecimiento, incluso en el exterior. Una vez, un practicante de Portugal, que pasaba por Francia y aprovechó para visitarme en París, me dijo que había ido a comprar un libro de Yôga en la Gibert Jeune, por haberla mencionado yo en este capítulo, y no encontró nada. Sin embargo, yo no recomendé que adquiriesen libros de Yôga allá. Sólo comenté que estuve en aquel local. Además, en los últimos años el citado establecimiento viene atendiendo muy mal. Merece que demos preferencia a la competencia, que atiende a los clientes con más cortesía, como la Gibert Joseph, en el Boulevard St. Michel, 26.

arriba era otra cosa. En las escasas aldeas, aquella gente aislada del mundo, ¿de qué vivía, si no había agricultura, agua, materias primas? ¿Sólo de pastorear cabras, a un calor de 50°C de día y 10 bajo cero a la noche, sin pensar nunca en salir de allí?

Comenzaron, entonces, a aparecer manchas dispersas de vegetación desértica, amarillenta.

A lo lejos, una visión inolvidable: el final del desierto. Yo imaginaba que los desiertos se irían acabando poco a poco, por la modificación gradual del tipo de suelo. Sin embargo, visto de allá arriba era impresionante. Aquel desierto terminaba de repente, en una línea bien demarcada, donde las arenas paraban bruscamente. Vegetación verde, calles asfaltadas y una increíble multiplicidad de pequeñas aldeas marcaban el inicio de la -así llamada- civilización.

Lo opuesto de esa experiencia fue otro vuelo, sobre los Himalayas. El avión estaba pocos metros por encima de los glaciares y una señora preguntó al comisario de a bordo por qué estábamos volando a tan poca altitud.

-No estamos volando bajo, *madame*. ¡Es que las montañas son muy altas!

¡Qué lindo! Miles de kilómetros de montañas cubiertas de nieve, encrespadas, comprimidas unas contra las otras, algunas altivas, destacando sus picos majestuosos. De un lado pegaba el sol y del otro había sombra, en un contraste de colores enriquecido por la dinámica de la aeronave: era un espectáculo inimaginable. Y saber que, tal como en el desierto, no había casi nadie allá embajo, a no ser el yeti y una o otra aldea enclavada en un valle. Y estos, ¿cómo podrán sobrevivir allí? ¡El ser humano es realmente obstinado!

En mis viajes pasé por otra experiencia que me gustaría compartir con usted. ¿Ha visto alguna vez una puesta de sol que no se termina? Estábamos viajando en una dirección en que acompañábamos al sol en su descenso. El cielo se había puesto anaranjado y violeta en toda la extensión de la línea del horizonte. El sol, rojo, podía ser observado sin dañar los ojos y estaba descendiendo lentamente. Dentro del avión, todo se detuvo para observar el crepúsculo. Las exclamaciones de admiración y los clics de las cámaras, lejos de perturbar, hasta enriquecían la magia del momen-

to. ¡Sólo que el “momento” no terminaba! Habitados a la corta duración de un fenómeno así, visto desde el suelo, todos a bordo comentaban la belleza que era poder observar a voluntad y hasta cenar a las luz de esa puesta de sol que duró casi una hora.

Todo eso me mueve a sentir gratitud hacia la profesión de instructor de Yôga. Si no hubiera sido por ella, yo no habría podido viajar tanto y vivir experiencias tan fascinantes.

Otra gran emoción fue cuando el tren de aterrizaje del avión tocó el suelo de la India. Me llené de emoción. Estaba realmente en la India, aquel país legendario del cual había escuchado hablar desde niño. La India de las películas de aventura, de los cuentos fantásticos y de los libros de Yôga. La India de los faquires y de los marajás, de los elefantes y de los templos. ¡Y yo estaba allí!

De ahí en adelante todo fue una mezcla de emociones y decepciones, de alegrías y tristezas. Al fin y al cabo, era lo que tenía que ser, pues la India se ha hecho conocida como el país de los contrastes.

Primero, me sentí un poco embarullado con la confusión a la salida del aeropuerto. En la India todos son tan solícitos que uno quiere llevar la maleta, otros quieren conseguir el taxi y otros cuantos se disputan para indicar el hotel. No tuve suerte: acepté la indicación del más simpático y acabé en un hotel tan distante del centro de Nueva Delhi, que parecía otra ciudad. Al día siguiente me mudé a uno mejor ubicado y menos caro. Si un día usted va a Delhi, y no puede ir conmigo, es aconsejable instalarse en algún hotel próximo a Connaught Place y Janpath Street, donde están situadas casi todas las cosas más importantes de Nueva Delhi para el viajero: compañías aéreas, agencias de turismo, el Tourist Office del Gobierno, restaurantes, cines y un variadísimo comercio de artesanado, tejidos, ropa, estatuillas, pinturas, incienso, instrumentos musicales, henna, japa-malas y todo lo que su imaginación ni conseguiría presuponer. Libros, no. Es mejor comprarlos en Vieja Delhi, en la librería Picadilly Circus.

Me encantó la comida de la India desde el primer instante y, como a mí, a todos cuantos la conocieron. Además de ser sabrosísima, se puede aceptar lo que venga, pues el país es vegetariano y no hay peligro de que la comida contenga carne de vaca, de pescado o de ave. Por otro lado, si bien el sabor es superlativo, tuve que adaptarme a un pormenor. Todo viene hipercondi-

mentado con jengibre, comino, clavo de olor, canela, cardamomo, coriandro, curry y chile. Este último es más fuerte que la propia pimienta bahiana. Como aún no estaba habituado a comidas tan ricas en especias, el segundo día pedí una ensalada de vegetales crudos, pensando que así vendrían seguramente sin condimento. De hecho, recibí una ensalada sin sal, sin aceite y sin condimento alguno. Comencé a comer y me gustó, a pesar de la ausencia total del gusto exacerbado de los condimentos. Con apetito, distinguí allá en el medio una pequeña vaina verde. Me pareció simpático el aspecto de esa vaina tan inocente. Mastiqué y tragué. ¡Era el propio chile! Nunca en mi vida había tenido una sensación igual... creí que me iba a morir. Imaginé que beber ácido sulfúrico no debía ser peor. Me salvó una botella de refresco, que tomé de una sola vez.

Habiendo pasado por ese bautismo de fuego (literalmente de fuego), seguí con mi curso de India. En los primeros días, bastaba poner el pie en la calle para constatar que otra falsa imagen se derrumbaba. La primera había sido la alimentación, ya que los libros de Yôga, en general, aconsejan usar poco condimento. Pero hasta las escuelas y monasterios más espartanos servían la comida con un sabor bien elaborado y fuerte. Entonces entendí: para ellos, aquello era poco condimentado. La culinaria occidental sería considerada sin condimento alguno.

Otra fantasía propia de nuestra falta de información, es suponer que las personas comunes en la India tienen conocimiento de sánscrito. El sánscrito para el hindú es como el latín para nosotros. Intenté comprar un diccionario de sánscrito, pero no fue fácil de encontrar. En cada librería era el mismo ritual: yo llegaba, el librero venía solícito, con una sonrisa en los labios. Pero cuando le pedía el diccionario, su expresión se cerraba, respondía ríspidamente que no tenía y me daba la espalda. Llegué a pensar que tuvieran algo contra el sánscrito. Después me di cuenta: es el modo de ser de los indios. El *sí* se dice con mucha amabilidad y el *no*, con rispidez. Es parte de la dramatización del lenguaje. Después de haber comprendido eso, no volví a sentirme molesto. En nuestro país es diferente. Cuando tenemos que decir *no*, lo hacemos con cara y voz de quien está desolado y, frecuentemente, agregamos una serie de justificaciones. Eso, ya es demasido.

Nosotros esperamos además que todo indio entienda de Yôga. Sin embargo, un número relativamente pequeño de indios se dedica a esa filosofía. En Brasil tenemos proporcionalmente muchos más instructores de Yôga que en la India, con más de un mil millones de habitantes comprimidos en un territorio cerca de tres veces menor que el nuestro.

Primeramente tenía que ambientarme y conocer la ciudad. Visité templos de varias religiones (hindúes, musulmanes, budistas, jainistas, católicos, etc.), mercados, palacios, museos, ruinas, monumentos. Fui al Memorial de Gandhi, erigido en el lugar donde él fue cremado. Visité el Fuerte Rojo, escenario de tantas batallas. No podía dejar de conocer el Qutub Minar, la torre inclinada de la India, junto a la cual se encuentra el poste de hierro construido hace siglos, expuesto desde entonces al tiempo y a la lluvia y, que a pesar de eso, no se oxida. Esa curiosidad científica es comentada con algún sensacionalismo por von Daniken en su libro *¿Eran los dioses astronautas?*

En fin, hice el indefectible recorrido de cualquier turista común. La mayoría se queda con eso, se da por satisfecha y vuelve acá sin haber hecho, visto o aprendido absolutamente nada que le sirva en términos de Yôga.

En cuanto me familiaricé con el territorio, salí en busca de los buenos Maestros. En Delhi no me fue bien. Ciertamente, hay buenas escuelas por allá, pero no encontré ninguna que satisficiera mis expectativas. Yo disponía de un catálogo publicado por el Gobierno de la India con las direcciones de un gran número de entidades seleccionadas, pero no sentí empatía con ninguna de ellas. Comencé entonces a recoger indicaciones de los propios indios y verifiqué un consenso. La inmensa mayoría declaraba que determinado profesor era el mejor, aunque su nombre no constase en mi guía. Pero cuando yo preguntaba: —¿Qué lo lleva a usted a considerarlo el mejor?— todos, unánimemente, respondían: —Es que él va a la televisión (!).

Ahora, también yo soy entrevistado con frecuencia por la TV, pero sería un demérito que se dijera que soy buen Maestro solamente por ese motivo.

En vista de eso, preferí no conocerlo. Me cansé de buscar en la capital y decidí seguir hacia los Himalayas.

### LOS HIMALAYAS

Llegando a mi destino, la ciudad de Rishikesh, me sentí apasionado por el lugar. El río Ganges corre límpido y caudaloso en esa región montañosa, relativamente próxima de la naciente. Se puede meditar a sus márgenes, bañarse en sus aguas, cruzar el río en barco o por el puente colgante. Rishikesh es una ciudad muy bonita y está imantada con la magia de los siglos. Era una emoción simplemente estar allí y saber que aquel suelo fue pisado por algunos de los mayores iluminados de los últimos 5.000 años. Aún hoy se ven con frecuencia swámis (monjes) y saddhus (ermitaños). Hay decenas de monasterios, templos y Maestros de Yôga, de Vêdânta y de otras disciplinas. Los curiosos generalmente se dejan seducir por la multiplicidad de escuelas y comienzan a actuar como niños sueltos en una tienda de chocolates. Mezclan todo, hacen una grosera confusión y no aprenden nada.

Yo sabía lo que quería. Estaba yendo al Sivánanda Ashram (pronuncie Shivánanda Ashrám), uno de los más prestigiosos monasterios de la India. Ningún outro señuelo me iba a desviar de la meta. Allí encontré cosas realmente muy buenas, tanto que volví a esa entidad casi todos los años a partir de entonces. En ese ashram tuve la oportunidad de perfeccionar mantras, conocer más variedades de pújá, mejorar el sánscrito (especialmente la pronunciación), desenvolver Karma Yôga, Bhakti Yôga, Rája Yôga, sat sanga, meditación, teoría Vêdânta, y trabar contacto con el verdadero Hatha Yôga de la India, que no tiene nada que ver con la caricatura practicada en Occidente con ese mismo nombre.

A partir de ese viaje pude comprender el motivo por el cual los otros instructores de mi país eran tan agresivos con respecto a nuestro trabajo: sus clases no tenían ni la menor semejanza con el verdadero Yôga de la India.

Llegué incluso a preguntar en varias escuelas célebres, de varias regiones de la India, qué serían aquellas modalidades ofrecidas como Yôga al público desinformado e ingenuo de nuestra patria. La mayoría eran puras invenciones salidas de la cabeza de los supuestos instructores, que mezclaban cosas tales como gimnasia, antigimnasia, bioenergética, ocultismo, espiritismo, zen, danza, expresión corporal, macrobiótica, shiatsu ¡y daban a las diferentes mezclas el mismo nombre genérico de Yôga (más aún, *yoga*)!

Una cosa que me llamó la atención en las prácticas de Hatha Yôga de la India fue el hecho de no encontrar allá la insistente repetición de los estribillos comunes en las clases de Hatha en Occidente, recitados con voz dulce y de impostación hipnótica, como: “calma... no fuerce... suavemente... óptimo, muy bien... cuidado... eso es peligroso...” Por el contrario, encontré órdenes severas: “¡Fuerza! Usted puede hacerlo mejor que eso! ¡Quiero ver más empeño en esa ejecución! ¡Aguante más!” Yo era joven, deportista y practicaba muy bien los ásanas. No obstante, a veces me quedaba el cuerpo todo dolorido después de una clase, cosa que en Occidente no se admite. Más tarde llegué a la conclusión de que la manera de ellos era más coherente, pues Hatha significa fuerza, violencia<sup>51</sup>.

En mi primera práctica de Yôga en el Sivánanda Ashram, el instructor me hizo ejecutar ejercicios adelantados, como padmāsana, nauli, sírshāsana, vrishkāsana, mayúrāsana y otros. Y eso sin pedirme ningún examen médico, lo que denota en ellos un espíritu mucho más exento de complicaciones. Se habló libremente sobre la kundaliní (pronuncie siempre con la *í* final larga), sin que el profesor asustara a nadie ni exagerara sus eventuales peligros.

Otra demostración de la descontracción reinante en el Yôga de la India es el hecho de que las clases se den en un clima informal, que deja abierta la posibilidad del diálogo y hasta la de que un alumno haga un chiste en clase, como ocurrió en ese invierno de 1975. Había un monje viejito, cuya función era tocar la campana cada hora. Como hacía mucho frío a las cinco de la mañana, se refugió en nuestra sala de práctica, donde el calor de los cuerpos de muchos yôgins había calentado el ambiente. En medio de la clase, comenzó a dormitar y le colgaba la cabeza. Un alumno no perdió la oportunidad de bromear:

---

51 La palabra *hatha* se traduce como *violencia*, *fuerza*, en los siguientes libros de autores muy bien conceptuados:

Tara Michaël, *O Yôga*, Zahar Editores, página 166.

Iyengar, *A Luz do Yôga*, Editora Cultrix, página 213.

Georg Feuerstein, *Manual de Yôga*, Editora Cultrix, página 96.

Renato Henriques, *Yôga y Consciência*, Escuela de Teología, pág. 276 de la 1ª edición.

Mircea Eliade, *Inmortalidad y Libertad*, La Pléyade, página 223.

Theos Bernard, *Hatha Yôga una técnica de liberación*, Siglo Veinte, página 13.

Monier-Williams, *Sanskrit-English Dictionary*.

—¡Mire, profesor! ¡El swámiji entró en samádhi!

El profesor se rió, todos se rieron, y luego retomaron la clase con mucha disciplina. De hecho, sólo consiguen esa descontracción porque existe simultáneamente un profundo sentido de disciplina, respeto y jerarquía que nos falta en Occidente.

En suma, me gustaron el Hatha Yôga y el Rája Yôga que experimenté en el Sivánanda. Para dar una idea de cuánto me agradó ese ashram (monasterio), basta decir que es de tendencia Védánta y, a pesar de eso, recibí allá buenas clases de Sámkhya, lo que constituye un rarísimo ejemplo de tolerancia. Otro fuerte ejemplo es el hecho de que uno de los mejores libros de Tantra Yôga fue escrito por el fundador Sri Swámi Sivánanda, siendo él de línea opuesta (brahmáchárya). Todo eso contribuyó para que, en mis viajes posteriores a la India, acabara frecuentando mucho más esa institución que cualquier otra.

Después del Sivánanda Ashram, tuve el privilegio de visitar y participar de clases en el Kaivalyadhama, de Lonavala; Iyengar Institute, de Puna; Yôga Institute de Sri Yôgendra, en Bombay (actualmente denominada Mumbai); Mukbánanda Ashram, de Ganeshpuri; Aurobindo Ashram, de Delhi; todas muy buenas escuelas, de renombre mundial, pero cada cual con una interpretación, un método y hasta una nomenclatura completamente diferente de las otras. Eso fue tremendamente educativo para mí y amplió mi tolerancia en 360 grados. En esos viajes conocí personalmente y recibí enseñanzas directamente de grandes Maestros como Chidánanda, Krishnánanda, Nadabrahmánanda, Turyánanda, Mukbánanda, Yôgendra y otros. Según los hindúes, ellos son los últimos Grandes Maestros vivos, los últimos representantes de una tradición milenaria en extinción<sup>52</sup>.

### EL MAESTRO DE LA MONTAÑA

Un día resolví buscar a los saddhus, sabios eremitas que viven en cavernas, en las montañas heladas de los Himalayas. Para tener más certeza de encontrarlos y también por medida de seguridad, contraté a un guía, Praptap Sing. Era mi primer viaje a aquella región, yo era muy joven y aún no conocía nada de la India.

---

52 En el momento en que esta edición se publica, ya están todos fallecidos.

Nos despertamos temprano y comenzamos a subir la montaña con la salida del sol. Una densa neblina cubría la vegetación, pero el guía daba pasos seguros montaña arriba.

–¡*Sir*, voy a llevarlo a conocer a un gran *yôgi*, *sir*!

–¿Cómo es su nombre?– le pregunté. El guía me dijo el nombre de un conocido gurú, muy famoso en Occidente. Entonces le repliqué que no estaba interesado en conocerlo y que si ese tipo de maestro era el que él consideraba un gran *yôgi*, podíamos volver ya mismo, pues no iba a utilizar sus servicios. Él sonrió y abrió el juego:

–*Sir*, usted realmente entiende de *Yôga*. Vamos, entonces, para el otro lado, *sir*.

–Pero, si usted sabía que ese no es un verdadero *yôgi*, ¿cómo iba a llevarme allá?

–*Sir*, yo recibo una gratificación por cada turista que llevo para allá. Pero voy a llevarlo a conocer *saddhus* de verdad si me paga el doble, *sir*.

Bien, el hecho es que subimos la montaña durante más de cuatro horas. Durante la caminata surgieron varios *saddhus*, pero el guía cumplió el trato y siguió adelante sin detenerse ante ninguno de ellos. Yo ya estaba exhausto cuando fui sorprendido por una figura que parecía salida de los cuentos de hadas. Era un *saddhu*, realmente, de aquellos que no se encuentran más en las aldeas, ni en ocasiones especiales. Una imagen impresionante. Completamente desnudo, la piel curtida por el frío y por el sol, casi negro, todo cubierto de cenizas, lo que le confería un tono violáceo, semejante al de la representación del color de la piel de Shiva en las pinturas. Cabello y barba completamente blancos y muy largos. Una mirada fuerte y penetrante, ojos inyectados de poder. Me recordó a *Bhávajánanda*.

No tuve tiempo de hablar ni hacer nada y él ya estaba dándome órdenes, pasando instrucciones en lengua hindi, en un tono marcial, con el guía traduciendo apresuradamente. Me enseñó nuevos mantras, mudrás, ásanas y meditación. Si yo no lograba ejecutar el ejercicio exactamente como él quería, el Maestro rugía una amonestación intraducible.

A veces, el guía intentaba hablar con el saddhu, pero él lo ignoraba. No le respondía y encima le daba la espalda. Hablaba sólo conmigo, pero yo no entendía el idioma hindi y necesitaba al cicerone para traducir. A pesar de ese inconveniente, fue la ocasión en que aprendí el mayor volumen y la mejor calidad de técnicas en tan poco tiempo. Fueron unas pocas horas de aprendizaje, unas siete u ocho, y el guía ya estaba inquieto, insistiendo para irnos de allí inmediatamente. Después de cierta insistencia, acepté, muy a contragusto. ¡Me había llevado la vida entera encontrar un saddhu de verdad y, en lo mejor de la fiesta, tenía que largar todo e irme! Llegué a considerar la posibilidad de pasar allá la noche, pero el guía se puso histérico ante la propuesta. Más tarde descubrí la razón.

Entonces, agradecí al saddhu y lo saludé de la forma tradicional, haciendo el prônam mudrá, curvándome hasta el piso y tocándole los pies. Le dejé mi bolso como pújá. Adentro había una manta, un libro mío (*Prontuário de SwáSthya Yôga*) y algo de comida.

Comenzamos a descender por la montaña y pronto comprendí el motivo de la preocupación. En las otras cuatro horas que duró el descenso empezó a hacer frío y al final de la caminata ya estaba oscureciendo. Según el guía, si llegaba a oscurecer mientras aún estábamos en la floresta, ni siquiera él lograría encontrar el camino de vuelta y moriríamos de frío. En un viaje posterior a la India, descubrí que aquella región inhóspita aún tenía elefantes salvajes que atacaban a quien se aventurase por sus dominios, además de tigres y serpientes en gran cantidad. ¿Cómo conseguía el saddhu sobrevivir allá? Y, por su apariencia, ya debía tener muchos años de edad, vividos tal vez allí mismo.

Esa noche hizo tanto frío que tuve que despertarme algunas veces en medio de la madrugada para practicar bhastriká, un respiratorio que eleva la temperatura del cuerpo, y sólo así conseguí dormir de nuevo. Entonces pensé: estoy acá abajo donde la temperatura es más amena, estoy dentro de un alojamiento cerrado, en una cama, con ropa de lana y cobertores. ¿Cómo es que sobrevive aquel viejo saddhu allá arriba, donde es mucho más helado, sin ropa, durmiendo en el suelo, dentro de una caverna de piedra húmeda, que ni puertas tiene para evitar que entre el viento gélido?

Al día siguiente partimos más temprano, antes del amanecer, para disponer de más tiempo con el Maestro. Pensé que iba a encontrar un helado de

saddhu, pero como si nada. En cuanto llegamos, lleno de energía, comenzó nuevamente a dar órdenes e instrucciones. Me pareció interesante el hecho de que él había me enseñado ciertos ásanas el día anterior e insistido para que los realizara de una determinada manera. Este segundo día, me enseñó ásanas nuevos y revisó los del día anterior, pero quería que yo los hiciera de otra forma. Y el tercer día los iba a querer de otra manera. Tal vez fuera para sacarme la imagen estereotipada de que sólo hay una forma de ejecutar y mostrarme que diversas variaciones pueden ser igualmente correctas. O posiblemente su intención fuera producir un resultado evolutivo diferente cada día.

Me hizo sentar ante él y repetir los mantras que vocalizaba. Cuando no lo hacía exactamente igual, él mascullaba alguna cosa en hindi, cuya traducción era perfectamente dispensable. Después hizo lo mismo con la meditación. En cuanto me dispersaba, él gruñía, como si estuviera viendo lo que pasaba dentro de mí.

Nuevamente el guía empezó a ponerse nervioso, sólo que esta vez le hice caso enseguida. Dejé un pújá, me despedí en la forma convencional y bajamos.

El tercer día fue el mejor de todos. Se podía sentir la energía en el aire. Me di cuenta de que había sintonizado. El Maestro no rugió ni refunfuñó ni una vez. En un momento dado, mientras yo ejecutaba un ásana, él me pasó el kripá, un toque que transmite la fuerza y confiere al iniciado el poder de transmitirla, a su vez, a sus discípulos.

Después del kripá, el propio saddhu consideró terminada la clase y, por lo visto, el curso. Nos hizo salir, como quien ya había hecho lo que debía, y entró en la caverna.

La mañana siguiente subimos otra vez, sólo que no encontramos al Maestro. No estaba en la caverna ni en las inmediaciones. Esperamos hasta tarde, pero no volvió. Así, comprendimos que consideraba completa la iniciación que me había conferido en los tres días. Descendimos y no subimos más.

## LOS MAESTROS NO SON DE AZÚCAR

Una cosa dura de descubrir solo, como yo lo hice, es que los Maestros de Yôga indios no son suaves ni bondadosos como los pinta nuestra imaginación cristianizada. En el cristianismo, es preciso ser bueno para obtener progreso espiritual y aprobación de la comunidad. En el Yôga hindú, el énfasis está en la autenticidad, el poder interior y el esfuerzo práctico por el progreso. La bondad por la bondad es una virtud menor. Más vale un Maestro severo y agresivo, pero que tenga un conocimiento verdadero, sepa enseñar y realice una obra fuerte, que uno piadoso, pero menos competente, que sepa poco y no realice nada útil. De ese modo, pronto comprendí que el Maestro de la montaña, que rugía, era una dama de *politesse*, en comparación con otros que conocí.

Cierta vez fui a homenajear a un maestro, llevándole un pújá de frutas. Él me miró con expresión desagradable, no lo aceptó e hizo un comentario en hindi con pésimo tono de voz. Una persona presente, que entendía hindi y hablaba inglés, me explicó:

–Dijo que usted no se sacó los zapatos para hablar con él.

Hace más de treinta años, yo no sabía nada de etiqueta hindú ni de las jerarquías vigentes. Entonces, me preparé para acatar la enseñanza de buenas maneras: me saqué los zapatos y volví a ofrecerle el pújá. Lo rechazó nuevamente.

–Dijo que usted tiene las manos sucias pues para descalzarse, tocó los zapatos.

Me lavé las manos, retorné, me descalcé sin tocar los zapatos y ofrecí otra vez. La escena se repitió.

–Ahora él dijo que usted le está ofreciendo los frutos con las dos manos y es sabido que para los hindúes la mano izquierda es impura.

Debería haber continuado recibiendo mi lección de humildad y de etiqueta, hasta que él aceptase el pújá, pero creo que yo era muy orgulloso y había llegado a mi límite. Después de todo, si él era un Maestro yo también lo era, aunque más joven. Por lo tanto, pedí que le tradujeran mi recado:

–Tres veces intenté hacer una ofrenda a la divinidad encarnada en su cuerpo y tres veces ella la rechazó. Debo entender que ese cuerpo ya está

muy bien nutrido y que la divinidad que habita en todos nosotros estará más satisfecha si la ofrenda se le realiza a través de esta criatura hambrienta.

Y diciendo estas palabras, di las frutas a una niña desnutrida que había presenciado todo con los ojitos puestos en ellas. Ella las aceptó inmediatamente con una sonrisa que iluminó su cara y mi corazón. Cuando me acuerdo de la escena, no puedo evitar las lágrimas. La madre de la niña, agradecida, intentó besarme los pies en señal de gran reverencia según la tradición, cosa que no le permití, porque mi tradición no lo aprueba y yo ya estaba medio saturado de tradiciones.

Otro hecho que al comienzo resultó chocante para mi inocencia juvenil fue la escena inesperada de un swámi que tiraba piedras a los monos que andan sueltos por los monasterios. Pero luego entendí. Los monos disputan palmo a palmo aquel territorio con los hombres, desde hace siglos. Cuando encuentran una ventana abierta, entran a llevarse cosas. Si alguien invade sus dominios con frutas en las manos, los monos lo atacan para tomarlas, y si la persona reacciona pueden hierla. Entonces, aprendí que las frutas deben llevarse dentro de la bolsa, que las mujeres no deben llevar paquetes –los monos ya aprendieron que ellas son más asustadizas–, que las ventanas deben permanecer cerradas, y nada de pensar que los simios son encantadores. Se puede llegar a recibir una mordedura fea.

Descubrí también otra cosa. Cuanto más rudo es el Maestro, más elevado está en la escala del monasterio. Si alguien que aún no lo conoce lo recibe con mucha simpatía y educación, es posible que sea un novicio sin ningún conocimiento. Los Maestros sólo se tornan más amables cuando nos conocen mejor, o cuando les somos presentados por alguien que ellos aprecian. El más amable que conocí entre todos los que ocupan altos puestos, fue el sabio Srí Swámi Krishnánandaji, de la dirección del Sivánanda Ashram. Muy culto e inteligente, logra ser al mismo tiempo educado y afable y tiene mucho humor. También me gustó sobremedera el tratamiento que me fue dispensado en el Srí Aurobindo Ashram, en Delhi, por la Dirigente Madame Tara; en el Yôgêndra Yôga Institute, en Bombay (hoy, Mumbai), por el Dr. Jayadêva; en el Muktnanda Ashram, en Ganêshpuri, por el propio Muktnanda; y en el Kaivalyadhama, en Lonavala. Para no decir que me gustaron todos, en Puna no me gustó Iyengar. Era sumamen-

te rudo, como el propio método que enseñaba. También en Puna, no simpatiqué con Rajneesh (que más tarde adoptó el nombre de Osho), pero luego lo atribuí al hecho de que su línea, bastante californizada, no era de Yôga.

### LOS MAESTROS EXIGEN LEALTAD ABSOLUTA

Yo estaba hospedado en un ashram en los Himalayas y allí también había un grupo de europeos muy entusiasmados con lo que venían descubriendo al respecto del Yôga. Tan entusiasmados, que querían experimentar de todo, conocer a todos los Maestros, comprar todos los libros, frecuentar todas las escuelas. En términos de ética oriental, era el peor error que podían cometer.

Cierta noche me invitaron a visitar con ellos el ashram vecino al nuestro, donde habría una festividad con sat sanga y mantras. Les agradecí, pero les dije que no estaba interesado en lo que pudiese ofrecerme otra escuela. Yo ya había elegido una orientación y tenía muy bien definido el programa de discipulado que me interesaba: estaba satisfecho con el ashram que me acogía y no padecía de curiosidad crónica.

–Y hablando de eso– les pregunté –¿ustedes pidieron autorización a su Maestro para ir a otro ashram?

–¡Pero cómo! ¡No es necesario! Sólo estamos yendo allá para conocer...

Como no era asunto mío, me callé y me quedé quieto. Pero otros no lo hicieron. Al día siguiente, el Maestro los mandó llamar y sentenció:

–Ayer a la noche ustedes fueron vistos entrando en nuestro ashram bien tarde, viniendo de los festejos que tuvieron lugar en el monasterio vecino. Ya que están interesados en el trabajo que se hace allí, múdense para allá. Hoy ustedes ya no reciben clases, no comen ni duermen más aquí.

Uno de los europeos, encima, intentó mostrarse indignado y comentó conmigo que aquello era una mezquindad. Justamente conmigo, que comprendía la cuestión desde la misma óptica de Maestro y ya había sentido en carne propia las ingratitudes de un comportamiento desleal como el de él.

–Puede llamarlo como quiera– le dije. –Yo lo llamo disciplina. Lo que usted hizo fue, por lo menos, una gran falta de educación. El hecho es que la escuela es de él: o usted obedece las reglas de la casa, o sale de ella.

En realidad, ese ya no podía escoger entre las dos alternativas, pues había sido expulsado y los Maestros de Oriente no reconsideran.

### EL SANNYASIN

Un día mi instructor de ásanas me llevó al bosque para conocer a un viejo siddhu que había renunciado a todo: familia, casta, nombre, propiedades, ropa, absolutamente todo. Su única posesión era un cuenco hecho de calabaza, que utilizaba para comer y beber agua. ¡Imagine, una persona que sólo posee un cuenco y no le hace falta nada más!

Como hablaba inglés, pudimos comunicarnos. Parecía ser un hombre muy culto. Era un verdadero sabio. En un momento dado me di cuenta de que, en el calor de la conversación, él se adelantaba a la velocidad con que yo conseguía expresar las ideas en palabras y comenzaba a responder mis preguntas antes que las formulase. Estaba simplemente leyendo mis pensamientos.

Aproveché para consultarlo sobre los siddhis, pues en Brasil los *enseñantes* de “la yoga” tenían tanto miedo de eso que el asunto se hizo tabú y no se podía ni siquiera mencionarlo sin generar violentas reacciones de protesta. Unos lo hallaban peligroso. Otros afirmaban que desarrollar los siddhis era censurable por motivos éticos.

–Eso es meramente una cuestión de opinión. Hay Maestros que están a favor de los siddhis puesto que facilitan la vida del practicante y además le dan la convicción de que está obteniendo progresos en su práctica de Yôga. Otros Maestros están en contra y opinan que esos progresos observables se producen sólo en el área del psiquismo y que las verdaderas conquistas están mucho más allá de esos planos medianos.

Algunos Maestros– continuó –están a favor, pues ni se detienen a analizar la cuestión y encaran los siddhis con mucha naturalidad. Puede haber, al fin de cuentas, milagro mayor que el fenómeno de la digestión, de la reproducción, de la vida en sí? Ante tales milagros de la naturaleza, ¿qué notoriedad puede tener un simple viaje astral? Otros están en contra, ya que los siddhis

dispersan el interés y la concentración de los discípulos para meros divertimentos tales como levitar o materializar objetos. Esos poderes son tan fútiles comparados con el samádhi, que muchos yôgis no les dan importancia alguna, aunque el lego se sienta fascinado ante la idea. Otros despiertan el siddhi de la palabra, el de la mirada, el de la creatividad, el del carisma, que son más importantes y productivos que levitar.

Y concluyó:

—Si quiere usar sus siddhis, úselos. Pero jamás hable de ellos. Si alguien duda de que usted los tenga y lo desafía a demostrarlos, dígame que piense lo que quiera, que usted no pierde tiempo con tales boberías. Es lo que son: boberías, útiles y fútiles al mismo tiempo.

Terminada la conversación, le agradecí:

—Gracias, sannyasin.

Pero él me corrigió categóricamente:

—No soy sannyasin.

—Pensé que lo fuese, pues veo que hizo voto de sannyasa (renuncia) y se desapegó de todo...

Entonces él me dio una respuesta contundente:

—De todo, no: todavía tengo mi ego.

Fue realmente una lección para aquellos pretensiosos o ilusos que no renunciaron a nada y andan por ahí alardeando de ser sannyasins, sólo por haberse convertido a alguna secta exótica.

### LOS MAGOS

En la India, los magos o ilusionistas pertenecen a una sub-casta específica y sus trucos van siendo enseñados de padres a hijos hace cientos de años. Gracias a eso, desenvuelven su arte hasta el límite de lo imposible. Y lo hacen sin ningún recurso tecnológico, pues ejercen en la calle, en piso de tierra, donde no hay posibilidad de trucos con espejos o fondos falsos.

En uno de los viajes, nuestro grupo fue abordado en la calle por uno de esos magos, que de inmediato propuso:

—Si no les gusta, no tienen que pagar.

Aceptamos, incluso sabiendo que acabaríamos teniendo que pagar de cualquier modo. Nos sentamos en círculo y él en el medio. Comenzó con el truco elemental de las tres calabazas y una bolita de paño, para que la concurrencia adivinara bajo cuál de ellas estaba la bolita. Mostró las calabazas y la bolita. Todos las examinaron. Él colocó la bolita bajo una de las calabazas y las mezcló en forma deliberadamente lenta, sobre el piso de tierra, en la calle. Cuando le pareció que ya había movido suficientemente las piezas, preguntó:

— ¿Dónde está la bolita?

Todos señalaron la misma calabaza, pues él las había mezclado tan lentamente que era fácil acertar. Él levantó la calabaza y... ¡no estaba ahí! Miraron dentro de la calabaza. No estaba, realmente. Bien, ¿tal vez en esta otra? Tampoco. Entonces, tiene que estar en esta última. Pero... ¡tampoco estaba! Él soltó una sonora carcajada. Miró hacia el viento e invocó:

—¡Charlie!

Giró hacia nosotros y nos dijo que reubicásemos, nosotros mismos, las calabazas boca abajo en el piso y las mezclásemos. Luego levantó la primera: ¡la bolita estaba allí! Con una sonrisa maliciosa levantó la segunda: también había una bolita allí. Levantó la tercera: otra más. Otra carcajada. Y otra invocación al viento:

—¡Charlie!

Nos dijo que pusiéramos las tres bolinhas bajo una sola calabaza y las mezcláramos. Nos mantuvimos atentos. Él fue directo hacia ella. La levantó: no había nada allí. Levantó la segunda: ahí estaban las tres. Levantó la tercera: ¡rodaron tantas de allá dentro que después fue imposible volver a colocarlas, pues no cabían más en el mismo espacio!

Era imposible. No había mangas ni fondos falsos. El día era claro y estábamos todos en torno de él, adelante, atrás, a los costados, con los ojos bien abiertos, observando atentamente. Le pedíamos que repitiera y mirábamos todos juntos, bien de cerca. Nada. El truco era realmente perfecto.

Tomó una bolita y se la puso en la boca. Cuando la retiró, estaba en llamas. Truco barato. Entonces soltó el humo que le había quedado en la

boca. Luego, más humo. Y más. Y más, más, mucho más. Quedamos envueltos en una humareda salida de la boca del mago, como si fuese un dragón con dispepsia. ¿Qué truco podría hacer que algo así ocurriera ante nuestros ojos?

Alguien pensó en advertir:

—¡Cuidado con las carteras y pasaportes, que pueden aprovechar el *fog* para hacer una *limpieza*!

Entonces se sacó unos clavos torcidos y oxidados de dentro de la boca. A esa altura, eso ya no nos impresionaba. Pero luego comenzó a regurgitar una cantidad enorme, interminable, de clavos oxidados y secos. Sí, secos, sin el menor resto de jugo gástrico. No podían estar viniendo de su estómago.

Después nos dijo que hiciéramos un nudo en un pañuelo. Y que cada uno tirara de un lado para que quedase bien apretado. Tomó el pañuelo por una extremidad, lo sacudió y... el nudo desapareció.

Después de una variedad de trucos sofisticados, nos pidió que cada uno de nosotros pensara en un perfume y luego friccionase el dorso de las manos y oliese. Quien pensó en rosa, allá estaba ese perfume. Quien pensó en jazmín, allá estaba. Quien pensó en sándalo, allá estaba el sándalo. Para precavernos contra la posibilidad de alguna hipnosis colectiva, cada uno olió la mano del otro sin saber en qué perfume él había pensado. Y constatamos: el perfume estaba allá y coincidía.

Siempre, antes de cada fenómeno, él invocaba a ese tal Charlie. Entonces, protestamos:

—Así no vale. Usted dijo que era mago. Usando poderes paranormales e invocando al elemental Charlie, es fácil. Eso no es magia: es un siddhi.

Nos respondió:

—Si me pagan veinte rupias más, les enseñe el truco y van a constatar que es ilusionismo.

Pagamos y constatamos. ¡Era realmente un truco!

¿Se imagina si uno de esos prestidigitadores quisiera hacerse pasar por Maestro espiritual, usando sus “poderes” para convencer a la gente? Es lo que ocurre con mucha frecuencia, tanto en la India como en Occidente.

### **HAY QUE ECHAR POR TIERRA LAS FANTASÍAS MALSANAS**

En mi primer viaje a la India, yo estaba almorzando en un restaurante rural en Rishikesh y a mi frente almorzaba un swámi. Al terminar, sacó algunas rupias de dentro de los andrajos con los cuales se vestía, y pagó la comida. Un gato común y corriente, pero yo, muy joven, occidental y todavía con las secuelas del espiritualismo, quedé chocado. ¡Un monje hindú, manejando dinero! Si él lo tenía, era señal de que ganaba el vil metal...

Algunos segundos después de la sorpresa inicial, tuve una chispa de lucidez y llegué a una conclusión: si él no tuviera su propio dinero, ganado con su trabajo –tal vez clases– ¿cómo pagaría la refección? Y si no pudiera pagar, entonces ¿quién lo haría? ¿Nadie? ¿Sería justo para el dueño del restaurante, que también tenía sus gastos y una familia para sustentar? ¿La solución sería que el monje no comiera? ¿O debería ser un parásito de la sociedad y explotar a los que trabajan en otras profesiones, mendigándoles el sustento?

Claro que no. Ninguna de esas alternativas podía ser una solución sensata. Por lo tanto, era evidentemente correcto que el swámi tuviera dinero y pagara honestamente por su comida. No podría ser de otra forma. Sólo una mente maleducada y llena de fantasías nada saludables podría esperar algo diferente.

Lo peor es que –así como yo en la inmadurez de mi juventud alternativista– aún hay mucha gente supuestamente adulta imaginando que, incluso un instructor de Yôga técnico, un profesional, que también tiene su familia para sostener y cuentas para pagar (incluso para mantener su establecimiento de enseñanza), no debe cobrar el justo precio por las clases que dicta. Voy a hablar más de eso en el capítulo de los becados.

### **LA BÚSQUEDA DE LA CONFIRMACIÓN**

En 1975 yo había ido a la India con el fin de confirmar la exactitud de lo que enseñaba, o bien cambiar de método. Pero pronto comprendí que esa empresa no sería tan fácil. Aprendí que es preciso prestar atención a cier-

tas filigranas al consultar un Maestro hindú. Es preciso conocer la psicología de ese pueblo y recordar que fue una colonia oprimida por los occidentales hasta hace muy poco tiempo, lo que lo tornó desconfiado. Hay que tener en cuenta también sus tradiciones milenarias.

Por ejemplo, ellos consideran que un Maestro hindú no debe salir de su patria para ir a enseñar a otros países. Es el discípulo quien tiene que ir detrás de él. Ese principio desacredita ante los indios a todos cuantos vinieron a Occidente a enseñar, sea lo que fuere: Yôga, Vêdânta o Música.

Además, emparentado con aquel principio, tienen otro que es común a casi todos los pueblos orientales: consideran que el occidental es un curioso, un flojo, un indisciplinado, un alumno desleal y cuestionador compulsivo. Y lo peor es que tienen razón... Pero el problema es que generalizan, haciendo pagar a justos por pecadores. Así, hoy sé que es muy difícil conseguir que un hindú considere de buena calidad el trabajo de un occidental, a menos que este ya tenga su valor reconocido, como fue el caso de Sir John Woodroffe, que fue citado hasta por Sivánanda.

Una cosa más: la palabra *tantra*, pronunciada por occidentales, pasa a tener otra connotación. Como tenemos una visión distorsionada del Tantra, siempre que hacemos preguntas al respecto, los Maestros indios ya prejuzgan:

—¡Otro turista en busca de erotismo exótico!

Y no le dan información alguna. Cuando quiera indicación de libros, escuelas o Maestros tántricos, no use ese término. Diga que está buscando libros o Maestros de línea Shakta y acabará por encontrarlos. O muestre que sabe de qué está hablando y aclare en seguida que es de línea blanca, ya que la negra no está bien conceptuada. Diga que desea enseñanzas Dakshinacharátántrik. Esta línea es muy respetada. Felizmente, es la nuestra.

Para que se haga una idea de cómo funciona todo eso, le voy a contar cómo conseguí parte de las confirmaciones que buscaba.

Cuando era más joven intenté consultar a una gran autoridad en Yôga antiguo. No bien llegué, abrí el juego:

–Maestro, yo soy instructor de Yôga en mi tierra y me gustaría hacerle unas preguntas.

–¿Instructor de Yôga, eh? ¿Cuántos años tiene? ¿Veinte y cuántos? Usted es muy joven. No sabe nada.

–Tiene toda la razón, Maestro. Por no saber nada, quiero hacer estas preguntas, para aprender algo.

–Está bien. ¿Qué quiere?

–Después de mucho estudio, meditación y práctica, sistematicé un método y quería saber si es correcto.

–Está equivocado.

–Pero Maestro, aún no describí el método.

–Está equivocado: usted no es hindú, no puede crear métodos.

–Yo no creé nada. Sólo sistematicé, basado en los Shástras y en todo lo que ya existe en el Yôga antiguo. ¿Puedo describirle el método?

–¡Hum!

–La característica principal es nuestra práctica denominada ashtánge sádhana, constituida por mudrá, pújá, mantra, pránáyáma, kriyá, ásana, yôganidrá, samyama; y nuestra fundamentación es Sámkhya y Tantra.

–No sirve. Está todo mal. Ustedes piensan que saben mucho. Vaya a estudiar, que es muy joven. No piense más en crear algo nuevo. Es lo antiguo lo que tiene valor.

Yo estaba de acuerdo con lo que él me había dicho y me habría desanimado con respecto a mis búsquedas, si no hubiera notado una evidente mala voluntad en oír y evaluar. Por eso, hice lo inesperado. Volví a la India tiempo después y fui a buscarlo de nuevo. Él no se acordaba más de mí, pues todos los años pasaban muchos occidentales por allá. Además, ese año mis cabellos comenzaron a ficar grisalhos y tomé la precaución de broncearme bien al sol de Ipanema antes de iniciar el viaje. Había notado que algunos indios no permiten mucho acceso a personas de piel clara. Para ellos, la tez muy blanca recuerda la opresión impuesta por la dominación británica. Me vestí con la tradicional ropa y calzado indios para demostrar buena voluntad y aceptación

de su cultura. También aprendí en viajes anteriores que generalmente ellos no simpatizan con *hippies* alternativoides y dan más atención a personas que les parezcan sobrias y que han tenido sucesos en la vida, o sea, personas aparentemente estables. Por lo tanto, más confiables y capaces de realizar un trabajo serio.

Esta vez, a los cuarenta años de edad, el abordaje fue diferente:

—Maestro, yo soy un estudiante de Yôga en mi tierra y me gustaría hacerle algunas preguntas.

—Perfectamente, hijo. Puede preguntar.

—Basado en los Shástras, después de mucho estudio, meditación y práctica, llegué a un método que quería someter a su apreciación.

—Continúe.

—Se fundamenta en el linaje Dakshinacharatántrik-Niríshwarasámkhya. La práctica característica es el ashtánga sádhana, constituido por mudrá, pújá, mantra, pránáyáma, kriyá, ásana, yôganidrá, samyama. En su opinión ¿eso es un invento de occidental o le parece legítimamente hindú?

—Es hindú, sin duda. Un occidental no inferiría una estructura ortodoxa de ese tipo.

—¿Pero no parece algo surgido en el siglo veinte?

—De ninguna manera. Por lo que usted acaba de describir, es un Yôga muy antiguo. Tan antiguo que hoy ya no existe más en la India. ¿Cómo llegó a él?

—Yo lo sistematicé, Maestro, ciertamente basado en las Escrituras y en la herencia ancestral de los yôgis que nos precedieron en esta senda. Soy aquel instructor que estuvo aquí para consultarlo tiempo atrás y, por no saber cómo articular correctamente las preguntas, le trasmití una idea equivocada del método.

—¿Cómo es el nombre de ese Yôga?

—SwáSthya Yôga.

—Es el propio Shiva Yôga o Dakshinacharatántrik-Niríshwarasámkhya Yôga. Una preciosidad. Continúe su investigación; está en el camino correcto.

Casi salté de la alegría. Sin embargo, tanto en este caso como la mayoría de las veces, cuando preguntaba dónde encontrar enseñanzas de este linaje noble y preclásico, la respuesta era la misma: ya no existe más. Entonces, fui a buscar los fragmentos, como lo hace un arqueólogo cuando quiere reconstituir un objeto antiguo que ya no existe por entero.

Empecé a buscar por separado, el Dakshinacharatántrika por un lado y el Niríshwarasámkhya por otro. Así, acabé encontrando una escuela Shakta de tendencia Védánta y una Sámkhya (Sêshwarasámkhya) de tendencia Brahmáchárya. Pero ya era algo.

En la escuela Shakta (Yôga Shaktí Mision, 11 Jaldarshan, 444 Nepean Sea Road, Bombay) me informaron que el Dakshinacharatántrika aún existe en la India, pero hoy no es más Sámkhya como en la antigüedad sino Védánta. Y que podía ir desistiendo de hacer contacto por tratarse de una escuela secreta y aún más cerrada a los occidentales que las otras. De cualquier forma, recibí, allí mismo, muchas instrucciones útiles y confirmaciones de que el SwáSthya Yôga era de inspiración pre-aria y de que las bases tántricas estaban bien orientadas. Me indicaron también varios estudiosos en la India, Europa y Estados Unidos, con los cuales podría cambiar ideas, visitándolos o por correspondencia.

En cuanto al Sámkhya, la única escuela realmente buena de Yôga Sámkhya que encontré era Brahmáchárya (Yôgendra Yôga Institute, Santa Cruz East, Bombay). El tipo de Sámkhya era Sêshwarasámkhya, diferente del que buscábamos, pero pude profundizar lo suficiente para comprender el Niríshwarasámkhya. Pude confirmar también que el Niríshwara es más antiguo que el Sêshwara, siendo que este ya es más antiguo que la tendencia Védánta en el Yôga. (La escala de antigüedad, por lo tanto, sería: el Yôga Sámkhya es más antiguo que el Yôga Védánta; y el Niríshwarasámkhya, más antiguo que el Sêshwarasámkhya.)

Hay unas pocas otras escuelas de Yôga de línea Sámkhya, pero finalmente no me interesé en obtener indicaciones de cómo encontrarlas, puesto que muchas fuentes fidedignas califican aquella donde estudié como la

mejor de la India. Tampoco habría servido de mucho, pues serían todas de línea clásica (Sêshwarasámkhya y Brahmáchárya) y no preclásica (Niríshwarasámkhya y Dakshinacharatántrika), que era lo que estaba buscando. Según fuentes competentes de la India, el Niríshwarasámkhya Yôga no existe más. Está extinguido. Mucho más aún el Dakshinacharatántrik-Niríshwarasámkhya Yôga. Esperamos que, por lo menos en la memoria del lector, el extenso nombre de nuestras raíces no se extinga, ¡ya que lo repetimos a más no poder en estas últimas líneas!

Por otro lado, podríamos encontrar confirmaciones y datos preciosos en una bibliografía seleccionada que nos fue ofrecida. Algunos de los libros, no conseguimos encontrarlos ni en la propia India. Otros eran obras célebres que de inmediato nos pusimos a estudiar.

### ¿EL SWÁSTHYA EXISTE EN LA INDIA?

Hablando de libros, años después, una ex discípula muy querida que en aquella época tenía una academia en Curitiba, la Prof. Riva Pimentel, nos escribió desde la India, donde había ido a hacer un curso. Ella se había formado en biblioteconomía y fue a escudriñar los archivos de las bibliotecas indias. Encontró la ficha de un libro con un título que le llamó la atención: *Yôga aur SwáSthya*. Pero el libro no existía más. Con los datos de su carta, al año siguiente volví por enésima vez a la India y fui a todas las bibliotecas que pude encontrar. En algunas, localicé la ficha del libro, pero ya no había ningún ejemplar. En una de ellas el bibliotecario jefe me sugirió buscar en las librerías de Delhi.

Pero en ellas no sabían de qué se trataba. Entonces, se me ocurrió que en la India hay librerías especiales que sólo venden libros en hindi, lengua que no es leída por extranjeros curiosos. Ahí no fue difícil hallar el libro. En la décimosegunda librería hindi que visité, había un ejemplar. El empleado, solícito, fue adentro a buscarlo. Sólo que yo no sabía lo que es una institución de mercado india: cuando uno pide un producto y el vendedor no lo tiene, él le pone por delante otro como si tal cosa. Así, cuando él me entregó el libro... era un segundo trabajo, de título semejante: *SwáSthya aur Yôgásana*. Compré de inmediato el que encontré, pues era muy importante tenerlo para aplacar el argumento de los detractores, de que el

SwáSthya Yôga no existía en la India y de que la propia palabra SwáSthya había sido acuñada por nosotros.

La fecha de publicación proporcionó una buena dosis de estímulo. ¡Había sido publicado en la India en 1982! Por lo tanto, el *Prontuário de SwáSthya Yôga* no puede haberse inspirado en él, ya que fue editado en Brasil en 1969. Hasta podría haber ocurrido lo contrario, es decir, nos trajo gran satisfacción imaginar que nuestro libro podría haber inspirado el otro. El hecho es que el *Prontuário de SwáSthya Yôga* fue introducido en la India a partir de 1975 y donado a diversas bibliotecas, escuelas, monasterios y Maestros.

En cuanto a la lengua, hay en la India muchas personas que entienden portugués, ya que parte del territorio fue colonizada por los portugueses. Cuando hicimos el curso en el Yôga Institute de Bombay, nuestras clases de Sámkhya fueron dadas en portugués por un Maestro hindú nacido en Goa. En Rishikesh, todos los años tuvimos la oportunidad de profundizar en filosofía y sánscrito en animados diálogos, desarrollados también en portugués, con el Swámi Turyánanda Saraswati.

### ТУПИ OR NOT ТУПИ <sup>53</sup>

En las escuelas de orientación Brahmáchárya, en general las mujeres no practican Yôga. Hay excepciones, pero incluso en esas más liberales, ellas no suelen enseñar ni alcanzan puestos de liderazgo. Por eso, representó una gran conquista de nuestro método, el hecho de que una discípula nuestra, la instructora Rosângela de Castro, de Saquarema (RJ), ya en su cuarto viaje a la India, fuera invitada a dar SwáSthya Yôga. Y ¿justo dónde? ¡En una escuela ortodoxa brahmáchárya!

Tiempo después, fui una vez más a la India. Como siempre, participé de una clase de Yôga. En medio de la práctica, el profesor indio comenzó a utilizar reglas generales y algunas otras características de nuestro método. Fue un choque. Primero, la satisfacción de ver que todo se estaba confirmando cada vez más. Y en seguida, la pena, ya que si el instructor hindú las utilizaba, entonces no eran originales de nuestra codificación. “Ahora

---

53 Juego de palabras con la famosa frase del *Hamlet* “To be or not to be”. Los *tupís* son una nación numerosa de indios que dominaban la costa del Brasil al llegar allí los portugueses.

va a resultar”, pensé, “que sólo no constaban en los libros, pero eran parte de la tradición oral.” Me sentí abatido, porque había declarado que esas características eran exclusivas de nuestro método.

Llegando al Brasil, casualmente comenté el hecho con otra alumna, Vera Buso y Silva, de Ribeirão Preto, que había vivido en ese mismo monasterio por un tiempo razonablemente largo. Le dije que, por una cuestión de honestidad, tendría que hacer un comunicado público confesando haberme equivocado en ese aspecto, y estaba desolado por eso. Yo inconsolable y ella riendo. Cuanto más fastidiado estaba, más se reía ella. Hasta que le pregunté:

–Veriña, ¿cuál es la gracia?

Y ella me dijo, tratando de controlar la risa:

–Es que yo hice el curso con aquel profesor, antes y después de que Rosângela enseñara Yôga en la India. Después que asistió a la clase de Ro, él cambió el método y adoptó una cantidad de cosas del SwáSthya Yôga. En otras palabras, ¡él le estaba enseñando a usted su propio sistema!

Otra casualidad más: de no ser por el testimonio de Veriña, la historia del SwáSthya Yôga habría sido radicalmente alterada y, muy probablemente, usted no estaría leyendo este libro. Continuaríamos hasta hoy pensando que nuestro método era un equívoco, justamente por haber visto a un Maestro hindú acatarlo y adoptarlo en una reputada escuela de la propia India, ¡después de haberlo aprendido de una discípula nuestra!

### SWÁSSTHYA YÔGA CENTRE

Un día encontré en la India una entidad denominada SwáSthya Yôga Centre (lo mismo que “center”) y allá me fui a visitarla, con una mezcla de curiosidad, alegría y aprehensión. ¿Sería una institución de SwáSthya Yôga? ¡Qué coincidencia extraordinaria!

Llegando al lugar, vi que no era más que un centro de salud que utilizaba el Yôga como medio de devolver el buen funcionamiento al organismo. En realidad, su nombre se traduciría como *Centro de Salud a través del Yôga*. Nada tenía que ver con el SwáSthya Yôga, método SwáSthya, de Yôga. Es que en hindi, una de las lenguas más habladas hoy en aquel país, *SwáSthya*, que se pronuncia “*suásti*”, significa simplemente *salud*. Pero

utilizamos el término *SwáSthya* en sánscrito, que se pronuncia “*suástia*” y significa, según el *Sanskrit-English Dictionary* de Monier-Williams, **autosuficiencia** (*self-dependence*), salud del cuerpo y de la mente, estado de vitalidad (*sound state*), confort y satisfacción. Mucho más abarcador.

Por los precedentes que acabamos de mencionar, debemos tener mucho cuidado antes de afirmar esto o aquello sin tener certeza. Y, aun teniendo certeza, la prudencia aconseja que volvamos a confirmar sucesivas veces, que mencionemos documentación bibliográfica y que consultemos a quien sabe más al respecto. Especialmente si se trata de la India o de Yôga, temas que escapan al conocimiento del occidental, incluida la mayor parte de los instructores de Yôga.

### SÓLO VIAJE A LA INDIA ACOMPAÑADO DE SU ORIENTADOR

Después de efectuar viajes a la India durante veinticuatro años y de ser testigo de las consecuencias positivas y negativas de alumnos o instructores que viajaron a aquel país maravilloso, debo dar mi consejo a los que eventualmente piensen en conocer el lugar que fue, un día, la cuna del Yôga.

En el pasado, fue fundamental llevar grupos de instructores de Yôga a la India para que ellos pudieran hacer las debidas comparaciones *in loco* y constatar la dimensión de nuestro trabajo de rescate del Yôga Antiguo. Hoy estoy convencido de que usted sólo debe viajar a la India si es instructor de Yôga, con autorización de su Supervisor y en compañía de él. Acumulando esas medidas de seguridad, es probable que recoja únicamente resultados positivos de su incursión.

Si a un alumno se le informa que no debe ir a la India solo, ni con grupos desautorizados, y aun así va, eso es una declaración de que no acata nuestra orientación. Entonces, no precisa volver a nuestra familia. Que se quede con la del grupo con el que viajó. O que se quede solo, si eso le parece más ventajoso.

### UN VIAJE A LOS HIMALAYAS

*Escribí este artículo durante mi primer viaje a la India, en un amanecer muy especial.*

“1975. Por primera vez en la vida, estoy fuera de mi país. Estoy solo en la India. Y solo subí a las montañas para sentir la nieve y estar un poco conmigo mismo, evaluando las experiencias vividas en este país medio mágico.

Es un silencio impresionante. Todo blanco. Rápidamente entré en meditación y nunca antes había ido tan a fondo. Hubo un momento en que mis ojos y aquello que contemplaban se tornaron una sola cosa. La tenue luminiscencia de la tarde que se extinguía, se transformó en un océano de luz indescriptible. Yo no era más yo; ni estaba más confinado a este cuerpo, a este lugar o a este tiempo. Percibía, en medio de una intensa claridad, la pulsación de las moléculas y el palpitar de las galaxias. Percibía, de una forma liberadora, mi propia pequeñez y, al mismo tiempo, la inconmensurable grandeza del Ser. Comprendía, de una forma imposible de describir, que toda la materia es ilusoria, como ilusoria es la vida y la propia muerte. Y entendí que no podría haber otra razón para el nacimiento, sino la de adquirir este bienaventurado estado de conciencia.

Yo estaba disuelto en la Luz y yo era Luz, Luz que estaba disuelta en el Sonido y que era Sonido, y yo oscilaba etéreo en los acordes del Universo. No estaba en el mundo exterior ni en el mundo interior. Era como si existiese otro que superase la dualidad de ‘dentro y fuera’, de ‘yo y no yo’, de ‘ser y no ser’, para, finalmente, fundir el tamas y el rajas en la definitiva dimensión de sattwa.

Permanecí algunas horas así. Cuando, desafortunadamente, retorné a la conciencia limitada de las formas, ya era de noche y estaba bañado en lágrimas que congelaban mi rostro. Recordé que tenía un cuerpo y noté que estaba en medio de la nieve, a la noche, sin comida, sin linterna, sin brújula... Miré en torno, pero no vi nada. La oscuridad era total. Y aunque no lo fuese, mis pisadas habían sido cubiertas por el hielo que se había acumulado a mi alrededor. Pensé que iba a morir esa noche.

Varias veces me cuestioné sobre ese momento y quise saber cómo reaccionaría. Pues fue una sensación de inmensa paz, como se hubiese terminado una tarea muy ardua. Fue descontracción, levedad y una sonrisa. Me recosté para sentir la somnolencia del frío que apaga la llama de la vida. Y me quedé esperando por el último compromiso, del cual nadie escapa. Fue cuando surgieron en mi mente imágenes de mi infancia, desde hechos que

ya no recordaba más, hasta los últimos días en la India, en los cuales había aprendido tantas cosas buenas. Me gustó rever todo aquello: el saldo era positivo. Sólo que... la misión no había sido cumplida. Todo aquello había sido sólo la preparación para algo mayor que tenía que hacer, comenzando por el Brasil. Vi, en detalle, todo lo que debía hacer al volver a mi país.

Entonces, decidí vivir. Resolví caminar. Pero mi cuerpo, habituado a temperaturas tropicales, no se movía más. Mentalicé el color rojo e hice bhastriká. Mejoró bastante. Sentí el corazón que golpeaba fuerte, la adrenalina en la sangre y conseguí caminar. Pero, ¿de qué serviría caminar en la nieve, en la oscuridad? ¡Me sorprendía estar preocupándome por eso después de las vivencias a las que había sido sometido! Llegué a la conclusión de que era preciso vivir. Que la vida es una dádiva sagrada y que yo tenía algo por realizar en la Tierra.

Me concentré en Shiva y establecí que si eso no era una ilusión mía, si de hecho era importante la realización de esa misión, yo podría intuir el camino.

Seguí en la dirección intuida y no fue preciso caminar mucho tiempo. Vi una lucecita. Era la caverna de un saddhu que sólo hablaba un dialecto incomprendible. Él me sirvió un brebaje muy caliente que sorbí con avidez. No sé qué era. No tenía alcohol, pero era muy fuerte, como se contuviese jengibre y otras especias. La bebida y el fuego encendido me acunaron y me dejé adormecer inmediatamente.

Fui despertado por el milagro de la vida que hacía renacer la luz, a medida que los rayos de un sol helado rasgaban las nubes en mi dirección.

Miré a mi alrededor. No había nadie, no había ninguna caverna. ¿Finalmente habría sido todo un sueño, un sueño muy hermoso?”





## NACE LA UNI-YÔGA

Volviendo de mi primer viaje a la India, con la fuerza de Shiva y las bendiciones de los Maestros, inusualmente encontré el apoyo de un gran número de instructores de Yôga para constituir una Unión de Yôga. La fundación de la Uni-Yôga fue el coronamiento de todos los hechos relatados en los capítulos anteriores.

### UNIÓN DE YÔGA

Yôga significa *unión*, pero poca gente comprende o cumple ese precepto. En todo el mundo hay mucho ego y escasa unión entre los que deberían dar ejemplo de mayor comprensión. **Unión de Yôga** forma un pleonasma con cuya ênfasis alimentamos la esperanza de innfundir más unión en el seno de una filosofía perfecta, ejercida por personas imperfectas. Nuestra intención al elaborar la sigla latín-sánscrito **Uni-Yôga** fue reforzar la propuesta de cohesión, integración.

Juntamos la partícula *Uni* (unión, unidad) con la palabra *Yôga* (unión, integración) y obtuvimos la sigla **Uni-Yôga**, que sintetiza el concepto de Unión de Yôga, unión en el Yôga. Ese es uno de los sentidos de la sigla **Uni-Yôga** si la leemos con el significado latino del prefijo *uni*. En sánscrito, *unni* significa liderar, rescatar, erigir, plantar, levantar, exaltar, engrandecer, edificar, construir, montar, extender, avanzar, poner delante, desembarazar, causar, determinar, ayudar, promover.

### EL PODER DEL MANTRA *UNI-YÔGA*

Ahora, la vibración de las palabras es mántrica, es decir, tiene un poder inherente al sonido. A partir del momento en que esa sigla comenzó a ser usada por nosotros, muchos alumnos y otros instructores empezaron a acercarse a nosotros. Nuestra entidad se hizo cada vez mayor, cada vez mejor, cada vez más fuerte.

### UNIÓN NACIONAL

Como la Unión de Yôga abarcaba todo el territorio del país, se denominó Unión Nacional de Yôga y fue la primera en ser fundada en esos moldes.

***La Unión Nacional de Yôga es una entidad cultural sin fines de lucro, cuya misión es el intercambio, unión y ayuda a los instructores de Yôga de todo el país.***

En consecuencia, genera un incremento del número de alumnos y fortalece la reputación de los instructores afiliados. Conseguimos esto mediante un intercambio de *know how*, entrenamiento y reciclaje constantes, a través de correspondencia regular con información actualizada, seminarios, cursos, *workshops*, debates, coloquios, congresos y festivales, con descuentos que pueden llegar a un 50% o más, y promoción de viajes culturales, incluso a la India.

### UNIÓN INTERNACIONAL

Poco tiempo después de fundada, la Unión Nacional de Yôga se extendió a otros países. Se formó, entonces, la Unión Internacional de Yôga.

***La Unión Internacional de Yôga fue creada para coordinar las Uniones Nacionales de los diversos países que integran su jurisdicción en América, Europa y Asia.***

### UNIVERSIDAD DE YÔGA

Veinte años después, fundamos la Primera Universidad de Yôga del Brasil.

***Primera Universidad de Yôga del Brasil es el nombre del convenio firmado entre la Unión Nacional de Yôga, las Federaciones de Yôga de los Estados y las Universidades Federales, Estatales o Católicas que lo firman. Obtuvo personalidad jurídica como entidad cultural sin fines de lucro, con la finalidad de formar nuevos instructores, proporcionar reciclaje, conceder revalidación y maestrado a los ya formados.***

La Universidad de Yôga, en otros países, se denomina Universidad Internacional de Yôga.

La sigla **Uni-Yôga** es una marca registrada que usamos para designar a cualquiera de esas instituciones. En la década de 80, el nombre **Uni-Yôga** fue usurpado en varios países por personas inescrupulosas que no tienen nada que ver con nosotros, pero registraron la sigla en sus nombres y la usan para confundir a la opinión pública.

### LOS ORÍGENES DE LA UNI-YÔGA

En realidad, la Uni-Yôga comenzó a surgir cuando organicé aquella Unión a los doce años de edad. Tenía la tendencia de unir, catalizar, polarizar a las personas en torno de algún ideal útil y tratar de conciliar entre sí a los que siguiesen filosofías diferentes. Pero, al mismo tiempo, hoy puedo afirmar: ¡qué difícil es conciliar a las personas! Especialmente cuando son adeptas a corrientes que se pretenden altruistas y desapegadas...

Hagamos una rápida retrospectiva para conocer la ligazón de aquella suma de factores que estalló con la fundación de la Unión Nacional de Yôga.

Comencé a enseñar a los dieciséis años (1960), abrí el primer Núcleo a los veinte (1964) y lo registré en 1966 con el nombre de Instituto Brasileño de Yôga. En 1967 fue inaugurada la primera filial, en Río de Janeiro. En ella, en 1969, lanzamos la primera edición de nuestro primer libro. Eso hizo que el SwáSthya Yôga se conociera en otros Estados y permitió que, en 1973, en el congreso internacional, la gente ya lo conociese por haber leído el *Prontuario de SwáSthya Yôga* y nos invitase a dar cursos sobre ese método en sus ciudades.

En 1974 viajé por todo el país y noté que la mayor parte de los profesores estaba constituida por gente muy buena y que estaba ansiosa por acabar con la vergonzosa desunión reinante en el ambiente. Todos estaban queriendo que surgiese una institución que los congregase. Pero nos resistíamos a dar ese paso.

En 1975 fui a la India por primera vez. Cuando volví, sentí mucha más fuerza, como si estuviese ahora investido del poder milenario de los Himalayas. Con esa energía fundé la Unión Nacional de Yôga. Fue la mecha que desencadenó una gran corriente de opinión favorable. Eso coincidió con la cesación de los exámenes por la Secretaría de Educación

del Estado de Guanabara, lo que, forzosamente, levantó el otro brazo de la balanza, proyectándonos como preparadores de los futuros instructores de Yôga. Estaba siendo lanzada la simiente de la Primera Universidad de Yôga del Brasil, que surgiría dos décadas después, en 1994.

Nuestros viajes por el Brasil continuaban a todo vapor, haciendo engrosar las filas de la Unión en un ritmo que demolía por completo cualquier tentativa de oposición. Lo curioso es que la oposición no vino de afuera, sino del propio ambiente de Yôga. Tuvimos apoyo irrestricto de las Universidades Federales, Estatales y Católicas, de la prensa, de la Iglesia, del Gobierno... sólo algunos *enseñantes* de yoga veían nuestro trabajo con desconfianza o con envidia y trataban de estorbar.

### **TENER UN IDEAL Y CONCEDER MUCHAS REGALÍAS**

Sin embargo, para que nuestro mensaje hubiese conseguido tanto éxito, no bastaba que el otro equipo fuera malo. Era necesario que el nuestro fuese muy bueno. Era indispensable que tuviésemos un mensaje por el cual valiese la pena alistarse para luchar, y que rindiese ventajas inmediatas a nuestros aliados.

La Unión Nacional de Yôga ofrecía eso desde el comienzo. Nuestro ideal era hermoso; el ambiente, agradable, alegre, amoroso; y ofrecíamos un abanico de beneficios que los instructores querían.

Otra ventaja de los afiliados es que, en general, los profesores de Yôga sienten que les falta alguien a quien realizar consultas, pues los contadores, escribanos y abogados no conocen la idiosincrasia de nuestra profesión. ¡Si usted es instructor de Yôga ya habrá sentido en carne propia que eso es verdad!

Así, la Unión Nacional de Yôga instaló una central de informaciones para atender consultas de sus miembros sobre dudas o problemas que encuentren en las áreas técnica, ética, filosófica, pedagógica y también jurídica, contable, fiscal, etc. La Unión enseña cómo legalizar una entidad de manera de tener menos impuestos, no ser importunada por hordas de fiscales, conseguir utilidad pública e incluso recibir subvenciones, si lo desea. Ofrece un modelo ideal de estatuto y modelos de diversos otros documentos, conforme la necesidad de cada instructor o según las consultas que él nos realice.

Y no es sólo eso. Los Acreditados Efectivos obtienen divulgación de sus nombres y direcciones en el sitio *web* de la Uni-Yôga, lo que les proporciona credibilidad y repercusión positiva.

Por otro lado, para los alumnos de nuestra Red, hay innumerables ventajas. Además de poder contar con la seriedad, honestidad y competencia de instructores con excelente formación y muy bien supervisados, disfrutaban de un convenio que permite a los practicantes de cada uno de nuestros Acreditados, frecuentar gratis todas las demás Unidades Acreditadas en todo el país, cuando están de viaje. Es una experiencia maravillosa tener amigos en cientos de ciudades y en varios países<sup>54</sup>. Imagine, ¡salir de viaje y practicar Yôga en distintas localidades!

En cada ciudad que visitábamos para dictar cursos, manteníamos largos diálogos con los instructores locales para comprender sus problemas, dificultades y expectativas. Después los consultábamos sobre su interés en participar de una Unión Nacional de Yôga, con las características descritas. Aun queriendo participar, la mayoría también dudaba de que resultara bien. Sin embargo, cuando detonamos el movimiento de Unión, casi todos nos dieron apoyo.

Hoy siento que es un gran privilegio haber tenido a mi lado, desde los primeros tiempos de la Unión, a personas fieles que están conmigo hace más de veinte y otras hace más de treinta años.

Ayutada por amigos sinceros, discípulos leales y profesionales competentes, la Unión Nacional de Yôga se multiplicó geométricamente, creciendo 10.000% en diez años. En 1989, la revista EXAME publicó una investigación que nos situó como la cuarta mayor empresa franquiciadora del Brasil. En esa época, trabajábamos con el sistema de franquicia. Fue una experiencia corta, que no nos agradó y que abandonamos enseguida. Por otro lado, la investigación siguiente presenta una serie de errores, por ejem-

---

54 En 1955 Eliane Lobato, grávida de nueve meses de su primera hija, Parvatí, viajó en automóvil de su ciudad (en esa época, Río de Janeiro) a São Paulo. En cuanto llegó la asaltaron y se quedó sin dinero ni documentos. No tenía cómo cargar combustible para volver a Río, ni dinero para comer u hospedarse. Pero nada de eso fue un problema, porque ya existía la Unión. Le bastó identificarse en una sede de la Red y, tras una rápida confirmación telefónica de su identidad, ya tenía dónde comer y dormir e incluso, medios para abastecer su auto de combustible y retornar a su ciudad. Casos como este, de compañerismo y ayuda mutua, son una característica de los miembros de la Uni-Yôga.

plo, cuando nos clasifica como gimnasio –qué absurdo!– y equivocaciones sobre facturación, patrimonio etc., a pesar de que ofrecimos información diferente. Por ese motivo no quisimos participar de las investigaciones de los años subsiguientes.

### UNIÓN, UNA NOBLE PROPUESTA

En los idus de 1960 y 1970, los instructores de Yôga vivían aislados. No podían convivir con sus pares. Tenían que sufrir soledad, pues el único que realmente puede comprender al instructor de Yôga es otro instructor. La única persona que tiene un diálogo útil y que llena las carencias de un profesor de Yôga es otro profesional.

Nuestra familia y nuestros amigos, generalmente, no comparten nuestros ideales. A veces hasta se burlan o boicotean nuestro estilo de vida.

Pero los instructores no podían buscar consuelo, confort, solidaridad y comprensión entre otros colegas, ya que se vivía un clima de desconfianza. Si un instructor de Yôga intentaba visitar a un colega o escribirle, este se ponía a la defensiva, con miedo, porque no se había formado y sabía muy poco. Entonces, el otro era una amenaza.

Así, los instructores se cerraban en su aislamiento y se estancaban en su progreso. Sólo podían encontrar algún aporte en los libros. Pero no tenían a quién consultar sobre sus dudas e incertezas; no tenían quién les diese opiniones, sugerencias y críticas constructivas...

Entonces, un grupo de profesores de varios tipos de Yôga resolvió unirse para cambiar ideas y para que cada uno emitiese opiniones sobre el trabajo del otro. Si uno conocía mejor determinado asunto, lo enseñaría a los demás. Juntos, dividieron el costo de impresos y publicidad, lo que fue ventajoso para todos. Dieron a esa “cooperativa” el nombre de Unión de Yôga, Unión Nacional de Yôga.

Más tarde, la Unión de todos empezó a proporcionar cursos de perfeccionamiento, cursos de formación, a expedir los primeros certificados de instructor de Yôga del país, a publicar libros y hasta a crear un vínculo de mutuo apoyo que hizo crecer bastante a mucha gente.

Ya no éramos indigentes. Ahora teníamos una entidad amigable, honesta, grande y fuerte para respaldarnos.

Esa Unión no fue creada para generar separatismo sino para unir, como lo dice su propio nombre. Sin embargo, era preciso proporcionar algunas prerrogativas exclusivas a los que quisieran ser parte de la familia. Entonces, se crearon los generosos descuentos de hasta 90% en cursos y eventos y de hasta 50% en la compra de libros y otros productos.

Hoy, cuarenta años después, estamos todavía aquí, con los brazos abiertos para recibirlo en nuestra familia y extender las conveniencias de la Unión. Entre en contacto con nosotros. Estamos ansiosos por oír su voz y contar con su presencia amiga entre nosotros.

Si desea más información sobre la Unión Nacional de Yôga, le recomiendo con vehemencia la lectura del primer estudio científico sobre la estructura y la razón del éxito de la Uni-Yôga. Se trata del *Trabajo de Conclusión de Curso* de la Facultad de Administración de Empresas de la ESPM, elaborado por Thiago Massi, un estudiante a punto de graduarse. Ese estudio se encuentra en el CD-ROM *DeRose – Quiénes somos*, que puede solicitar gratuitamente a cualquier representante de la Uni-Yôga.

### DIFERENCIAS ENTRE ACREDITACIÓN Y FRANQUICIA

1. El acreditado no paga royalties.
2. En la acreditación no hay protección territorial.
3. El acreditado puede comprar productos al acreditador como así también vendérselos a él. Eso significa que no sólo paga, sino que puede recibir del acreditador. Podrá hasta recibir más de lo que paga.
4. En realidad, el acreditado no paga nada, pues por cada pago que efectúa recibe inmediatamente el mismo valor en productos. Más que eso, suele recibir hasta el doble.
5. El acreditado puede crear productos para ofrecer a los demás acreditados de la red. Eso no existe en la franquicia. En la franquicia, sólo el franqueador vende. El franquizado sólo compra. Y sólo le compra al franqueador. El franquizado no puede vender a los otros franquizados. En la acreditación, puede tener un producto suyo, venderlo al acreditador y ofrecerlo a los demás acreditados.
6. El acreditado tiene que haber ingresado como alumno, tiene que estudiar bastante, dar varios exámenes y sólo mucho después (generalmente, un mínimo de cuatro años después) podrá aspirar al privilegio de firmar un contrato de acreditación. El acreditado no puede fumar, tomar bebidas alcohólicas ni consumir drogas. Debe cumplir un rígido código comportamental en su vida privada. En cambio, para comprar una franquicia, basta tener dinero y un buen nombre comercial en plaza. Es sólo un negocio. Su vida personal no interesa. Si tiene vicios, eso no interfiere en el negocio. No hay código comportamental aplicable a su vida privada. Es muy diferente de la acreditación.
7. En la acreditación existe una relación de respeto y cariño entre los acreditados y el acreditador. En el sistema de franquicia los franquizados se alinean de un lado y el franqueador de otro, cada cual defendiendo sus intereses comerciales. En la acreditación estamos todos del mismo lado. Aun así, existe un Consejo de Administración constituido por los propios afiliados para representar los intereses de los afiliados.
8. Tal como los médicos acreditados por un seguro de salud pueden ser desacreditados en cualquier momento, también los representantes de la Uni-Yôga pueden, igualmente, ser desacreditados en cualquier momento.

**Como vemos, la acreditación es muy diferente de la franquicia; se trata de un concepto que está siglos por delante.**

### “DEBE SER CARO AFILIARSE, ¿NO?”

Esa era la pregunta que todos nos hacían. Tantos beneficios debían valer una tasa considerable. Nos encantaba tener la oportunidad de responder:

–Es gratis. No tiene que pagar nada. No sólo no paga; además, gana al efectuar las compras de material didáctico. Lo adquiere con un descuento del 50% y luego, al revenderlo, duplica su capital.

### LOS APROVECHADORES

En todas partes hay aprovechadores que quieren recibir el máximo y dar el mínimo. Felizmente, en la Unión Nacional de Yôga ese tipo de gente constituye la excepción. Son aquellos instructores que, cuando son débiles e inexpertos y tienen dificultades financieras, se afilian para contar con el apoyo, el *know how* y la infraestructura de la Unión.

En poco tiempo, la Uni-Yôga va ayudando a esos instructores a crecer, a fortalecerse y ser conocidos. Hasta que un día ellos “ya no precisan más” de la Unión. Al desligarse, descubren que nuestras Unidades crecen y tienen tanta prosperidad debido al apoyo recíproco, mientras que las entidades de la competencia no progresan y finalmente cierran sus puertas, una después de otra, pues no comparten ese ideal nuestro. El hombre es un animal social. Necesita estar unido a los demás, necesita de intercambio constante y de la estructura de una comunidad. ¡Necesita tener amigos!

Nos damos cuenta claramente cuando un instructor es de aquel tipo y está con nosotros por tiempo limitado. Trae en la frente la marca de Caín y sabemos que un día va a cometer una ingratitud. Nos va a usar para aprender todo de nosotros y, después, cuando supone que no nos necesita más, en lugar de comenzar a retribuir con el compañerismo propio de un instructor fuerte y antiguo, simplemente se desligará.

El instructor que se separa e intenta hacer un trabajo aislado, pronto siente la falta de la familia Uni-Yôga, de las amistades, del intercambio, de la correspondencia de apoyo, de los cursos, de los descuentos, de la divulgación... en fin, de la comunidad.

Todo el mundo precisa pertenecer a algún grupo. No hay grupo perfecto, ¡pero nosotros nos acercamos bastante!

### CONSEJO FEDERAL DE YÔGA

Hijo de la Unión Nacional de Yôga, en 1997 fue registrado el Consejo Federal de Yôga. Poco tiempo después, me retiré y entregué la dirección del Consejo a los colegas de otras modalidades de Yôga a fin de tranquilizarlos en el sentido de que no pretendía ser presidente de esa institución y mucho menos usarla para beneficio de nuestra modalidad.

*El objetivo del Consejo Federal de Yôga sería prestar consejo y emitir opiniones de orden ético, técnico, legal y filosófico a las personas físicas o jurídicas que lo solicitasen, así como a cuestiones judiciales que necesitasen de la opinión de nuestros Consejeros.*

El Consejo Federal de Yôga es el ícono de nuestra identidad profesional. Es el símbolo de nuestra resistencia contra la tentativa de subordinación del Yôga por parte de la Educación Física. Es la demostración de que estamos organizados y unidos lo bastante para tutelarnos a nosotros mismos.

### SINDICATO NACIONAL DE YÔGA

Como otro hijo de la Unión Nacional de Yôga, también en 1997 fue registrado el Sindicato Nacional de Yôga, que después se transformó en el Sindicato Nacional de los Profesionales de Yôga.

*El Sindicato tiene por objetivo defender los intereses de la clase profesional de instructores de Yôga, ya sean empleados, empleadores o autónomos.*

En los próximos años, en relación con la inversión de trabajo de los mayores interesados, que son los propios instructores, su Sindicato se tornará más actuante o menos, será más fuerte o no tanto. Lo importante es que la semilla está lanzada.

*Las personas que vencen en este mundo son las que buscan las circunstancias que necesitan y, cuando no las encuentran, las crean.*  
Bernard Shaw

**Nota:** Con relación al cuadro de la página 221, queremos aclarar que la clasificación de la Uni-Yôga como academia de gimnasia fue un error de quien realizó el relevamiento de datos.



## INTRODUCCIÓN DE LOS CURSOS DE FORMACIÓN DE INSTRUCTORES DE YÔGA EN LAS UNIVERSIDADES FEDERALES, ESTATALES Y CATÓLICAS

Al volver de la India en 1975, comencé a cumplir la misión que había vislumbrado en la noche helada de los Himalayas: comenzaría por introducir la formación de instructores de Yôga en las Universidades. Era un antiguo sueño de nuestra clase profesional, colocar esa materia en las escuelas y facultades. Muchos lo habían intentado, pero sin obtener suceso alguno.

En 1976 conseguí introducirlo simultáneamente en dos facultades particulares, una en São Paulo y otra en Curitiba.

Tiempo atrás, fui invitado para dirigir el curso de formación de instructores de Yôga de una de esas facultades. El dueño del establecimiento delineó las normas de la casa y me pidió la elaboración de un currículum. Preparé el proyecto para un curso completo, de un año de duración, más algunas opciones abiertas para cursos optativos posteriores, de especialización, perfeccionamiento, reciclaje, posgrado, etc. Él no quedó satisfecho y me sugirió hacerlo en tres años. Le respondí que para el grado de instructor asistente, todos los temas necesarios cabían en dos mil horas, un tiempo pedagógicamente suficiente para su asimilación, y que eso podía hacerse con toda la seriedad incluso en menos tiempo. Entonces, él abrió el juego y me confesó:

–DeRose, usted no sabe ganar dinero. No es así como hay que hacer. Antes que el alumno comience a trabajar, el curso debe durar tres años y tener una serie de materias sin valor, pero que él piense que son importantes y que, en el fondo, sirvan para *rellenar*. Eso representa el aumento de algunos años de pagos de los inscriptos.

Su discurso me chocaba.

–Al final del primer año –continuó– reprobamos a una buena parte del grupo; al final del segundo, otra parte, y al final del tercero, otra. Si cada año reprobamos al 33% de los alumnos, al cabo de tres años ganamos un año más, sin gastar un centavo en propaganda.

A esa altura yo ya estaba pensando que se trataba de una broma. Sin embargo, él seguía hablando muy serio:

–Finalmente, si el curso es rápido, poca gente tiene tiempo de desanimarse y casi nadie desiste de trabajar en el área. Pero en tres años –y, además, con una o dos reprobaciones que amplían el curso a cuatro o cinco años– la mayoría pierde el entusiasmo y pocos concluyen la formación. De esa manera, evitamos saturar el mercado de trabajo y mantenemos el interés de futuros aspirantes a la profesión, que se matricularán en los años siguientes.

Había incluso un brillo de orgullo en su mirada al exponer todas esas artimañas. Yo no lo podía creer. ¡No era posible que estuvieran estafando a tanta gente! Y además, que me estuvieran invitando tan cínicamente a transigir con ese fraude.

Le aclaré que mi objetivo era formar el mayor número posible de buenos profesionales y me rehusé a participar. Él todavía insistió:

–DeRose, me gustaría que reconsiderase su posición, pues precisamos de su nombre, que ya está bien conceptuado en el área de formación profesional. Si le sirve de ayuda para que su conciencia esté tranquila, sepa que al final da lo mismo recibir o no un diploma de profesor de yoga, ya que la profesión no está reglamentada y, por lo tanto, ese documento no tiene ningún valor.

Como no hay mal que por bien no venga, fue por causa de esa conversación que, en 1978, presentamos el primer proyecto de Ley para la reglamentación de la profesión de profesor de Yôga, lo que nos proporcionó otro punto a favor y registró una vez más nuestra participación efectiva en la Historia del Yôga en el Brasil.

Después, gracias a otro incidente, que fue el boicot armado por los *enseñantes* legos de yoga contra el proyecto, descubrí una brecha en la

legislación: en esa época, la profesión de profesor de Yôga tenía que ser reglamentada, pero la de instructor no, por ser un título menos pretencioso y que no exigía curso universitario. Así, si dos profesionales tenían cada cual un certificado, uno de profesor de Yôga y otro de instructor de Yôga, el primero no tendría ningún valor y el segundo, aunque fuera más simple, sí tendría validez.

Fue entonces cuando empezamos a utilizar el título de instructor de Yôga en nuestros certificados. A partir de ese hecho comenzaron a surgir consecuencias positivas. Primero fueron los profesores de Educación Física que gustaron de nuestra “demostración de humildad” y de que no pretendíamos competir con ellos. Atrayendo su simpatía, eliminamos algunos focos de resistencia a los profesionales de Yôga. Eso, al fin de cuentas, era una tontería, ya que los profesores de Educación Física del Ejército tienen el título de *instructor de Educación Física*.

Más tarde, como segunda buena consecuencia, en 1979 las Universidades Federales comenzaron a aceptar nuestro programa de extensión universitaria para formación profesional, exactamente por causa del título *instructor*, puesto que si hubiera sido *profesor*, tendría que ser un curso regular de cuatro años, con examen de ingreso, y dependería de toda una burocracia que iba a retardar la introducción en las universidades en unos treinta o cuarenta años más (y tal vez nunca ocurriese). De esa forma, el Yôga entró como extensión universitaria y, más aún, de formación profesional, con una anticipación de algunas décadas, lo que impulsó el desenvolvimiento del Yôga en nuestro país y exacerbó su calidad. Gracias a eso, hoy podemos afirmar que tenemos el mejor Yôga técnico (*sic*) del mundo.

Creo que este es el lugar adecuado para rendir un justo homenaje a quien nos sirvió de inspiración: el primer Maestro brasileño en formar instructores de Yôga, el gran Caio Miranda.

Siempre admiré al Maestro Caio Miranda, primer autor brasileño que escribió sobre Yôga. Nunca pude ser su alumno, pero llegué a conocerlo y quedé bien impresionado. Era mucho más honesto que los demás, que, para variar, lo atacaban.

Éramos pocos instructores en aquellos tiempos y la política (hoy bien definida, que separa a los estudiosos en estirpes antagónicas) estaba ape-

nas insinuándose. Así, solíamos relacionarnos esporádicamente, ya que frecuentábamos los mismos pocos territorios interesantes que había: algunas librerías especializadas, unos restaurantes vegetarianos, la media docena de entidades culturales que promovían charlas, conferencias y cursos sobre asuntos del Oriente.

En todo eso había un gran ausente. Era el veterano Caio Miranda. Nadie lo invitaba para nada. Las pocas veces que aparecía, las personas se codeaban, lo miraban de soslayo y procuraban evitarlo. Cuántas veces presencié escenas en las cuales alguien sugería que lo invitaran, al menos por respeto a su antigüedad, pionerismo, número de libros escritos... y fui testigo atônito de la respuesta: una reacción agresiva de los demás instructores, vociferando una sucesión inconcebible de calumnias, simplemente poniendo fuera de cuestión invitarlo. Yo me moría de pena, pero no podía hacer nada: era apenas un muchacho que no sabía nada y estaba llegando en aquel momento.

El mundo dio muchas vueltas. Diez años después me di cuenta de que había recaído sobre mí la herencia del anatema, principalmente por asumir la neurálgica misión de formar instructores. Entonces, reflexioné:

—No quiero pasar por el mismo martirio que fue la exclusión sistemática y la difamación crónica que acabaron por amargar la vida del gran Maestro y minar su salud. Todo indica que tendré un destino aún peor. ¿Qué puedo hacer?

Llegué a la conclusión de que, si me proponía preparar instructores, tendría que formar un número realmente significativo. Tendría que hacerlo en todo el país y sin tregua. Así fue durante más de treinta años de luchas y viajes incesantes. Ese proyecto tuvo un alto costo en términos de sacrificio personal, vida privada, salud e incluso una colección de decepciones con discípulos ingratos. Pero, al final, parece que funcionó. Formamos más de cinco mil instructores de Yôga en ese período, y los mejores permanecieron fieles.

Hoy recibo tantas invitaciones para dictar cursos, dar conferencias, entrevistas y presidir eventos, que casi ni tengo tiempo para aceptarlos todos. Por otro lado, fue tan difícil y trabajoso llegar a este punto, que sé valori-

zar mucho bien esas solicitudes y procuro atender a todos los que tienen el cariño de invitarme.





## HISTORIAS DE ALGUNOS CURSOS

*Un loto se yergue: ¡debajo hay lodo!*  
DeRose

A pesar de todo el éxito, la estructura y la seriedad de nuestro trabajo, los opositores no desistieron. En 1981, cuando desembarqué en el aeropuerto de Porto Alegre, fui cordialmente recibido por el Profesor Camargo, coordinador de mi curso en la Universidad Federal de Rio Grande do Sul. Bastante molesto, ya que era un hombre educado, me dijo:

–Profesor DeRose, tenemos un problema. Un grupo de instructores de yoga de Porto Alegre, ligados a ese coronel de Río, tuvo una audiencia con el Rector para pedirle que su curso fuera cancelado.

–Está claro, Camargo, que ellos no quieren competencia en su territorio. No me quieren a mí y mucho menos a los instructores que voy a formar, que recibirán el certificado fuerte de la universidad.

–Bien, en vista de la gravedad de las acusaciones, el Rector pensó realmente en cancelar el curso. Pero no se preocupe: nosotros argumentamos que no importan los eventuales errores que usted pudiera haber cometido en el pasado. Lo que importa es su trabajo de óptima calidad y el hombre que es hoy.

–¡Mi amigo Camargo! Estamos entre adultos y profesionales, no entre comadres chismosas. Si me acusaron de algo, tienen que probarlo. Según la ley de este país, un hombre es inocente hasta que se pruebe lo contrario, pero usted, aun para defenderme, partió del principio de que ellos habían dicho la verdad y que yo habría cometido algún desliz. Eso está mal, muy mal. Es fácil mandar hacer una averiguación de antecedentes de mi vida. Si el Rector quiere, yo pago los gastos. Pero me sorprende que un

hombre con ese cargo no haya tenido la iniciativa y se deje llevar por maledicencias.

El curso fue aprobado y se desarrolló normalmente, pero en aquel momento me sentí dolorido por la falta de confianza y de profesionalismo. El año siguiente cambié de universidad y llevé mi curso a la Pontificia Universidad Católica.

Algunos meses antes de la fecha prevista para el inicio del curso en esa otra universidad, el organizador, el periodista César Lied, me comunicó:

–DeRose, el coronel se tomó al trabajo de venir desde Río de Janeiro a Porto Alegre a entrevistarse con el Vicerrector, para tratar de impedir el curso y de esa forma golpearte. Ya que estás aquí mismo, a causa del Congreso, ¿que tal si vas a hablar con él?

El Vicerrector de Extensión, Hermano Elvo Clemente, era una persona sumamente sensata. Me recibió muy cordialmente. Le expliqué, entonces, la razón de la visita:

– ... Y traigo, en esta carpeta, toda la documentación necesaria para hacer investigar mi vida, con los gastos por mi cuenta.

–No es necesario, hijo. Soy un hombre experimentado y sé que quien hace un trabajo como el suyo está sujeto a la envidia. Si el caballero que vino a verme no hubiera hablado tan mal de usted, tal vez yo tuviera dudas y prefiriese verificar. Pero él dijo tantas cosas a su respecto que enseguida comprendí que no podían ser verdad. De cualquier forma, es bueno que haya venido.

Salí de allí cautivado por la madurez y sentido común de aquel sacerdote. Comenzaba ese día una larga y proficua relación entre la PUC y yo.

En todos los cursos que dicté por el país en toda su extensión, siempre fue la misma demencia. Como el coronel y sus secuaces están todo el tiempo enviando cartas, haciendo visitas y armando esquemas de sabotaje contra nuestro trabajo, que es inmensamente amplio y dinámico, me pregunto si no trabajarán en nada más. Invierten mucho tiempo en prestar atención a lo que vamos a hacer, para poder ir en seguida a tratar de socavarlo. Imagino que les debe sobrar todo ese tiempo porque, en su mayoría, son muy viejos y están jubilados. Tal vez eso explique también el hecho de que

hayan perdido tanto terreno en relación con nosotros. Mientras nosotros producíamos, ellos se preocupaban más por neutralizarnos y dejaban de producir. Si el tiempo que perdieron en impedirme trabajar lo hubieran invertido en algo constructivo, posiblemente se habrían acercado un poquito más a lo que nosotros pudimos realizar.

En Fortaleza, la actitud que adoptaron fue deprimente. Nuestro curso ya había sido aprobado en 1980. Llegamos incluso a cambiar llamadas telefónicas con el coordinador del curso que, por el reglamento de la universidad, debía ser un profesor de su cuerpo docente. Durante esos contactos todo parecía normal y creo que tuvimos una impresión recíproca muy buena. Repentinamente, el curso fue cancelado. Explicación: el coronel había viajado a Fortaleza y, para poder frenar el curso, fundó en esa ciudad una asociación de instructores de yoga, nombrando como presidente, justamente, ¿a quién? ¡Al coordinador del nuestro curso! ¡Increíble! Él, el presidente de la asociación de instructores de yoga, no era siquiera instructor de yoga...

Si en el Sur y el Sudeste esos artificios no funcionaron, en el Norte y el Nordeste encontraron campo más fértil. Por eso el Nordeste se fue quedando atrás. A través de los años, mientras Río de Janeiro, São Paulo, Minas Gerais y todo el sur iban progresando gracias a los Cursos de Formación de Instructores de Yôga en las Universidades Federales, Estatales y Católicas, la calidad de Yôga en el Nordeste se iba deteriorando por falta de instructores competentes. Eso era exactamente lo que quería el coronel, para poder venderles su yoga a través de libros y cursos de dudosa calidad. Luchando contra todos esos obstáculos, los vencimos uno a uno y conseguimos instalar nuestro curso en la Universidad Federal de Ceará, que fue un suceso y se repitió durante muchos años.

En Natal se llegó al punto de que un profesor universitario que no tenía nada que ver con Yôga, hiciera campaña entre sus alumnos de la Universidad Federal para que no participasen del curso. ¿Qué es lo que tenía contra nosotros? Nada. Sólo el hecho de ser simpatizante del coronel y haber recibido instrucciones para boicotearnos. Cuando llegué a Natal, fui a hablar con el ilustre caballero. Esperé a que entrase en la sala de clase, pues quería tener testigos de las groserías que él ciertamente iba a cometer. Pedí permiso, entré y me presenté:

– Buenas tardes, mi nombre es DeRose – y le extendí la mano.

Él no se movió. Se puso pálido, no sé si de rabia o de miedo. Mi mano permanecía extendida y el caballero en cuestión se rehusaba a aceptarla. Había mordido la carnada. Conseguí lo que deseaba: ante aquella escena, todos los alumnos dejaron de conversar para prestar atención a lo que estaba ocurriendo. Entonces pude decir lo que quería.

– Querido profesor. Supe que usted anda hablando mal de mí y diciendo a sus alumnos que no hagan mi curso. Eso no es de hombre. Si tiene algo contra mí, no lo diga por detrás, dígalo de frente. Vine aquí para invitarlo a un debate en televisión, en una entrevista que voy a dar hoy a la noche.

¿Sabe lo que respondió, el pobre? Hasta me dio pena. Delante de todos sus alumnos, nervioso, trabándose con las palabras, replicó:

– No. ¿Por qué no desafía a alguien que tenga tanto conocimiento como usted?

Resultado: el curso en Natal fue un éxito y varios alumnos de ese opositor gratuito terminaron interesándose en el Yôga.

Cuando concluyó todo, el organizador de nuestro curso me confió:

– Y, sí... Antiguamente yo me cuestionaba: no me gusta cuando el Maestro habla de los opositores. Al fin y al cabo, el Yôga no condice con ese tipo de cosas. Pero después que organicé el Curso de Formación de Instructores, comprendí. Ahora, hasta creo que usted no habla lo suficiente. Tendría que alertarnos más sobre esto para evitar situaciones violentas.

Hoy el Nordeste está mucho más fuerte, con gente de fibra que no tiene miedo de viajar para hacer cursos de perfeccionamiento, participar de Festivales o aun organizar los Cursos de Formación de Instructores en las Universidades de sus Estados.

En la Universidad Federal de Uberlandia el complot fue escandaloso. Habíamos entrado en la planificación, pero alguien se las arregló para que nuestra documentación se perdiera. En otro país eso ya sería suficiente para iniciar un sumario. Aquí, no pasa nada. Presentamos todo por segunda vez. Lo perdieron de nuevo. La tercera vez me fui a hablar con el Rector. El empleado que me recibió me preguntó cuál era el asunto. Le conté lo que había ocurrido. Él quiso saber si tenía los comprobantes de las pre-

sentaciones que había realizado. Le dije que sí. Me pidió que se los mostrara. Saqué del bolso los dos protocolos. Él los tomó de mi mano, los miró y ¡adivinen lo que hizo! ¡Rompió mis comprobantes y los tiró a la basura!

–Eso ahora no le sirve de nada. ¿Quiere un consejo? Desista y vuelva a su tierra. Tenemos órdenes superiores de no aceptar su curso.

Inesperadamente saqué del bolso dos fotocopias autenticadas ante escribano, de aquellos extintos comprobantes:

–Si quiere, puede romper también estas copias, pues de donde vienen hay más. Y, para su información, estoy pensando seriamente en llevarlas a los principales periódicos del país, hacer un escándalo; luego, abrir un proceso judicial contra usted por corrupción; después, ir al Ministerio de la Educación con todo ese material que a los políticos de oposición les encanta, para saber cuál es la opinión do Ministro.

El empleado que me escuchaba no esperaba tal reacción de quien él suponía un “pacífico profesor de yoga”, una persona de aquellas que se pueden manipular y se quedan quietas. Medio tartamudeando, me pidió que aguardara y fue al gabinete del Rector. Este, acto continuo, me hizo entrar. Me recibió muy bien. Me dijo que no tenía conocimiento de los hechos que le narraba, pero que me quedase tranquilo, pues mi proceso sería acompañado por él, personalmente. Entonces el curso fue aprobado.

Sólo que, cuando el curso comenzó, empezaron también los boicots. Los empleados de seguridad no dejaban entrar a los alumnos con el pretexto de que no les habían informado acerca de ningún curso. Sólo pudimos ingresar después de mucha discusión, gracias a algunas precauciones que siempre tomo, en todos los cursos, ya que los casos como estos son relativamente frecuentes. Uno de esos cuidados es tener siempre a mano una autorización de la universidad que mencione los días, hora y salas reservados a mi curso. Otra es tener el nombre, cargo, dirección y teléfono particular del funcionario que firmó la autorización. Así, los empleados de seguridad no tuvieron más remedio que ceder.

Cuando logramos penetrar en el *campus*, ahora eran las puertas de las salas las que estaban atrancadas y nadie sabía nada del responsable de las llaves. Cuando conseguimos una sala, no había tiza y la luz estaba corta-

da. Y así transcurrió el curso, lleno de otros innumerables obstáculos que atormentaron mucho más a los inscriptos que a mí. Después de todo, yo ya estoy habituado y no me dejo abatir. Me siento y me quedo conversando con los alumnos hasta que el organizador resuelva los contratiempos. Entretanto, voy dando clase.

Los participantes del curso fueron testigos de los acontecimientos que acabo de relatar. Estos están también descriptos en un formulario de la propia universidad, en el cual se solicita que el dictante haga una evaluación del evento, anotando en una columna los puntos positivos y en otra, más grande, los negativos. Completé ese formulario citando buena parte de los incidentes anteriores; si no dije más, fue por falta de espacio. El documento se encuentra archivado en la universidad, a menos que lo hayan “perdido”. Pero no tiene importancia: me guardé una copia...

Cuando los instructores de yoga de una región sabotean por demás mi curso, los fustigo con lo peor que podría hacer: promuevo más cursos y hago mayor divulgación. Así, formo más instructores. Es una manera bien dura de devolverles la oposición local: lanzar al mercado de trabajo de la región una gran cantidad de opositores bien preparados y, encima, con certificado de la universidad, algo que ellos no tienen y no tendrán jamás, pues reconocen que carecen de la capacidad para enfrentar este tipo de cursos.







## CUIDADO: ¡BECARIOS!

*Él no cobraba nada por sus sermones.  
Era lo que valían.  
Mark Twain*

Es notorio que el Yôga mejora la calidad de vida y maximiza la expectativa de vida del practicante. ¿Cuánto vale un año más de su vida? ¿Cuánto pagaría usted por un mes? ¿Y por un solo día más? No obstante, hay quien prefiere pagar más por una clase de tenis, de golf, de inglés o hasta por una pizza o por una noche de diversión en el localailable de moda. Esos no merecen el Yôga.

Al inicio de la carrera de instructor de Yôga, especialmente en el pasado, casi siempre la gente estaba envuelta en conceptos védânta-brahmáchárya. Esos conceptos inducían a considerar el dinero como algo execrable<sup>55</sup>. De esa forma, cuando llegaba la hora de pagar el alquiler, la luz, el teléfono, el contador, la empleada doméstica, los impuestos, etc., se hacía difícil. Ni así conseguíamos entender que la institución de Yôga es una empresa (aunque el sea sin fines de lucro); que el instructor de Yôga es un profesional; que *profesional* no es término peyorativo y no tiene que ser interpretado como *mercenario*; y que Yôga no es caridad, sino un arte muy digno, merecedor de todo el respeto.

---

<sup>55</sup> Esa postura védânta-brahmáchárya se ha encontrado más en Occidente. En la India existe un posicionamiento mucho más ponderado y realista, como nos demuestra la frase encontrada en la página 95 del libro *Autobiografía*, de Swámi Sivánanda: "Llegué a la conclusión definitiva de que un poco de dinero ayuda al sádhaka en su sádhana y evolución."

Por no entender eso, continué cobrando menos de lo justo y concediendo becas a todos cuantos me las pedían. En el período de 1964 a 1970, ¡en mi Instituto eran más los alumnos becados que los que pagaban (cerca de 65% de gratuitos)!

En 1971 instituí un sistema que llegó a superar ese número. Fue el “cofrecito”. Los alumnos pagarían sus mensualidades colocando contribuciones voluntarias, de valor no estipulado, directamente en un cofrecito, discretamente localizado dentro del vestuario. Así, no sólo los becarios gozarían de un confortable anonimato sino también se ahorrarían la humillación de tener que pedir la gratuidad. Además, los que pagaban quedarían a voluntad de pagar lo que pudiesen o quisiesen sin que nadie les preguntara nada. Ese sistema estuvo vigente hasta 1976, cuando, debido a mis viajes constantes para dar cursos en el resto del país, tuvo que ser sustituido por el sistema convencional.

Pero antes de sustituirlo, con el paso de los años me fui decepcionando cada vez más con los resultados de aquella experiencia. Comencé a notar, con extrañeza, que los becarios eran menos leales que los que pagaban, menos dispuestos a ayudar, y eran los que nos hacían más reclamos. Cada vez que surgía una habladuría dentro de nuestra casa y tratábamos de descubrir el origen, era casi siempre un becario. Si surgía algún movimiento interno de protesta o conspiración, por detrás estaba siempre un becario. ¡Justo quien no debería estar!

La conclusión final es que si un opositor quiere infiltrar a alguien en su entidad y sabe que usted concede becas, inevitablemente el saboteador solicitará una para sí. Pues, siendo de la competencia, raramente aceptará pagarle justamente a quien quiere perjudicar.

No es que todos los becarios sean saboteadores. Recuerdo a uno o dos que no lo eran, por lo menos conscientemente. Aun así, eran los que nos daban más trabajo y los que gustaban menos de nosotros.

Muchas veces estábamos en la sala contigua al vestuario e, inadvertidamente, escuchábamos al becario quejarse con los demás compañeros de que el piso estaba sucio o de que la toalla del baño estaba mojada, actitud profundamente decepcionante y hasta sospechosa, pues si él no pagaba, esa era una razón más para no reclamar por ningún motivo y, mucho me-

nos, empujar a los otros practicantes contra la institución al hacer, subrepticamente, comentarios generadores de cuestionamientos e insatisfacciones a espaldas del instructor que le concedió la gratuidad. En compensación, varias veces fui testigo de la buena actitud de alumnos que pagaban, que al escuchar los reclamos del becario, iban espontáneamente a limpiar lo que se había señalado.

El que paga, colabora, pues valoriza aquello que está le costando. El becario no lo valoriza, ya que le resulta gratis. Por eso también el que paga falta menos a las clases, puesto que le cuestan dinero. El becario no pierde nada si falta o si no aprende bien. Además, el que paga, si le gusta la práctica, trae a un amigo que también paga. El becario retribuye de forma singular: ¡trae a otro becario!

En cuanto a las actitudes hostiles e ingratas de los alumnos becados, creo que son generadas por un grave conflicto psicológico entre su consciente y su inconsciente. Conscientemente, el alumno quiere la gratuidad y la pide. Inconscientemente no la quiere, ya que eso lo degrada. Así, cuando el instructor le concede la beca, se siente humillado y comienza a alimentar un resentimiento profundo (tanto más profundo cuanto más inconsciente), contra la persona que es la causante de la humillación, es decir, quien le concedió la gratuidad, y comienza a nutrir un resentimiento visceral contra aquel a quien debería estar agradecido.

Cierta vez vino a verme una pareja. El marido había trabajado en una conocida empresa aérea brasileña que quebró. Por eso alegó estar en dificultades financieras, pero su esposa quería practicar Yôga. No tuve problema: la beca fue inmediatamente concedida. La señora en cuestión practicó gratuitamente durante varios años. Un día desapareció. Tiempo después, volvió con la cara renovada:

—¿Qué pasó, Divina?

—¡Me hice la cirujía plástica! ¡Me costó diez millones!

Otro caso que me dejó profundamente dolorido fue el de un alumno que entró como becario y hasta llegó a trabajar, dando clases en la entidad. Cierta vez, la situación exigió que hiciéramos un pedido de que los becarios contribuyesen con algo. Él, que todavía seguía tomando clases con nosotros, no contribuía con nada, aunque ganara por las clases que daba

en la misma Unidad. Pasados algunos meses tuvimos que tener una conversación franca con él.

El sujeto tuvo la candidez de declarar:

–Estoy sin plata, Maestro. Es que hace mucho tiempo que le había echado el ojo a este pantalón que me compré por setecientos cruceiros, y fue muy caro para mí. – Me quedé duro.

La mensualidad era libre, pero por esa época sugeríamos una contribución de setenta cruceiros. El discípulo en cuestión no podía pagar. Sin embargo, para el pantalón de setecientos, diez veces más, él tenía...

Pero realmente chocante fue una alumna con aspecto de *hippie*. Pidió una beca y la obtuvo. Andaba siempre con guantes blancos. Alguien le preguntó si tenía algún problema en las manos y ella respondió:

–No, ¿por qué? ¿No puedo usar guantes? Si Mickey los usa, ¿por qué yo no puedo?

Un día estábamos haciendo gurusêva, doblando unos impresos y ensobrándolos. Todos los alumnos que pagaban mensualidad, llegaban, nos preguntaban se precisábamos ayuda y se juntaban alegremente con nosotros en el trabajo. La alumna becada llegó, saludó, entró, hizo la clase, terminó, se despidió y ya se estaba yendo cuando alguien la interceptó:

–Eh, Norminha. ¿No nos vas a ayudar?

Como era becaria, nos debía algo y no imaginamos que justamente ella fuese a negarse. Pero el motivo alegado fue arrasador:

–No. No puedo. Ahora tengo clase de ballet. Allá no me dieron beca y la clase es muy cara, no puedo perderla. ¡Chau!

Hoy ella no parece más una *hippie*. Es una señora que enseña yoga, gana bien con eso y nunca más nos buscó. Oímos decir que no concede beca a nadie.

Lo más curioso es que, como la mayoría, en aquella época, estaba constituida por becarios que debían, por lo menos, ser agradecidos, era de esperarse que tuviésemos un club de fans enorme, dispuesto a defender el SwáSthya Yôga con toda la lealtad y la bravura. Sin embargo, mientras unos pocos lo defendían, los otros se acobardaban ante los detractores y

se callaban “para no fastidiarse” o “porque la verdad al final siempre aparece” o incluso “porque debemos perdonar y olvidar”... En una palabra: no podíamos contar con casi nadie.

A partir de 1975 nunca más aceptamos becarios. Hoy, si no quiere sacudir nuestra amistad, ni pronuncie la palabra *becario* cerca de nosotros. Ni la piense muy alto.

Todos tienen condiciones de pagar la mensualidad de una escuela de Yôga. Es equivalente a una cena para dos personas en un buen restaurante. Con la diferencia de que en el restaurante ese valor se gasta en cuestión de minutos y en nuestro caso equivaldrá a un mes de prestación de servicios. Para practicar Yôga se paga, por un mes entero, lo mismo que por cincuenta minutos de psicoanálisis. No obstante, tanto los restaurantes como los consultorios de los psicoanalistas están siempre llenos. Eso demuestra que la gente, evidentemente, dispone de aquella suma, pero algunos prefieren gastarla en otras cosas y, al mismo tiempo, despreciarnos al cuestionar el valor de nuestro trabajo. ¡Esas mismas personas pagarían mucho más por hora para jugar a los bolos!

Por otra parte, como nuestro trabajo no es comercial, para quien realmente no puede pagar, la Uni-Yôga dispone de clases gratuitas en parques, jardines, plazas, playas y otros lugares públicos, en varias ciudades del Brasil y de otros países.

Nuestro sitio **[www.uni-yoga.org](http://www.uni-yoga.org)** también permite acceso gratuito a las *webclasses* y *free download* de quince libros de este autor, así como MP3 de diversos CDs de clases prácticas, mantras, mensajes, sánscrito, relajación, mentalización, etc. De esa forma, quien no tiene recursos puede estudiar y practicar sin cargo alguno.







## CUENTOS PINTORESCOS

*Diga la verdad y salga corriendo.*  
Proverbio yugoslavo

### LA CONVICCIÓN ARRASADORA DE QUIEN NO SABE NADA

Cuando abrí la primera escuela en 1964 era inexperto, ingenuo, y no imaginaba que fuese tan importante inculcar disciplina al que aspirase a practicar Yôga. En medio de aquel clima accesible, llegó un joven simpático llamado Claudio, para su primera sesión.

–¿Ya practicó antes o leyó algo al respecto de Yôga?

–No, es la primera vez. No conozco nada –respondió.

–Entonces, en la sala de práctica ubíquese detrás de los otros para seguirlos y para que nadie se confunda.

En medio de la clase sonó el teléfono y, como en aquella época protohistórica aún no tenía equipo, tuve que ausentarme de la sala para ir a atender. Cuando retorné... ¿quién estaba delante del grupo, dando clase? ¡Ese mismo, el alumno nuevo que nunca había visto Yôga en la vida! Fácilmente se deduce que estaba enseñando cada absurdo digno de una comedia de cine mudo. Lo más increíble no era el hecho de que alguien se hubiera metido a enseñar lo que no sabía, ya que eso es un disturbio más común de lo que se piensa. Nueve de cada diez estrellas de *la yoga* actúan así. Lo realmente chocante fue ver que aquel rebaño de practicantes antiguos dejaba a un lado lo que había aprendido correctamente con su instructor, para aceptar los errores que les estaba enseñando un sujeto con disturbios.

Pero las peripecias de Claudio no terminaron allí. Un día apareció con barba. Alguien le preguntó si se había dejado crecer la barba porque suponía que los practicantes de Yôga debían cultivarla. Él salió con esto:

–No. Es que estaba precisando tener una entrevista con una autoridad del Ministerio de Educación y no lo conseguía. Entonces, me dejé crecer la barba y les dije que era DeRose. Entonces sí que me recibieron<sup>56</sup>.

Cuando supe de la historia lo llamé y él me confirmó todo. Lo peor es que no entendía el motivo de nuestra indignación. Después de reprehenderlo severamente, acabé perdonándolo, al llegar a la conclusión de que aquello no podía ser la actitud de una persona normal. Un elemento así debe ser inmediatamente apartado. Pero en aquella época yo no pensaba de esa forma. Además, él ya había dicho que no era de Río, así que tarde o temprano acabaría se apartándose sin que precisáramos expulsarlo. Pero antes hizo algunas cosas más...

Tiempos después de lo que acabo de narrar, un instructor de yoga nos pidió dar clases en nuestro Espacio Cultural. Sonó el timbre y ese instructor fue a abrir. Era Claudio, que aún no lo conocía. Al encontrarse uno con el otro, ocurrió una escena que todavía recuerdo con hilaridad. Claudio miró al instructor y dijo con tono grave:

–Estoy viendo una luminosidad en su cabeza. ¡Sí! ¡Es una corona!

Esperábamos que el instructor dijese cualquier cosa, menos...

–Es que soy la reencarnación de D. Pedro II. Además, también estoy viendo una corona en su cabeza.

Y dijo Claudio:

–Sin duda, pues fui Rey de Francia.

Como nosotros los SwáSthya yôgins tenemos muy buen humor y estamos bromeando todo el tiempo, llevé el diálogo para ese lado. Sin hacerme rogar, entré enseguida en el juego. Poniendo la mano dentro de la camisa, me presenté:

---

56 Años después, Claudio comenzó a copiar todo lo que hacíamos. Se tornó para él una obsesión imitarnos.

– Y yo soy Napoleón. Mucho gusto.

Pero entonces los dos me miraron indignados y me censuraron:

– ¡DeRose! ¡No juegue con cosas serias!

Y bueno...

El ambiente de Yôga también está contaminado por personas que tienen *delirium mysticum*, nombre que doy a una patología derivada del espiritismo fermentado.

Oí decir que Claudio hoy es un “profesor”<sup>57</sup>. ¡Increíble! Por esos motivos y otros, se tornó de uso corriente en la Uni-Yôga la expresión: *¡no claudique!* En la lengua portuguesa, claudicar significa, entre otras cosas, cometer falta, fallar, errar, tener alguna deficiencia.

### UN ERROR ASTRAL

Cierta vez, cuando tenía unos veinte años, fui a asistir a una conferencia sobre Yôga que se realizaría en una de las fraternidades a las que estaba afiliado. Cuando llegó el conferenciante, Prof. Jean-Pierre Bastiou, toda la atención se dirigió a él. Vimos que se detuvo en el umbral antes de entrar. Con una fisonomía que interpretamos como *misteriosa*, fijó la mirada en alguna cosa y contrajo los párpados, como si quisiera ver mejor. Todos miraron hacia el mismo lugar, pero allí no había nada de especial. Entonces, cada uno codeó al otro y comentó que él debía haber visto *algo*. ¡Era, pues, un gran Maestro, un clarividente!

Después de la conferencia, en el momento de las preguntas, esa cuestión era inevitable y fue la primera en ser abordada. Hasta hubo disputa entre la ansiosa concurrencia para detonar la pregunta:

– Profesor, cuando pisó el umbral de la puerta de esta nuestra venerable orden, vimos que se detuvo y apretó los ojos con aire enigmático. ¿Qué fue lo que vio en el astral?

– No vi nada. Contraje los ojos porque soy miope. No lograba ver dónde pisaba.

---

57 Cualquier semejanza con personas vivas o muertas del ambiente de la yoga es mera coincidencia, ya que Claudio no trabaja con Yôga.

Alguien no aguantó y estalló en una buena carcajada, acompañado discretamente por algunos otros. ¡Y nadie más tocó el asunto, hasta hoy!

**“¡AH! ¡PERO ES TAN JOVEN!”**

Desde que comencé a dar clases en 1960, escucho que la gente se admira porque tengo menos edad de la que suponían. Basta escuchar mi nombre y repiten automáticamente:

–¡Ah! ¡Pero es tan joven!

Hace más de treinta años que convivo con esa perplejidad y, aunque ya tenga el cabello blanco, la exclamación persiste hasta hoy, ahora con un agregado:

–Es que oigo hablar de usted hace tantos años que lo imaginaba del doble de edad.

–Es que realmente tengo el doble...– bromeo a veces con el interlocutor.

Un día, cuando tenía apenas unos cinco años de Yôga, fui a una conferencia sobre hinduismo. Terminada la charla del orador, se formaron grupos de yôgins de las más variadas tendencias, para cambiar información, aprender unos de otros o, simplemente, exhibir conocimientos y autoafirmarse.

Me llamó la atención una instructora que iba de grupo en grupo hablando fuerte y pavoneándose. Al poco tiempo ya estaba insinuándose en nuestra rueda. En un momento dado, en un acceso de verbosidad, dejó caer una cantidad de disparates sobre nuestras cabezas, con errores tan evidentes que no me contuve y, con educación, expresé mi desacuerdo. Se hizo un silencio sepulcral en la reunión. Me di cuenta entonces de que ella debía ser una persona muy influyente y nadie se atrevía a contradecirla. La elegante dama me clavó la vista como quien acaba de notar la insignificante presencia del otro, levantó una ceja y, constatando que se trataba de un despreciable adolescente, fulminó:

–¿Cuánto tiempo hace que estudia yoga, *m'hijo*?

Como la había escuchado jactarse de que tenía más de quince años de yoga, la encaré bien serio y declaré con pompa y circunstancia:

–Estoy en el Yôga hace más de cinco mil años. ¿Y usted?

Durante el nuevo silencio que siguió a mi segunda embestida, pude deleitarme con las expresiones literalmente boquiabiertas. Fue sólo un instante. Inmediatamente todos largaron la risa, acompañados por una mueca a guisa de sonrisa falsa de la señora en cuestión. Por esas cosas y otras acabé poniéndome en evidencia, y eso no fue nada bueno.

Pero lo peor no era que las personas más maduras opusieran cierta resistencia, comprensible, debido a mi corta edad. Más grave era cuando eso ocurría por parte de otros jóvenes.

En 1971 yo tenía veintisiete años. Alguien tocó el timbre de mi escuela. Fui a abrir. Era un chico de unos dieciocho años:

–Buenas tardes. Quería hablar con el Profesor DeRose.

–Ya está hablando con él.

–Entonces, quería hablar con su padre.

–Mi padre no enseña Yôga. El Profesor DeRose soy yo.

–No puede ser. Usted es muy joven. El Profesor DeRose que estoy buscando fue Maestro de mi abuelo cuando yo todavía era muy chico.

–¿En qué año fue eso?

–Bueno, yo tenía cerca de siete años, entonces debe haber sido alrededor de 1961.

–Fui yo. En el 61 ya daba clase.

El chico dejó escapar una expresión de decepción y terminó no haciendo Yôga con nosotros. Después supe que estaba practicando en una academia casi enfrente de la nuestra, cuyo instructor tenía sesenta y pico de años. Sin duda, necesitaba a alguien más viejo...

### LA VISIÓN DEL MONJE EN LA CAVERNA

En 1973, fui con Helder de Carvalho, instructor de otra modalidad de Yôga, a hacer un ayuno de diez días en una caverna de la Floresta de Tijuca.

Ya estaba habituado a esos ejercicios, pues los realizaba con cierta regularidad. Pero, hacerlo en reclusión en medio del monte, sin mis clases, sin

mis alumnos, sin la eterna compañía de mi máquina de escribir y sin la playa, hacía que las horas se arrastraran, que el tiempo demorara más en pasar. Allí sólo había el canto de los pájaros, algunos monos y una que otra serpiente. Y eso daba una señora hambre.

Para empeorar, tuvimos que desparramar bastante ajo macerado alrededor del lugar donde dormíamos, a fin de apartar a las cobras. El olorcito a condimentos que penetraba por nuestro olfato sensibilizado era de maltratar hasta el alma.

No satisfechos con la soledad del retiro, encima decidimos practicar mauna y, así, no podíamos ni siquiera hablar uno con el otro. En compensación, cuando terminaba el período de silencio, parecíamos unas vitrolitas. Debatíamos con tanta elocuencia que nuestra caverna más parecía el salón de un concilio.

Esos días fueron muy importantes y contribuyeron decisivamente para dar formato al lenguaje que usaría para fundamentar el SwáSthya Yôga a estudiosos de otras corrientes. Creo que para mi colega aquella experiencia también fue importante, pues, por el hecho de compartir la misma ascesis, el mismo techo de piedra y el mismo piso duro, se consolidó entre nosotros una férrea amistad de más de treinta años, no obstante ser de modalidades divergentes de Yôga.

Allá por los últimos días de ayuno, bebiendo sólo agua, nuestra sensibilidad ya estaba a flor de piel. Podíamos oír el ruido del crecimiento de los vegetales, el de los insectos rastreros distantes, y percibir con anticipación cuándo iba a soplar el viento o a llover.

En esa fase lográbamos aventurarnos en profundas incursiones en nuestro inconsciente, de donde rescatábamos conceptos remotos. Yo tenía tantos *insights*, que pasaba todo el tiempo tomando notas, en la tentativa de no perder nada. Muchos de ellos pude confirmarlos en la literatura importada disponible aquí mismo en Brasil. Otros, tuve que esperar un poco más y sólo pude confirmarlos a lo largo de muchos años e innumerables viajes a la India.

Cuando nuestra receptividad llegó a ese punto, se hizo bien fácil debatir. Como cada uno de nosotros ya captaba el pensamiento del otro, el ritmo de las discusiones se volvió vertiginoso. Era una esgrima retórica de tan

ágiles reflejos, que un observador no hubiera podido acompañar nuestras inferencias ni el medio por el cual se tornaban lógicas para nosotros. La mejor definición de nuestro proceso mental de aquellos momentos es el proverbio: “A buen entendedor, pocas palabras.”

En ese estado de paranormalidad evidente, un día estábamos meditando cuando de repente surgió, vaya uno a saber de dónde, la visión majestuosa de un monje oriental con la cabeza rapada, todo ornamentado y acompañado de un séquito de novicios. La aparición nos saludó con el prônam mudrá, hizo sentar a los demás y empezamos a meditar todos juntos. Como las paranormalidades no me impresionan, continué tranquilamente con mi práctica interna. Sólo me llamó la atención el hecho de que el personaje vestía un kimono nipón, lo que no tenía nada que ver con nuestro linaje estrictamente hindú.

Los monjes meditaron durante algún tiempo, hicieron mantras y después se levantaron para retirarse. Nos saludaron y comenzaron a salir por la puerta de la caverna. Algo entrometido, fui atrás. Quería saber por qué la visión tenía que salir por la puerta del frente cuando perfectamente hubiera podido desvanecerse.

Menos mal que los seguí. Al llegar afuera pude constatar que no era ninguna visión. Se trataba de Sohaku, mi antiguo instructor de Karate de la década del 60, que había viajado al Japón, donde fue ordenado monje y se formó en medicina oriental. Estaba recién llegado al Brasil y había llevado a un grupo de discípulos para meditar justo en la misma caverna y en la misma ocasión en que estábamos allá. ¡En la oscuridad no lo habíamos reconocido!

Después de festejar el reencuentro, quedó confirmado el criterio que siempre nos guió al lidiar con supuestas paranormalidades: por más que parezca sobrenatural, atribuimos siempre el fenómeno a causas físicas o psicológicas.

### LOS MEDITABUNDOS

En 1974 comencé a viajar con más frecuencia a São Paulo, guiado por mi buena amiga Helena Alonso, que todo lo coordinaba con mucho cariño para que me sintiera bienvenido a esa megalópolis. Solía llevarme a conocer a los instructores de diferentes tipos de Yôga. Por desgracia, la ma-

yor parte de las veces, los que por su profesión deberían haber dado ejemplo de educación y buenas maneras reaccionaban con inmadurez y neurosis.

En una de las incursiones de buena vecindad, fuimos a visitar una escuela de rája yoga. Fui presentado a la “profesora” que, mirándome desdeñosa de arriba abajo, sentenció:

–¿Usted hace yoga física, no, *m’ hijo*?

Un cuerpo joven y bien esculpido denunciaba la innegable disciplina de técnicas físicas bastante eficientes, lo que sin duda, molestaba a la “profesora” gorducha. Aunque no practicase sólo eso, ya que en el SwáSthya Yôga desarrollamos ocho haces de técnicas en cada sesión (y una de ellas es la meditación), me pareció más educado no ser impertinente; al fin de cuentas, yo estaba en la escuela de ella, nadie me había llamado allá y la gentil señora aparentaba tener mucha más edad. Sin embargo, ella no esperó la respuesta y prosiguió:

–¡Pues nosotros, no! No creemos en *asanas*. Sólo hacemos *me-di-ta-ción*! – afirmó, en tono de afectada superioridad.

La conversación siguió su curso con las amenidades espiritualistas de costumbre, hasta que, en un momento dado, la que nos había presentado se acordó de preguntar:

–Fulana, ¿cómo va su reumatismo? – Y la sapiente “maestra” que despreciaba las técnicas corporales y sólo *me-di-ta-ba*, confesó:

–Mal, m’hija. No consigo ni meditar...

#### VIENTO MISTERIOSO ARRASTRA A ALUMNOS DE YÔGA

En 1975 yo estaba dictando un curso en Belo Horizonte y hablaba de las cosas habituales. En un momento dado vi que algunos alumnos se miraban de reojo muy serios. La reacción de ellos fue tan indisimulable que pensé que habría usado algún término que en Minas fuese considerado de bajo calão. Aun así, continué la clase.

Al final, cuando la mayoría se retiraba, algunos alumnos vinieron a hablar conmigo. Si no me falla la memoria, entre ellos estaban el médico Asuero

y el arquitecto Paulo Laender. Con expresión de secreto, me llevaron a un rincón más reservado y uno de ellos me preguntó:

–DeRose, ¿qué viento fue aquel?

–¿Viento? ¿Qué viento?–respondí.

–¡Usted sabe...! En el preciso instante en que mencionó al Maestro Sêvânanda, sopló el viento –dijo él con aire circunspecto.

–¿Y qué? ¿En Minas no hay viento? ¿Por qué la aprehensión?

–¡Usted sabe...!– dijo otro con voz casi susurrada y una sonrisa de complicidad, de quien está compartiendo un misterio. – ¡Todos sabemos que el viento es la señal de la presencia del Maestro Philippe de Lyon!

Era increíble: uno era arquitecto, otro médico y otro ingeniero. Los tres de nivel superior y de excelente cultura general. Sin embargo, no servía de nada que yo negara haber hecho cualquier invocación o sortilegio. Ellos estaban convencidos de que el viento había sido consecuencia de un acto de magia que yo había realizado. Y si hubiera sido así, ¿qué? ¡Así que, la clase siguiente, ya había perdido la mitad de los alumnos, que se habían asustado y no quisieron continuar el curso!

Años después, cuando volví a Belo Horizonte, traté de no mencionar nada que pudiese tener una interpretación mística. Pero se molestaron con otras cosas. Minas es un lugar donde hay que hablar y actuar como pisando huevos.

Finalmente, en mi tercera etapa de cursos en ese Estado, decidí utilizar otra estrategia. Empecé a hacer todo lo que pudiese molestar al minero típico. De esa forma, me saqué de encima a los complicados. El truco funcionó: los susceptibles se apartaron todos y, en lugar de ellos, entró gente descontraída, feliz y sin complicaciones, que se identificaba con mi manera de ser. Hoy, en Minas, cuento con un ejército de gente lúcida, fuerte, leal y realizadora. Valió la pena haber insistido.

### EL DISCÍPULO ES FUEGO

Esta historia fue relatada por Guilherme Wirtz, que residió en el monasterio instalado por Sêvânanda en la ciudad de Resende, en el Estado de Río. Sêvânanda era el seudónimo adoptado por el francés Léo Costet de Mas-

cheville, que entró en el Brasil hablando nuestra lengua, el español, ciertamente.

La disciplina impuesta por el Maestro era férrea. Para vivir en el monasterio Amo-Pax no se permitía comer carne. Los reclusos tenían que trabajar duro, meditar bastante y estudiar una miscelánea de corrientes de Yôga, ocultismo, religión, martinismo, etc. A la noche, el toque para recogerse era bien temprano y todos se iban a la cama.

Había, según las malas lenguas, unos residentes que no eran tan disciplinados. Ni bien el Maestro se dormía, ellos escapaban en la camioneta del ashram para ir a comer chorizo en la ciudad. Después volvían silenciosamente para hacer sus prácticas espirituales y dormir el sueño de los justos.

Consta que un buen día el Maestro se ausentó para dar unas conferencias y, cuando volvió a su chalé, sólo había cenizas. ¡Su casa se había transformado en una humareda con todo lo que tenía adentro, todas sus pertenencias y los manuscritos de sus libros aún sin publicar!

—¿Cómo ocurrió esto? ¿Por qué no apagaron el incendio?— preguntó el desdichado líder espiritual. Cuál no sería su sorpresa cuando escuchó esta justificación:

—Fuimos nosotros los que prendimos fuego a su casa, Maestro. Varios de nosotros soñamos que se estaba quemando. Entonces, entendimos. Era una señal. La morada debía ser purificada por el fuego. ¿El Maestro cree que no hicimos bien en seguir nuestra intuición?

Como no fui testigo, no puedo garantizar que haya ocurrido exactamente de esa forma. Aun así, me pareció que valía la pena contar este caso porque las cosas de este género son relativamente frecuentes en el ambiente de la yoga. Nadie quemó nuestra casa, tal vez porque no somos de la yoga. Sin embargo, nuestros discípulos de otrora nos hicieron pocas, pero buenas...

### UNA DIRECCIÓN BIEN CONOCIDA

Un día estábamos en la Prefectura de la ciudad de Río de Janeiro, cuando una joven a nuestra frente miró hacia atrás y vio la medalla con el ÔM. No se contuvo y dijo, con cara de admiración:

—¡Qué Ôm lindo! ¿Dónde lo consiguieron?

Consideraré que lo más adecuado sería darle mi dirección.

—¡Ah! ¿En lo de DeRose?

Me pareció óptimo, pues la chica no me conocía, pero sabía nuestra dirección de memoria. ¿Cuántas personas más la sabrán? Probablemente mucha gente, lo que no debería impresionar, ¡ya que estamos en el mismo lugar hace más de treinta años!

### EL GURÚ Y LOS GURÍS

Es curioso que, al mismo tiempo que la competencia accionaba toda una campaña de descrédito contra nosotros, por otro lado, para una franja de edad más lúcida nos habíamos convertido en una especie de ídolo de los jóvenes. Entre 1970 y 1980, nuestra entidad se tornó la Meca de la juventud. Fui elegido el “gurú”<sup>58</sup> de moda, sin siquiera ser consultado antes sobre si aceptaba el cetro o no.

Al inicio de los años 70 los jóvenes de entre quince y treinta años no podían considerarse *in* o *dentro*, si no hacían una peregrinación a lo de DeRose, incluso quienes vivían en otras ciudades. Venían jóvenes de Brasilia, Minas y de todo el sudeste, algunas veces aprovechando las vacaciones, otras veces saliendo de su casa en la onda contestataria que llevó a aquella generación a las calles. Era tanta la gente que iba a nuestro Espacio Cultural, que un día recibimos una llamada telefónica muy graciosa.

—¡Aló! ¿Ahí es lo de DeRose?

—Sí. ¿Qué desea?

—Yo quiero saber lo que es DeRose. Todo el mundo vive diciendo “*voy a lo de DeRose*”, y yo quiero saber qué es eso<sup>59</sup>...

---

58 El término *gurú* no significa aquí lo mismo que en la India. Allá, gurú es simplemente *profesor*. En Occidente esa palabra tiene un sentido más de guía espiritual o hasta de un bellaco que se hace pasar por guía espiritual. Nosotros en el SwáSthya Yôga, sólo lo utilizamos con una connotación descontrada y de buen humor, a menos que estemos en la India, donde designa la profesión de quien enseña música, danzas, filosofía o artes marciales.

59 Durante cuarenta años intenté que los alumnos se refirieran a nuestra escuela por su nombre, Uni-Yôga (Unión Nacional de Yôga / Universidad de Yôga) y declararan que practican SwáSthya Yôga. No sirvió de nada. Desde la década de 1960 el público dice que “*va a lo de DeRose*” y hasta que “*practica DeRose*”, o que “*hace DeRose*”. Creo que es porque la gente siempre quiere identificar a un ser humano por detrás de una empresa. Entonces, finalmente, desistí. A partir de 2006 acepté que el sistema sea llamado Método DeRose.

En aquella época, era frecuente que algún joven me abordara en la calle o en la playa y me dijera:

—¿Usted es DeRose, no? ¡Quiero practicar Yôga con usted!

Ellos querían un líder, un mesías, un padre, qué sé yo qué, y me señalaban como uno de los escogidos. Sin advertirlo, me fui dejando envolver por el cariño con que me trataban y cuando me di cuenta ya casi estaba asumiendo el papel. Afortunadamente, paré las antenas a tiempo y les pedí que no se pusieran tristes, pero que no estaba de acuerdo con aquella expectativa de ellos. Gradualmente puse fin a esa “idolatría” juvenil.

Entretanto, muchas cosas buenas ocurrieron. Quien no vivió aquella época, no logra imaginar la atmósfera de paz y amor, de esperanza, libertad y redescubrimiento de sí mismo que sobrevolaba el mundo durante el corto período que fue desde el final de la década del 60 hasta mediados de la del 70. Considero que fuimos privilegiados por haber vivido durante aquel período tan fuertemente marcado por la alegría, el brillo y la felicidad desbordantes.

### YÔGA Y DROGAS

Desde la época del llamado *psicodelismo* hasta los días de hoy, una y otra vez nos han consultado sobre la posición del Yôga con respecto a las drogas. La respuesta que damos actualmente es la misma de aquella época: el Yôga no combina con el uso de drogas.

Primero, no las necesita para aumentar la sensibilidad o ampliar las percepciones. Las experiencias del Yôga son reales, mientras que las producidas por las drogas son alucinaciones.

Segundo, las drogas ya son peligrosas sin Yôga. Sumadas a él, sus efectos se exacerban y no hay seguridad de nada. La cabeza funciona a mil y después se produce un cortocircuito.

Tercero, el Yôga trabaja limpiando las nádís —meridianos energéticos— y todo el organismo. Las drogas ensucian todo, intoxican, dejan residuos.

Cuarto, el Yôga desaconseja cualquier cosa que cree dependencia.

Todos los practicantes de Yôga que conocemos y que se atrevieron a usar drogas, fueron a parar a un tratamiento psiquiátrico.

Sabiendo todo eso, nunca usamos ni permitimos a nuestros alumnos usar ningún tipo de droga. A causa de esa postura nuestra, varias veces tuvimos que enfrentar desafíos y reclamos de mucha gente:

– Si nunca tomó drogas, ¿cómo sabe que no son buenas?

– No es preciso ser muy inteligente para saber que no sirven. Pero eso no es relevante. Aun si fueran buenas no las usaría, ya que me tomo en serio nuestra filosofía y el Yôga no admite el uso de drogas.

– Eso es radicalismo.

– Entonces, somos radicales.

– Pero la marihuana es natural.

– La cicuta también es natural. ¿Usted la tomaría?

– ¿Qué es cicuta...?

No creemos en la recuperación del uso de drogas por la práctica de Yôga. Sería un riesgo muy grande que una persona involucrada con ese tipo de consumo se relacionara con nuestros alumnos. Siempre que sabemos de alguien cuya presencia puede representar problemas, le pedimos que se aparte, no solamente de nuestra institución sino del propio Yôga.

Cuando ese posicionamiento nuestro se hizo conocido, los defensores de cualquier tipo de droga empezaron a evitarnos y se apartaron definitivamente.

Esa es la apelación que hacemos a usted, caro lector, si el sombrero le cabe.

### RETOMANDO EL TEMA

En 1978, nuevamente, se reunieron tres personas para debatir conmigo. Eran la Profesora Cyrenia, el Dr. Rui Marcucci y otra profesora de yoga, de la asociación internacional. Esta, lo primero que hizo fue encender un cigarro en la extremidad de una boquilla risible. Pero yo me contuve.

El motivo de la reunión era discutir mi actuación en el territorio de São Paulo, que ellos consideraban propio. Cuando se dieron cuenta de que no iban a poder intimidarme con sus amenazas disimuladas en palabras cordiales, la de la boquilla perdió la pose y empezó a agredirme con una su-

cesión de insultos tan descontrolada, que los otros dos debatidores, sus aliados, llegaron a sentirse incómodos. Rui le pidió un poco de moderación; “al fin y al cabo, no estamos aquí para pelear”, dijo.

Pero ella no escuchaba a nadie. Sólo hablaba. Es más, berreaba. Estaba histérica. Con la boquilla en ristre, agitaba amenazadoramente la punta del cigarro encendido a pocos centímetros de mi rostro como si fuera una bayoneta. ¡Y se largó a insultar!

Escena digna de Fellini, portento del anecdotario de nuestro *métier*: ¡una *enseñante* de yoga, fumando, nerviosa, agrediendo a un instructor de Yôga con insultos y con su cigarro encendido!

Juro que intenté seguir conteniéndome, pero no resistí. Cuando me di cuenta, ya había dicho:

—Usted debería irse a vivir a la India. Allá ustedes son sagradas.

Ninguno de ellos entendió la metáfora. Yo me sigo riendo hasta hoy.

### **¡PERO CUÁNTA COINCIDENCIA!**

En 1987 fuimos invitados por la Lacta para filmar un comercial del bombón *Sonho de Valsa* para la televisión. Pensé: va a ser una óptima oportunidad para suavizar un poco el fanatismo de los que adoptan una actitud radicalizada, que transforma la vida de los demás practicantes de Yôga en un infierno, sembrando una paranoia contra todo —el azúcar, la sal, las harinas refinadas y hasta las frutas y verduras, a causa de los agrotóxicos—, estropeando el placer de vivir y creando estrés, ansiedad y pánico entre las personas interesadas en cultivar una mejor calidad de vida.

Ciertamente es preciso ser consciente de que algunos productos son más saludables que otros, para usar esa información a la hora de seleccionar los propios placeres, pero sin dejarse envolver por aquel clima alarmista y represor de los adeptos de verdaderas sectas alimentarias. Al fin y al cabo, un poco de chocolate hace menos mal que el deseo de comerlo, reprimido.

Hacer ese comercial sería una forma de mostrar a nuestros practicantes de todo el país que no somos fanáticos y que, por el hecho de que una persona practique Yôga, no tiene prohibido comer lo que quiera. Como el guión del comercial era bastante alegre, tenía la ventaja adicional de transmi-

tir una imagen de nosotros gustosamente descontractaída, lo que tiene mucho más que ver con nosotros que la falsa imagen de que los yôgins son personas circunspectas, pasivas o alienadas. Y, de paso, también divulgaría el Yôga. Entonces, aceptamos.

En medio de la filmación, el director vino a conversar con nosotros:

—¿Usted no es DeRose?

—Sí.

—¿Sabe que fui su enemigo durante muchos años, sin ningún motivo?

—¿Cómo es eso?

—Yo era alumno del profesor Fulano, allá en Río. Él contaba tantas cosas horribles acerca de usted que todos nosotros preferíamos ver el diablo a ver a DeRose. Le confieso que hasta llegué a difundir la fama que él había tramado para usted. Todos hacíamos eso. Después descubrí que era todo intriga y hasta acabé ayudándolo, sin querer.

—¿Cómo fue que descubrió que era intriga?

—Primeramente, fui el traductor del libro *El Yôga*, de Tara Michaël, publicado por Zahar Editores. Aprendí mucho con aquella obra. Después fui a la India y, allá, hice un curso de formación de instructor de Yôga. Todo eso me aclaró bastante la mente. Cuando volví al Brasil, llegué a cuestionar a mi antiguo profesor sobre la incoherencia ética de lo que él estaba haciendo con usted.

—¿Y cómo fue que acabó ayudándome?

—Es que mi profesor estaba afiliado a un organismo internacional de Yôga, con sede en la India. Cuando estuve allá, yo también me afilié. Un día recibí una carta de mi Maestro indio, que era el presidente de la entidad, preguntándome cómo era el ambiente de Yôga en el Brasil. Entonces le relaté una serie de cosas y, en medio de eso, le conté sobre las calumnias y persecuciones a que lo sometían a usted y dije que no me parecía justo.

Creo que ellos consultaron a alguien más que confirmó todo. Como consecuencia, ¡mi profesor fue expulsado de la entidad! Pero entienda que yo no tuve esa intención. Sólo fui honesto y no mentí al responder al pedido de mi Maestro de la India. No imaginaba que él iba a tomar una actitud

tan drástica, sólo quería que se terminara aquel clima de maledicencias en el ambiente de la yoga.

—¿Y entonces? ¿Cómo reaccionó su profesor?

—Me envió un recado a través de otro profesor: me mandó decir que quería darme una trompada y que no apareciese nunca más. Todo eso me fue desilusionando tanto que abandoné la yoga, me mudé a São Paulo y hoy soy director de filmes publicitarios.

¡Y después, dicen que *la yoga* equilibra! Tal vez a los alumnos, porque a los instructores, no sé.

### CHISMES

Vamos a ver si consigo parodiar a la chusma que gusta de hacer intrigas. Para eso, voy a pedir licencia para utilizarlos a ellos mismos como protagonistas. Como es apenas una sátira y no hay intención real de hacer correr chismes, no mencionaré los nombres de los personajes. Si alguien lo toma en forma personal y se ofende, probablemente habrá estado envuelto directa o indirectamente con los acontecimientos.

Había un profesor en Río de Janeiro que era muy espiritualista. Pero mucho, realmente. Hasta tenía un nombre místico y era miembro de varias entidades espiritualistas. Fue fundador de una asociación brasileña de profesores de yoga y ocupaba un cargo de dirección en una supuesta federación de yoga.

Estaba casado hacía unos cuarenta años con una señora que lo acompañaba siempre. Hasta que un día apareció una chica de diecisiete añitos, super bonita y muy sensual. Los dos comenzaron a ser vistos juntos cada vez con más frecuencia. Después ella comenzó a dar clases de yoga en la academia de él. Finalmente, fue a vivir con la pareja.

Era un triángulo perfecto. Siempre que alguien insinuaba alguna cosa, él respondía, lleno de pureza espiritual:

—Esa chica, para mí, es como una hija.

Hasta que un día embarazó a la “hija”. No teniendo cómo esconder el hecho, fue obligado a asumirlo. De la mujer de él, ya bastante mayor,

nunca más se tuvo noticia. Hay quien dice que los dos la internaron en un asilo para viejos.

Lo curioso fue el tácito pacto de silencio entre los instructores de yoga espiritualistas. A pesar de que lo ocurrido era escandaloso, no hubo escándalo alguno. Ni un mínimo comentario. Era como se no hubiese acontecido...

La chica era realmente una diablita. Antes de relacionarse con aquel anciano profesor, era la protegida de otro profesional del área, también entrado en años. Había llegado a posar para las fotos del libro que él había publicado.

Cierta vez, los dos profesores fueron a trabajar juntos en la academia que el segundo acababa de abrir en el centro de la ciudad. Fue donde a muchachita conoció al *Otro*. Los dos señores se apreciaban mucho, se elogiaban mutuamente y llegaron a prefaciarse juntos la traducción de un libro de *Yôga* publicado en el Brasil. Un día, el dueño de la academia, con celos de la jovencita, expulsó al *Otro*.

—Él me traicionó— acusaba — y encima, al retirarse de mi academia me robó el archivo con las fichas de todos los alumnos.

Si era verdad o no que había sido traicionado, no se sabe. Lo que se sabe es que la muchachita siguió con el *Otro*. Fue a dar clases en la academia que este fundó en seguida, en Copacabana, aprovechando el fichero robado. Después, para completar el servicio, tuvo un hijo con él. En el buen sentido, claro.

El primero, tal vez debido al escándalo —que obviamente fue tapado— se separó de la esposa y después se casó de nuevo, con una mujer que era una peste. Castigo de Dios. Es que años antes él había estado hablando mal de Caio Miranda por haberse separado (!) y, con ese pretexto, había movido una impudosa campaña de difamación contra el viejo Maestro entre las señoras puritanas que constituían la clientela cautiva de la yoga, las cuales, *incontinenti*, ayudaron con sus telégrafos sin hilos.

El karma anda realmente a caballo: puede demorar, ¡pero llega!

Guardada en lugar seguro y con copias en varios lugares para evitar robos como el del archivo citado en uno de los relatos anteriores, tenemos una cantidad inimaginable de casos que involucran a profesores de yoga espiritualistas, que tienen una moral por encima de cualquier sospecha. Ese acervo es nuestra póliza de seguro.

Por experiencias anteriores, nuestros abogados tienen copias y la orden de publicar todo en caso de que suframos algún accidente fatal. Esperamos vivir lo bastante para que las diversas facciones se pongan de acuerdo y podamos destruir nuestro archivo negro. Sería un peso menos sobre las espaldas de todos nosotros, ¿no?

*(En este punto cae el telón, se escucha una risotada mordaz y, luego, un ruido de golpes por detrás de los bastidores. Los espectadores se retiran, las luces se apagan y entra el personal de limpieza, que arreglará todo para el próximo espectáculo.)*





## 1978 – EL PRIMER PROYECTO DE LEY PARA LA REGLAMENTACIÓN DE LA PROFESIÓN

*Problemas y obstáculos son parte integrante de  
nuestra existencia, y la vida es el arte de vencerlos.*  
DeRose

¿Conoce una aventura de Asterix en la que él tiene que ir a una repartición pública y someterse al desinterés de los funcionarios? Lo hacen esperar en una fila sólo para decirle que no es ahí; lo envían a otro sector, en el cual lo dejan esperando y después, para poder brindarle cualquier información, le exigen un sello y lo hacen seguir adelante; en el mostrador siguiente, para darle el sello le piden una firma que, para obtenerla, lo obligaría a retornar al principio y volver a esperar en la misma fila donde ya había estado. Después de mucha exasperación, nuestro héroe galo apela a la poción mágica, zurra a todo el mundo y se va, desahogado.

Pues es exactamente eso lo que acontece cuando un profesor de Yôga decide legalizarse. Lamentablemente, no disponemos de poción mágica y no somos adeptos a zurrar a la gente. ¡Pero que da ganas, da!

Voy a contarle lo que me ocurrió a mí, al inicio de mi carrera, hace más de cuarenta años, pues el relato sigue siendo actual. Los profesores hoy enfrentan el mismo calvario cuando resuelven salir de la clandestinidad, pagar sus impuestos y merecer el amparo de la ley.

En la década del sesenta, consulté a varios abogados y contadores para estar muy bien asesorado antes de dar el primer paso. Algunos de mis consultores eran personas amigas, parientes y alumnos, que tenían todo el interés en orientarme correctamente. ¡Ocurre que nadie sabe cómo! Y todo es *creísmo*: “yo creo esto”, “yo creo aquello”...

En resumen, me aconsejaron que comenzara por la Administración Regional de mi barrio. Allí me informaron que esa orientación estaba equivocada. Debería ir primeramente a Réditos Federales a obtener un número de CNPJ, sin el cual ellos no podrían siquiera aceptar mi pedido.

En Réditos Federales me desilusionaron otra vez. El CNPJ sería sólo para personas jurídicas y el profesor es una persona física. A menos que quisiese montar una firma individual. Pero en ese caso tampoco podía, tenía que tener antes el registro en el IS. Después de mucha conversación, consultando a uno y a otro, conseguí una pista: siendo profesor, el asunto era de jurisdicción del Ministerio de Educación.

Fui al Ministerio y pasé por las mismas secciones y departamentos que Asterix había recorrido hace dos mil años. Eran incluso los mismos funcionarios momificados, que habían muerto y nadie les había avisado. Pasé una semana siendo enviado de una sala para la otra, de un piso para el otro y de un edificio para el otro. Como soy bastante obstinado, no me despegué del lugar: estuve de lunes a viernes yendo y viniendo, y retornando al mismo modelo de eficiencia que ya me había atendido antes, una, dos, tres veces.

Pasada una semana de turismo educativo, quedó bien claro que allí dentro nadie tenía la más mínima idea ni de lo que era el Yôga ni, mucho menos, de qué hacer con ese molesto que había resuelto legalizarse. Para librarse de mí, me dijeron que Yôga se entendía como terapia corporal, y por lo tanto debía dirigirme al Ministerio de Salud.

Pero en ése, la perplejidad estampada en los rostros de los empleados que me atendían tendría que haber sido retratada para la posteridad. Sabían menos todavía y eran mucho más eximios en ping-pong. Después de algunos días de molestarlos, dieron su *veredictum*:

—¿No es una profesión? Entonces, es en el Ministerio de Trabajo.

Y el *via crucis* continuó sin ninguna señal de luz al final del túnel. Me mandaron de vuelta para el Ministerio de Educación y yo les dije que ya había pasado una semana allí dentro, que definitivamente no era ahí. Me mandaron por lo tanto al Ministerio de Salud. Les conté mis incursiones

en ese competente órgano de servicio a la población. Entonces fueron bien francos:

–Y bueno, m’hijo. ¿Para qué esas ganas de pagar *impueshtos*? Siga con lo suyo. Nadie paga, realmente. Cuando llegue un *fishcal*, va a descubrir quién es el que *fishcaliza* su área.

Y así fue. Siguiendo la voz de la experiencia, puse en práctica aquel procedimiento tan simple. No hubo otra alternativa. En poco tiempo fui visitado por un fiscal de la Secretaría de Educación del Estado, que me aplicó una bella multa. Por lo menos ya sabía a quién dirigirme. Lástima que eso sólo sirvió para el extinto Estado de Guanabara, que constituía un caso excepcional. En los otros Estados es diferente.

De esa forma, me legalicé como profesor. Pasados algunos meses, otro fiscal, ahora de la Prefectura, me aplicó una nueva multa mucho mayor, de aquellas que hacen que uno se siente a llorar, pues no hay cómo pagarla. Sin embargo, la propia Prefectura no sabía cómo tenía que hacer para regularizarme. Tendría que registrar mi establecimiento como una iglesia, decían, “pues iôga es religión” (*sic*), pero en ese caso, ¿no sabían a qué sindicato tenía que aportar! Y sin pagar sindicato, no había nada que hacer. Una experiencia kafkiana.

Para mí esa aventura acabó siendo buena, pues aprendí todos los trucos en sus más mínimos detalles y hoy sé cómo hacer para ayudar a mis discípulos y acreditados, a fin de que se registren y legalicen con un mínimo de trabajo, costo irrisorio, exención casi total de impuestos y blindaje a prueba de fiscales.

No obstante, si nuestra profesión estuviera reglamentada, ese problema se simplificaría y nadie confundiría nuestro trabajo con religión ni lo asociaría a la educación física o a la terapia.

Así, con la ayuda de una instructora que enseñaba en Brasilia, lanzamos el primer proyecto de ley para la reglamentación de la profesión de profesor de Yôga.

Ése era un gran sueño de todos los que trabajaban con Yôga: tener su profesión reglamentada. Nosotros lo estábamos haciendo realidad y, además, compartiéndolo con los demás, pues no sería posible –aunque quisiéramos– reglamentar la profesión sólo para nosotros.

Habíamos enviado a todos una copia del proyecto de ley para que lo leyesen y conociesen. Pero no contaba con el coronelismo, fenómeno de manipulación política muy arraigado en nuestra tierra, especialmente en las regiones más pobres e incultas. Según esa costumbre de manejo de la opinión, los comandados no deben razonar ni tomar sus propias decisiones. Deben, eso sí, acatar las interpretaciones del coronel y votar a quien él mande.

¡Los profesores tenían el proyecto en las manos y no lo leían! Decían que no estaban familiarizados con el lenguaje complicado y preferían escucharlo interpretado por los manipuladores. Pero, ¿cuál lenguaje complicado? Sólo si fuesen semi-analfabetos. El proyecto estaba redactado en lenguaje vernáculo simple. Para que usted lo confirme, reproduzco más adelante el texto original.

El hecho es que los líderes de los profesores de *yoga* votaron contra el proyecto de ley que iba a realizar un gran sueño de la clase. Para disfrazar la cuestión y que no fuera muy flagrante que estaban perjudicando a toda una categoría profesional por meras cuestiones de ego, nuestros opositores presentaron un sustituto. Pero era tan ridículo que ellos mismos lo retiraron y presentaron otro. Sucedió que ese otro beneficiaba apenas a un grupúsculo, pues contenía la exigencia absurda de que la persona hubiese ido a la India para poder enseñar Yôga en el Brasil. Ese proyecto, entonces, generó conflicto y no llegó siquiera a ser formalizado.

Después de innumerables tentativas, peleas, escisiones, intrigas, desatinos, palabrotas y bofetadas, los espiritualizados colegas llegaron a un consenso: todos aprobaron un nuevo proyecto que les parecía realmente bueno y que, decían ellos, atendía plenamente las expectativas y necesidades de la clase.

¡Cuánto cinismo! Era el mismo primer proyecto, el original presentado por nosotros, sólo que:

- a) redujeron la remuneración del profesor a un salario mínimo, cuatro veces menor que el que habíamos sugerido (art. 4º);
- b) castraron la autoridad de las Entidades de Clase, impidiendo así que los profesores contasen con el auxilio que éstas prestan, y en su lugar subordinaban a los profesores directamente al Ministerio de E-

ducación, al cual le importa poco el Yôga y constituye una amenaza con sus engranajes deshumanizados y una burocracia hipertrofiada;

- c) eliminaron la *Y* de la palabra Yôga;
- d) suprimieron el nombre de la Unión Nacional de Yôga, la única entidad capaz de una representación significativa de nuestra clase profesional; actualmente, la Uni-Yôga es la fundadora y mantenedora de diez Federaciones Estatales, una Confederación Nacional, dos Universidades de Yôga y decenas de Asociaciones Profesionales, además de haber sido la cuna del Consejo Federal de Yôga y del Sindicato Nacional de los Profesionales de Yôga;
- e) y, claro, cambiaron el número y la fecha del proyecto y sustituyeron el nombre del Diputado Eloy Lenzi por el del Diputado Clemir Ramos, como quien presenta el proyecto. Así, quisieron hacer creer que no era más el “proyecto de DeRose”.

Para que el lector pueda constatar la veracidad de todas estas afirmaciones, reproducimos aquí el texto original y, junto a él, el “nuevo”.

Por esa ocasión, se instalaron varias comisiones para combatir el proyecto de ley de reglamentación.

En Río de Janeiro, fue nombrado como presidente de la comisión el Prof. Rezende, que en esa época tenía una academia en Copacabana. Él siempre fue una persona muy fina y educada, tanto que conseguimos mantener una relación cordial aun en medio de todas esas tempestades. En nombre de esa buena relación, se sintió en el deber de visitarme para comunicarme su nombramiento. En esa oportunidad le confesé:

–Lo respeto por el hecho de que usted es un adversario caballero y eso me lisonjea.

Él fue caballero hasta en la respuesta:

–DeRose, no me considero su adversario.

–Reconozca que usted está aliado a los que luchan contra nosotros.

–Son las circunstancias las que me colocan de un lado de la cerca y a usted del otro. Pero somos amigos, ¿no? – ¡Sin duda!

Poco después del encuentro con el representante de la oposición en Río, recibí otra visita en São Paulo. En esta ocasión era el Dr. Marback d'Algeira, con un mensaje inequívoco.

–Vine aquí para informarle el motivo por el cual estamos contra su proyecto de ley. Usted es muy joven y los jóvenes no están aptos para tomar decisiones por los otros.

Ahora, los demás tuvieron tantos años para hacer algo y no lo hicieron, si nuestro proyecto era razonablemente aceptable **en la época**, y no había sustituto mejor, ¿por qué boicotarlo en lugar de sentarnos para discutir el asunto civilizadamente? Podríamos incluso perfeccionarlo, eliminando sus fallas e insertando dispositivos más importantes, gracias a las contribución de todos. ¿Sólo por una cuestión de edad estaríamos impedidos de debatir? Al fin y al cabo, yo ya tenía más de treinta años de edad, no era una niño. Eso me parecía sólo una cuestión de ego. Después descubrí que había algo más: era lucha por el poder y por el prestigio.

Aquel año se realizó una convención en el instituto que lideraba la oposición en São Paulo. Vinieron profesores de todo el Brasil, sólo para decidir qué hacer conmigo. Una solución conciliatoria hubiera sido viable si simplemente me hubieran invitado a debatir. Sin embargo, prefirieron –como siempre– la política de la exclusión. Aquel que era el tema de la discusión, no fue invitado. Sin embargo, como ellos no pierden las esperanzas de catequizar a los instructores menos leales de la Uni-Yôga, invitaron a algunos de los nuestros. Estos nos consultaron para saber si debían ir o no. Como creemos en la libertad por encima de todo, les dijimos que hicieran lo que les pareciera mejor.

Actuamos así durante más de veinte años de magisterio, pues siempre reprobamos aquellas actitudes separatistas y de celos. Hoy entendemos que nuestro procedimiento era muy idealista e irreal. Seguimos sin aceptar ni aplicar actitudes celosas, pero aprendimos a reconocer que la actitud de separarse es un hecho que se debe aceptar y hasta respetar, pues se trata simplemente de un fenómeno natural que reúne a los individuos afines en grupos distintos para que cada uno ayude al otro en la defensa de sus intereses.

Como es virtualmente imposible que todos tengan las mismas necesidades básicas o las mismas aspiraciones, la evolución se procesa, en gran parte,

gracias a la energía de las fricciones entre los grupos. Si un día eso llega a conseguirse en un clima de educación y cortesía, en ese momento estaremos dando un gran paso en dirección a la conquista de la civilidad.

Por eso, actualmente, si un discípulo participa sin nuestro consentimiento de algún evento promovido por otro Maestro, preferimos reaccionar como aquel swámi de la India que invitó a los alumnos a retirarse de su monasterio y definirse por el otro ashram, a cuyo sat sanga habían asistido. Las viajes a la India realmente nos enseñan muchas cosas...

Bien, pero estamos hablando de aquellos tiempos en los cuales no veíamos inconveniente en que los seguidores de una línea se mezclaran con los de otra. Dijimos a nuestros discípulos que decidieran por sí mismos. Era mejor que hubiésemos sido más categóricos y recomendado no aceptar la invitación. En la reunión, fueron mirados con desconfianza, discriminados y maltratados por un buen número de miembros del otro clan. Además de ser agredidos por medio de palabras y actitudes, los dejaron a un lado y no pudieron comunicarse con los demás.

Según nos fue relatado por quien estuvo en la asamblea, el profesor Coutinho, de Brasilia, advirtiendo aquel malestar, habría ido al frente y, con una supuesta buena intención, realizado una apelación claramente tendenciosa:

—Hermanos míos, estoy observando que se han formado bolsones de profesores que se separan justamente por la pronunciación de la palabra *yóga*, que significa *unión*! Yo sé y todos sabemos que la pronunciación correcta es *Yôga*, con *ô* cerrada. Pero digamos todos *yóga*, con *ó* abierta, para evitar la desunión.

Ahora, ¡es muy fácil simular condescendencia cuando instamos al otro a renunciar a sus convicciones y a adoptar las nuestras! Como no podía dejar de ocurrir, habló uno de los nuestros:

—¿Quiere decir que usted reconoce que nosotros hablamos en la forma correcta y nos está pidiendo que pronunciemos mal? ¿Y, encima, tiene el coraje de declarar eso en público, delante de todos estos profesores aquí presentes?

Después de eso, muchos de los que presenciaron la escena empezaron a pronunciar *Yôga* con *ô* cerrada...

Pero el punto alto de la reunión fue el momento en que, sin la menor ceremonia, los opositores declararon públicamente que pretendían impedir que el Profesor DeRose enseñara Yôga y que iban a hacer lo posible y lo imposible para mandarlo a la cárcel. Esa promesa es antigua. Desde que el coronel afirmó eso por primera vez, a mucha gente le gustó y lo siguió repitiendo. Por más que lo intentaran, hasta el presente momento no habían conseguido hallar ni un mínimo desliz en el cual pudiesen basarse para la realización de su intento. No tuve en la vida ningún proceso en mi contra. Para que no queden dudas, sugiero a los interesados solicitar un atestado de antecedentes de mi vida y de la de los demás en el *forum* de cualquier ciudad<sup>60</sup>.

La semana siguiente tuvimos un curso en nuestra sede de São Paulo. Los instructores que habían estado en aquella asamblea de los detractores y habían sido testigos de todo aquello, habían convocado a una reunión urgente. Estaban realmente preocupados y, al mismo tiempo, indignados. Cuando entré, ya estaban inflamados y de inmediato me pidieron:

–DeRose, explique a estos compañeros nuestros la gravedad de la situación, porque no están queriendo creer lo que les contamos.

–¿Qué está pasando?– pregunté. – Si ustedes no se mantienen unidos, es mejor que olviden esa idea de Unión Nacional de Yôga y se vayan todos para casa. ¿No se dan cuenta de que el axioma militar *dividir para vencer* es válido en cualquier tipo de batalla? Eso es el que el coronel quiere: él quiere dividirlos. No se dividan. O bien no cuenten conmigo, pues no voy a luchar al lado de perdedores. Si estos colegas suyos están relatando lo que presenciaron, ¿por qué polemizar con ellos? Son sus compañeros y merecen toda su confianza y apoyo.

–DeRose, nosotros haríamos cualquier cosa para defenderlo. Pero eso que nos relataron... ¡No! Ellos no harían una cosa de esas.

Ese tipo de ingenuidad es más destructivo que las campañas movidas contra nosotros. Europa reaccionó justamente de esa forma cuando Hitler

---

60 Esta afirmación es válida solamente hasta el momento en que estoy escribiendo estas líneas, en el año 2004, pues, como hago aquí varias denuncias y doy nombres a los bueyes y *zoosimilares*, ciertamente corro el riesgo de que alguien quiera intentar promover una contienda judicial en mi contra. Espero ardientemente que eso ocurra, pues estoy muy bien amparado y documentado, y el proceso se volcaría contra quien iniciara la acción.

anunció al mundo lo que pretendía hacer, diez años antes de perpetrar sus actos. Sin embargo, aquellos que podrían haberlos impedido dijeron, incrédulos: “Adolf no haría una cosa de esas.” ¡Y él lo hizo!

**PROYECTO PROPUESTO POR EL MAESTRO DeROSE**  
**CÁMARA DE DIPUTADOS**  
**PROYECTO DE LEY N<sup>o</sup> 5.160, DE 1978**

**Regula la profesión de profesor de Yoga y da otras disposiciones.**

(A las Comisiones de Constitución y Justicia y de Educación y Cultura.)

El Congreso Nacional decreta:

Art. 1<sup>o</sup> - El ejercicio de la profesión de Profesor de Yoga es privativo de quien posee un certificado de habilitación obtenido en un curso profesional específico, oficial o reconocido.

Art. 2<sup>o</sup> - A los que ejercen la profesión de Profesor de Yoga a la fecha de publicación de esta ley se les permite regularizar su respectiva situación, siempre que lo requieran a las respectivas entidades de clase, en el plazo de un año.

Art. 3<sup>o</sup> - El Profesor de Yoga habilitado en la forma de la ley podrá mantener institutos a su propio nombre, practicando en ellos las actividades inherentes a la profesión de conformidad con la especificación a ser implementada por el reglamento de esta ley.

Art. 4<sup>o</sup> - Al Profesor de Yoga, cuando ejerce la profesión mediante relación de empleo, se le asegura el derecho a una remuneración mínima, equivalente a 4 (cuatro) salarios mínimos, por una jornada de 4 (cuatro) horas.

Art. 5<sup>o</sup> - En los lugares donde no exista curso de formación de Profesor de Yoga, las entidades de clase podrán mantener cursos prácticos destinados a preparar profesionales de la categoría, los cuales, sin embargo, solamente podrán obtener habilitación para regular el ejercicio de la actividad si son aprobados en exámenes realizados bajo la supervisión de institutos acreditados a la **Unión Nacional de Yoga** y la Secretaría de Educación y Cultura de cada Estado, en la forma establecida en el reglamento.

Art. 6<sup>o</sup> - El Poder Ejecutivo reglamentará esta ley en el plazo de 60 (sesenta) días.

Art. 7<sup>o</sup> - Esta ley entrará en vigor en la fecha de su publicación.

Art. 8<sup>o</sup> - Se revocan las disposiciones en contrario.

---

Ahora, veinte años después, considero el texto de este proyecto de ley desactualizado y obsoleto. El país cambió, las personas se emanciparon, el Yôga evolucionó y nuestro curso de formación profesional ha sido introducido en las Universidades Federales hace dos décadas. Para conocer el texto del Proyecto de Ley actual, lea nuestro libro **La Reglamentación de los Profesionales de Yôga**.

**PROYECTO SUSTITUTIVO “ELABORADO” POR LA OPOSICIÓN**  
**CÁMARA DE DIPUTADOS**  
**PROYECTO DE LEY N<sup>o</sup> 3.828, DE 1984**

**Regula la profesión de profesor de Ioga y da otras disposiciones.**

(A las Comisiones de Constitución y Justicia, de Educación y Cultura y de Finanzas.)

El Congreso Nacional decreta:

Art. 1<sup>o</sup> - El ejercicio de la profesión de Profesor de Ioga es privativo de quien posee un certificado de habilitación obtenido en un curso profesional específico, oficial o reconocido.

Art. 2<sup>o</sup> - A los que ejercen la profesión de Profesor de Ioga a la fecha de publicación de esta ley se les permite regularizar su respectiva situación, siempre que lo requieran al Ministerio de Educación y Cultura, en el plazo de un año.

Art. 3<sup>o</sup> - El Profesor de Ioga habilitado en la forma de la ley podrá mantener institutos a su propio nombre, practicando en ellos las actividades inherentes a la profesión de conformidad con la especificación a ser implementada por el reglamento de esta ley.

Art. 4<sup>o</sup> - Al Profesor de Ioga, cuando ejerce la profesión mediante relación de empleo, se le asegura el derecho a una remuneración mínima, equivalente a 1 (un) salario mínimo, por una jornada de 4 (cuatro) horas.

Art. 5<sup>o</sup> - En los lugares donde no exista curso de formación de Profesor de Ioga, las entidades de clase podrán mantener cursos prácticos destinados a preparar profesionales de la categoría, los cuales, sin embargo, solamente podrán obtener habilitación para regular el ejercicio de la actividad si son aprobados en exámenes realizados bajo la supervisión de institutos acreditados al Ministerio de Educación y Cultura y a la Secretaría de Educación y Cultura de cada Estado, en la forma establecida en el reglamento.

Art. 6<sup>o</sup> - El Poder Ejecutivo reglamentará esta ley en el plazo de 60 (sesenta) días.

Art. 7<sup>o</sup> - Esta ley entrará en vigor en la fecha de su publicación.

Art. 8<sup>o</sup> - Se revocan las disposiciones en contrario.

Como el lector puede constatar, las diferencias entre los dos proyectos son:

- 1) La eliminación de la *y* en la grafía de la palabra *Ioga*.
- 2) La anulación de la autonomía de las Entidades de Clase y de las consecuentes facilidades que estas podrían proporcionar a los Profesores, propuesta que fue sustituida por la obligatoriedad de una subordinación directa al Ministerio de Educación, que da poca importancia al Yôga y tiraniza a todo el mundo con su burocracia inhumana.
- 3) La reducción de la remuneración del Profesor, de cuatro salarios mínimos ¡a uno!
- 4) La supresión del nombre de la Unión Nacional de Yôga, la única entidad capaz de una representación significativa de nuestra clase profesional. Hoy, la Unión Nacional de Yôga es la fundadora y sostenedora de diez Federaciones Estatales, de la Confederación Nacional y de decenas de Asociaciones Profesionales.





## LA HISTORIA SON SÓLO HISTORIAS: ¡NO CREA EN ELLA!

*Es difícil obtener el triunfo de la verdad.*  
Pasteur

Los historiadores lo saben bien: no es casual que *historia* y *estória* (*history & story*) tengan el mismo origen semántico. En inglés es etimológicamente muy significativo que la palabra *history* esté compuesta de *his+story* (su historia, su versión).

En el fondo, todo es mitología. Si le preguntan: “¿cuál es el color del caballo blanco de Napoleón?”, no responda que era gris y que *blanco* era su nombre. En realidad era blanco y su nombre era *Le Vizir*. Si escucha afirmar que Iván *el Terrible* era terrible, dude. Alejandro *Magno* era pequeño. Rasputin era mucho más santo que demonio. Y, al final, las pieles rojas no eran unos salvajes desalmados como se quiso hacer creer durante siglos.

La historia siempre fue distorsionada por quien la escribió. ¿Cuál habrá sido la verdadera historia de la revolución rusa o de la revolución francesa? ¿Los comunistas se comían a los niños? ¿Los químicos de la edad media eran realmente brujos emisarios del diablo? ¿Juana de Arco era lo que decían los ingleses (una bruja francesa), lo que decían los franceses (una santa) o lo que diría Freud (una psicótica obsesiva con alucinaciones)? No plantea diferencia: hubiera sido quemada de cualquier manera.

En misma hoguera son quemados el nombre, la reputación y la paz de espíritu de todos aquellos que osan ser más lúcidos que la masa ignara o, simplemente, diferentes. El propio Freud fue impiadosamente perseguido y difamado mientras vivió. Después de muerto, fue venerado como un genio. Años después, otra vez, atacado e injuriado. Aparentemente, ese proceso cíclico se va a seguir repitiendo.

Galileo fue encerrado por decir la verdad y liberado por admitir la mentira. Giordano Bruno, Miguel Servet y otros tantos, no se callaron: fueron torturados y quemados vivos en la plaza pública. El psicoanalista Wilhelm Reich salió de la Alemania nazi y fue al país de la libertad: allí fue preso por sus ideas libertarias y murió en la prisión.

¡Cuántos pasaron a la Historia como locos y eran iluminados; cuántos pasaron como iluminados y eran locos!

A esta altura ya creo que *honesto* es el adjetivo que se aplica a todo aquel que no fue desenmascarado. Y, en contrapartida, *deshonesto* es el que no consiguió probar su inocencia, aunque verdadera. ¡Ah! Cuánta gente honesta conocemos, ¿no?

Es curioso que aunque la ley diga que todos son inocentes hasta que se pruebe lo contrario, el pueblo hace lo inverso. En lugar de exigir las pruebas al que acusa, ¡las exige al acusado! Entonces, para el populacho él pasa a ser culpable hasta que se pruebe su inocencia...

Hoy, cuando estalla algún escándalo que involucra a personalidades públicas en sus supuestos enredos amorosos “probados”, corrupciones “documentadas” y otras pillerías “testimoniadas”, pensamos qué posible es que sólo hayan sido víctimas de complot para desmoralizarlos y, así, apartar opositores realmente fuertes por ser incorruptiblemente honestos.

Helena Petrovna Blavatsky fue una sensitiva con dones paranormales que fundó la Sociedad Teosófica. Sufrió tan pavorosas persecuciones y difamaciones, que hizo publicar la siguiente declaración en el diario *New York World*, el 6 de mayo de 1877:

*“Desde el primer mes de mi llegada a Nueva York comencé, por motivos misteriosos pero tal vez comprensibles, a provocar odio entre a-*

*quellos que pretendían ser mis mejores amigos y mantener conmigo buenas relaciones.*

*“Informaciones alevosas, insinuaciones viles e indirectas poco elegantes llovieron sobre mí.*

*“Mantuve silencio por más de dos años, aunque la menor de las ofensas que me lanzaron estuviese calculada para provocar la repugnancia de alguien con mi temperamento.*

*“Conseguí librarme de un número regular de esos disparadores de difamaciones, pero, pensando que estaba actualmente sufriendo en la estima de amigos cuya buena opinión me es valiosa, adopté una política de auto-exclusión..*

*“Durante dos años mi mundo estuvo restringido al departamento que ocupó, y diecisiete horas por día, en promedio, estuve sentada ante mi escritorio, teniendo los libros y manuscritos por únicos compañeros.*

*“Soy vieja y siento necesidad de aire fresco como cualquier persona, pero mi aversión por este mundo calumniador y mentiroso, que se cree fuera de las fronteras de los países incivilizados y paganos fue tal que, en siete meses, creo haber salido de casa apenas tres veces.*

*“Pero ningún retiro es lo bastante seguro contra los calumniadores anónimos que se valen del servicio postal. Innumerables cartas fueron recibidas por amigos leales, con las calumnias más inmundas contra mi persona.*

*“Varias veces fui acusada de alcoholatra, embustera, espía rusa, espía anti-rusa, de no ser rusa, de aventurera francesa, de haber estado en cárceles destinadas a ladrones, de haber asesinado a siete maridos, de bigamia, etc. Otras cosas podrían mencionarse, pero la decencia no lo permite.*

*“Desafío a cualquier persona en toda América a venir a probar una sola de las imputaciones contra mi honra. Invito a cualquier persona que tenga tales pruebas a publicarlas en los diarios, con su firma.”*

Quienes maltrataron a Madame Blavatsky de esa forma tan atroz no fueron los materialistas ni los religiosos. Como ella misma declara en el primer párrafo, fueron los espiritualistas y los teosofistas, “*aquellos que pre-*

*tendían ser mis mejores amigos y mantener conmigo buenas relaciones.”* Ahora, es sabido que los materialistas y los religiosos no simpatizaban con su obra, luego, quienes podían representar el papel de pretendidos amigos eran los hipócritas y desequilibrados que tradicionalmente contaminan el círculo de las entidades espiritualistas. Tanto, que el texto anterior fue reproducido en el Brasil por una orden rosacruz cuyos miembros, al parecer, no lo leyeron. Deberían vestir la capucha, pues el artículo critica y denuncia el mismo procedimiento que más tarde ellos aplicaron contra otras personas.

Pero ¿qué esperar de la humanidad si sus más ilustres sabios nos han dado muestras de sandez desde la antigüedad hasta nuestros días? El propio Camille Flammarion nos cuenta estas:

“Asistía yo, cierto día, a una sesión de la Academia de Ciencias, día de hilarante recordación, en que el físico Du Moncel presentó el fonógrafo de Edson a la docta asamblea. Hecha la presentación, el aparato comenzó dócilmente a recitar la frase registrada en su respectivo cilindro. Se vio, entonces, a un académico de edad madura, saturado de las tradiciones de su cultura clásica, noblemente indignarse contra la audacia del innovador, precipitarse sobre el representante de Edson y agarrarlo por el cuello, gritando:

—¡Miserable! No seremos engañados por un ventrílocuo.

“Señor Bouillaud se llamaba ese miembro del Instituto. Fue eso el 11 de marzo de 1878. Más curioso aún es que, seis meses después, el 30 de setiembre, en una sesión análoga, se sintió él muy satisfecho en declarar que, después de un maduro examen, no había constatado en el caso más que simple ventriloquia, pues *‘no se puede admitir que un vil metal pueda sustituir el noble aparato de la fonación humana’*.

“Cuando Lavoisier procedió al análisis del aire y descubrió que se compone principalmente de dos gases, el oxígeno y el nitrógeno, este descubrimiento desconcertó a más de un espíritu positivo y equilibrado.

“Un miembro de la Academia de Ciencias, el químico Baumé (inventor del aerómetro), creyendo firmemente en los cuatro elementos de la ciencia antigua, escribía doctoralmente:

‘Los elementos o principios de los cuerpos han sido reconocidos y confirmados por los físicos de todos los siglos y de todas las naciones. No es presumible que esos elementos, considerados como tales durante un lapso de dos mil años, sean puestos, en nuestros días, en un número de sustancias compuestas, y que se pueda dar como ciertos tales procesos para decomponer el agua y el aire y tales razonamientos absurdos, para no decir cosa peor, con que se pretende negar la existencia del fuego o de la tierra.’

“El propio Lavoisier no está indemne de la misma acusación contra los que suponen todo descubierto, pues él dirigió un sabio informe a la Academia para demostrar que no pueden caer piedras del cielo. Ahora, la caída de aerolitos, a propósito de la cual escribió ese informe oficial, había sido observada en todos sus detalles: se había visto y oído el bóldo explotar, así como el aerolito caer, tendo sido levantado del piso aún ardiendo, para ser en seguida sometido al examen de la Academia. Y esta Academia declaró, por el órgano de su relator, que la cosa era increíble e inadmisibile. Señalemos también que hace miles de años caen piedras del cielo delante de cientos de testigos, que se ha recogido gran número de esas piedras, han sido conservadas diversas en las iglesias, en los museos, en las colecciones. Pero faltaba aún, al fin del siglo, un hombre independiente para afirmar que de hecho caen esas piedras del cielo: ese hombre fue Chladui.

“... Tal la experiencia a que Galvani fue conducido; a ella le debe el descubrimiento que tiene su nombre: el galvanismo. La observación del físico fue recibida con una explosión de risa, a excepción de algunos sabios circunspectos que le dieron la debida atención. Se entristeció con eso el pobre inventor. ‘Soy atacado’, escribía en 1792, ‘por dos sectas perfectamente opuestas: la de los sabios y la de los ignorantes. Unos y otros se ríen de mí y me llaman maestro de danza de las ranas. Sin embargo, sé que descubrí una de las fuerzas de la naturaleza.’

“Lo mismo aconteció con el descubrimiento de la circulación de la sangre: ¿Guy-Patin y la facultad no acicatearon a Harvey con sus sarcasmos?

“Casi todos los inventores (y descubridores) han sido tratados así. Otro de mis compatriotas del Alto Marne, Philippe Lebon, que inventó la iluminación a gas en 1797, murió en 1804 sin haber visto su idea adoptada por

la patria. Se argumentaba sobre todo que una lámpara sin mecha no podía encenderse. La iluminación a gas fue aplicada en 1805 por Inglaterra...

“En la época de la creación de los ferrocarriles, hubo ingenieros que demostraron que esos trenes no caminarían y que las ruedas de las locomotoras rodarían siempre sobre el mismo lugar. En Baviera, el Colegio Real de Medicina, al ser consultado, declaró que los ferrocarriles causarían, los más graves daños a la salud pública, ya que un movimiento así tan rápido, provocaría conmociones cerebrales en los viajeros y vértigo en el público exterior. En consecuencia, recomendó que se encerraran las líneas entre dos cercas de madera a la altura de los vagones.”

Todo este extenso texto fue extraído del libro *Lo Desconocido y los Problemas Psíquicos*, editado en Río de Janeiro en el año de 1954. Pero lo más interesante es que el propio autor, Flammarion, que combatió el escepticismo y la ignorancia con tantos ejemplos contundentes, nos sale con esta, en el mismo libro, en la página 46:

“Del mismo modo que hay criaturas que no creen en nada, se encuentran otras que creen en todo. Ciudadanos muy serios afirmaban ayer que las fases de la luna tiene influencia sobre los huevos, la menstruación, el vino, el crecimiento de los cabellos y el corte de las árboles. No seamos demasiado crédulos.”

Es así nomás, parece que no hay remedio... Si los propios sabios y científicos llegaron al cúmulo de perpetrar tales absurdos, ¿qué esperar del hombre común?

El lector podrá argumentar que el texto de Flammarion se refiere a una época pretérita y que hoy no es más así. Deploro la ingenuidad de quien piensa de esa forma. El texto fue justamente escogido por referirse a actitudes absurdamente ridículas a nuestros ojos de hoy, para que podamos tener una idea de cómo serán tachadas más tarde las que estamos cometiendo ahora.

Como vimos en los ejemplos anteriores, la estulticia humana es refractaria a la justicia y a la razón. Cuando ocurrió con nosotros lo mismo que con Madame Blavatsky, fue inútil intentar el diálogo. Incluso defendernos de las calumnias; hasta ese derecho primario, nos era vedado. Cuando tratábamos de defendernos, las personas se volvían contra nosotros, indigna-

das por el hecho de que tocáramos esos asuntos delicados que les generaban disgusto y ponían en jaque sus valores espirituales o a sus ídolos espiritualistas, autores de las difamaciones.

*Ya sufrí demasiado  
la incomprensión y el aislamiento  
a que se es relegado cuando se intenta decir aquello  
que los hombres no comprenden.*

Si menciono todo esto, es sólo para registrarlo. Fueron cosas que, evidentemente, me marcaron bastante en el pasado y deben haber influido en la orientación de toda mi obra. Sin embargo, hace muchos años que superé cualquier tipo de perplejidad, reivindicación o indignación. Tal vez gracias a la madurez que proporcionan la edad y las vivencias; tal vez hayan contribuido el éxito y la aceptación de los demás... Es difícil determinar el motivo real de la satisfacción de alguien.

Las campañas del coronel y sus prosélitos continúan hasta hoy. La diferencia es que ahora ya no logran perjudicarnos. Y lo importante es que nuestra satisfacción, contentamiento y felicidad nos permitan mantener una actitud positiva con respecto a todas esas cosas. Actualmente, guardamos un sentimiento en el corazón: una profunda gratitud por todo y por todos, por lo que nos enseñaron y por el estímulo del desafío.

Las persecuciones, sin embargo, continúan y recrudecen año tras año.



DeRose con Mataji Indra Deví, la más antigua Maestra de Yôga del mundo: un gran cariño recíproco.



## “LA YÓGA” ES UNA COSA Y “EL YÔGA” ES OTRA BIEN DIFERENTE<sup>61</sup>

*La armonía del mundo depende  
de la rectificación de los nombres.*  
Confucio

### CÓMO COMENZÓ TODO

Creo que le gustaría saber como surgió la deturpación del mantra *Yôga* y el motivo de que algunas personas con ataduras ideológicas se hayan apegado al error obvio, obstinándose en no aceptar la evidencia de lo que es correcto.

**En la década del 60, surgió el primer autor brasileño que escribió sobre el asunto. Fue el general Caio Miranda.**

Como era de Río de Janeiro, el general pronunciaba las *o* abiertas y, por lo tanto, decía “*la yóga*”. Como algunas personas mejor informadas cuestionaban esa pronunciación, él no perdió tiempo: publicó una nueva obra en 1962 —por la Editora Freitas Bastos— titulada *Hatha Yôga, a ciência da saúde perfeita* e hizo constar en la tapa del libro, así como en el texto interno, la palabra *yôga* con acento agudo en la *o*!

En el interior del libro él incluso reforzaba, en la página 26, declarando que existían los dos, “*la yóga*” y **el Yôga**. Que “*la yóga*” era la práctica de **Yôga**, y que este era más profundo, era la filosofía en sí. Cuando eso

---

<sup>61</sup> Este capítulo fue revisado por el Prof. Mario Ferreira, profesor de Lengua y Literatura en la USP (Universidad de São Paulo), coautor del libro *Introdução ao Sânscrito Clássico*.

fue escrito no era verdad, se trataba de un error; pero treinta años después, para este país pasó a ser parte de nuestra idiosincrasia nacional. El Brasil se tornó la única nación que tiene los dos: el Yôga y “*la yôga*”.

En esa época, nadie discutió. ¡Ni se podía! Enseguida se instaló la dictadura militar y quien difundía el error ¡era un general! Además, era el Jefe de la Agencia Nacional, el órgano de Gobierno que indicaba a la prensa lo que debía publicar. Así, la prensa escrita, hablada y televisada de la época se inclinó ante la voluntad del general y empezó a divulgar la palabra “yôga”, de género femenino y con pronunciación abierta.

Confirme en la documentación fotográfica de la obra citada, que reproducimos en la página al lado.

Sin embargo, es importante registrar lo siguiente:

1. El acento circunflejo en la palabra *Yôga* no fue introducido por DeRose.
2. Ese acento no fue colocado para obtener el sonido de la *ô* cerrada.

El fonema *yô*, cerrado, es la forma natural de pronunciación en esa palabra, tanto que prácticamente todos los idiomas del mundo lo pronuncian así.

¡No! El acento no fue colocado para cerrar la pronunciación, tanto que aparece en libros publicados en español y en inglés, idiomas que no tienen ese acento. Sin embargo, en sánscrito, el acento siempre estuvo. Confirme estas declaraciones en las páginas siguientes.

### AL FINAL, ¿LA PALABRA YÔGA TIENE ACENTO?

**En realidad, lo tiene.** Si alguien supuestamente entendido en sánscrito, declara que la palabra Yôga no tiene acento, pídale que le muestre cómo se escribe el **ô-ki-matra**. Después pídale que indique dónde aparece el **ô-ki-matra** en la palabra Yôga (aparece después de la letra *y*). Luego pregúntele lo que significa cada una de las tres partes del término **ô-ki-matra**. Él responderá que **ô** es a letra *el*; **ki** significa *de*; y **matra** se traduce como *acento*. **Ô-ki-matra** se traduce como “*acento do el*”. Entonces, probado está que la palabra Yôga tiene acento.

El acento en el sánscrito transliterado debe aparecer siempre que en el original, en alfabeto dêvanâgarî, haya una letra larga. La letra larga, por regla general, es representada por un trazo vertical agregado inmediatamente después de la sílaba que debe ser alargada. Para indicar eso en alfabeto latino, en la convención que adoptamos se usa el acento agudo cuando se trata de los fonemas *a*, *i*, *u*; el circunflejo cuando son *o* o *e*. Estos últimos, en sánscrito, tienen siempre sonido cerrado. No existe la *o* abierta ni la *e* abierta. Estudie las explicaciones que constan en la siguiente demostración.

### DEMOSTRACIÓN DE QUE LA PALABRA YÔGA TIENE ACENTO EN SU ORIGINAL EN ALFABETO DÊVANÂGARÎ:

य	= YA (corta)
या	= YAA ∴ YÁ (larga)
यो	= YOO* ∴ YÔ (larga)
योग	= YÔGA

\*Aunque hayamos escrito didácticamente **YOO**, este artificio es sólo para una mejor comprensión del lector lego en sánscrito. Debemos aclarar que el fonema *ô* es resultante de la fusión de la *a* con la *u* y, por eso, es siem-

pre largo, pues contiene dos letras. En esta convención, el acento agudo se aplica sobre las letras largas cuando hay fusión de letras iguales (*á, í, ú*). El acento circunflejo se utiliza cuando hay fusión de letras diferentes (*a + i = ê; a + u = ô*), por ejemplo en *sa + íshwara = sêshwara* y *AUM*, que se pronuncia *ÔM*.

### **Bibliografía para el idioma español:**

- *Léxico de Filosofía Hindú*, de Kastberger, Editorial Kier, Buenos Aires.

### **Bibliografía para el idioma inglés:**

- *Pátañjali Aphorisms of Yôga*, de Sri Purôhit Swámi, Faber and Faber, Londres.
- *Encyclopædia Britannica*, en el apartado *Sanskrit language and literature*, volumen XIX, edición de 1954.

### **Bibliografía para el idioma portugués:**

- *Poema do Senhor (Bhagavad Gítá)*, de Vyasa, Editora Relógio d'Água, Lisboa.

## **LA PRONUNCIACIÓN CORRECTA DEL TÉRMINO YÔGA<sup>62</sup>**

**La palabra Yôga es de género masculino y la y inicial debe pronunciarse como i.**

En algunos países de habla castellana se ha generalizado la costumbre de pronunciar incorrectamente esta palabra. En efecto, se suele atribuir a la letra y el fonema que adopta en castellano cuando está seguida por una vocal (como en *yo* o *yate*), en lugar de pronunciarla con su sonido vocálico (igual al de la *i*).

Esta deformación del sonido original que tiene la palabra en su lengua de procedencia, el sánscrito, es habitual no sólo en el público lego, sino también en instructores y profesores de Yôga sin una buena formación.

Pero, ¿cuál es el origen de esta confusión? Y, ¿por qué es tan importante mantener la pureza del término original?

---

62 Este texto fue elaborado por la traductora, Instr. Diana Raschelli, y se corresponde con la realidad de la República Argentina. (N.del T.)

Haciendo un poco de historia, recordemos que la India, cuna de esta antiquísima filosofía de vida, fue invadida y colonizada por los británicos, que luego de tomar contacto con el sánscrito trasladaron los signos del alfabeto correspondiente a esa lengua, el dēvanāgarī, a caracteres latinos. Este procedimiento recibe el nombre de transliteración.

Naturalmente, al realizar esa transcripción, adoptaron para cada fonema el signo que lo representaba mejor dentro de su propio idioma. Por eso escribieron *Yôga*, utilizando la *y*, que en inglés tiene un sonido semivocálico. El hablante de español toma esa palabra *y*, equivocadamente, la lee según las pautas de su propia lengua. El resultado es un término inexistente, cuyo sonido es similar a *shoga*.

Así como se respetan la escritura y pronunciación correcta de tantas palabras de origen extranjero, como *ballet*, *surf*, *rugby*, etc., del mismo modo se debe cuidar la pronunciación de *Yôga* (con sonido *i*), tal como el término fue creado por los Maestros que iniciaron esta tradición, y utilizado y repetido a lo largo de tantos siglos por millares de practicantes y Maestros, impregnándose profundamente en el inconciente colectivo de la humanidad.

Además, mantener la pureza del nombre original de esta disciplina es coherente con nuestra actitud de practicar únicamente el *Yôga* más antiguo, de raíces Sámkhya y Tantra, surgido hace 5.000 años en el valle del Indo y codificado contemporáneamente por el Maestro DeRose.

### UNA GRABACIÓN QUE ENSEÑA LA PRONUNCIACIÓN CORRECTA

A fin de poner término a la eterna discusión sobre la pronunciación correcta de los vocablos sánscritos, en uno de los viajes a la India entrevistamos a los Swámis Vibhódánanda y Turyánanda Saraswatí, en Rishikêsh, y al profesor de sánscrito Dr. Muralitha, en Nueva Delhi<sup>63</sup>.

Es una delicia escuchar al anciano indignarse con la incorrecta pronunciación del término “*Yôga*” por parte de muchos hablantes de portugués.

---

63 Si el lector desea aclaraciones sobre el significado de los términos sánscritos, le recomendamos que consulte el *Glosario*. Acerca de la pronunciación, escuche el CD **Sánscrito. Entrenamiento de pronunciación**, grabado en la India. Para más conocimientos, lo ideal es estudiar los videos del *Curso Básico de Yôga*.

En cuanto al Dr. Muralitha, tuvo la gentileza de enseñar –bajo la forma de un ejercicio fonético con repetición– todos los términos sánscritos que constan en el glosario del libro *Yôga Avanzado*. Confirmamos, entonces, que no se dice *múdra* sino ***mudrá***; no se dice *kundalíni* sino ***kundalini***; no se dice *AUM* sino ***ÔM***, no se dice *yoganidrâ* sino ***yôganidrâ***, y muchas otras correcciones.

Recomendamos vehementemente al lector que escuche y estudie esa grabación. Si se trata de un instructor de Yôga, es aconsejable tenerla siempre a mano para documentar su opinión y reducir las discusiones cuando los indefectibles sabihondos quieran imponer sus disparates habituales.



*Regla áurea del magisterio: decir lo obvio  
y además repetirlo tres veces.*

DeRose



## EL INCIENSO

### PURIFICADOR AMBIENTAL ECOLÓGICO KÁLÍ-DANDA

El incienso no es un artefacto místico sino un recurso natural que ayuda a alcanzar determinados fines, cuando es inhalado, variables conforme los perfumes y demás elementos constituyentes de las hierbas y resinas, cuyas moléculas se desprenden con la quema y se desvanecen, permitiendo una inmediata absorción por la membrana pituitaria.

Los perfumes influyen sobre las emociones, la mente y hasta el cuerpo, y la respuesta es inmediata, tan rápida como una inyección en la vena. Por ejemplo:

- si uno siente un olor nauseabundo, su estómago se revuelve en el acto;
- si el perfume es sensual, las glándulas sexuales comienzan a segregar hormonas inmediatamente;
- si siente una fragancia devocional, es arrebatado de inmediato hacia estados de conciencia que ningún otro recurso conseguiría desencadenar.

Así, los antiguos descubrieron que los aromas dulces eran óptimos para usar en los monasterios, pues reducen el apetito y predisponen al ayuno. Llegaron también a la conclusión de que la inhalación de los aromas o vapores de ciertas hierbas tenía una influencia positiva sobre una serie de enfermedades. ¿Quién ignora el efecto del eucalipto en el combate a las gripes? ¿Y qué decir de las inhalaciones?

Todo comenzó cuando empezaron a quemar hierbas y resinas en lugares cerrados para mantener el ambiente agradable, y notaron que se producían efectos en las personas que inhalaban sus exhalaciones, variables confor-

me el producto usado. Desde entonces pasaron 5.000 años y los resultados de las experiencias han sido catalogados.

Hoy el incienso tiene tres aplicaciones distintas. La primera es la de perfumar. La segunda son los efectos sobre las personas que lo aspiran. La tercera es la de purificar ambientes. Un buen incienso debe tener todas esas propiedades.

Es interesante observar que la propia palabra *perfume* proviene del latín *per fumum*, “por el humo”, haciendo referencia a la forma en la cual se usaba el perfume en la antigüedad, o sea, *incensando*, quemando hierbas y resinas aromáticas.

En nuestro caso, la principal finalidad de utilizar el incienso, además del placer olfativo, es estimular los ejercicios respiratorios. ¿Ya notó que cuando uno siente un perfume agradable, hay una tendencia natural a hacer respiración profunda?

La segunda finalidad es la que dio origen a una división de la medicina, denominada osmoterapia o aromaterapia, que procura proporcionar beneficios físicos y psicológicos, incluso para estados enfermizos. No trabajamos haciendo terapia, por lo tanto esa parte es absorbida bajo el aspecto de la prevención de enfermedades.

La tercera finalidad es la que estudia los efectos del incienso sobre el medio ambiente, con respecto a dos perspectivas. Una es no contaminarlo, evitando la quema de sustancias perjudiciales para la salud de los seres humanos, animales y vegetales, o para la capa de ozono.

La otra perspectiva de los efectos sobre el medio ambiente es la que estudia los beneficios obtenidos, tales como purificar el aire, reducir la proliferación de hongos, repeler insectos e incluso mejorar la atmósfera psíquica. Actualmente se están desarrollando investigaciones a fin de comprobar la teoría de que el humo del incienso contiene elementos que neutralizan los del humo del cigarrillo. De todas formas, muchos no fumadores tienen el hábito de encender un incienso siempre que alguien enciende un cigarrillo en casa o en la oficina. Por lo menos, mejora el olor.

### **CÓMO COMENCÉ A INVESTIGAR**

Cuando era joven exageré en el uso del incienso común y, como todos contenían muchas sustancias químicas, me intoxicqué. Cuando me recuperé, quedé con la secuela de una hipersensibilidad. Por más que cambiara de marca, volvía a sentir los mismos síntomas. Hasta que en un momento dado ya había probado todos los que conseguía encontrar. No servía de nada. Eran todos iguales y la manifestación de su toxicidad variaba poco. Unos daban más dolor de cabeza, otros más náuseas, otros más irritación en las vías respiratorias...

Comencé entonces a estudiar en la Biblioteca Nacional todo lo que pude encontrar sobre incienso en libros de química, medicina, perfumería, magia, historia y hasta arqueología. Fui a la India a visitar fábricas de incienso e institutos de botánica. Los descubrimientos fueron decepcionantes y alarmantes.

El incienso verdadero, antiguo y natural, era un producto medicinal, bueno para la salud, pero tan caro que ninguna industria podía utilizarlo. Constituía un privilegio de los reyes y altos sacerdotes de las antiguas civilizaciones. Tengamos en cuenta el pasaje bíblico que relata los presentes llevados por los Magos<sup>64</sup> a Jesús como púja en ocasión de su nacimiento: joro, incienso y mirra! Las resinas de incienso y mirra son los principales componentes de las fórmulas de la antigüedad, y fueron mencionados en pie de igualdad y de valor con el propio oro.

Debido al elevado costo de esas gomas, los fabricantes de incienso dejaron de utilizarlas y pasaron a emplear sustitutos baratos e inocuos, o incluso tóxicos. Las fórmulas actuales son variaciones en torno de la siguiente:

- 1) Un vehículo para la quema (aserrín de madera, papel, excremento de vaca o cualquier otra cosa que queme, sin importar su efecto).
- 2) Un pegamento para unir (goma arábica, laca, brea, cola de almidón, colágeno de buey, etc., sin importar su efecto o toxicidad).

---

64 La Biblia no habla de *Reyes Magos* sino, simplemente, de magos:

"...he aquí que vinieron unos magos de Oriente a Jerusalén." Mateo 2:1.

"Entrando en la casa, vieron al niño con María, su madre; y, abriendo sus tesoros, le entregaron sus ofrendas: oro, incienso y mirra." Mateo 2:11.

- 3) Un colorante verde, rojo, violeta, etc. (generalmente anilina u otra tinta).
- 4) Un perfume, generalmente químico (sin importar su toxicidad).

Pregunto al lector: ¿qué efecto puede tener tal fórmula? ¿Qué efecto puede tener la quema de aserrín, pegamento, anilina y esencia química? Si es sólo para perfumar, mejor sería usar velas o esencias aromáticas, y no quemar nada. Para colmo, hoy muchas esencias se hacen a partir de aceite extraído del petróleo que, al quemarse, produce monóxido de carbono, ¡lo cual es cancerígeno! Sin hablar de la quema de los pegamentos y colorantes altamente tóxicos. Además, es un contrasentido llamar *varillas de incienso* a un producto que *no contiene resina de incienso* en su fórmula. Tiene todo, menos incienso.

Lo más paradójico es que son justamente los ecologistas y naturalistas los que más consumen tales productos sumamente intoxicantes, antiecológicos y agresivos al medio ambiente.

Tan pronto como descubrí todas esas cosas, dejé de utilizar los inciensos que había en venta en los negocios y comencé a quemar las hierbas y resinas indicadas por los libros antiguos, directamente sobre las brasas. Ocorre que daba mucho más trabajo preparar las brasas en un incensario que encender una varilla; también ensuciaba mucho, producía humo en exceso e incluso obligaba al consumo de más material, lo que encarecía bastante.

Era necesario que encontrase una solución más práctica y cuyo costo fuera viable. Consulté a varios químicos, botánicos, ocultistas, pero la ayuda que me dieron fue pequeña. El arte de hacer incienso verdadero estaba perdido.

Entonces, apelé al Maestro. Utilicé las técnicas de meditación que ya me habían dado resultado en otras ocasiones y fijé la mente en la idea de encontrar una solución para la fórmula del incienso. Bhávajánanda, como canal de contacto con el inconsciente colectivo, podría conducir-me a esa solución.

No tardó en surgir tan clara y lógica como si siempre la hubiera sabido y necesitara sólo de una palanca psicológica. Pero una cosa es tener la fórmula en la cabeza. Otra bien diferente es saber cómo realizar cada etapa

de la alquimia de las materias primas, sobre las cuales sólo la práctica puede conferir dominio perfecto.

Restaba, por lo tanto, comenzar las interminables experiencias que marcaron esa época. Cada vez que, nuevamente, resultaba todo mal, tenía ganas de desistir, pues el precio del material perdido era desalentador. Con todo, continuaba, impelido por la obstinación de hallar el procedimiento.

Comencé a dominar la técnica del *solve*. Faltaba la de *et coagula*. Intenté utilizar el elemento *aire*, pero no funcionaba. Experimenté el *fuego*. Pareció mejor. Sin embargo, había sustancias inflamables en la fórmula y el fuego podía hacer explotar todo. Sólo descubrí eso cuando un día fui a ver si las varillas ya estaban secas y abrí el horno un poco antes de la disipación de los vapores inflamables. Al abrirlo, entró oxígeno, el combustible que faltaba, ¡y todo explotó en mi cara!

Me acuerdo hasta hoy de la visión terrorífica que fue contemplar la aparición repentina de una lengua de fuego enorme ante mis ojos: el impulso del aire tirándome hacia atrás, el calor, el olor de mis pestañas, cejas, barba y cabellos quemados, y la sensación de que tal vez me hubiera quedado ciego. Pero eso no ocurrió.

Con el paso de los años me llevé otros sustos semejantes, pero terminé por habituarme. El primero fue el peor.

Finalmente logré concluir todo el proceso, desde la elección de las materias primas importadas de la India, Nepal, Egipto, Somalía, Etiopía; la combinación de los componentes en la proporción ideal y por el método correcto (cualquier error para menos perjudica el aroma; para más, no quema); hasta la solidificación y secado final sin evaporación para no perder la fragancia natural de las resinas.

Casi intuitivamente fui agregando o sacando determinados componentes. Así fue con la sal. Al intercambiar impresiones con otros fabricantes de incienso en la India, todos se sorprendían cuando les informaba que utilizaba ese componente. Ponían una cara de quien no está entendiendo nada y preguntaban:

—Pero, ¿para qué la sal, si no ayuda en la unión, ni en el secado ni en el aroma e incluso molesta con la presencia de sus cristales?

No servía de nada explicar. Estábamos hablando de cosas diferentes. Yo quería producir un incienso iniciático, fuerte, poderoso, rico en efectos positivos y exento de toxicidad, aunque costara más caro y exigiese una manipulación más trabajosa; al fin y al cabo, estaba produciéndolo para nuestro propio uso y para el de nuestros discípulos. En cambio, los fabricantes necesitaban producir algo que fuera fácil y barato, lo suficiente para estimular el consumo a gran escala a fin de que fuera lucrativo, pues ésa es la razón de ser de cualquier industria. Entonces, todo componente superfluo que pudiese ser evitado, sería un costo menos, lo que condujo a la excesiva simplificación e incluso a la deturpación de las fórmulas.

Vi que no tenía nada que aprender de ellos. Desistí del intercambio y continué haciendo nuestro incienso de fórmula excelente y carísima. Mi salud valía el precio.

Cierto día, en la década del 70, una alumna de São Paulo que participaba de nuestro curso en la Facultad de Ciencias Biopsíquicas, me dijo que tenía en su poder algunos objetos encontrados en excavaciones arqueológicas en Egipto por un pariente suyo. Ella sentía aprehensión por la eventual maldición de los faraones, y quería librarse de ellos. Me preguntó si los quería. No tengo ningún interés especial en cosas de Egipto, pero cuando supe de qué se trataba, acepté en seguida todo el lote. ¡Había muestras de incienso de más de 3.000 años! Eso me interesaba.

El resultado del análisis de ese incienso fue emocionante. Su fórmula también contenía sal, carbón y casi los mismos elementos de la nuestra, en una proporción bastante similar. ¿Cómo es que yo había llegado al mismo resultado en el siglo veinte y casi sin fuentes de referencia? Sólo podemos atribuirlo al inconsciente colectivo.

Entonces tuve una idea excitante: disolví una parte del incienso del faraón en una buena cantidad de alcohol y, simbólicamente, empecé a colocar una gota de esa solución en cada partida de incienso que hacía. De esa forma, podía considerar que nuestro incienso tenía, a partir de entonces, partículas de un incienso preparado por los sacerdotes del antiguo Egipto, ¡hace más de tres milenios! ¡Un principio homeopático!

El descubrimiento proporcionado por el análisis del incienso egipcio me impulsó a investigar más en la literatura sagrada de varios pueblos. Tiem-

po después, entre otros descubrimientos interesantes, localicé una referencia en el Viejo Testamento, libro *Éxodo*, capítulo 30, versículo 35, que dice:

*“Prepararás con todo eso un perfume para quemar, compuesto según el arte del perfumista, sazonado con sal, puro y santo...”*

(Biblia católica, traducción de los Monjes Benedictinos de Maredsous, Bélgica)

Nuevamente, la presencia de la sal.

Hasta aquella época todavía preparaba el incienso sólo para uso propio. A algunos alumnos les gustaba, preguntaban cómo podrían obtenerlo y cedíamos sin cargo unas pequeñas cantidades a quien se interesase. Pero el número de admiradores crecía todos los días y muchos eran instructores que, por consecuencia, necesitaban cantidades razonables para usar en sus clases diarias. Como el costo del incienso era alto, pronto llegó el momento en que no pude más ofrecerlo de aquella forma. Me vi obligado a establecer un precio y comenzar a venderlo. Así, el nuestro se convirtió en el primer incienso nacional (en esa época había otras tres marcas que eran vendidas en el Brasil, pero todas producidas fuera del país, dos de ellas embaladas aquí).

Nuestro incienso era cada vez mejor y más conocido. Llegaban pedidos de todo el Brasil y de otros países de América del Sur y de Europa. Debido a la enorme demanda, siempre fue un incienso constantemente en falta, lo que lo volvió más disputado y contribuyó a consolidar la celebridad de que hoy goza entre los conocedores.

Para reforzar todo eso, los ocultistas descubrieron que limpia los ambientes con una eficacia única. Los sensitivos observan que este incienso purifica y eleva el astral de las personas y lugares. Una considerable gama de fenómenos indeseables cesa inmediatamente con su uso. Los espiritistas declaran que es mucho más fácil realizar sus trabajos quemando una varilla de Káli-Danda. Varios usuarios nos han informado que recogen sus cenizas y las impregnan para friccionar la región de los chakras, con el propósito de estimularlos. Otros se sirven de ellas como cicatrizante de heridas, las aplican para reducir afecciones de la piel, espinas, clavos, etc. Como esos usos no nos interesan, no realicé ninguna investigación con el objetivo de confirmar su eficacia para tales fines, y tampoco los sugiero.

No hay producto bueno y renombrado que no sea imitado enseguida. Así, surgieron muchas imitaciones baratas que no dieron resultado, pues no eran ni la sombra del original.

El instructor, más que cualquier persona, está atento a la calidad del incienso, ya que va a estar expuesto a él horas y horas, todos los días de la semana. Es fundamental que sea un producto puro y bueno para la salud; si no, el instructor es el primero en sufrirlo.

Por eso sigo siendo celoso de la rigurosa pureza y superior calidad de las resinas naturales, importadas de las mejores procedencias, así como del cuidado extremo en la manipulación hasta la etapa final. Nuestro incienso continúa siendo un producto natural y artesanal, no industrializado.

Por otro lado, sus apasionados admiradores deben ser conscientes de que un producto artesanal difícilmente salga igual dos veces. Cada horneada tiene una personalidad propia y diferente de todas las anteriores. Varía en el tiempo de la quema o en el perfume, en la apariencia exterior o en la rigidez de la varilla. Muchos factores contribuyen para eso, pero uno de los principales es el origen de la resina, pues los árboles de Somalía producen gomas diferentes de los de la India o de Egipto, aunque tengan efecto similar.

Por lo tanto, aquí va un pedido del alquimista: no pregunte por qué una determinada partida está diferente de otra que usó antes. En lugar de eso, cultive el placer de comparar los pequeños matices de un año a otro, o incluso de una década a otra. Explore la propiedad que tiene nuestro incienso de no dañarse con el tiempo, aun siendo guardado sin embalaje durante años. Como los buenos vinos, se vuelve mejor con el añejamiento. Si se humedece, basta dejarlo un poco al sol. Personalmente acostumbó quemar, preferentemente, varillas de más de diez años. Le sugiero que haga lo mismo. No es difícil. Basta comenzar desde ahora a guardar una reserva para dejarla añejar. Después, es sólo usar los más antiguos y guardar los más nuevos.





## LA MEDALLA CON EL ÔM

### DISTINTIVO DEL YÔGIN

Un día soñé que mi Maestro me ofrecía un objeto cargado de fuerza ancestral, algo que se había materializado en medio de un torbellino de luz dorada en la palma de su mano, bien delante de mis ojos. Cuando la niebla de luz se disipó, pude ver que era una medalla muy bonita, con apariencia muy antigua y gastada por el tiempo, que detentaba una magnificencia y dignidad tan evidentes que saltaban a la vista. En el centro, pude reconocer el ÔM en sánscrito (dêvanâgarî), símbolo universal del Yôga.

Fue apenas un sueño, sin ninguna pretensión de premonición. Pero un sueño nítido y fuerte, cuyo recuerdo permaneció claro en mi memoria por mucho tiempo.

Pasaron los años. Fui varias veces a la India. En los Himalayas, frecuenté el Sivánanda Ashram, donde tuve clases de varias modalidades de Yôga. Allá había una biblioteca con obras raras y preciosas, algunas muy antiguas. Fue buscando en uno de esos libros como encontré el ÔM con un trazado que me fascinó. Era estéticamente superior a los que habitualmente aparecen en la mayor parte de los libros de Yôga. Había una armonía y un equilibrio impresionantes. Me dejé viajar por dentro de sus líneas de fuerza y entré en meditación profunda mientras lo contemplaba.

Terminada la experiencia, yo estaba arrebatado por ese símbolo increíblemente fuerte. No resistí y lo fotografíé.<sup>65</sup> Al llegar al Brasil, mandé

---

65 Décadas después, descubrí que muchos años antes de ir a la India yo ya había encontrado un ÔM prácticamente idéntico y que me había fascinado igualmente. Después, como era apenas un tipo de

hacer el fotolito y ampliar el ÔM. El resultado fue sorprendente. Las pequeñas irregularidades de la impresión antigua y del papel rústico quedaron bien pronunciadas. El contorno del Ômkára adquirió una apariencia aún más ancestral y desgastada por el tiempo. Ningún dibujante occidental o moderno tocó ese símbolo. Se mantiene original como la orientación de nuestro Yôga.

Quedó tan lindo que mis alumnos y los demás instructores, todos, querían una copia. Comenzaron a surgir medallas de oro mandadas a hacer por los alumnos, intentando imitar ese nobilísimo ÔM pero, evidentemente, los orfebres no lo conseguían y con frecuencia se producían errores graves en el trazado o en las proporciones. Tales incorrecciones eran imperceptibles para los legos, no obstante, capaces de alterar sus características.

Fuera de eso, por el hecho de ser el oro un metal caro, lo hacían recortado como medida de economía. Ahora, era común que la medalla se diera vuelta, quedando con la imagen invertida, ¡ofreciendo a la percepción visual del observador una antítesis del yantra ÔM! Como el poder de los símbolos se traduce por la lectura inconsciente de los arquetipos codificados en sectores oscuros de la mente humana, esa inversión generaba lo opuesto a lo que esperaban quienes usaban aquellas medallas. No sé si por coincidencia, pero la mayoría de las personas que utilizaban ese ÔM que se daba vuelta y quedaba invertido, terminaban por dar señales de falta de sintonía para con nosotros.

Entonces me pareció más prudente asumir la responsabilidad de mandar acuñar las medallas, en la misma liga de metal que suele ser utilizada en la artesanía india (cobre, bronce y estaño), con el ÔM fuerte que había traído de los Himalayas, y obedeciendo al *design* de la medalla con la cual había soñado años antes.

Cuando la primera medalla estuvo lista, emocionó a todos por su superlativa belleza, armonía, sensibilidad y fuerza. Para comenzar, era una obra de arte. Nunca antes yo había visto una medalla con el ÔM tan bonita en ninguna parte del mundo, ni en la propia India.

## QUÉ ES EL ÔM



El ÔM es el símbolo universal del Yôga, para todo el mundo, todas las épocas y todas las ramas de Yôga. Pero cada escuela adopta un trazado particular que pasa a ser su emblema. Unos son más correctos, otros menos; unos más elegantes, otros no tanto; y algunos son iniciáticos, otros, profanos. Esto lo puede percibir un iniciado por la simple observación de la caligrafía adoptada, o bien prestando atención en el momento en que el símbolo es trazado.

Aquel dibujo semejante al número 30 que aparece en casi todos los libros y entidades de Yôga, es una sílaba constituida por tres letras: A, U y M (fonema AU + M). Se pronuncia ÔM. Un error común a los que no conocen Yôga es el de pronunciar las tres letras: "AUM". Trazado en caracteres, es un yantra. Pronunciado, es un mantra. Hay innumerables maneras de pronunciarlo para obtener diferentes resultados físicos, energéticos, emocionales y otros.

Los caracteres usados para trazar el Ômkára parecen pertenecer a un alfabeto todavía más antiguo que el dêvanâgarî, utilizado para escribir el idioma sânscrito. Consultando un diccionario o gramática de sânscrito, podemos notar que el alfabeto dêvanâgarî es predominantemente rectilíneo y que el propio ÔM en aquel alfabeto se escribe según esa tendencia. Pero saliendo del dominio de la gramática y de la ortografía hacia el de la filosofía, sólo encontramos el ÔM escrito de otra manera, con caracteres exclusivamente curvilíneos, lo que demuestra su identidad totalmente distinta. Eso también puede notarse en nuestra medalla, que posee algunas inscripciones en sânscrito alrededor del ÔM.

ÔM no tiene traducción. Pero los hindúes lo consideran como el propio nombre del Absoluto, su *cuerpo sonoro*, debido a su antigüedad y al amplio

espectro de efectos recogidos por quien lo vocaliza de manera exacta, o lo visualiza con un trazado correcto.

En las escrituras de la India antigua el ÔM es considerado como el más poderoso de todos los mantras. Los otros son considerados aspectos del ÔM y el ÔM es la matriz de los demás mantras. Se lo denomina *mátriká mantra*, o sonido matriz.

El ÔM es también el bija mantra del ájña chakra, es decir, el sonido simiente que desarrolla el centro de fuerza situado entre las cejas, responsable de la meditación, intuición, inteligencia, premonición e hiperestesia del pensamiento. Por eso, es el mantra que produce mejores resultados para las prácticas de dhyána y samyama, como así también despierta un buen número de siddhis.

Siendo el mantra más completo y equilibrado, su vocalización no presenta ningún peligro ni contraindicación. Es estimulante y al mismo tiempo aquietante, pues consiste en una vibración sáttwica<sup>66</sup>, que contiene en sí tamás y rajás sublimados.

Cuando está trazado en caracteres antiguos, se torna un símbolo gráfico denominado yantra. La especialidad que estudia la ciencia de trazar los símbolos se denomina Yantra Yôga. El ÔM puede ser trazado de diversas formas. Cada manera de trazarlo encierra determinada clase de efectos y de características o tendencias filosóficas.

Cada línea de Yôga adopta un trazado típico de ÔM que tenga que ver con sus objetivos, el cual pasa a constituir su símbolo. Por esa razón, no se debe utilizar el trazado adoptado por otra Escuela, por una cuestión de ética y también para evitar choque de egrégoras.

Si usted practica Swásthya Yôga y se identifica con lo que exponemos en el libro *Yôga Avanzado*, sin duda es de los nuestros. Eso lo autoriza a utilizar nuestro trazado del ÔM para concentrarse y meditar, así como a llevar nuestra medalla. Sólo no puede usar el ÔM antes de la firma, como hacen los graduados e instructores, hasta tanto no aprenda la forma correcta de

---

66 Jamás escriba "satívica", como consta en algunos libros de autor brasileño, pues eso es una demostración de ignorancia. Sattwa no posee letra *i* -ni ninguna letra- entre la *t* y la *w*; por lo tanto, no puede hacerse tónica la sílaba que no existe.

trazarlo y obtenga la autorización de su Maestro para incorporarlo de esa manera a su nombre.

Nadie puede negar que el ÔM es un símbolo muy poderoso. Es fuerte por su trazado yántrico en sí, por su antigüedad, sus miles de años de impregnación en el inconsciente colectivo, por los miles de millones de hindúes que lo han usado y venerado, generación tras generación durante decenas de siglos, desde mucho antes de Cristo, antes de Buddha, antes de que existiera la civilización europea, ¡y durante todo ese tiempo, toda esa gente fortaleció la egrégora del ÔM!

Evidentemente, llevando un símbolo así, establecemos sintonía con una corriente de fuerza, poder y energía que es una de las mayores, más antiguas y más poderosas de la Tierra. Por eso, mucha gente asocia con la idea de protección el uso de una medalla con el símbolo del ÔM. Aunque tengamos que reconocer cierta clase de beneficios de ese orden, creemos que ése no debe ser el motivo para llevar la medalla, pues actuando así podríamos desviarnos hacia el misticismo, contra el cual nuestro linaje de Yôga (Nirîshwarasámkhya) es tajante. Se la debe usar de manera descontractada y si nos da placer; si estamos identificados con lo que significa y con el linaje que representa. No por superstición ni para obtener beneficios.

### LA MEDALLA CON EL ÔM

Siendo objetivo de nuestro linaje perpetuar la autenticidad del Yôga Ancestral, adoptamos un diseño del yantra ÔM reproducido fotográficamente de un texto antiguo encontrado en Rishikêsh, en los Himalayas. Ningún dibujante occidental tocó ese símbolo. Se mantiene original como la orientación de nuestro Yôga. Así, si usted quiere seguir nuestra tradición, está autorizado a utilizarlo, pero con la condición de que lo reproduzca fotográficamente o escaneado, para no alterar su minuciosa exactitud. Sólo no estará autorizado a usar el ÔM antes de su firma, pues eso constituye un privilegio de los que han recibido la iniciación en el ÔM personalmente de su Maestro y han aprendido las diversas formas de trazarlo y pronunciarlo, de acuerdo con los efectos deseados. Sólo entonces podrá incorporarlo de esa forma a su nombre.

En tanto no haya recibido esa Iniciación, podrá utilizar el ÔM de tres maneras:

1. vocalizándolo en la forma que se enseña en la grabación de la *Serie Prototipo* o de las clases en video;
2. mentalizando el yantra ÔM durante sus prácticas de yantra dhyána;
3. llevando al cuello la medalla con el ÔM, manteniendo su vibración cerca del vishuddha chakra, el centro de fuerza de la garganta.

Cuando el lego manda ejecutar una medalla con el ÔM, normalmente incurre en algunos errores. Para evitarlos, preste atención a lo siguiente:

- a) el ÔM no debe ser recortado o vaciado, pues en ese caso quedará alterado con frecuencia, presentando el ÔM invertido, es decir, su antítesis en términos de simbolismo, y en consecuencia, con efectos opuestos.
- b) habitualmente, los profesionales que ejecutan el ÔM no entienden nada del símbolo que están tratando de reproducir y terminan por cometer errores groseros, haciendo muchas veces diseños de mal gusto y que pierden la característica original, lo que anula sus efectos positivos.

Por esas razones, la Unión Internacional de Yôga mandó acuñar una medalla<sup>67</sup> en forma antigua, que tiene de un lado el ÔM circundado por otras inscripciones en sánscrito, y del otro, el ashtánga yantra, símbolo de protección del SwáSthya Yôga.

Incluso en la India las personas nos preguntan dónde conseguimos una pieza con esa autenticidad tan marcadamente estampada. Cuando nos sacamos la medalla del cuello y se la obsequiamos, se conmueven, se les humedecen los ojos y agradecen dos o tres veces. Años después, si nos reencontramos, vemos que todavía la están usando y que se acuerdan de nuestro nombre.

Además, en todos los países por donde el SwáSthya Yôga se expandió, el hecho de sacarse la medalla del cuello y obsequiársela a alguien, ha ganado un fuerte significado de homenaje especial y de una declaración formal de amistad verdadera. Ese acto tan simple ha adquirido un sentido muy pro-

---

<sup>67</sup> Por respeto al lector y para preservar nuestra buena imagen, nos sentimos en la obligación de informar que personas inescrupulosas están comercializando, sin nuestra autorización, copias baratas de la medalla, con pésimo acabado, con las cuales confeccionan *bijouterie* de mal gusto.

fundo de cariño, y quien recibe la medalla se convierte para siempre en un amigo leal y sincero.

Gracias a la medalla, las personas se van descubriendo, encontrándose, conociéndose, ampliando su círculo de amistades, en los aeropuertos, en los trenes, en los ómnibus, en los teatros, en los shows, en las universidades. Yôga significa unión. ¡Pues la medalla con el símbolo del Yôga está cumpliendo muy bien esa propuesta de unir a las personas afines!







## LA LEYENDA DEL PERFUME SECRETO KÁMALA

Cuenta la leyenda que Muntaz era una de las esposas de un poderoso Mahárája del Norte de la India. Desalentada, veía que su señor manifestaba preferencia por las otras mujeres mientras ella era rechazada, a pesar de procurar conquistar el corazón del Rey siendo graciosa e intentando servirlo de la mejor manera. Pero de nada servía. Las otras debían ser más diestras en las artes del amor y recogían los beneficios de la satisfacción del Marajá.

Cierto día, Muntaz procuró un Mago para que le preparase un filtro de amor a fin de ayudarla a cautivar el corazón del Rey. El Mago, súbdito de aquel soberano, se rehusó, temiendo las consecuencias en caso de ser descubierto.

Muntaz, desesperanzada, se recogió a las funciones secundarias de las esposas menos importantes y pasó a tener mucho cuidado con sus acciones, pues los reyes solían mandar matar a las esposas inconvenientes.

Así, se ocupó del arte de la perfumería, tenida en alta estima en las cortes indias de antaño. Además de los inciensos, era muy apreciada la utilización de fuentes con surtidores por los que salía, en vez de agua, agua de colonia, para deleite del monarca y de sus invitados.

Tiempo después, el reino fue visitado por perfumistas portadores de ofrendas para el Mahárája, constituidas por las más nobles fórmulas de todo el mundo, incluso de Europa. Muntaz fue encargada de servirlos como anfitriona y de aprender lo que pudiese para perfeccionar su función.

El perfumista mayor, hombre de edad, cuya experiencia lo volvía observador de envidiable meticulosidad, se dirigió a Muntaz e indagó:

—Alteza, he notado que el corazón de cierta dama de la corte está triste por la falta de retribución del amor que devota a su esposo.

–Querido señor, la agudeza de su observación puede poner en riesgo la privacidad de esa dama– respondió la desdichada consorte con inocultable tristeza.

–Le aseguro que ella no correrá ese riesgo, ya que puedo ayudar a esa señora con toda discreción.

Al escuchar esas palabras, los ojos de Muntaz traicionaron la curiosidad, el deseo y la esperanza. El anciano lo percibió y se sintió alentado a proseguir:

–Una de las fórmulas que traigo mejor guardada en la memoria, es la del perfume denominado *Kámala*. Su aroma poderoso es capaz de despertar la pasión del hombre y de la mujer, estimulando el deseo de los dos compañeros intensamente, al punto de restablecer los fluidos vitales de los hombres impotentes y de las mujeres frías. Ese perfume secreto fue elaborado originalmente con el objetivo de aumentar la energía de las personas para despertar en ellas la fuerza de la creatividad, de la sensibilidad y del dinamismo para el trabajo intelectual. Pero los antiguos observaron que bajo su acción, surgían otras manifestaciones que enriquecían la vida amorosa. Fue entonces cuando lo bautizaron con el nombre *Kámala*, que es el otro nombre de la flor de loto. Voy a enseñarle esa fórmula para que Su Alteza pueda auxiliar a la dama en cuestión, o a cualquier otra que lo necesite.

Después de oír todo eso, Muntaz no podía rehusar la oferta. Le dijo, entonces, el sabio perfumista:

–Es preciso utilizar los más fuertes fijadores de la naturaleza, para que este aceite quede tan impregnado en el cuerpo, que exhale su perfume por muchas horas e incluso días. El ámbar, el *civete* y el almizcle le confieren el encanto de la sensualidad. Por otro lado, el sándalo, la lavanda y la rosa de buena procedencia proporcionan la nobleza, la delicadeza y la nota romántica del *bouquet*. Esto es un gran secreto de la perfumería oriental, que el Occidente todavía desconoce. Después, es sólo ir condimentando con estas otras diecisiete esencias naturales, hasta que quede bien aterciopelado y suave. Finalmente, el *Kámala* debe ser puesto a añejarse en un recipiente de cristal cuya tapa permanecerá lacrada por un año. Sólo después de ese tiempo puede utilizarse. Pero, atención: la fórmula debe pre-

pararse en noche de luna creciente y sólo hay que romper el lacre en una noche de la misma luna.

Muntaz hizo exactamente como le había sido enseñado. Un año después, muy emocionada, abrió el frasco. La fragancia invadió sus aposentos. Conforme las instrucciones del viejo perfumista, Muntaz resistió la tentación y puso sólo tres gotas en la palma de la mano, se frotó las manos y, con ellas, el cuello y los cabellos. Esa noche, deliberadamente, fue a llevar los manjares al Mahárája. Éste, al sentir el perfume embriagante, pareció notarla por primera vez en tantos años. Le pidió que se quedase y se sentase junto a él. Le preguntó por qué se habían distanciado y le confesó el deseo de estar más tiempo en su presencia.

Así, día tras día, Muntaz fue conquistando el corazón del Rey hasta que, finalmente, él llegó a estar locamente apasionado por ella y no se interesaba más por las otras mujeres.

Se cuenta que cuando Muntaz murió, el Mahárája mandó construir un mausoleo enorme y bellissimo en mármol blanco, como jamás hubo otro igual en toda la India. Y que, en el palacio, llenó sus aposentos de espejos dispuestos de manera que, dondequiera que él estuviese, pudiera verla en su última morada. Hoy reposa al lado de ella, cumpliendo sus promesas de amor eterno.



*En los siglos siguientes y hasta hoy el perfume Kámala es considerado secreto y difícil de conseguir, aun en pequeña cantidad. Solamente los muy merecedores pueden, eventualmente, obtener un frasquito a través de su preceptor.*

Esta leyenda es sólo un cuento. La fórmula Kámala fue elaborada por nosotros. Es oportuno informar que no se utilizó ningún fijador de origen animal que exigiese sacrificio.

- El civeto se retira sin causar daño al animal, con una espátula, de una bolsa que el gato de algalia tiene cerca del ano para marcar su territorio.
- El ámbar gris es expelido espontáneamente por el cachalote y queda flotando en el mar.
- El almizcle de origen animal no existe más en el mercado desde el siglo pasado. Hoy sólo existen el almizcle vegetal y el sintético.



## Ven, yo te quiero conmigo

Caminé tierras, mares y aires en tu busca. Peregriné incesantemente impelido por la falta que sentí de ti y por la certeza de encontrarte.

Te busqué, atento, en cada lugar de Oriente y de Occidente por donde pasé, mirando alrededor y llamándote en mis pensamientos.

Porque estoy solo, como solos están los que habitan la dimensión del Infinito. Volar alto tiene el inconveniente de ser un vuelo solitario...

No obstante los tantos que me escuchan y me siguen, me importas solamente tú, tenerte a mi lado y no sólo para que me escuches, sino para dialogar conmigo.

Quiero hablarte y escucharte. Quiero tocarte y ser tocado por ti. Quiero ofertarte una parte de mí para que habite en ti y germine.

Ven conmigo más allá de la Tierra, del Cielo y de todo lo que está después de él. Ven: ¡yo te quiero conmigo!





## ¡QUÉ PENA! LLEGAMOS AL FINAL

*Pois as coisas findas,  
muito mais que lindas,  
estas ficarão.*  
Carlos Drummond de Andrade

Lo que es bueno dura poco. Pero quisiera prolongar esta relación e incluso profundizarla con el incremento del contacto personal. Para eso, suelo realizar en todo el Brasil, Argentina, Portugal, España, Francia, Inglaterra e Italia encuentros en los cuales desenvuelvo y profundizo algunas de las cuestiones abordadas aquí, y también enseño otros asuntos para los cuales no hubo espacio en el libro. Hay cosas que no deben ser escritas, pero pueden ser habladas. Y existe también el **parampará**, la transmisión oral, que implica otra clase de enseñanzas, tradicionalmente reveladas solamente “de boca a oído”.

Creo que me llevó tanto tiempo concluir este libro porque no quería llegar al final de esta convivencia nuestra. Estoy hablando en serio. Mientras escribía, me sentía como si estuviera recibiendo una visita suya y confabulásemos alegremente, todos los días. Al final ya era un vicio, sentarme para contarle alguna aventura, alguna conquista, algún sinsabor... En fin, aquellas cosas que la gente sólo comparte con los amigos.

Pero lamentablemente, estimado lector, para usted, el libro acaba aquí. Este es el epílogo destinado al público en general. Más adelante hay otro cierre dirigido estrictamente al instructor de Yôga formado por nosotros. Evidentemente, no hay nada secreto ahí, ni existe prohibición alguna de

que usted satisfaga su curiosidad. Simplemente le recomiendo que considere terminada en este punto nuestra obra dirigida a usted. La conclusión destinada al instructor de Yôga podrá sonar para el lego como algo extravagante. Se trata apenas de nuestro lenguaje profesional y de la necesaria orientación categórica que define parámetros para aquellos que quieren trabajar con nosotros, a fin de garantizar la calidad de nuestros instructores formados.

Puesto que ya nos conocemos mejor, espero que no perdamos contacto. Acepte un *hasta pronto* de este su amigo,

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Bala Rou". The signature is fluid and cursive, with a large, sweeping flourish at the end.



## EL FINAL ES UN INICIO AL REVÉS

### ¿QUÉ TAL RELEER TODO EL LIBRO?

Ahora que ya conoce el contenido, tiene una ventaja: ya sabe qué capítulos le agradaron más. Haga la experiencia de releer y descubrirá algo impresionante: cuánto deja de registrar nuestro cerebro durante una lectura.

A lo largo de décadas de magisterio, realicé muchos tipos de investigaciones con miras a un mejor aprovechamiento del estudio. Exploré bastante el recurso de subrayar los fragmentos interesantes, tomar notas en los márgenes y hacer un sumario del lector basado, no en los nombres de los capítulos, sino en los tópicos que más interesaron dentro de cada capítulo. Pero a pesar de todo eso, al releer un libro, la sensación que experimentan los lectores es simplemente que dejaron pasar varios fragmentos, a veces extensos. Es como si los estuvieran leyendo por primera vez.

Eso es natural, ya que la propia lectura hace que la mente divague. Y en los momentos de divagación se produce una ausencia del lector. Durante ese lapso, la mente no toma conocimiento de lo que leen los ojos. De ahí que hayamos instituido el hábito de releer los buenos libros luego de terminarlos y, después, hacer una revisión anual de aquellas obras que juzgamos merecedoras.

La ventaja adicional es que, con esa práctica, ¡el libro no termina nunca y la relación lector/autor se perpetúa!

Espero entonces encontrarlo anualmente en este mismo espacio virtual.







## GRUPOS DE ESTUDIO

Si usted leyó hasta aquí y si leyó todo el libro sin saltar ningún capítulo, ninguna página, entonces está potencialmente capacitado para reunir un pequeño grupo de personas especiales, sinceras, interesadas en absorber las preciosas enseñanzas del SwáSthya Yôga.

Cada lector de nuestro libro es un instructor en potencia, pues fue esclarecido por la lectura. Su interés fue aguzado por los aspectos polémicos y controvertidos del SwáSthya Yôga. Sé que lo he contagiado con la satisfacción que siento al rescatar estos conocimientos y al divulgar y hacer crecer el SwáSthya.

El próximo paso es leer los demás libros recomendados al final de este volumen y reunir a sus amigos para estudiar esas obras, practicar juntos y asistir al *Curso Básico de Yôga* en video.

Para recibir nuestra autorización formal y orientación sobre cómo proceder, entre en contacto con nosotros por carta o teléfono.

¡Y buena suerte!

*¡SwáSthya!*

## INSTRUCCIONES PARA ORIENTADORES DE GRUPOS DE ESTUDIO

### SUGERENCIA DE ESTRUCTURA

<i>Lunes</i>	<b>SAT SANGA</b> , grupo de mantra, utilizando los diversos CDs de mantra de los Instructores de la Uni-Yoga. Al final, escuchar el CD <i>Mensagens</i> .
<i>Martes y jueves</i>	<b>PRÁCTICA DE ASHTÁNGA SÁDHANA</b> , con el CD <i>Práctica Básica de Yôga</i> .
<i>Miércoles</i>	<b>SAT CHAKRA</b> , círculo de mentalización, con el CD <i>Sat chakra</i> .
<i>Viernes</i>	<b>CÍRCULO DE LECTURA</b> para debatir el capítulo, que fue previamente leído en casa, del libro correspondiente a esa semana. Cerrar con la práctica del CD <i>Desenvuelva su Mente</i> .
<i>Sábados</i>	<b>SEMINARIO</b> , con los videos del Curso Básico. Cerrar con la práctica del CD <i>Reprogramación Emocional</i> .

### TEMAS SUGERIDOS PARA LECTURA Y DEBATE:

#### PRIMER TRIMESTRE – LIBRO YÔGA, MITOS Y VERDADES.

<b>MARZO:</b>	<i>1ª semana</i>	Historia del Yôga en el Brasil.
	<i>2ª semana</i>	Cuál es nuestro público y tipo de Yôga.
	<i>3ª semana</i>	La Revelación del SwáSthya Yôga.
	<i>4ª semana</i>	El Maestro.
	<i>5ª semana</i>	Cuando exista una quinta semana, estudiar el CD <i>Sânscrito – treinamento de pronúncia</i> .
<b>ABRIL:</b>	<i>1ª semana</i>	Espiritualismo.
	<i>2ª semana</i>	El principio de la polémica.
	<i>3ª semana</i>	Desistí de enseñar Yôga.
	<i>4ª semana</i>	Cómo surgió la Formación de Instructores.
	<i>5ª semana</i>	Cuando exista una quinta semana, estudiar el libro <i>Encuentro con el Maestro</i> .
<b>MAYO:</b>	<i>1ª semana</i>	Nace la Uni-Yôga (Unión Nacional de Yôga).
	<i>2ª semana</i>	Introducción del Yôga en las Universidades.
	<i>3ª semana</i>	Reglamentación de la profesión.
	<i>4ª semana</i>	Al final, ¿la palabra Yôga tiene acento?
	<i>5ª semana</i>	Cuando exista una quinta semana, estudiar el libro <i>Yo recuerdo... .</i>

**SEGUNDO TRIMESTRE – LIBRO *BOAS MANEIRAS NO YÔGA*.**

- JUNIO:**
- 1ª semana Buenas maneras ¿para qué?
  - 2ª semana Sutileza es sinónimo de buenas maneras.
  - 3ª semana Al dialogar.
  - 4ª semana Sin preguntas.
  - 5ª semana Cuando exista una quinta semana, estudiar el CD ***Sânscrito – treinamento de pronúncia.***
- JULIO:**
- 1ª semana Reclamamos y más reclamamos.
  - 2ª semana No sea un insatisfecho.
  - 3ª semana Alimentación vegetariana: ¡basta de disparates!
  - 4ª semana Chinelas.
  - 5ª semana Cuando exista una quinta semana, estudiar el libro ***Yo recuerdo...***
- AGOSTO:**
- 1ª semana Vestuario y apariencia personal.
  - 2ª semana Hablar correctamente.
  - 3ª semana No haga mezclas.
  - 4ª semana ¿Chismes? No crea. ¡No escuche!
  - 5ª semana Cuando exista una quinta semana, estudiar el libro ***Alternativas de Relacionamento Afetivo.***

**TERCER TRIMESTRE – YÔGA AVANZADO**

- SETIEMBRE:**
- 1ª semana Qué es el SwâSthya Yôga.
  - 2ª semana La mecánica del método.
  - 3ª semana La relación Maestro/discípulo.
  - 4ª semana Egrégora.
  - 5ª semana Cuando exista una quinta semana, estudiar el CD ***Sânscrito – treinamento de pronúncia.***
- OCTUBRE:**
- 1ª semana Mudrá.
  - 2ª semana Pújá.
  - 3ª semana Mantra.
  - 4ª semana Pránáyâma.
  - 5ª semana Cuando exista una quinta semana, estudiar el libro ***Encuentro con el Maestro.***
- NOVIEMBRE:**
- 1ª semana Kriyá.
  - 2ª semana Âsana.
  - 3ª semana Yôganidrâ.
  - 4ª semana Samyama.
  - 5ª semana Cuando exista una quinta semana, estudiar el libro ***Regulamentação dos Profissionais de Yôga.***

**CUARTO TRIMESTRE – LIBRO YÔGA SÚTRA DE PÁTAÑJALI.**

<b>DICIEMBRE:</b>	1ª semana	Introducción.
	2ª semana	Capítulo I.
	3ª semana	Capítulo I.
	4ª semana	Capítulo II.
	5ª semana	Cuando exista una quinta semana, estudiar el CD <b>Sânscrito – treinamento de pronúncia.</b>
<b>ENERO:</b>	1ª semana	Capítulo II.
	2ª semana	Capítulo III.
	3ª semana	Capítulo III.
	4ª semana	Capítulo IV.
	5ª semana	Cuando exista una quinta semana, estudiar el libro <b>Yo recuerdo...</b>
<b>FEBRERO:</b>	1ª semana	Capítulo IV.
	2ª semana	Código de Ética.
	3ª semana	Código de Ética.
	4ª semana	Revisión de los temas.
	5ª semana	Cuando exista una quinta semana, estudiar el libro <b>Alternativas de Relacionamento Afetivo.</b>

Si dispone de tiempo, no se restrinja a los capítulos sugeridos. Prosiga con la lectura de cuantos capítulos desee.

Otros libros del mismo autor para lecturas subsiguientes:

1. **Yo recuerdo...**
2. **Encuentro con el Maestro**
3. **Alternativas de relacionamento afetivo**
4. **Todo lo que usted nunca quiso saber sobre Yôga**
5. **Sútras – máximas de lucidez y êxtase**
6. **Tantra, la sexualidad sacralizada**
7. **Mensagens**
8. **Alimentação vegetariana: chega de abobrinha!**
9. **Orígenes del Yôga**
10. **Chakras y kundaliní**
11. **Karma y dharma – transforme a sua vida**
12. **Meditação e autoconhecimento**
13. **Corpos do Homem e Planos do Universo**
14. **ÔM, o mais poderoso dos mantras**



## CURSO DE LECTURA

*Después de los cincuenta nadie es preconcepcioso:  
pasamos a ser posconcepciosos.*  
DeRose

Si usted es sólo un curioso que quiere saber un poco sobre muchas cosas y mucho sobre ninguna, lea todo lo que quiera. Pero si está identificado con la propuesta de este tipo de Yôga, si él representa para usted un camino suficientemente completo, que le satisface plenamente al punto de no querer seguir buscando por aquí y por allá, entonces estas instrucciones son para usted.

Leer todo lo que le caiga en manos sólo por tratarse supuestamente de Yôga o de otra filosofía, arte o "ciencia" que se presume correlativa, es un comportamiento inmaduro, fútil y que genera dispersión.

Primero, la mayor parte de los libros sobre Yôga y similares que se encuentran comercializados, no sirve. Su lectura perjudica más de lo que ayuda. ¡Es mejor no saber nada que pensar que se sabe!

Después, aun si encontrara varias buenas obras y varios buenos Maestros –y ya eso sería una suerte increíble–, aun así, la dispersión de involucrarse con más de una metodología comprometería los eventuales resultados positivos que pudiera recoger si se concentrara en una sola vía.

Imagine una persona que quisiera hallar agua y estuviera desperdiciando tiempo y trabajo en cavar varios pozos al mismo tiempo, en vez de concentrarse en uno solo. Que cada pocito recién comenzado, lo interrumpiese para ir a cavar otro, y después volviese al primero, cambiase de nuevo para experimentar un tercero, y así sucesivamente. Después de perder mucho tiempo y malgastar mucho trabajo, probablemente abandonaría todas las tentativas, desanimado, declarando que definitivamente no sirve de nada cavar, pues supone que ninguno de esos pozos dará agua. Sin embargo, es probable que todos hubiesen dado agua (de diferentes calidades y a diferentes profundidades), si el inconstante se hubiese concentrado en uno solo.

Vivékánanda se refería a ese tipo de gente en la parábola del hombre que, llegando a un árbol frutal, daba una mordida en cada fruta para ver si había alguna que le agradase más, en vez de tomar una para saciar su hambre.

En suma: pare con la intoxicación de teoría. Lea pocas y buenas cosas. No haga mezclas. Adopte una línea de conducta seria e inteligente, un plan para el estudio orientado en una dirección definida, como quien sabe lo que quiere, y jamás ecléctica, bajo ningún pretexto.

Son considerados **practicantes de primera clase** los que se dedican exclusivamente al Yôga y, dentro de éste, a una sola modalidad, sin mezclarla con ninguna otra. Lo mismo se dice de los instructores. Y de ellos, con mucha más razón.

Los libros indicados en el Curso de Lectura son algunos de los mejores, y no son muchos. Si ya los ha leído todos, vale más releerlos varias veces que entregarse a aventuras literarias que, ciertamente, comprometerán su buena dirección.

*"Dime lo que lees y te diré quién eres." Esto es verdad.  
Pero te conoceré mejor si me dices lo que lees.*

François Mauriac  
Premio Nobel de Literatura de 1952

## ORIENTACIÓN AL LECTOR DE YÔGA

*Busca fuera de los libros, dentro de ti.*  
DeRose

Hay diversos tipos de literatura de Yôga. Voy a describir algunos para que pueda tener idea de lo que está adquiriendo al comprar un libro sobre el tema.

1. Los más confiables son los libros escritos por yôgis que vivenciaron experiencias y relatan los medios para obtener buenos resultados.
2. En segundo lugar vienen los que, sin tener una iniciación práctica, teorizan a más no poder con el fin de intentar comprender lo que enseñan los primeros. Este tipo de literatura se identifica fácilmente, ya que sus autores acostumbran usar frases tales como: "*los yôgis dicen...*" o "*según los yôgis...*", por cuanto reconocen que ellos mismos no saben y tampoco son yôgis.
3. Después, surgen los que simplemente repiten aquello que dijeron los primeros y los segundos, elaborando una literatura de tercera, totalmente innecesaria, dispensable y meramente plagiada. También es facilísimo identificar esos libros, ya que sus autores abusan de frases de terceros, acompañadas de "*conforme dice Fulano*", "*según Mengano*", "*en la opinión de Zutano*", etc.
4. No pueden faltar los que publican libros populacheros, para consumo y pseudo-información de los legos. Legos, antes de leerlos. Después, pasan a ser mal informados y engañados. Empiezan a repetir disparates. Generalmente los títulos son algo como: "*Cure su dolencia con la yoga*" o "*Yoga en diez lecciones*". Claro que puede haber excepciones. Recordemos siempre: "*Todas las generalizaciones son perniciosas, incluso ésta.*"
5. Hay, también, libros que mezclan todo lo que es oriental y hacen una ensalada de India, Tibet, Nepal, Egipto, China y Japón, enredando Hinduismo, Budismo, Taoísmo, Sintoísmo, Sufismo, Chamanismo, Zen y todo lo que el autor haya leído. Es que los occidentales sucumben ingenuamente al síndrome de la ilusión de perspectiva, según la cual "Oriente" es un lugar muy distante, allá donde las paralelas se juntan. Entonces, juzgan que todas las filosofías orientales conducen al mismo lugar. Además, el escritor occidental cree que constituye una demostración de cultura encontrar puntos de convergencia entre los múltiples sistemas. Así, el lector adquiere un libro de Yôga, pues quería Yôga, y termina llevando a su casa una serie de otras cosas que no quería y que sólo sirven para llenar las páginas que el conocimiento limitado del autor hubiera dejado en blanco, si se hubiera atendido al asunto propuesto. Hay un libro que pretende disertar sobre mudrás del hinduismo e, inadvertidamente, mezcla

muñecas de otros países. Tal procedimiento induce al estudiante al error de introducir muñecas alienígenas en una práctica ortodoxa de Yôga, suponiendo que está actuando correctamente. ¡Estoy cansado de corregir a alumnos de Yôga que se sientan para meditar y ponen las manos en un muñeco del Zen! Eso es un error equivalente a ejecutar un *katí* de Kung-Fu en una clase de Karate o salir bailando tango en una clase de ballet clásico. Yo mismo, cuando era joven, utilizaba mantras en hebreo, de la Cábala, en las prácticas de Yôga, pues los libros que leía me inducían a eso y nadie me había advertido de lo contrario, como estoy haciendo yo ahora. Mezclar, además de no ser un procedimiento serio, puede producir consecuencias imprevisibles. Ahora bien: tengamos en cuenta que el Yôga más antiguo es de raíces Tantra y Sámkhya; por lo tanto, esas tres filosofías poseen compatibilidad de origen.

6. Pero los libros más peligrosos son los que buscan el adoctrinamiento del lector para alguna otra ideología y usan como cebo el nombre del Yôga, ya que éste tiene un respetable "fans club". El interesado compra el libro y lleva gato por liebre. Si hay 5% de Yôga en todo el volumen, es mucho. El resto suele ser catequesis para el Védánta, o Teosofía, o proselitismo a favor de alguna secta exótica. El Yôga más antiguo –preclásico y clásico– era Sámkhya (naturalista). Por lo tanto, el Yôga más auténtico es de esa corriente. En la Edad Media apareció un Yôga moderno, de línea Védánta (espiritualista). ¿Cómo saber si el libro de Yôga es de tendencia Sámkhya, más auténtica, o Védánta, más moderna? Aquí van algunas ayudas para el lector que tenga pocas nociones de las dos filosofías citadas.

a) Los libros que mencionan más veces el término **Púrusha** y pocas (o ninguna) el término **Átmam**, para designar el *Self*, suelen ser de tendencia Sámkhya.

b) Por el contrario, los que citan muchas veces el vocablo **Átmam** y pocas (o ninguna) la palabra **Púrusha**, son casi siempre de línea Védánta o, eventualmente, alguna otra bajo su influencia.

c) Los que usan indiscriminadamente los dos términos, no son de ninguna línea. Ni saben que existen linajes y que es filosóficamente imposible no definirse por uno solo. Cuestionados al respecto, afirman con orgullo frustrado: "No soy de ninguna línea específica, ¡soy de todas!" Ésos son ciertamente autores occidentales (o, en algunos casos, indios sin iniciación). No tuvieron un buen Maestro. Y si lo tuvieron, no entendieron nada de lo que les fue enseñado.

## BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA PARA ESTUDIO Y DOCUMENTACIÓN

*Antes de tener algún tipo de relación profesional con los libros,  
no se descubre qué malos son la mayoría de ellos.*  
George Orwell

Resista heroicamente la tentación de leer cualquier cosa, sólo porque se trate de Yôga o de alguna materia supuestamente semejante. Mejor es releer varias veces un buen libro que leer varios libros nuevos que sean contraindicados. Y, convenhamos, Con una bibliografía tan buena y extensa como la que recomendamos, no tiene necesidad de gastar su tiempo y dinero con libros que podrán perjudicar no sólo su cultura, sino también su salud mental. Consulte el capítulo sobre *egrégora*.

Procure leer las obras indicadas a continuación más o menos en este orden, dependiendo de la disponibilidad de las editoriales. Con esta base sólida de buenas obras, después podrá leer cualquier cosa, pues ya habrá desarrollado el sentido crítico. Note que un buen número de los libros recomendados es de otros autores, de otras líneas de Yôga y hasta de temas que no tratan de Yôga, como alimentación, historia y arqueología.

1. **DeRose**, *Yôga Avanzado*, Nobel (Brasil), Afrontamento (Portugal) y Longseller (Argentina).
2. **DeRose**, *Yôga, Mitos y Verdades*, Nobel (Brasil), Afrontamento (Portugal) y Kier (Argentina).
3. **DeRose**, *Todo lo que usted nunca quiso saber sobre Yôga*, L&PM.
4. **DeRose**, *Programa do Curso Básico*, Uni-Yôga.
5. **DeRose**, *Boas Maneiras no Yôga*, Nobel.
6. **DeRose**, *Yo recuerdo...*, Nobel (Brasil) y Kier (Argentina).
7. **DeRose**, *Encuentro con el Maestro*, Matrix (Brasil) y Kier (Argentina).
8. **DeRose**, *Sútras – máximas de lucidez y éxtase*, Nobel (Brasil) y Afrontamento (Portugal).
9. **DeRose**, *Alimentación vegetariana: chega de abobrinha!*, Nobel.
10. **DeRose**, *Orígenes del Yôga Antiguo*, Nobel (Brasil) y Kier (Argentina).
11. **DeRose**, *Alternativas de relacionamiento afectivo*, Nobel (Brasil) y Afrontamento (Portugal).
12. **DeRose**, *Tantra, la sexualidad sacralizada*, Uni-Yôga y Longseller (Argentina).
13. **DeRose**, *Yôga Sútra de Pátañjali*, Uni-Yôga.
14. **DeRose**, *Mensagens*, Uni-Yôga.
15. **DeRose**, *Karma y dharma – transforme a sua vida*, Uni-Yôga.
16. **DeRose**, *Chakras, kundaliní y poderes paranormales*, Nobel (Brasil) y Kier (Argentina).
17. **DeRose**, *Meditação*, Uni-Yôga.
18. **DeRose**, *Corpos do Homem e Planos do Universo*, Uni-Yôga.
19. **DeRose**, *Guia do Instrutor de Yôga*, Uni-Yôga (esgotado).
20. **DeRose**, *Prontuário de Yôga Antigo*, (edición histórica sólo para coenseñadores).
21. **DeRose**, *A regulamentação dos profissionais de Yôga*, Uni-Yôga.
22. **Santos, Sérgio**, *Yôga, Sámkha e Tantra*, Uni-Yôga.
23. **Santos, Sérgio**, *Escala Evolutiva*, Uni-Yôga.
24. **Flores, Anahí**, *Coreografías*, Uni-Yôga.
25. **Flores, Melina**, *108 Familias de ásanas*, edición de la autora.
26. **Marengo, Joris**, *50 Clases prácticas de SwáSthya Yôga*, Nobel.
27. **Castro, Rosângela**, *O gourmet vegetariano*, Nobel.
28. **Caramella, Edgardo**, *La dieta del Yôga*, Kier, Buenos Aires.
29. **Michaël, T.** *El Yôga*, Zahar Editores.
30. **Time-Life**, *India Antigua*, Abril Coleções.
31. **Shivánanda**, *Hatha Yôga*, Editorial Kier.
32. **Shivánanda**, *Pránáyama*, Pensamento.
33. **Shivánanda**, *Kundaliní Yôga*, Editorial Kier.
34. **Shivánanda**, *Tantra Yôga, Nada Yôga y Kriyá Yôga*, Editorial Kier.
35. **Shivánanda**, *Autobiografía*, Pensamento.
36. **Shivánanda**, *Japa Yôga*, Edición del Shivánanda Ashram.
37. **Bernard, T.** *El Camino Práctico del Yôga*.
38. **Eliade, M.** *Pátañjali y el Yôga*, Editorial Paidós.
39. **Eliade, M.** *Técnicas del Yôga*, Cia. Fabril Editora.
40. **Eliade, M.** *Yôga, inmortalidad y libertad*, Editora Palas Athena.
41. **Purôhit Swámi**, *Aphorisms of Yôga*, Faber & Faber (Londres y Boston).
42. **Kastberger, F.** *Léxico de Filosofía Hindú*, Editorial Kier.
43. **Van Lysebeth, A.** *Tantra, el Culto de la Femenidad*, Summus Editorial.
44. **Blay, A.** *Tantra Yôga*, Iberia.
45. **Woodroffe, J.** *Principios del Tantra*, Editorial Kier.
46. **Woodroffe, J.** *Shaktí y Shakta*, Editorial Kier.
47. **Avalon, A.** *El Poder Serpentino*, Editorial Kier.
48. **Gôswámi**, *Laya Yôga*.
49. **Monier-Williams**, *Sanskrit-English Dictionary*, Oriental Publishers.

---

50. **Feuerstein, G.** *A tradição do Yôga*, Pensamento<sup>68</sup>.

Como complemento a la bibliografía, consulte el CD-ROM **DeRose – Quiénes somos**, que todas las escuelas, asociaciones y federaciones acreditadas pueden ofrecerle gratuitamente.

---

68 Este es el único libro de Yôga de autor extranjero que cita a un autor brasileño, en este caso, al Maestro DeRose.

---

# **EPÍLOGO A LOS INSTRUCTORES DE YÔGA**

**Y**

## **DISCÍPULOS AVANZADOS**

Un epílogo destinado al instructor de Yôga podrá sonar al lego como algo extravagante. Se trata simplemente de nuestro lenguaje profesional y de la necesaria orientación categórica que define parámetros para aquellos que quieren trabajar con nosotros, a fin de garantizar la calidad de nuestros instructores formados.

---



## HERENCIA CULTURAL DEL SWÁSTHYA YÔGA

Nadie vive para siempre. Por lo tanto, es muy posible que en este exacto momento en que usted está leyendo sobre mi vida, yo ya no la esté viviendo<sup>69</sup>.

Por otro lado, ¡qué circunstancia emocionante, estar conversando usted conmigo después de yo ya haber pasado para el otro lado! Eso es una gran ventaja, porque así puedo estar ahí, bien a su lado, dialogando efectivamente con sus pensamientos. ¿Se imagina? Podremos comunicarnos por vía directa mucho más fácilmente.

Pero tal vez yo aún esté en el cuerpo físico cuando usted concluya la lectura de este libro. En ese caso, me gustaría mucho poder contar con su simpatía y apoyo en el momento en que todavía preciso de eso y en que aún puedo agradecerlo. No haga como tanta gente que espera a que los otros hayan muerto para, entonces, elogiarlos. ¡Apóyeme ahora!

El Yôga me proporcionó mucha vitalidad, pero tengo conciencia de que perjudiqué la salud para desempeñar la misión que asumí. Durante los primeros veinte y cinco años de trabajo, dediqué al Yôga todo lo que ganaba; por lo tanto pasé todo ese tiempo sin tener casa propia, tuve que comer en la calle durante esos años, y en consecuencia, me alimenté mal.

Para empeorar el desgaste, viajé incesantemente, dando clases en prácticamente todas las Universidades Federales y Católicas del extremo sur al extremo norte del Brasil. Además, viajé casi todos los años a la India y a Europa, siempre en misión. En esas dos décadas y media no tuve vacaciones y trabajé cada sábado, domingo y feriado<sup>70</sup>.

---

69 No sirve de nada adoptar la política del avestruz, querer evitar lo inevitable metiendo la cabeza en la arena. La muerte es parte de la vida y tenemos que encararla con naturalidad (¿no somos naturalistas?). Mucha gente reacciona diciendo: “¡Ah! No hable de esas cosas.” ¿Por qué? ¿No hablando, la muerte deja de producirse? Eso es una evasión, una postura de señora provinciana. Quien no la teme tampoco huye del asunto.

70 La circunstancia de viajar tanto durante varios años, conociendo mucha gente, cambiando opiniones, debatiendo, intercambiando experiencias en América, Europa e India, nos ocasionó el un crecimiento constante.

Ese crecimiento es el responsable por el hecho de que, cada año, en cada curso, estamos siempre mejorando, ampliando, perfeccionando la orientación que proporcionamos a los alumnos. La evolución es tan acelerada que nuestros discípulos, muchas veces acomodados a una vida estacionaria y

Mantuve la tensión bajo control con las técnicas anti-estrés del Yôga, pero todo tiene un límite<sup>71</sup>. Tuve conciencia todo el tiempo de que estaba comprometiendo la expectativa de vida. Pero, tenía que ser así. No me quejo. Estoy feliz y, si fuera necesario, haría todo otra vez. Quizá, con más experiencia, me equivocara menos...

Me gustaría que este capítulo fuese mi testamento público, no de bienes, pero de ideas. En nuestros libros y videos dejé exhaustivamente claras mis posiciones, principios, aspiraciones, luchas, recelos y desaprobaciones. Nada me disgustaría más que ver personas que hacen lo opuesto a aquello que preconicé, con la justificación de estar siguiendo mis propuestas. Si reconocen que no gustan del autor o de su método está bien, después de todo, respeto la libertad de pensamiento y sé que es imposible agradar a la humanidad entera. Lo que repudio es que alguien se declare discípulo y simpatizante, pero actúe o hable en desacuerdo.

También sería muy triste que esos supuestos discípulos deturparan mis enseñanzas, falsificaran mis textos o hasta pelearan entre sí, con el pretexto de la lealtad. Eso ya les sucedió a todas las agrupaciones humanas, sean ellas religiosas, filosóficas, políticas, deportivas o empresariales. Ocurrió incluso con el SwáSthya, estando yo vivo. Por exceso de celo, algunos discípulos de Portugal casi transformaron nuestra obra en una ideología fanática. Creo que confundieron mi posición categórica con una postura intolerante.

### LO QUE ESPERO DE USTED

1. Espero que usted no se deje manipular o adoctrinar por nadie y, ciertamente, tampoco por mí. No deseo convencerlo de nada. Sólo estoy exponiendo puntos de vista. Si usted sintoniza con ellos, caminaremos juntos. En caso contrario, cada uno de nosotros seguirá su camino.

2. Si usted escoge caminar conmigo, espero que no se deje seducir por misticismos, ni por sectas, ni por mezcolanzas con otras ciencias, artes, filosofías, estudios, ideologías; tampoco por los demás tipos de Yôga. Que respete y perpetúe la pureza de nuestra estirpe. Profundice, métase de cabeza, sea leal, dedíquese a una cosa sola. No mezcle con nada más. No estoy interesado en quien aún está en la fase de la búsqueda. Un buscador no es un "hallador". Se divierte y satisface con la fruición de la búsqueda en sí. Encontrar, sería arruinar el placer, pues interrumpiría la diversión. Hoy busca aquí, mañana allí, después más allá. No se puede confiar en ese tipo de gente. Quiero personas que no sientan la compulsión neurótica de buscar, buscar, buscar. Quiero gente que se haya encontrado en el SwáSthya y que eso sea definitivo.

---

limitados regionalmente al ámbito de su ciudad, encuentran enorme dificultad en acompañar nuestro ritmo para evolucionar juntos.

Los que sienten menos esa dificultad son los que viajan más, participan de nuestros Festivales trimestrales y asisten por lo menos a un curso nuestro por año en otra ciudad, ya que en ese caso permanecen más tiempo en contacto.

Un discípulo que permanezca apartado físicamente por mucho tiempo tendrá dificultades para reintegrarse, puesto que, cuando él vuelva a asistir a algún curso o evento, ya estaremos todos muchas millas más adelante.

71 Swámi Sivánanda, médico hindú, Maestro de Yôga iluminado de los Himalayas, declaró en su *Autobiografía*, página 47: "Cuando viajo, agoto toda mi energía en una semana."

3. Espero que usted tenga flexibilidad y reflejos suficientes para acompañarme cuando se hagan necesarias mudanzas de rumbo. Si vamos a danzar juntos, no está bien que yo dé un giro y usted se quede parado, duro, en el mismo lugar.

4. Espero que usted entienda qué importante es, en este momento histórico, divulgar y enseñar el SwáSthya Yôga, así como preparar más personas para que lleguen a ser instructores bajo mi supervisión directa, ya que fui yo quien sistematizó el método. Es importante el efecto multiplicador, la reacción en cadena, para hacer crecer nuestra familia hasta que llegue a un nivel óptimo de estabilidad, es decir, que todo fluya sin esfuerzo, a fin de que las próximas generaciones no tengan que luchar y trabajar tanto como los pioneros que, al final, se sacrificaron excesivamente. Cuando alcancemos ese punto, será necesario saber parar de crecer para no desvirtuar la calidad. A partir de entonces pasará a ser prioridad invertir aún más esfuerzos para el perfeccionamiento técnico, cultural, ético, social y recreativo.

5. Espero que usted (siendo practicante o instructor) tenga la combatividad necesaria para defender nuestro método de Yôga, enérgicamente, siempre que sea preciso. Sin embargo, para eso, aplique la elegancia, la educación y la cultura. Esas tres fuerzas deben ser empuñadas con una potencia avasalladora.

6. Espero que usted sea, o llegue a ser, una persona de excelente cultura, que tenga, o adquiera, una óptima apariencia personal y ascienda constantemente en la escala social. Salud, alegría, excelente *lay-out* y suceso en la vida, son factores fundamentales para que usted se revele un buen representante de nuestro recado.

7. Espero que usted sepa distinguir: SwáSthya Yôga es el método y Uni-Yôga es una entidad a la cual podrá estar afiliado o no. Usted puede no pertenecer a los cuadros de la Unión Nacional de Yôga y, sin embargo, estar practicando o enseñando SwáSthya. Una cosa no tiene nada que ver con la otra. Si usted es instructor, tiene un Supervisor. Hay compromisos de honra, un contrato legal y deberes morales entre usted y él. Aunque no esté afiliado a la Unión, sus compromisos y deberes con su supervisor permanecen en vigencia y deben seguir siendo honrados.

8. Espero que entre los instructores de nuestro método de Yôga y entre los miembros de la Uni-Yôga jamás se produzcan disputas, competencia, envidia, intolerancia o desunión, como hemos visto en el ambiente de otros tipos de Yôga o de otras instituciones. Nadie está obligado a gustar de todo el mundo; por lo tanto, si usted no simpatiza con algún compañero, mantenga en relación con él una distancia cordial, pero nunca lo antagonice. La fuerza está en la Unión; en la separación, la debilidad. Vencimos a nuestros opositores porque ellos disputaban entre sí, mientras nosotros nos apoyábamos unos a otros. Jamás hostilice a un colega de SwáSthya Yôga. Todos tienen alguna virtud. Lo importante es saber encontrarla.

9. Por otro lado, no se deje engañar por los que quieran hacerse pasar por gente nuestra. El hecho de que alguien enseñe nuestro método no significa que sea simpatizante o que esté comprometido con nosotros. Pregúntese siempre: **un instructor que sea realmente amigo, aliado, que guste de nosotros como dice, ¿por qué no está asociado con nosotros a través de la Unión Nacional de Yôga?**

Lo que abunda son personas que declaran: “Maestro, yo estoy siempre con usted, participando a la distancia, y siempre lo apoyé.” ¡Mentira! No están conmigo ni me apoyan. Si nuestra Obra dependiera de ellos, ya no existiría. Si yo dependiera de ellos para vivir, ya

habría muerto de hambre. No contribuyen con nada. Se dicen mis amigos, pero no concuerdan conmigo, no comprenden el valor de nuestro trabajo, ni gustan de nosotros lo suficiente para querer participar de la Unión Nacional de Yôga; no contribuyen con la Supervisión, y no participan de los cursos y eventos. ¡Son falsos e hipócritas!

Sé que cuando yo falte, muchos de los que me traicionaron, persiguieron, excluyeron, difamaron y execraron, van a querer lucrar con el SwáSthya y con la Uni-Yôga, tal como tantas personas que reconocen que el nuestro es el mejor método de Yôga, pero no admiten retribuir con el debido reconocimiento a su sistematizador y declaran: "El SwáSthya Yôga es excepcional, pero a DeRose yo no lo acepto: ¡él es brasileño!"

¿Se imagina si la Unión cayera en manos justamente de los que la combatieron? Bastaría con que usted y los demás no estuvieran atentos a estas advertencias y recomendaciones.

### ¿QUIÉN VA A DAR CONTINUIDAD A LA OBRA?

El continuador en la presidencia de la Unión Nacional de Yôga será aquel cuyo nombre sea indicado en Acta de Asamblea General de la Unión. Por lo tanto, no habrá litigio al respecto. Para que tampoco se produzca una disputa con relación a la persona que quedará al frente del SwáSthya, voy a enumerar los prerequisites que considero necesarios.

Aún no puedo indicar a nadie como sucesor en el liderazgo del SwáSthya Yôga, ya que hasta hoy ningún instructor reunió todas las cualidades requeridas por mí, que son:

- 1) Ser mi discípulo directo, con Certificado concluido en el grado de Maestro, con todos los compromisos cumplidos regularmente en los últimos diez años.
- 2) Vivir y sustentar a su familia exclusivamente con la profesión de instructor de SwáSthya Yôga.
- 3) Haber ido a la India en mi compañía.
- 4) Tener más de treinta y menos de sesenta años de edad.
- 5) Ser Director de una Sede Acreditada Efectiva de la Unión Nacional de Yôga hace más de diez años en esa categoría; o ser miembro de la Dirección de la Unión Nacional de Yôga hace más de diez años.
- 6) Tener, y demostrar, lealtad y confianza ilimitadas, en el SwáSthya Yôga y en su Maestro.
- 7) Manifestar humildad y disciplina perfectas en la relación con el Maestro.
- 8) Combinar todo eso con el don del liderazgo, carisma, didáctica, capacidad administrativa y de relaciones humanas.
- 9) Identificarse no sólo con el método y la técnica, sino con la historia, la filosofía, la problemática del SwáSthya Yôga ante las demás corrientes y sus líderes; por lo tanto, saber identificar a nuestros amigos y a los que no lo son, a fin de defender el SwáSthya Yôga como siempre lo defendí.

Espero que esa persona surja mientras aún estoy aquí para investirla. Si no da el tiempo, esa tarea estará a cargo de un Consejo formado por los Directores de Sedes Acreditadas que nunca se hayan malquistado con ningún otro compañero de la Unión Nacional de Yôga.

Evidentemente, hay cientos de compañeros que siempre dieron excelentes ejemplos de relación humana, pero que, lamentablemente, no han permanecido el tiempo mínimo requerido, ininterrumpidamente, en la categoría de Acreditado Efectivo. En el futuro, es probable que sólo sean indicados para participar del Consejo aquellos que hayan concluido el grado de Maestro.

Cuando mi continuador sea nombrado, pasará por un período de prueba de diez años de liderazgo provisorio. Durante ese período irá siendo reconfirmado cada año o sustituido por el Consejo, si no es considerado digno de esa posición. Podrá utilizar mi Cordón de Shiva una vez por año, en el chakra sádhana de diciembre, y lo devolverá para la guarda de la Unión Nacional de Yôga. Al final del décimo año, si es juzgado apto para asumir definitivamente el liderazgo del SwáSthya Yôga, heredará mi Cordón de Shiva con todas las cuentas y comenzará a usarlo solemnemente para siempre.

### DISCÍPULOS E INDISCÍPULOS

Existen varios tipos de discípulos y diversas fases en el discipulado de cada uno. Pero me gustaría comentar algunas actitudes que aparecen con mayor frecuencia. Es oportuno observar que el discípulo no es el alumno común sino el instructor formado, que forzosamente es supervisado por un Maestro. Por extensión, puede ser considerado como discípulo el estudiante veterano, absolutamente leal y comprometido con la propuesta del Maestro. Fuera de eso, todos los demás son considerados sólo alumnos y no discípulos. Pero también hay algunos que, en realidad, ¡son indiscípulos!

### ¿QUÉ TIPO DE DISCÍPULO ES USTED?

Frecuentemente, las personas se juzgan a sí mismas con condescendencia. ¿Será que a los ojos de su Maestro usted es el tipo de discípulo que supone ser? ¿A usted le importa? Si a usted le importa la imagen que pueda tener ante su Supervisor y se esfuerza para mejorar, escriba a su Maestro informando en qué tipo de discípulo cree que se encuadra. Si no escribe, es señal de que no le interesa. O tal vez le interesa tan poco que ni llegó a registrar este pedido.

### EL DISCÍPULO QUE NO ASUMIÓ AL MAESTRO

Es aquel que leyó el libro *Yôga, Mitos e Verdades*, no estuvo de acuerdo, pero fingió que sí. Leyó el *Contrato de Supervisión*, no le prestó atención, pero declaró que no tenía dudas y lo firmó. No dio importancia a la ceremonia de Confirmación con el Maestro y prometió que cumpliría los compromisos, a pesar de no tener la intención de hacerlo. Leyó el texto *Un Sacudón del Maestro*, y no concordó con su contenido.

Este es el tipo de discípulo que desobedece las recomendaciones del Maestro, aplica una interpretación del SwáSthya Yôga de autenticidad dudosa, incompleta, trunca y distorsionada. Constantemente tiene un comportamiento espiritualista o alternativo. Es anarquista o superficial en la manera de tratar el Yôga. No es profesional. No suele pagar la tasa de supervisión. O bien *se equivoca* con el valor debido de la contribución. O contribuye de forma irregular. Además, vive *engañándose* en todo. Cuando es descubierto, pide disculpas, dice que el hecho no se repetirá, pero continúa "olvidándose", "equivocándose" y "no entendiendo"...

De frente, dice "querido Maestro", sonrío y adula. Por detrás, hace lo que quiere, no

cumple, mezcla, distorsiona. Suele asistir cursos apócrifos, no pertinentes y no autorizados; frecuenta otras instituciones que nada tienen que ver con nuestro linaje y mezcla todo, aunque lo niegue. No es raro que se relacione con nuestros opositores. A espaldas del Maestro dice que no concuerda con él en esto o aquello.

En general, no forma instructores. Cuando los forma, son indisciplinados. No ayuda al crecimiento del SwáSthya Yôga ni al de la Unión Nacional de Yôga. No los siente como propios sino como algo que pertenece a DeRose. Tiene miedo a la oposición de sus propios alumnos y de los demás compañeros de la Unión.

Al leer estas líneas, va a pensar que no se refieren a él. Que él no se encuadra en esta descripción.

¡Me pregunto si no sería mejor no tenerlo como discípulo! Pues tenerlo o no, da lo mismo.

### EL DISCÍPULO EXIGENTE

Él leyó muy bien todos nuestros libros para descubrir las contradicciones y para criticar las fallas de la obra. Leyó los demás libros recomendados y todos los textos, como el *Contrato de Supervisión* y *Un Sacudón del Maestro*. Estudió diligentemente cada palabra, cumple todo al pie de la letra y procura ser un yôgin ejemplar. De hecho, no fuma, no bebe, no come carne, no toma drogas, practica bastante, estudia en exceso, forma instructores y es rígido con sus alumnos.

El SwáSthya Yôga que transmite este tipo de discípulo es tan exigente que corre el riesgo de distorsionarse por exceso.

Es antipático con los alumnos, arrogante con los otros instructores e insolente para con su Maestro. Tiene complejo de superioridad, cree que es mejor que los demás y piensa que nadie se da cuenta. Es sumadamente orgulloso, pero lo niega. Está siempre en desacuerdo. Ve defectos en todo.

Suele cuestionar las recomendaciones del Maestro, siendo groseramente franco, con una abusiva falta de respeto a los principios de jerarquía. Discute las normas vigentes (aunque las cumpla con celo), diciendo que esto y aquello no está bien y que las normas están lejos de ser perfectas. Algunos llegan a dar sugerencias fantasiosas e inviábiles para cambiar las reglas a fin de adaptarlas a sus propias conveniencias oníricas.

Este tipo de discípulo hace reclamos a todo el mundo, incluso al propio Maestro. Es tan egocéntrico que al leer esta descripción, va a pensar que escribí esto pensando sólo en él y que esta es una indirecta personal. ¡Y se va a ofender!

Es un impertinente. Sería óptimo tenerlo como discípulo siempre que no hubiese que hablar con él jamás. Es cansador, estresante, irritante.

### EL FALSO DISCÍPULO

Se trata de un caso más simple. Él quería el certificado de instructor para trabajar, y como el nuestro, además de ser el más respetado, es el único con validez legal, tuvo que aceptar las normas. Leyó todos los textos atentamente, estuvo en desacuerdo con todo, consideró todo muy radical, un absurdo, pero mintió declarando que comprendía y que aceptaba todas las imposiciones, sólo para poder recibir el certificado.

Durante el curso, se sintió agredido. Al pedir alguna autorización al Supervisor, se sintió indignado. Al recibir el kripá, lo consideró ridículo. En los cursos, las pruebas, los congresos, hasta en la correspondencia que intercambia con nosotros, es siempre un generador de problemas. Está siempre dispuesto a adjudicar defectos a algo; todo el tiempo, armado contra nosotros. Acostumbra tratar mal a los secretarios y demás personas encargadas de hacer cumplir las órdenes superiores.

Al conversar con otros instructores y alumnos, se comporta como un instigador, un enemigo infiltrado, tratando todo el tiempo de sembrar dudas, insatisfacción y discordia en relación con nuestro trabajo, filosofía o reglamentos.

La mayoría de los que constituyen este tipo de discípulo proviene de otras ramas de yoga, de ideologías espiritualistas (Rosacruz, Teosofía, Antroposofía, etc.), o incluso de la Macrobiótica, Raj-neesh, Hare Krishna, Brahma Kumaris, Ánanda Marga, GFU y otras sectas.

Frecuentemente, elude las revalidaciones. Jamás paga correctamente, reclama derechos que no tiene, pues no pagó por ellos. Es agresivo, maleducado, irracional.

Suele terminar siendo expulsado con deshonra.

### EL DISCÍPULO VOLUBLE

Él piensa que es inteligente, pero en realidad tiene mal carácter. Usa un Maestro para aprender todo lo que le interesa. Después, lo cambia por otro que no tenga nada para enseñar, pero que sea hindú y, preferentemente, famoso, que todo el mundo conozca, pues así, cuando le pregunten: “¿Quién es su Maestro?”, podrá responder, orgulloso, que es Sivánanda, Aurobindo, Mukhtánanda, Satyánanda, Deepak Chopra... Tal vez por eso el Código de Ética de una conocida asociación internacional considere antiético declararse discípulo de Maestros famosos.

Si el Maestro hindú ya falleció es mejor aún, pues un Maestro muerto no puede llamar la atención del discípulo. Además, si el Maestro está vivo, él puede aceptar al estudiante o no. Si no lo acepta, usted no puede declararse discípulo de él. Pero si el Maestro ya falleció, ¿no podrá hacer público que usted nunca fue aceptado por él como discípulo!... Es muy conveniente.

El discípulo voluble presenta una disculpa para su actitud censurable. Afirma que el aprendiz debe usar a los Maestros como quien sube una escalera y, por lo tanto, debe ir cambiando de Maestros a medida que asciende. “Es que ya aprendí todo lo que podía con este, ahora necesito uno más avanzado”, justifica. Utiliza a su Maestro como un escalón para llegar a otro Maestro, tal como algunas mujeres de carácter dudoso usan a un hombre de alguna influencia para llegar a otro supuestamente más importante, y así sucesivamente.

Cuando conozca a un instructor de Yôga que haya cambiado a su Maestro brasileño por un Maestro hindú, sepa que está delante de una persona que escupe en el plato en que comió. Él no merece su respeto ni su confianza.

### EL DISCÍPULO QUE MATA AL MAESTRO

En las Artes Marciales del Oriente hay un proverbio que dice: “El mejor discípulo es el

que va a matar al Maestro.” “Matar”, la mayor parte de las veces, es simbólico, en el sentido de enfrentar, oponerse, medir fuerzas, tratar de vencer al Preceptor. Si lo consigue, puede matar la carrera profesional de él o, por lo menos, comprometerla.

Ese procedimiento destructivo se explica. Es que, muchas veces, el mejor pupilo, el más esforzado, un día, para mostrar a su Maestro que aprendió todo muy bien, lamentablemente, quiere probar que es mejor que él. Entonces, lo desafía. Todo es una cuestión de ego. Es común que ese fenómeno se produzca entre hijos y padres, cuando los primeros procuran demostrar a sí mismos y al mundo que son mejores que sus progenitores. En el Yôga eso también ocurre. Felizmente, no es siempre, y no es forzosamente el mejor discípulo el que va a jugar una mala pasada.

Pero el karma no perdona. Todos los que actúan mal con sus Maestros pagarán caro por eso. La historia registra muchos casos célebres. El repudio de los demás instructores excluye y aísla al traidor. Todos piensan: quien traiciona a su propio Maestro, ¿qué no hará con sus colegas? Sus alumnos razonan de la misma forma y pierden el respeto por él. Finalmente, víctima de su orgullo, falta de humildad y de gratitud, termina execrado por todos. Vuelve amarga una carrera que no tendrá más el mismo brillo. Después no sirve de nada deplorar el éxito perdido, que sólo habría sido posible contando con el apoyo y la recomendación de su Maestro y de todos sus colegas, discípulos de él, si no hubiese actuado vergonzosamente.

### EL DISCÍPULO ANTROPÓFAGO

Hay un tipo de discípulo que canibaliza al Maestro. No puede entender que el Maestro no existe para servirle. Por eso, encuentra perfectamente normal reclamar atención del Maestro. Generalmente es una persona querida, pero que pide, usa, reclama, hace una pregunta tras otra, escribe cartas más largas que lo que permitirían las buenas maneras y, después, se queja si el Maestro no le llega a responder.

Es un carenciado que necesita atención. Por eso suele ser afectuoso y simpático. Sería muy gratificante tener una persona así en nuestro círculo de estudios y trabajo, siempre que no solicitase tanta atención. Hasta las propias relaciones afectivas y conyugales no resisten y naufragan cuando uno de los cónyuges tiene ese defecto de personalidad.

Nuestra recomendación vehemente para el discípulo antropófago es que lea muchas veces el capítulo que habla sobre la relación Maestro/discípulo, en el libro *Yôga Avanzado*, que relea todo el libro *Boas Maneiras no Yôga* y que mire el video sobre *Guru sêvá*.

### EL DISCÍPULO QUE NUNCA CONCRETA NADA

También está aquel que mira meloso, hace declaraciones de fidelidad eterna, dice que un día va a comenzar a enseñar, que se va a dedicar con seriedad a nuestra misión, pero... los años pasan y ese discípulo no hace nada. Todo para él es difícil. Mira el mundo como si todos fuesen superiores a él. Y él, incomprensiblemente, no consigue enfrentar los desafíos que los otros resuelven con tanta naturalidad. Trabajar con profesionalismo, enseñando solamente Yôga, representa una barrera subjetiva que, no se sabe por qué, él no supera... Abrir una Unidad, un Núcleo de Yôga, “ahora no da”, “¿usted piensa que es fácil?”... Participar de un evento constituye un problema: es lejos, es caro, es de noche... Organizar un curso en su ciudad es impensable, tan

grandes son las dificultades que él mismo pone, comparando su pequeñez con la estatura de la empresa...

Pasa años prometiendo que cuando los hijos crezcan, o cuando se divorcie, o cuando se jubile, o, o, o... Todos sus colegas ya han realizado alguna cosa importante, pero el *discípulo que no concreta nada* atraviesa los años suspirando y prometiendo que un día, cuando se pueda, hará algo. ¡Y no lo hace!

La vida pasa, los hijos crecen, el divorcio se concreta, la jubilación llega, la vejez se instala y un día, el *discípulo que no concreta nada* muere, oscuro y anónimo, sin haber realizado nada para sí mismo, ni por la Humanidad ni por el Yôga.

### EL DISCÍPULO LEAL A LA ENSEÑANZA DEL MAESTRO

Hay dos tipos de discípulo leal: uno que es leal a las cosas que el Maestro preconiza; otro que es leal al Maestro. El primero defiende las ideas del Preceptor, pero no defiende al propio generador de las ideas. Por las enseñanzas del Maestro es capaz de pelear con los otros ¡y hasta con el propio Maestro!

Eligió al Mentor sólo por la constatación de que aquello que él proponía se encuadraba en sus conveniencias. El día que el Maestro diga algo con lo cual no concuerde, en lugar de adaptarse e incorporar esa nueva óptica, el aprendiz rechazará al Maestro. Usa al Maestro mientras le resulta útil, después lo escupe afuera.

El discípulo leal sólo a los enseñanzas del Maestro ***acaba tornándose su enemigo***. Se esclerosa en aquello que el Maestro enseñó y no logra evolucionar junto con él. Con el paso de los años, el Maestro crece, se perfecciona y ve el Universo cada vez con más amplitud y mayor claridad. Entonces, ese discípulo cuestiona al supervisor diciendo que no está siendo coherente con sus propias enseñanzas, que está traicionando lo que siempre predicó, que está enloqueciendo... y le da la espalda, a veces difamándolo e instigando a los otros discípulos a que también se opongan a él.

### EL DISCÍPULO LEAL AL MAESTRO

Por otro lado, el discípulo leal al Maestro es fiel, independientemente del mensaje. No está con el Maestro porque concuerda con lo que él dice, sino que **¡concuerda con lo que el Maestro dice porque está con él!**

Si el Maestro evoluciona, ese segundo tipo de discípulo leal evoluciona junto con él. Si el Maestro cambia, el discípulo cambia con él. Confía en el Maestro, acata su ascendencia, le ofrece un voto de confianza por los años de camino o simplemente lo sigue por amor, por la satisfacción de estar juntos.

Si el Maestro deja de enseñar Yôga y se pone a enseñar ping-pong, el discípulo leal al Maestro va con él, por amor, por confianza, por placer de permanecer a su lado. "Si una persona de la estatura de mi Maestro cambió –deduce– es porque ya descubrió algo que yo todavía no comprendí. Entonces, voy a seguirlo, después de todo, es mi Maestro".

### EL DISCÍPULO IDEAL

¡Existe, sí! Y, por increíble que parezca, realmente es la mayoría. Algunos de los ejemplos anteriores son las excepciones. ¡Felizmente!

El discípulo ideal es simpático, le gusta colaborar, comprende nuestras razones y tiene satisfacción en cumplir todas las determinaciones.

Leyó todos los textos con una disposición positiva, comprendió y no comete errores, pues considera todo tan simple, claro y obvio, que no entiende la confusión que hacen algunos.

Al leer *Un Sacudón del Maestro*, procuró pensar bien si alguna de aquellas advertencias podía servir para él. Y, honestamente, llegó a la conclusión de que no. Aun así, consultó a su Maestro, ¡sólo para confirmar!

Paga todo irreprochablemente, sumas correctas en las fechas precisas. Revalida puntualmente, prepara nuevos instructores todos los años, sus alumnos son disciplinados y, por la mirada de ellos, se nota que gustan de nosotros.

Asiste a todos los cursos, congresos, festivales, residencias, seminarios, convocatorias. Divulga todo y trae más gente, promueve cursos y eventos, invita al Maestro para dictar cursos y nunca deja afuera a la Uni-Yôga cuando realiza algo.

No mezcla Yôga con ninguna otra disciplina, arte, ciencia o filosofía. No participa de cursos apócrifos. No frecuenta instituciones de la oposición. No confraterniza con nuestros detractores. Es leal, disciplinado, amoroso y ético.

Consulta siempre a su Maestro. Da sugerencias, pero sin críticas ni reclamos. Quiere servir y ayudar. Por otro lado, acepta críticas sin ofenderse, y hasta las pide. Además, no se ofende nunca, ya que en su corazón el amor por el Maestro es tan grande que no sobra lugar para susceptibilidades.

De frente, trata al Maestro con cariño; a sus espaldas, lo defiende con lealtad. Para él, está todo bien, perfecto: los cursos, las revalidaciones, la supervisión, el SwáSthya, la Uni-Yôga, hasta los cambios de rumbo del Maestro.

Reencontrarlo es siempre una fiesta, conversar con él, una desconstrucción. Es una persona que queremos como nuestro amigo personal.

Al leer esta descripción, él se identifica, reconoce su valor y se siente feliz por saber que lo valorizamos por lo que él es.

### OTROS TIPOS DE DISCÍPULO

Si usted conoce algún otro tipo característico de discípulo, escriba su descripción y envíenosla para su eventual publicación en una próxima edición de este libro.

### LA SUPERVISIÓN

Una de las mejores iniciativas de la Unión Nacional de Yôga es nuestro Sistema de Supervisión. La estructura fue elaborada de manera de no permitir desvíos de fondos, ni corrupción; no está sujeta a fallas humanas ni burocracias y ni siquiera a alguna eventual falla. Es perfecta, pues sólo deja de funcionar si el principal interesado, que es el beneficiario, se desliga e interrumpe el cumplimiento de sus compromisos.

Lo que existe es un contrato elaborado para conciliar los intereses profesionales de las dos personas físicas que lo firman: Supervisor y Supervisado. La Unión Nacional de Yôga entra en el contrato solamente como testigo y mediadora. Nadie tiene que pagar nada a la Unión, a no ser en casos excepcionales, para resarcimiento, si el supervisado solicita cambio de Supervisor y emisión de un nuevo Certificado, o como sanción.

El contrato se hace así: el instructor que se forma dentro de nuestro linaje, sólo podrá recibir su Certificado y enseñar si tiene un Supervisor. Este deberá ser reconocido como su Maestro.

El discípulo, ahora instructor formado, podrá elegir supervisor libremente entre todos los demás instructores veteranos con grado de Maestro concluido, que estén revalidados y al día con los compromisos asumidos para con su propio Supervisor. Luego debe consultarlo al respecto; si él acepta, ambos pasan por una ceremonia de compromiso mutuo, ante la Unión Nacional de Yôga, que todo lo atestigua y formaliza.

El compromiso recíproco consiste, en resumen, en lo siguiente: el supervisor se compromete a prestar asistencia siempre que sea buscado por el instructor supervisado, personalmente o por teléfono. Por carta, no. En contrapartida, el discípulo se compromete a pagar mensualmente por esa supervisión, ya sea que la utilice o no, con la remuneración que reciba del primer alumno, cada mes<sup>72</sup>. Siempre el primero y solamente **un alumno**, sin importar cuántos tenga. Por lo tanto, no es un porcentaje. Ni está destinado a la Uni-Yôga.

Si el instructor no está dando clases, no debe pagar nada. Por otro lado, si no está enseñando, tampoco podrá aprovechar los beneficios correspondientes.

El objetivo, como ya dejamos claro, es la prestación de servicios de supervisión profesional. Sin embargo, como beneficio colateral, los cursos que el supervisado quiera hacer con el supervisor tendrán descuentos sustanciales, puesto que él ya está pagando la supervisión a ese mismo profesor. Los descuentos no son la única ventaja adicional del Contrato de Supervisión. El beneficio siguiente actúa como respaldo para la vejez, pues a medida que pasan los años, es normal que un buen profesor vaya siendo más solicitado para supervisar a un número creciente de instructores. Y si no es un buen Maestro, pocos formandos lo indicarán para Supervisor, con lo cual se realiza un proceso de selección natural. Téngase en cuenta que, en ese caso, el instructor supervisado siempre pagará sólo el valor equivalente a *un* alumno. Cuando él comience a formar discípulos, una vez que tenga su primer discípulo enseñando, estará pagando uno y recibiendo uno. Entonces, no estará pagando nada, gozará de supervisión gratis y además todos los descuentos.

Cuando tenga dos discípulos formados que ya enseñan, comenzará a recibir el doble de lo que está pagando; con tres discípulos, recibirá el triple, y así sucesivamente. De esa forma, quien más diligentemente trabaje, mayor número de discípulos formará y cuanto mejor sea la supervisión que les preste, antes comenzarán a enseñar esos formandos. Así, prontamente alcanzará la estabilidad necesaria para el desempeño tranquilo de la misión que escogió.

---

72 Note que es un pago muy pequeño para una supervisión profesional. No confunda supervisión con la afiliación a la Unión Nacional de Yôga. Una cosa no tiene nada que ver con la otra.

Si difunde bien el Yôga, a medio plazo dispondrá de algo semejante a una pensión asegurada. Lo más importante: sin haber tenido que pagar nada a partir del momento en que comenzó a supervisar a terceros y además ganando generosos descuentos en cursos. Pero si el instructor no es idóneo, pierde todos los descuentos. Para recibir los beneficios, basta demostrar que viene pagando al supervisor en los últimos doce meses.<sup>73</sup>

Es prácticamente infalible, puesto que no depende de nada, de ninguna institución, sólo del cumplimiento individual de un contrato entre dos personas físicas. Si ambas comprenden las ventajas de este sistema y lo preservan por ser de su mutuo interés, no puede fallar. Si deja de funcionar será debido a la interrupción en el cumplimiento de los compromisos asumidos. En ese caso, el problema es de quien no cumplió con el Contrato de Supervisión, pues quedará privado de todos los beneficios. Como esas ventajas son muy provechosas, la mayoría no interrumpe, a no ser que deje de ser instructor para abrazar otro oficio.

Conviene repetir que el sistema no depende de la Unión Nacional de Yôga, pues se trata de un contrato celebrado entre dos personas físicas, sin intervención de la institución. Por lo tanto, la Uni-Yôga puede incluso dejar de existir y eso no hará la menor diferencia.

Otra ventaja es que, aunque la persona no esté afiliada a la Unión, o aunque se haya desligado de ella, los beneficios continúan en curso y son reconocidos por todos, excepto los descuentos. Por eso, no se justifica interrumpir el compromiso con el Maestro, por dejar de ser miembro de la Uni-Yôga. Una cosa no tiene nada que ver con la otra. Y quien actúa así, no sólo se perjudica a sí mismo (pues pierde el derecho a recibir los pagos de sus supervisados), sino también a todas las otras personas que estén en las ramas de su árbol jerárquico. La razón es bien lógica: si un Maestro interrumpe el compromiso con su Supervisor, todos los instructores que sean sus discípulos quedarán impedidos de recibir cualquier privilegio, aunque estén cumpliendo su parte al pie de la letra.

Fue el caso de la autora del libro *Síntese do SwáSthya Yôga*. Había trabajado muy bien durante varios años y había formado un buen número de instructores. Esos formaron otros, y esos, otros más. En pocos años de trabajo ella se jubiló, y entonces se desligó de la Unión porque ya no veía motivo para continuar afiliada. Hasta ahí, todo bien. Sólo que confundió la Unión Nacional de Yôga con el Compromiso de Supervisión, y lo interrumpió. Inmediatamente, todo aquel clan, constituido por tres generaciones de Maestros

---

73 Después de esto, se creó el rol de *monitor*, que es un preparatorio para que el instructor más tarde sepa supervisar. Así, desde el inicio de la carrera, cada instructor ya comienza a recibir una remuneración mensual, por cada monitoreado, semejante a la que paga a su Supervisor. Como sólo tiene un Supervisor, pero puede tener decenas de monitoreados, el sistema es altamente compensador. En cuanto al monitoreado, este obtiene una orientación de su preparador que lo ayudará en el desempeño de la profesión; y también mantiene la continuidad de la enseñanza, ahora en un nivel más avanzado y con una dirección más marcada, pues todos sus colegas monitoreados son instructores. Así, el monitor puede ir más lejos y tratar temas y técnicas que no serían posibles en un grupo heterogéneo o del cual participen alumnos iniciantes. El monitoreado será, de esa forma, respaldado para conquistar los demás grados.

Importante: no está permitido que el Supervisor también sea monitor del mismo profesional. Al actuar de esa forma, el Supervisor traba el progreso de los demás instructores y limita la posibilidad de que los instructores asistentes asciendan al grado de docente.

y discípulos formados a partir de ella, quedó privado de todos los derechos, ¡y se desmoronó!

Al ver cancelados sus privilegios y ver que sus compromisos con la Supervisora ya no eran reconocidos por nadie, dejaron de pagar la supervisión. Así, la "jubilación" quedó invalidada y la señora en cuestión tuvo que volver a trabajar. Lamentamos que hasta hoy ella no haya comprendido su equivocación.

Es como en cualquier árbol. Imagine que varias ramas mantienen la comunicación intacta con su tronco, pero la rama de donde brotan ha sido quebrada y está separada del tronco principal. Ningún fruto nacerá de aquellas ramas separadas del tronco.

En nuestro caso hay una solución: todos los discípulos inmediatos del Maestro que cortó el flujo de fuerza de la supervisión, pueden pasar sin burocracia alguna a la Supervisión del Maestro de él<sup>74</sup> y todo quedará normalizado, incluso para los discípulos de las generaciones siguientes, que ni siquiera necesitarán tomar ninguna providencia.

De esa forma, muchos instructores tienen protegida su vejez y, más aún, su familia y sus bienes, pues Maestros que supieron administrar los beneficios, llegaron a adquirir sedes propias para dignificar su profesión.

Finalmente, queremos dejar bien claro que nuestra propuesta no es prometer una jubilación ni sugerir provechos pecuniarios a nadie, sino sistematizar una supervisión profesional. Las ventajas adicionales que mencionamos son suplementarias y pueden usufructuarse en la medida de lo posible. Algo como un obsequio sin compromiso de parte de nadie, cuyas normas y praxis pueden ser alteradas en cualquier momento sin necesidad de aviso previo.

Algunas personas deshonestas intentan todo el tiempo sacar ventajas sin haber cumplido su parte en el trato. Hacen cosas tales como recibir de los supervisados, pero no pagar al supervisor. O bien, reivindicar los descuentos sin haber hecho sus contribuciones regulares por el período exigido, de doce meses por año. Cuando se les impide participar de eventos o son sorprendidos en sus intenciones, suelen indignarse y tornarse disidentes, como si estuvieran siendo víctimas de una injusticia por quienes simplemente les exigen el honesto cumplimiento de los derechos y deberes prescritos y aceptados por todos al firmar el acuerdo.

Entendemos que ellos quieran subvertir un sistema tan perfecto, que ha beneficiado a tanta gente. Comprendemos que sientan rabia y traten de atacar esta excelente iniciativa.

Felizmente, los que actuaron así fueron pocos, mientras que la mayoría ha comprendido y dado todo el apoyo necesario para la perpetuación de la idea. Es preciso que estos manifiesten su satisfacción y no permanezcan en el silencio que caracteriza al que está conforme.

Cerramos el capítulo colocándonos a disposición para aclarar las dudas de los que aún no hayan comprendido el mecanismo de la supervisión.

---

74 ¡El Maestro de su Maestro es su Maestro dos veces!

Por otro lado, si usted no concuerda con el sistema adoptado, está en todo su derecho. No queremos convencerlo de nada. No esperamos agradar a griegos y a troyanos. En ese caso, las puertas están abiertas para que siga su camino.

### RECOMENDACIÓN DEFINITIVA

Luché mucho para edificar esta obra, hacerla conocida y respetada. Quiero compartir sus frutos con usted. Pero no se haga ilusiones: no voy a repartir lo que me costó tanto sacrificio con alguien que sea desleal, indisciplinado o que no sepa lo que quiere.

Tratándose de un alumno, aunque no considere justificable ninguna mezcla, toleraré su falta de definición en los primeros pasos. Todavía no le conferiré las prácticas ni los conocimientos más avanzados, como medida de protección a su propia salud física y equilibrio mental, hasta tanto no se defina.

Pero tratándose de un instructor, jamás toleraré la indefinición o la dispersión, ya que en un profesor la gente precisa confiar y no se puede admitir un profesional que aún no se haya encontrado en aquello que enseña, que aún esté "buscando". Si yo puedo confiar en usted, sea siempre bienvenido y cuente conmigo. ¡Es para usted que estoy guardando este tesoro!

**Pero recuerde: la libertad es nuestro bien más precioso. En caso de tener que confrontarla con la disciplina, si esta violenta a aquella, ¡opte por la libertad!**

El postulado de la Gestalt en ese aspecto es genial cuando enseña: "usted no existe para agradarme; yo no existo para agradecerle. Si a pesar de eso nos agradarnos mutuamente, podremos convivir. Si no, seguiremos separados." ¿No le parece brillante?

Al terminar la lectura de este texto, cierre el libro y abra su corazón. Vaya hacia el teléfono y entre en contacto conmigo ahora mismo. Vamos a aproximarnos más. Si aún no trabajamos juntos, vamos a ver lo que es necesario para que consigamos acertar el paso. Si usted aún no es instructor formado, voy a prepararlo. Juntos, podremos tener un futuro promisorio, lleno de cosas bonitas y de gente maravillosa, para que disfrutemos de un recíproco enriquecimiento.

Año de la Luz de 1997.



Para más información, consulte el CD-ROM **DeRose – Quiénes somos**, que todas las escuelas, asociaciones y federaciones acreditadas pueden ofrecerle gratuitamente.

---

TEST DE ADMISIÓN AL

# YÔGA

---

Actualización: año 2007

Uni-Yoga®

UNIVERSIDAD DE YÔGA

São Paulo – Al. Jaú 2.000 – Tel. (11) 3081-9821

[www.uni-yoga.org](http://www.uni-yoga.org)

NOTA ASIGNADA:

NOMBRE DE QUIEN CORRIGIÓ:

¡QUIEN CORRIGE, APRENDE!

## REVISIÓN DE LOS CAPÍTULOS DEL LIBRO YÔGA, MITOS Y VERDADES

En el caso de aquellos que van a enviar las respuestas a la Sede en que están inscriptos, pedimos que no olviden identificar su trabajo, y que presenten respuestas cortas y digitadas (no se aceptan respuestas escritas a mano).

Nom-  
bre: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Direc-  
ción: \_\_\_\_\_ Tel.: (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ciu-  
dad: \_\_\_\_\_ Estado: \_\_\_\_\_ CEP: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Se-  
de: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Instruc-  
tor: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**NO ENTREGUE SIN IMPRIMIR.**

**SÓLO CORREGIMOS LAS PRUEBAS EN PAPEL.**

---

# TEST DE ADMISIÓN AL SWÁSTHYA YÔGA

---

## CUESTIONARIO SOBRE EL LIBRO YÔGA, MITOS Y VERDADES

1. ¿Qué espera usted del Yôga? ¿Por qué desea practicar Yôga?
2. ¿El método introductorio, Bio-ex, es una especie de Yôga? ¿Cuál es su propuesta?
3. ¿Cuál es la definición de Yôga?
4. ¿Nuestro trabajo tiene connotación mística o terapéutica?
5. ¿Cuántas ramas de Yôga existen? ¿Cuántas líneas de Yôga existen?
6. ¿Cuál es el nombre de nuestro Yôga?
7. ¿Cuál es la definición de nuestro Yôga?
8. ¿Nuestra estirpe es moderna o antigua?
9. ¿Cuál es nuestro linaje?
10. ¿Cuál es el nombre completo de las nuestras raíces?
11. Si viera a alguien de cualquier nacionalidad, incluso indio, enseñando con otro nombre algo de las características del SwáSthya, ¿qué conclusión sacaría? ¿Y cómo reaccionaría?
12. ¿Es posible ser un buen instructor de Yôga teniendo simultáneamente otra profesión?
13. ¿El practicante de Yôga debe ser pacífico o combativo?
14. ¿La introducción del espiritualismo en el Yôga tiene autenticidad de origen? ¿En qué época ocurrió? ¿En qué tendencia filosófica se fundamentaba antes el Yôga?
15. ¿Por qué el instructor de Yôga no debe enseñar otras materias?
16. ¿Es aconsejable frecuentar diversas escuelas y sociedades espiritualistas, practicar varias líneas de alimentación, diferentes modalidades de Yôga, o eso constituye pérdida de tiempo y dispersión perniciosa en lugar de concentración en los objetivos?
17. ¿Cuáles son las egrégoras compatibles, las más semejantes o las más diferentes?

18. ¿Cuáles son los síntomas y las consecuencias del descuartizamiento energético producido por la mezcla de egrégoras incompatibles?
19. ¿Cuál es el método de Yôga más completo del mundo? ¿Por qué es el más completo?
20. ¿El practicante debe percibir picos de progreso palpables o assimilar los efectos de forma natural y metabolizable?
21. ¿Nuestro método utiliza prácticas peligrosas?
22. ¿Cuáles son las tres etapas del Método DeRose? ¿Cuáles son los seis estadios?
23. ¿Cuáles son las ocho partes que constituyen el segundo estadio?
24. Una práctica en ocho partes con los mismos ocho angas que constituyen el segundo estadio, pero en un orden distinto, ¿sería ortodoxa o heterodoxa?
25. ¿Es posible alcanzar el samádhi sin kundaliní?
26. ¿*Kundaliní* es un término femenino o masculino?
27. ¿Dónde está la sílaba larga de la palabra *kundaliní*?
28. ¿Cuál es el medio más eficiente para despertar la kundaliní?
29. ¿Qué cuidados debemos tomar antes de proceder al despertar de la kundaliní?
30. ¿Un instructor de Yôga puede fumar, beber socialmente, consumir drogas o alimentarse con carnes blancas?
31. ¿El practicante de Yôga debe frecuentar, estudiar o practicar otro tipo de Yôga u otra filosofía, sistema iniciático o corriente alimentaria?
32. ¿Las raíces de nuestro Yôga son tántricas o brahmácháryas? ¿Sámkhyas o védántas?
33. Existe una oposición ideológica entre Védánta y Sámkhya y otra entre Brahmáchárya y Tantra. Con respecto a estas últimas, ¿sería adecuado declarar que son enemigas?
34. ¿Cuál es el linaje más antiguo: Tantra-Sámkhya, Brahmáchárya-Sámkhya, Brahmáchárya-Védánta o Tantra-Védánta?
35. ¿El Yôga auténtico es el de raíces más antiguas o más recientes? ¿Cuál es?
36. ¿Cuándo fue creado el SwáSthya Yôga, por quién y cuál es su linaje?
37. ¿Qué significa el término *tantra*?
38. Cuando los opositores ataquen nuestro tronco de Yôga o a nuestro Maestro, ¿la actitud correcta será quedarse callado para evitar discusiones, o defender con coraje y combatividad lo que esté siendo difamado?

39. ¿Cómo sabe usted si está en una escuela confiable y con instructores formados?
40. ¿Existe un curso de formación de instructores de Yôga en las Universidades Federales, Estatales y Católicas? ¿Desde cuándo? ¿Quién lo introdujo?
41. ¿Puede ser aceptado como discípulo alguien que aún sea un buscador, que siga a más de un Maestro o más de un sistema?
42. ¿Usted todavía siente la curiosidad de probar otros sistemas y asistir a clases o conferencias sobre prácticas, filosofías, sistemas alimentarios, etc.? ¿O ya se encontró en el SwáSthya Yôga y manifiesta naturalmente el grado de compromiso y disciplina que se espera de alguien que pretende ser considerado un yôgin serio?
43. ¿Quién fue el Maestro del autor?
44. ¿Ir a la India es necesario para el practicante de Yôga?
45. ¿Viajar sin la compañía de su Maestro sería conveniente?
46. ¿La preocupación por la lealtad es una paranoia occidental o se trata de un aspecto ético de la tradición oriental?
47. ¿Qué es un kripá?
48. ¿Qué son los siddhis? ¿Cómo se refiere Pátañjali a ellos? ¿Es correcto desarrollarlos? ¿Es educado comentar sobre sus siddhis? ¿Y preguntar a otra persona sobre los de ella?
49. Si un ilusionista de la India quisiera hacerse pasar por un Maestro espiritual, usando sus supuestos poderes para convencer a la gente, ¿tendría éxito? ¿Lo convencería a usted?
50. ¿Los poderes denotan evolución interior?

### SOBRE USTED

- ¿Usted fuma?.....¿Fumó? .....¿Cuánto tiempo hace que dejó? .....
- ¿Toma bebidas alcohólicas? .....¿Sólo socialmente? .....
- ¿Come carne? .....¿Sólo carnes blancas?.....
- ¿Consume drogas? .....¿Consumió en el pasado? .....

# **APÉNDICE SOBRE LA OBRA Y EL AUTOR**



## EN DEFENSA DE LA VERDAD Y LA JUSTICIA

*Nosotros, los discípulos, somos los que debemos defender al Maestro, y no permanecer inertes, apáticos, mientras la historia se repite.*

*A usted que ha llegado hasta aquí, queremos consagrarlo como un pregonero de la verdad y un defensor de la justicia. Al leer este libro, ya ha comprendido que el mayor afán del Maestro DeRose es el rescate del Yôga auténtico y la preparación de profesores honestos para perpetuarlo. Ahora bien: él ha luchado en vano contra fuerzas oscurantistas que venden deturpaciones caricaturescas del Yôga, engañan a la gente e ilusionan a sus adeptos.*

*Personas sin carácter mienten, difaman y agreden a quien hace un trabajo serio, pues se sienten perjudicadas. Si usted leyó el presente libro hasta este punto, está convencido de la honestidad y del trabajo serio del Maestro DeRose, pues sabemos que él es contundente al no dejar dudas sobre eso.*

*Le rogamos, entonces, que lo defienda con brío y garra, ya que no es justo que él sea cobardemente atacado, insultado y difamado por aquellos que no quieren dejar que la verdad prevalezca, mientras sus discípulos y amigos no hacen nada para revertir esa situación. Enviar al Maestro cartitas cariñosas de apoyo y solidaridad es muy loable, pero no resuelve nada. Es necesaria acción. Acción efectiva.*

*El Maestro DeRose trabaja con Yôga hace casi cincuenta años; posiblemente, más tiempo del que usted tiene de vida. En ese período, tuvo centenas de miles de alumnos y ayudó a mucha gente. Enseñó esta profesión a miles de jóvenes, manteniéndolos lejos del cigarrillo, del alcohol y de las drogas. Gracias a eso, muchas vidas se salvaron. El Maestro DeRose no merece las cobardes agresiones que viene sufriendo,*

*simplemente por haber llegado a ser el mayor líder del Yôga en el Brasil. Él tiene las barbas blancas y un curriculum como ningún otro profesional del área ha conquistado, ni en Brasil ni fuera de él. Su nombre es conocido y respetado en todo el mundo como sinónimo de trabajo serio. Sin embargo, aquí y allá restan focos de detractores virulentos que intentan empañar la buena imagen de una vida dedicada exclusivamente a este ideal. Tratan de destruirlo porque representa la Luz y, por comparación, todos sabrán que sus opositores son las Tinieblas.*

## TRABAJO SERIO

*Tenga siempre presente que DeRose es el único Maestro de Yôga que no promete beneficios espirituales ni terapéuticos, lo que le garantiza una postura ética incuestionable. Prometer beneficios vuelve vulnerable al profesional y constituye una puerta abierta a la charlatanería. Incluso en este libro, en que se ve obligado a mencionar algunos efectos del Yôga, él tiene el cuidado de explicar antes la importancia de no detenerse en esos pormenores y advierte que ése no es el objetivo del Yôga Antiguo (SwáSthya Yôga).*

*Si no hace adoctrinamiento espiritual y no promete beneficios terapéuticos, sus detractores jamás podrán acusarlo de nada y, siempre que lo intenten, serán fácilmente desmentidos y desmoralizados. Es preciso, sin embargo, que sus alumnos, lectores y simpatizantes no se callen ante la injusticia.*

*Para eso necesitamos una guardia de honra que nos auxilie, pues la mayor parte de las acusaciones sale de las sombras. Si usted es una persona justa, honesta y valiente, convocamos a su corazón para defender la justicia y divulgar la verdad. Estreche este libro contra su pecho y asuma el compromiso de defender al Maestro DeRose, que ha dedicado años de vida a escribirlo, para el incremento cultural de la comunidad yogi del mundo entero. Si asume este compromiso, que las bendiciones de Shiva y de los Maestros del Yôga Antiguo derramen salud, felicidad, amor y prosperidad sobre usted y sus seres queridos. Donde estemos, en la Tier-*

*ra o en los planos invisibles, habremos de retribuirle con nuestra gratitud. ¡Hoy y siempre!*

**Manifiesto escrito y firmado por:**

**Fernanda Neis**  
Unión Nacional de Yôga

**Charles Maciel**  
Confederación Nacional de Yôga

**Nina de Holanda**  
Federación de Yôga del Estado de São Paulo

**Ricardo Mallet**  
Federación de Yôga del Estado de Rio Grande do Sul

**Maria Helena de Aguiar**  
Federación de Yôga del Estado de Paraná

**Carlos Cardoso**  
Federación de Yôga del Estado de Bahía

**Maria Teresa Milanez**  
Federación de Yôga del Distrito Federal

**Roberto Locatelli**  
Asociación de Profesionales de Yôga de São Paulo

**Luís Lopes**  
Federación de Yôga del Norte de Portugal

**Renata Sena**  
Federación Francesa de SwâSthya Yôga

**Rosana Ortega**  
Sindicato Nacional de los Profesionales de Yôga

**Rosângela de Castro**  
Federación de Yôga de Rio de Janeiro

**Joris Marengo**  
Federación de Yôga del Estado de Santa Catarina

**Sérgio Santos**  
Federación de Yôga del Estado de Minas Gerais

**Maria Cruz de los Santos**  
Federación de Yôga del Estado de Pará

**Marcia Zanchi**  
Federación de Yôga del Estado de Ceará

**Vanessa de Holanda**  
Asociación de Profesionales de Yôga de Rio de Janeiro

**António Pereira**  
Federación de Yôga del Sur de Portugal

**Edgardo Caramella**  
Federación de Yôga de la Argentina

*Ser una personalidad pública es una maldición:  
implica que a uno le atribuyan cosas buenas que nunca hizo  
y cosas malas que jamás haría.*

DeRose





# **APÉNDICE PEDAGÓGICO**

# स्वास्थ्य योग

## QUÉ ES EL SWÁSTHYA YÔGA (PRONUNCIE: “SUÁSTIA”)

*Lo nuevo es viejísimo.  
Hasta se puede decir que es siempre lo más viejo.*  
Eugène Delacroix

### SWÁSTHYA YÔGA ES EL YÔGA MÁS INTEGRAL QUE EXISTE

**SwáSthya**, en sánscrito, lengua muerta de la India, significa **autosuficiencia** (swa = su propio). También abarca los significados de *salud, bienestar, confort, satisfacción*. Se pronuncia “**suástia**”. En hindi, la lengua más hablada en la India, significa simplemente salud. En ese caso, con la pronunciación hindi, se dice “*suásti*”. No permita que la gente poco informada confunda **SwáSthya**, sánscrito, un método antiguo, con *SwáSthya* (“*suásti*”), hindi, que daría una interpretación equivocada, de connotación terapéutica.

### DEFINICIÓN FORMAL DE NUESTRO YÔGA:

**SwáSthya Yôga es el nombre de la sistematización del Yôga Antiguo, Preclásico, el Yôga más completo del mundo.**

## I. CARACTERÍSTICAS DEL SWÁSTHYA YÔGA

### Registre esta información importante.

Sólo es SwáSthya Yôga si tiene estas características. Incluso la modalidad heterodoxa debe observar los ítems 2 a 8. Si alguien le enseña algo con el nombre de SwáSthya Yôga y no respeta estas particularidades, no es nuestro método.

Aunque la persona en cuestión haya hecho el curso de formación con nosotros y posea certificado de instructor, una vez formada tiene la autonomía para enseñar el tipo de Yôga que le parezca, ya que el SwáSthya contiene en sí los elementos constituyentes de prácticamente todas las demás ramas de Yôga. Algunos instructores se mantienen fielmente dentro de la línea que los diplomó. Otros se desvían, mezclan sistemas y empiezan a transmitir versiones apócrifas. Por lo tanto, mucha atención a este tema, usted que practica, usted que enseña, usted que pretende ser instructor.

**Lea, por favor, el penúltimo párrafo del apartado III- PRÁCTICA HETERODOXA.**

Las características del SwáSthya Yôga son las siguientes:

**1) ASHTÁNGA SÁDHANA**

La característica principal del SwáSthya Yôga es su práctica ortodoxa denominada ashtánga sádhana (ashta = ocho; anga = parte; sádhana = práctica). Se trata de una práctica integrada por ocho partes, a saber: mudrá, pújá, mantra, pránáyáma, kriyá, ásana, yôganidrâ, samyama. Estos elementos se explican en detalle en el libro **Yôga Avanzado**.

**2) REGLAS GENERALES DE EJECUCIÓN**

Una de las más notables contribuciones históricas de nuestra sistematización fue la incorporación de las reglas generales, que no se encuentran en ningún otro tipo de Yôga... a menos que se introduzcan a partir de ahora, por influencia del SwáSthya Yôga. Ya hemos encontrado ejemplos de esa tendencia en clases y textos de varios tipos de Yôga en diferentes países, después del contacto con el SwáSthya.

Es fácil constatar que las reglas y demás características de nuestro método no eran conocidas ni utilizadas anteriormente: basta consultar los libros de las diversas modalidades de Yôga publicados antes de la codificación del SwáSthya. En ninguno de ellos se va a encontrar referencia alguna a las reglas generales de ejecución.

Por otro lado, podemos demostrar que las reglas generales constituyen sólo un descubrimiento y no una adaptación, pues siempre estuvieron presentes en forma subyacente. Tome como ejemplo algunos ejercicios cualesquiera, tales como una anteflexión (paschimôttánásana), una retroflexión (bhujangásana) y una lateroflexión (trikônásana), y ejecútelos de acuerdo con las reglas del SwáSthya Yôga. Después consulte un libro de Hatha Yôga y haga las mismas posiciones siguiendo sus extensas descripciones para cada ejercicio. Se va a sorprender: la realización será equivalente en más del 90% de los casos. Por lo tanto, existe un padrón de comportamiento. Ese padrón fue identificado por nosotros y sintetizado en forma de reglas generales.

Ese hecho pasó inadvertido a tantas generaciones de Maestros del mundo entero durante miles de años y fue descubierto solamente en vísperas del tercer milenio de la Era Cristiana, de la misma forma en que la ley de gravedad no fue registrada por los grandes sabios y físicos de Grecia, India, China, Egipto y del mundo entero, y fue descubierta bastante recientemente por Newton. Así como Newton no inventó la gravedad, tampoco nosotros inventamos las reglas generales de ejecución. Siempre estuvieron, pero nadie las había notado.

En el SwáSthya Yôga las reglas ayudan bastante, simplificando el aprendizaje y acelerando la evolución del practicante. Al instructor, además, le ahorran un tiempo precioso, gastado habitualmente en descripciones e instrucciones innecesarias.

**3) SECUENCIAS COREOGRÁFICAS**

Otra importante característica del SwáSthya Yôga es el rescate del concepto primitivo de entrenamiento, que consiste en ejecuciones más naturales, anteriores a la costumbre de repetir los ejercicios. La institución del sistema repetitivo es mucho más reciente de lo que se imagina. Las técnicas antiguas, libres de las limitaciones impuestas por la repetición, se ligaban entre sí por encadenamientos espontáneos. En el SwáSthya Yôga, esos encadenamientos constituyen *movimientos de ligazón* entre los ásanas no repetitivos ni aislados, lo que predispone a la elaboración de ejecuciones coreográficas.

Así, **[A]** la no repetición, **[B]** los pasajes (movimientos de ligazón) y **[C]** las coreografías (con ásanas, mudrás, bandhas, kriyás, etc.), son consecuencia unos de otros, recíprocamente, y son parte de esta tercera característica del SwáSthya Yôga.

Las coreografías tampoco son una creación contemporánea. Ese concepto se remonta al Yôga primitivo, al tiempo en que el Hombre no tenía religiones institucionalizadas y adoraba al Sol. El último rudimento de esa manera primitiva de ejecución coreográfica es la más ancestral práctica del Yôga: ¡el sūrya namaskára!

Ocurre que el sūrya namaskára es la única reminiscencia de coreografía registrada en la memoria del Yôga moderno. No constituye, por lo tanto, una característica suya. Conviene recordar que el Hatha Yôga es un Yôga moderno, uno de los últimos en surgir, ya en el siglo XI después de Cristo, cerca de 4.000 años después del origen del Yôga.

**Importante:** el instructor que declara enseñar SwáSthya Yôga, pero no arma la clase entera con formato de coreografía, no está transmitiendo un SwáSthya 100% legítimo. Quien no consigue infundir en sus alumnos el entusiasmo por la práctica en forma de coreografía, necesita hacer más cursos y estrechar el contacto con nuestra egrégora, pues aún no ha comprendido la enseñanza del codificador del método.

#### 4) PÚBLICO ADECUADO

Finalmente, es fundamental que se comprenda: para tratarse realmente de SwáSthya Yôga, no basta la fidelidad al método. Es preciso que las personas que lo practican sean el público adecuado. En caso contrario estarán técnicamente ejerciendo el método preconizado, pero, al fin y al cabo, no estarán profesando el Yôga Antiguo. Sería lo mismo que disponer de la tecnología apropiada para producir un pan de excelente calidad, pero querer hacerlo con la harina equivocada.

#### 5) SENTIMIENTO GREGARIO

El sentimiento gregario es la fuerza de cohesión que nos hace crecer y volvernos tan fuertes. Sentimiento gregario es la energía que nos moviliza para participar de todos los cursos, eventos, reuniones y fiestas de SwáSthya Yôga, pues eso nos da placer. Sentimiento gregario es el sentimiento de gratitud que hace eclosión en nuestro pecho por el privilegio de estar juntos y participando de todo junto a personas tan especiales. Es el poder invisible que nos confiere éxito en todo lo que hagamos, gracias al apoyo que los colegas nos ofrecen con la mayor buena voluntad. Sentimiento gregario es la satisfacción incontenible con la cual compartimos nuestros descubrimientos y consejos para el perfeccionamiento técnico, pedagógico, filosófico, ético, etc. Sentimiento gregario es lo que induce a cada uno de nosotros a percibir, en lo más profundo de nuestra alma, que hacer todo eso, participar de todo eso, no es una obligación, sino una satisfacción.

#### 6) SERIEDAD SUPERLATIVA

Al trabar contacto con el SwáSthya Yôga, una de las primeras impresiones observadas por los estudiosos es la superlativa seriedad que se percibe en nuestros textos, lenguaje y procedimientos. Esa seriedad se manifiesta en todos los niveles, desde la honestidad de propósitos –una honestidad fundamentalista– hasta el cuidado extremo de no hacer ningún tipo de adoctrinamiento, ni de proselitismo, ni de promesas de terapia. Definitivamente, no se encuentra ese cuidado en la mayor parte de las demás modalidades de Yôga.

Consideramos fundamental de que nuestros instructores y alumnos sean rigurosamente éticos en todas sus actitudes, tanto en el Yôga como en el trabajo, en las relaciones afectivas, en la familia y en todas las circunstancias de la vida. Debemos recordar que, aun siendo alumnos, somos representantes del Yôga Antiguo, y la opinión pública juzgará el Yôga a partir de nuestro comportamiento e imagen.

Tratándose de dinero, recuerde que es preferible perder el noble metal antes que perder un amigo, o perder el buen nombre, o perder la clase.

Debemos mostrarnos profundamente responsables, maduros y honestos al realizar negocios, al hacer declaraciones, al evitar conflictos, al buscar perfeccionar las buenas maneras, al cultivar la elegancia y la hidalguía. El mundo espera de nosotros un modelo de equilibrio, especialmente cu-

ando tenemos la obligación moral de defender valientemente nuestros derechos y aquello o aquellos en quienes creemos. Evadir la lucha sería la más despreciable cobardía. Luchar con gallardía en defensa de la justicia y de la verdad es un atributo de los valientes. Pero luchar con elegancia y dignidad es algo que pocos pueden conquistar.

#### 7) ALEGRÍA SINCERA

Seriedad y alegría no son mutuamente excluyentes. Uno puede ser una persona que contagie alegría y, al mismo tiempo, muy seria en cuanto a los preceptos comportamentales que rigen la vida en sociedad.

La alegría es saludable y nos predispone a una vida larga y feliz. La alegría esculpe nuestra fisonomía para que denote más juventud y simpatía. La alegría cautiva y abre puertas que, sin ella, nos costaría más esfuerzo abrir. La alegría puede conquistar amigos sinceros y preservar las amistades antiguas. Hasta puede salvar matrimonios.

Un practicante de Yôga sin alegría es inconcebible. Si el Yôga trae felicidad, la sonrisa y un comportamiento descontraído son sus consecuencias inevitables.

Sin embargo, administre su alegría para que no pase de los límites y no agrede a los demás. Algunas personas, cuando están alegres, son ruidosas, poco delicadas e invasivas. Ése, obviamente, no es el caso del swásthya yôgin.

#### 8) LEALTAD INQUEBRANTABLE

Lealtad a los ideales, lealtad a los amigos, lealtad a su tipo de Yôga, lealtad al Maestro, constituyen también una característica definida del Yôga Antiguo. En el SwáSthya valorizamos hasta la lealtad a los clientes y a los proveedores. Simbólicamente, somos leales aun a nuestros objetos y a nuestra casa, procurando preservarlos y cultivar la estabilidad, al evitar la sustitución y la mudanza por el simple impulso de variar (*Yôga chitta vritti nirôdha*). Hay circunstancias en que cambiar es parte de la evolución y puede constituir la solución de un problema de estancamiento. En ese caso, es claro, no se trata de inestabilidad emocional. El propio Shiva, creador del Yôga, tiene como uno de sus atributos la renovación.

No hay nada más lindo que ser leal. Leal cuando todos los demás ya dejaron de serlo. Leal cuando todas las evidencias apuntan contra su ser querido, persona amada, colega o compañero, pero usted no teme comprometerse y mantenerse leal hasta el fin.

Realmente, no hay nada más noble que la lealtad, especialmente en una época en que tan pocos preservan esa virtud.

## II. PRÁCTICA ORTODOXA

SwáSthya Yôga es el propio tronco del Yôga Antiguo, Preclásico, después de la sistematización. El SwáSthya Yôga más auténtico es el ortodoxo, en el cual cada práctica está constituida por las ocho partes siguientes:

- |              |  |
|--------------|--|
| 1. mudrá     | gesto reflexológico hecho con las manos              |
| 2. pújá      | retribución de energía                               |
| 3. mantra    | vocalización de sonidos y ultrasonidos               |
| 4. pránáyáma | expansión de la bioenergía a través de respiratorios |
| 5. kriyá     | actividad de purificación de las mucosas             |
| 6. ásana     | técnica corporal                                     |
| 7. yôganidrâ | técnica de descontracción                            |

### 8. samyama concentración, meditación y samádhi

Existen varios tipos de ashtánga sádhana. La estructura de arriba es la primera que aprende el practicante. Se denomina ádi (seguida de palabra iniciada por vocal, la *i* se transforma en *y*: ády). El segundo tipo es el viparíta ashtánga sádhana, para alumnos avanzados. Después vendrán mahá, swa, manasika y gupta ashtánga sádhana, sólo accesibles a instructores de Yôga.

Ahora bien: para quien no se identifica con esta forma más completa, en ocho partes, existe la opción denominada Práctica Heterodoxa.

### III. PRÁCTICA HETERODOXA

Esta variedad es totalmente flexible. La estructura de cada práctica es determinada por el instructor que la administra. Por lo tanto, la sesión puede estar constituida por un solo anga, por dos, o tantos como el instructor quiera utilizar y en el orden que le parezca mejor. Puede, por ejemplo, administrar un sádhana exclusivamente de ásana, o de mantra, o de pránáyama, o de samyama, o de yôgandrá, etc. O puede combinar algunos de ellos a voluntad. Aun así puede ser SwáSthya Yôga, **siempre que se respeten las demás características del SwáSthya Yôga mencionadas en el ítem I** y siempre que haya una orientación generalizada de acuerdo con la filosofía que preconizamos.

Sin embargo, en la aplicación de esta alternativa, el instructor deberá, preferentemente, utilizar todos los angas, aunque pueda hacerlo en ocasiones diferentes y con intensidades variables. De esa manera, en las diversas clases que dicte durante el mes, habrá proporcionado a los alumnos la vivencia y los beneficios de los ocho angas.

Lo ideal es que el instructor no adopte solamente la versión heterodoxa, sino que la combine con la ortodoxa, enseñando, por ejemplo, dos veces por semana, una con la primera y otra con la segunda modalidad de práctica.

Para los exámenes de habilitación de instructores ante la Universidad Internacional de Yôga y por las Federaciones reconocidas por la Confederación Nacional de Yôga del Brasil, sólo se acepta la versión ortodoxa.

**Finalmente, es fundamental que se comprenda lo siguiente: para tratarse realmente de SwáSthya Yôga, no basta la fidelidad al método. Es preciso que las personas que lo practican (la materia prima) sean el público adecuado. En caso contrario, estarán técnicamente practicando el método preconizado, pero, al fin y al cabo, no será realmente SwáSthya Yôga. Sería lo mismo que disponer de la tecnología apropiada para producir un pan de excelente calidad, pero querer hacerlo con la harina equivocada.**

La buena comprensión de este capítulo es imprescindible para la fundamentación de nuestro trabajo, así como para asimilar la propuesta de esta modalidad de Yôga. Sería óptimo que lo relejera con más atención. Relea un fragmento por vez, pare y analice lo que leyó.

### DIFERENCIAS ENTRE EL SWÁSTHYA Y EL HATHA YÔGA

Los 108 tipos de Yôga difieren entre sí: no sólo estos dos aquí abordados son distintos uno del otro. Ocurre que el Hatha es más común y el lector podrá utilizar este cuadro como parámetro de comparación entre una imagen popular (Hatha) y otra más ancestral (SwáSthya).

Varias modalidades que utilizan nombres diferentes, modernos, llamativos o en inglés, son vertientes de Hatha Yôga con algunas alteraciones. Por lo tanto, el cuadro comparativo de la página siguiente podrá servir también en gran parte para aquellas modalidades que, aunque con otro nombre, son, en la realidad, Hatha Yôga adaptado.

DIFERENCIAS	SWÁSTHYA YÔGA	HATHA YÔGA
<b>FUNDAMENTACIÓN:</b>	Tantra-Sámkhya (asumido).	Tantra-Vêdânta (pero un número significativo de instructores de esa rama se declara contra el Tantra y se alinea como Brahmâcharya-Vêdânta).
<b>FASE HISTÓRICA EN QUE SITÚA SUS RAÍCES:</b>	Preclásica (más de 5.000 años).	Medieval (± siglo XI de la era cristiana).
<b>CULTURA DE REFERENCIA:</b>	Dravídica (pre-aria).	Aria.
<b>CONSTITUCIÓN CARACTERÍSTICA DE LA PRÁCTICA:</b>  (no nos referimos a todo el contenido de técnicas de la modalidad analizada, sino sólo a las que se consideran indispensables para que la clase de la modalidad en cuestión sea considerada auténtica.)	Ocho partes: mudrá, pújá, mantra, pránáyâma, kriyá, ásana, yôganidrâ, samyama.  Además de estos ocho elementos mínimos, constitutivos de una práctica de SwáSthya Yôga, puede haber algunos recursos suplementarios, tales como chakra sâdhana, nyâsa, bandha, etc.	Dos partes: pránáyâma y ásana. El shavâsana también es ásana.  Además de esos dos elementos mínimos, constitutivos de una práctica de Hatha Yôga, puede haber algunos otros como kriyá, mudrá y bandha, pero no obligatoriamente.
<b>REGLAS GENERALES DE EJECUCIÓN:</b>	El SwáSthya es el único Yôga que aplica reglas explícitas de ejecución.	El Hatha no usa reglas. Ningún libro las menciona.
<b>PASAJES COORDINADOS DE UN ÁSANA A OTRO:</b>	El SwáSthya Yôga utiliza pasajes.	El Hatha Yôga no utiliza pasajes.
<b>COREOGRAFÍAS:</b>	El SwáSthya Yôga utiliza coreografías, tanto para demostraciones como para la práctica individual y para la estructura de la clase.	El Hatha Yôga no cultiva coreografías.
<b>CRITERIO SELECTIVO PARA MONTAR UNA PRÁCTICA:</b>	El SwáSthya Yôga aplica dos criterios de selección simultáneamente, cruzados, para obtener una serie bien completa y balanceada.	El Hatha Yôga, en general, aplica un criterio por Escuela, que puede variar de una a otra. En la práctica, la mayor parte de los instructores no lo aplica por ignorarlo.
<b>REPETICIÓN:</b>	En el SwáSthya Yôga no se repiten los ásanas, a no ser en carácter excepcional.	En el Hatha Yôga los ásanas se repiten tres, cinco o hasta 25 veces.
<b>RELAJACIÓN DURANTE LOS</b>	En el SwáSthya se utiliza el	En el Hatha se realiza el relax

DIFERENCIAS	SWÁSTHYA YÔGA	HATHA YÔGA
<b>ÁSANAS:</b>	relax como fase preliminar de cada ásana, inseparable de él. Es el propio ásana en variación sukha.	después de los ásanas, entre uno y otro ejercicio. Eso crea un ritmo interrumpido entre ásanas aislados y repetidos.
<b>POLARIZACIÓN DE LOS EJERCICIOS:</b>	En el SwáSthya Yôga ejecutamos una fase pasiva y otra activa en cada ásana, conforme fue explicado arriba.	En el Hatha Yôga, generalmente, se aplica un ásana activo y después otro pasivo, y así sucesivamente.
<b>CALENTAMIENTO MUSCULAR PREVIO:</b>	Ningún tipo de Yôga legítimo utiliza calentamiento muscular. El calentamiento, así como la repetición, fue absorbido de la gimnasia británica durante la colonización de la India.	El Hatha tampoco utiliza calentamiento. Los instructores que lo adoptan lo hacen copiando de la Educación Física. Pero es apócrifo.
<b>CRITERIO PARA HABILITACIÓN DE LOS INSTRUCTORES:</b>	Sólo enseña SwáSthya quien fue formado y calificado mediante cursos, exámenes, revalidaciones anuales y supervisión de un Maestro. Y consideramos que todos esos cuidados todavía no son suficientes.	En el Hatha la mayoría enseña sin ninguna preparación, sin curso, sin evaluación, sin certificado y sin registro profesional. Nos referimos a una realidad de la mayor parte de los países de Occidente en el siglo XX.
<b>TIPO DE PÚBLICO (EN OCCIDENTE):</b>	Personas dinámicas, intelectuales, artistas, escritores, científicos, periodistas, empresarios, ejecutivos, profesionales liberales, universitarios, deportistas, etc.	Alternativos, espiritualistas, personas de edad, enfermos, nerviosos, embarazadas, amas de casa, etc.
<b>FRANJA DE EDAD:</b>	Adultos jóvenes de dieciocho a cincuenta años de edad. Pocas personas por encima de esa franja.	La mayoría, de cincuenta años en adelante. Pocas personas por debajo de esa franja.
<b>NIVEL CULTURAL:</b>	Superior y medio.	Medio y básico.
<b>CLASE SOCIO-ECONÓMICA:</b>	Todas las clases, pero especialmente A y B.	Todas las clases, pero especialmente B y C.
<b>SEXO (EN OCCIDENTE):</b>	Mayor requerimiento por parte de los hombres.	Mayor requerimiento por parte de las mujeres.
<b>MOTIVO PARA PRACTICAR:</b>	Placer de practicar, satisfacción personal, adquirir buena	Problemas psicológicos, dolencias, expectativa de ventajas

DIFERENCIAS	SWÁSTHYA YÔGA	HATHA YÔGA
	forma, calidad de vida, definición muscular, administrar el estrés, autoconocimiento.	espirituales.
<b>PROPUESTA DEL MÉTODO:</b>	Como en cualquier tipo legítimo de Yôga, la propuesta es alcanzar el samádhi.	El Hatha Yôga no tiene la propuesta de alcanzar el samádhi. Por eso las mayores autoridades ortodoxas no lo consideran como un Yôga.

*Bien hecho es mejor que bien explicado.*  
Benjamin Franklin





## MÉTODO DeROSE DE YÔGA AVANZADO ESQUEMA DE ACTUACIÓN ESCALONADA

ETAPA	FASE	ESTADIO	EN QUÉ CONSISTE
INICIAL	1	Bio-ex	Preparación para el Yôga.
	2	Ashtânga sâdhana	Refuerzo de la estructura biológica.
MEDIA	3	Bhûta shuddhi	Purificación corporal intensiva.
	4	Maithuna	Canalización de la energía sexual.
FINAL	5	Kundaliní	Despertar de la energía creadora.
	6	Samâdhi	Estado de hiperconciencia.

### LA MECÁNICA DEL MÉTODO DeROSE

Capítulo extraído de una de las clases del *Curso Básico de Yôga*, en video.

#### EL MÉTODO CONSISTE EN TRES ETAPAS:

1. **La etapa inicial** tiene por objetivo preparar al practicante para soportar el empuje evolutivo que se producirá en la etapa final. El resultado de esa preparación es el refuerzo de la estructura biológica con un aumento sensible e inmediato de la vitalidad.

2. **La etapa media** tiene por objetivo la purificación más intensiva y la energización de la sexualidad.
3. **La etapa final** tiene por objetivo despertar la energía kundaliní, con el consecuente desarrollo de los chakras, sus poderes paranormales y, finalmente, la eclosión de la hiperconciencia llamada samádhi.

En otras palabras, la etapa inicial se propone proporcionar salud y fuerza suficientes para que el practicante resista las prodigiosas alteraciones biológicas resultantes de una evolución personal acelerada que se producirá en la etapa final.

Por eso, la etapa inicial tiende a proporcionar todos aquellos efectos mencionados en el capítulo anterior. Es que la fase final va a trabajar para transformar al practicante en una persona fuera de la faja de la normalidad, por encima de ella. Si alguien está por debajo de esa faja, la fase inicial lo elevará hasta la normalidad plena, confiriéndole un nivel óptimo de salud y vitalidad. A partir de ahí podremos hacer un buen trabajo de desenvolvimiento interior equilibrado y seguro, con el cual el practicante va a conquistar la evolución de un millón de años en una década. Para eso, hay que adquirir estructura.

Por ese motivo, hay una legión de personas que adoptan el Yôga sólo esperando conquistar los beneficios proporcionados por la práctica introductoria, y con eso se quedan, satisfechas con los óptimos resultados obtenidos.

Veamos ahora nivel por nivel.

## 1 – BIO-EX

Bio-Ex, o Bio-Ejercicio, es una especialización de la profesión de instructor de Yôga. Fue un desdoblamiento del SwáSthya heterodoxo que, sin embargo, conquistó identidad propia. No debe ser confundido con Yôga. Por eso recomendamos que no se lo mencione en artículos sobre Yôga, y que el Yôga no sea citado en textos sobre Bio-Ex.

Definimos Bio-Ex como una técnica biológica por excelencia, indicada para quien sabe, por una cuestión de cultura general, que el ser humano necesita ejercitarse para no deteriorar su cuerpo, no volverse deforme y no morir más tempranamente.

Se trata de un pre-Yôga. Es el nivel preliminar obligatorio antes de que el interesado tenga acceso al Yôga propiamente dicho. Trabaja exclusivamente el cuerpo, con efectos inmediatos, intensos y de larga duración. Desarrolla la flexibilidad, la vitalidad, el tono muscular y la salud como un todo. Tiene una propuesta sin complicaciones, sin filosofía, sin compromisos, sin sánscrito.

Consiste en técnicas biológicas sin cansancio, ejercicios biológicos, basados en movimientos conscientes, sin repetición, que actúan prioritariamente en tres áreas:

- 1) **Flexibilidad:** comprende la elongación muscular y la flexibilización articular, pues la elongación actúa en el ámbito muscular, pero si queremos conquistar una buena flexibilidad, debemos aumentar el ángulo de amplitud de las articulaciones.
- 2) **Tono muscular:** busca el aumento de fuerza, la definición de la musculatura y el fortalecimiento de los tejidos, sin comprometer la flexibilidad.
- 3) **Vitalidad:** al realizar un trabajo continuo y gradual que genera profundos cambios en la vascularización de la masa muscular, reforzados por el aumento de oxigenación celular y la reducción del estrés, el resultado es una sensación de bienestar, buena disposición, alegría de vivir e incremento en la salud de todos los tejidos y órganos del cuerpo.

A partir de esta tercera área, se comprende el motivo por el cual Bio-Ex tiende a producir una amplia gama de efectos corporales a los que mucha gente atribuye connotaciones terapéuticas.

No se trata de gimnasia. La Educación Física y los deportes son muy buenos dentro de los objetivos que se proponen. Bio-Ex no es gimnasia. Tampoco está en contra de la gimnasia. Simplemente ofrece otra opción.

Algunas veces nos buscan personas interesadas en practicar nuestra técnica y, por una cuestión de honestidad, reconociendo que sus objetivos no serán alcanzados con Bio-Ex, los orientamos para que prueben con natación, musculación, danza, artes marciales, etc. Todo es válido; depende de lo que la persona necesita o desea. De la misma forma, es común que alguien venga a nuestras Sedes buscando Yôga, y le aclaremos que Bio-Ex satisfará mejor sus expectativas. O viceversa.

El principio del Bio-Ex es el de la ejercitación natural. La repetición no es tan natural como la variedad de movimientos. Jamás verá a un leopardo haciendo "uno, dos, uno, dos", ni calentándose antes de cazar, o repitiendo ejercicios hasta estresar su musculatura. Si no dispone de un leopardo, observe a su gato. Hay tres cosas que no hace: no repite, no hace precalentamiento y no realiza voluntariamente nada que estrese su musculatura, ya que eso le produciría incomodidad y es natural que cualquier animal irracional evite la incomodidad. Parecería lógico que los animales racionales también desearan evitarla, con mayor razón.

¿Cómo hace su gato? Flexiona la columna con fuerza e intensidad, con una permanencia determinada. Entonces, extiende bien las patas delanteras, y así permanece por un período de tiempo. Después estira una pata trasera y después la otra. ¡Listo! Terminó una agradable clase de Bio-Ex para gatos. ¿Si funciona? Pruebe a poner un perro cerca de él. Sin calentamiento muscular alguno, el felino le mostrará lo que es estar en forma, dará un *show* de reflejos, de agilidad, de coordinación motora. Si el perro tiene hasta el doble de su tamaño, la va a pasar mal, sin duda alguna. Eso es estar en forma. Eso es lo que ofrecemos a nuestros practicantes.

### ¿BIO-EX NO ES YÔGA?

Una respuesta simple, rápida, directa y erudita es que Bio-Ex no se encuadra en la definición técnica de Yôga. ¿La recuerda? *Yôga es cualquier metodología estrictamente práctica que conduzca al samâdhi*. Ahora, si Bio-Ex no se propone conducir al samâdhi, como de hecho no lo hace, entonces, técnicamente no es Yôga.

Aunque pertenezca a la estructura global del SwâSthya como un pre-Yôga, por sí solo no es Yôga.

Otra respuesta objetiva es la siguiente: muestre a un instructor de Yôga una clase de Bio-Ex y pregúntele si aquello es Yôga. Él responderá perentoriamente que no. Entonces, no lo es.

En la práctica se percibe muy fácilmente que Bio-Ex es diferente. Esa diferencia no tiene que estar forzosamente en los ejercicios, tanto que, para despertar la perspicacia de nuestros practicantes, utilizamos para la Serie Regular de Bio-Ex prácticamente los mismos ejercicios que habíamos usado anteriormente para montar la Serie Básica de Yôga.

Por lo tanto, la diferencia no está en los ejercicios. Está en la manera de hacerlos, en el ritmo, en la actitud interior e incluso en el clima emocional en la sala de práctica.

Además, si mostramos una foto o dibujo de una persona sentada en el suelo, con las piernas extendidas, las manos en los tobillos y la cabeza sobre las rodillas, esa misma ilustración puede ser de un ejercicio de Gimnasia Olímpica, calentamiento de Karate, Yôga, Bio-Ex y una docena más de modalidades. La manera de ejecutarlo, la intención y hasta la indumentaria es lo que va finalmente a definir a qué especialidad pertenece ese ejercicio.

¿NO SE PRODUCE CHOQUE DE EGRÉGORAS ENTRE EL YÔGA Y EL BIO-EX?

No, pues Bio-Ex nació de un desdoblamiento del SwáSthya Yôga Heterodoxo. Como todo hijo, luego ganó identidad propia y podemos decir, sin recelo, que Bio-Ex no es Yôga. Sin embargo, hay una simbiosis entre ambos. Se apoyan recíprocamente. Eso preserva la compatibilidad.

Así, para enseñar esa disciplina, es requisito ser instructor de Yôga formado, con especialización en Bio-Ex, siempre que se trabaje en una Sede Acreditada de la Red DeROSE. No siendo así, el instructor sólo puede enseñar Yôga, pero no la especialidad Bio-Ex.

#### LO QUE CARACTERIZA Y DISTINGUE A UNA PRÁCTICA DE BIO-EX

Con respecto al Yôga, las diferencias son innumerables. Éstas son algunas características de Bio-Ex:

1. Bio-Ex permite la adaptación, tanto como la creación de nuevos ejercicios.
2. Por eso mismo, los ejercicios no tienen nombre.
3. Evidentemente, no se utiliza el sánscrito en absoluto.
4. Se practica siempre con los ojos abiertos.
5. Se cultivan mucho más las coreografías y los encadenamientos o pasajes de un ejercicio para el otro.
6. No se utilizan, en las coreografías, gestos típicos del Yôga.
7. La clase no constituye un monólogo sino un diálogo, y se incentiva todo el tiempo el *feed-back* del alumno.
8. La alegría se cultiva al máximo.
9. La sala está bien iluminada y no necesita estar en silencio; eso permite que las personas se muevan, incluso que entren o salgan, o se dirijan al instructor, sin perturbar la clase.
10. No hay ningún tipo de filosofía, compromisos ni ideología.
11. No existe restricción alimentaria, sino sólo consejos.
12. No se justifica cosa alguna, no se desea probar nada a nadie<sup>75</sup>.

El instructor de SwáSthya que esté autorizado a enseñar Bio-Ex, debe estimular a sus practicantes para progresar y alcanzar el Yôga, haciéndolos tomar conciencia de que, si están satisfechos de tal forma con Bio-Ex, les va a gustar mucho más el SwáSthya, que es infinitamente más completo. Y, al final del primer mes de práctica de Bio-Ex, el instructor debe proporcionarles una sesión de SwáSthya ortodoxo para que noten bien las diferencias entre un método y otro. Si les gusta el Yôga, deberán leer la bibliografía recomendada y disponible, hacer un test de asimilación y, sólo entonces, serán admitidos en Yôga.

Si a algún aspirante no le gusta el Yôga y prefiere continuar en el grupo de Bio-Ex, podrá proseguir normalmente con esa forma biológica de ejercitarse. No hay ningún inconveniente. Pero tiene que ser consciente de que quien practica un pre Yôga aún no es alumno, sino pre-alumno. Es como si estuviese en un cursito de ingreso a ingeniería y no entrara a la facultad. No podría decir que está estudiando ingeniería. De la misma manera, el pre-alumno no puede declarar que está practicando SwáSthya Yôga.

En caso de que considere fuera de lugar la exigencia de leer determinados libros y someterse a una evaluación, y se rehúse, ya estará auto-excluido por falta de humildad, disciplina y sentido de jerarquía. El selecto grupo de Yôga permanecerá constituido por personas muy especiales y ningún cuestionador se infiltrará para eventualmente comprometer la armonía de la enseñanza o de la relación Maestro/discípulo.

En nuestras andanzas por el mundo, advertimos fácilmente cuándo un instructor no sigue esta orientación. En algunas Sedes notamos que hay muchos más practicantes de Bio-Ex que de Yôga,

---

<sup>75</sup> El Yôga tampoco quiere probar nada, pero lo que se ve en la práctica son profesores que procuran justificar de más. Se trata de una pandemia en el ambiente del Yôga y otras filosofías orientalistas.

señal de que el instructor se dejó estar y no supo estimular a sus alumnos, no supo demostrarles cuánto tiene de fascinante el SwáSthya. Tal vez, porque él mismo no lo tiene todavía metabolizado.

En otros lugares hay muchos practicantes de Yôga, sí, pero no parecen estar ciento por ciento identificados con nuestra egrégora, no transmiten el brillo de cariño en la mirada, no manifiestan empatía con el método o respeto para con los preceptores. Señal de que fueron incorporados al grupo de Yôga sin que las normas de selección hayan sido obedecidas.

## 2 – ASHTÁNGA SÁDHANA

Una de las principales características del SwáSthya Yôga es el ashtánga sádhana. Ashtánga sádhana significa *práctica en ocho partes* (ashta = ocho; anga = parte; sádhana = práctica). Utilizamos diversos niveles de ese programa óctuplo. El primer nivel, para aquellos que ya fueron autorizados a ingresar al Yôga, es el ády ashtánga sádhana (ádi/ády = primero, fundamental), que está constituido por las ocho partes siguientes, en este orden:

- |                        |   |
|------------------------|---|
| 1) mudrá               | gesto reflexológico hecho con las manos                     |
| 2) pújá                | sintonización con el arquetipo; retribución de energía      |
| 3) mantra              | vocalización de sonidos y ultrasonidos                      |
| 4) pránáyáma           | expansión de la bioenergía a través de respiratorios        |
| 5) kriyá <sup>76</sup> | actividad de purificación de las mucosas                    |
| 6) ásana               | posición psicofísica  |
| 7) yôganidrá           | técnica de desconstrucción                                  |
| 8) samyama             | concentración, meditación y otros ejercicios más profundos. |

### ANÁLISIS DE LOS OCHO ANGAS:

#### 1) Mudrá

Es el gesto o seña que, reflexológicamente, ayuda al practicante a conseguir un estado de receptividad superlativa. Aun los que no son sensitivos pueden entrar en estados alfa y theta ya en esta introducción. En el capítulo *Mudrá* del libro **Yôga Avanzado** presentamos las ilustraciones de 108 mudrás.

#### 2) Pújá (manasika pújá)

Es la técnica que establece una perfecta sintonía del sádha con el arquetipo de este linaje. Así, selecciona una longitud de onda adecuada a esta modalidad de Yôga, conecta su *plug* en el compartimento exacto del inconsciente colectivo y deja pasar la corriente, estableciendo un perfecto intercambio de energías entre el discípulo y el Maestro.

---

76 El acento sólo indica dónde está la sílaba larga, pero ocurre que, muchas veces, la tónica está en otro lugar.

### 3) **Mantra** (vaikharí mantra: kirtan y japa)

La vibración de los ultrasonidos que acompañan el “vacuo” de las vocalizaciones, en el caso del ády ashtánga sádhana, tiene la finalidad de desesclerosar los canales para que el prána pueda circular. Prána es el nombre genérico de la bioenergía. Solamente después de esa limpieza se puede hacer pránáyama. El SwáSthya Yôga utiliza cientos de mantras: kirtan y japa; vaikharí y manasika; saguna y nirguna mantras. En el capítulo *Mantra* del libro **Yôga Avanzado**, enseñamos las letras de treinta y tres mantras.

### 4) **Pránáyama** (swara pránáyama)

Son respiratorios que bombean el prána para que circule por las nádís y vitalice todo el organismo. Y también a fin de distribuirlo entre los miles de chakras que tenemos esparcidos por todo el cuerpo. Bombear esa energía por conductos obstruidos a causa de los detritos provenientes de malos hábitos alimentarios, secreciones internas mal eliminadas y emociones intoxicantes, puede resultar inocuo o incluso perjudicial. Por eso, antes del pránáyama, procedemos a la limpieza de los canales, en el área energética. Utilizamos 58 respiratorios diferentes que se enseñan en detalle en el respectivo capítulo del libro **Yôga Avanzado**.

### 5) **Kriyá**

Son actividades de purificación de las mucosas, que tienen la finalidad de contribuir a la limpieza del organismo, en este caso en el nivel físico. Tratándose de Yôga, sólo se deben realizar los ejercicios físicos después del cuidado de limpiar el cuerpo por medio de los kriyás. Presentamos 27 kriyás en el libro antes citado.

### 6) **Ásana**

Ésta es la parte más conocida y característica del Yôga para el público lego. No es gimnasia ni tiene nada que ver con la Educación Física. Son las técnicas corporales, que producen efectos extraordinarios para el cuerpo en términos de buena forma, flexibilidad, musculatura, equilibrio de peso y salud en general. Para aprovechar al máximo su potencial, los ásanas deben ser precedidos por los kriyás, pránáyamas, etc. Utilizamos miles de ásanas, de los cuales cerca de dos mil constan en el libro **Yôga Avanzado**. Los efectos de los ásanas comienzan a manifestarse a partir del yôganidrá.

### 7) **Yôganidrá**

Es la desconstrucción que ayuda al yôgin en la asimilación y manifestación de los efectos producidos por todos los angas. A ellos les suma los propios efectos de una buena recuperación muscular y nerviosa. Pero, atención: yôganidrá no tiene nada que ver con el shavásana del Hatha Yôga. Shavásana, como su nombre lo dice, es sólo un ásana, una posición para relajarse, pero no es la ciencia de la relajación en sí. Esa ciencia se llama yôganidrá y no figura en el currículum del Hatha Yôga. Por eso muchos instructores de Hatha Yôga censuran el uso de música o de inducción verbal del instructor durante la relajación. El yôganidrá utiliza no sólo la mejor posición para relajarse, sino también la mejor inclinación en relación con la gravedad, el mejor tipo de sonido, de iluminación, de color, de respiración, de perfume, de inducción verbal, etc.

### 8) **Samyama**

Esta técnica comprende concentración, meditación y samádhi “al mismo tiempo”, es decir, practicados juntos, en secuencia, *en una sola sentada* (etimológicamente, *samyama* puede significar *ir junto*). Si el practicante va a hacer sólo concentración, llegar a la meditación o alcanzar el samádhi, eso dependerá exclusivamente de su progreso personal. Así, también es correcto denominar dhyána, que significa meditación, al octavo anga. Es una forma menos pretenciosa.

Por lo tanto, incluso una práctica de SwáSthya Yôga para iniciantes, como lo es este conjunto de ocho haces de técnicas que acabamos de analizar y que constituye la fase inicial de nuestro méto-

do, será muy avanzada en comparación con cualquier otro tipo de Yôga, previéndose ya la posibilidad de alcanzar un sabija samádhi.

#### REACCIÓN DE LOS QUE PROVIENEN DE OTRAS LÍNEAS DE YÔGA

Muchos migran al SwáSthya Yôga, se encuentran con el ashtánga sádhana y quedan perplejos. Frecuentemente, después del choque de la primera clase, repiten la misma frase:

–¡En años de *yoga* no aprendí tanto como en esta primera clase de SwáSthya!

Y eso que sólo conocieron el ády ashtánga sádhana, nuestra práctica más elemental. Después vienen otras más adelantadas: el viparita ashtánga sádhana, el mahá ashtánga sádhana, el swa ashtánga sádhana, el manasika ashtánga sádhana, etc.

¿Cómo puede el SwáSthya Yôga ser tan completo? Es prodigiosamente global por tratarse de un proto-Yôga integrado, Yôga preclásico, pre-védico, pre-ario. Yôga original, rescatado directamente de su registro akáshico. Del Yôga Preclásico nacieron todos los demás, y por esa razón contiene los elementos constitutivos de las principales y más antiguas ramas del Yôga. SwáSthya es el nombre del propio Yôga Preclásico después de la sistematización. Por eso es tan completo.

Una vez, un alumno nos preguntó si había alguna literatura que explicara el motivo por el cual nuestro método era tan eficiente. Indicamos el libro *Kundaliní Yôga*, del Swámi Sivánanda, página 86 de la segunda edición de Editorial Kier. En pocas líneas, el Maestro hindú nos esclarece sobre este tema, cuando dice:

*“Los hatha yôgins lo consiguen mediante la práctica de pránáyama, ásana y mudrá; los rája yôgins, mediante la concentración y el entrenamiento de la mente; los bhaktas, por devoción y entrega total; los jñanis, mediante el proceso analítico de la voluntad; y los tántricos, mediante mantras, así como por el kripá guru (la gracia del Maestro) por imposición de las manos, la fijación de su mirada o el mero sankalpa.”*

Un método que reúne simultáneamente todos esos recursos y otros más. ¿cómo se denominaría un Yôga así, tan completo?

Su nombre es SwáSthya Yôga, sistematizado en 1960 a partir del Dakshinacharátánrika-Nirishwarasámkhya Yôga, hoy extinguido.

#### OTRAS TÉCNICAS

Independientemente de las diversas gradaciones de ashtánga sádhana ortodoxo y de las miríadas de variaciones heterodoxas, nuestra tradición además ofrece al practicante los niveles siguientes.

### 3- BHÚTA SHUDDHI

Es la etapa de purificación intensiva del cuerpo y sus canales de prána, las nádís. En la tercera parte del ády ashtánga sádhana (el anga mantra), y después en la quinta parte (el anga kriyá), ya dimos los primeros pasos en esa tarea. Se trata ahora de especializar y profundizar la purificación, no sólo con mantras, kriyás, pránáyamas, sino también con una rígida selección alimentaria, ayunos moderados y un sistema de reeducación de las emociones, para que el practicante no ensucie su cuerpo con los detritos tóxicos de emociones viscosas como el odio, la envidia, los celos, el miedo, etc. También tratamos de regular la cantidad de ejercicio físico, de trabajo, de sueño, de sexo y de alimentos. Hay una medida ideal para cada uno de esos factores. Cualquier exceso o carencia puede comprometer el resultado buscado.

Estos y otros recursos se utilizan para dejar los canales despejados, desesclerosados, a fin de que la energía pueda fluir libremente cuando sea despertada. En caso contrario, si despertamos la kundaliní sin haber liberado antes su camino por las nádís, su eclosión avasalladora puede romper

los conductos naturales y filtrarse hacia donde no debe, causando inconvenientes en la salud. Como los practicantes de "la yoga" no conocen los procedimientos correctos, alimentan un justificado miedo de despertar la kundaliní. El hombre recela de lo desconocido y ese tema, para los de "la yoga", es ignorado, misterioso. De ahí el misticismo de algunos. En realidad, siguiendo las reglas del juego y la orientación de un Maestro, despertar la kundaliní es menos peligroso que cruzar la calle. Por eso, los practicantes de Yôga no le temen y dominan perfectamente ese proceso de desenvolvimiento.

#### 4- MAITHUNA

Una vez obtenido el grado deseado de purificación, siempre cultivando la práctica del ashtánga sádhana, llegamos a la parte más fascinante del currículum tántrico: la alquimia sexual. Evidentemente, ninguna obra enseña las técnicas de maithuna, pues pertenecen a la tradición llamada gupta vidyá o ciencia secreta. Lo que se encuentra en los libros son, en su mayoría, informaciones falsas y fantasiosas para engañar a los curiosos. Es preciso procurar un Maestro auténtico que acepte transmitir personalmente ese conocimiento. Los pocos instructores que de hecho conocen tales técnicas, también evitan enseñarlas, ya que la mayor parte de las personas no tiene madurez ni sensibilidad suficientes para merecer esa Iniciación. Además, están también las trabas culturales y no fueron pocos los Maestros cuyos discípulos, en esa etapa, sintiendo las perlas bajo sus pies "*se dieron vuelta y los despedazaron*" (Mateo, 7:6).

Con todo, maithuna es el medio más poderoso y eficiente para atizar la serpiente ígnea. Según ese proceso tántrico, tenemos en la región genital una usina nuclear a nuestra disposición. Podemos dejarla adormecida como hacen los monjes y los beatos de casi todas las religiones. Podemos simplemente usarla y desperdiciarla bajo el impulso ciego del instinto, como hacen todos los animales, incluso el animal hombre. O podemos cultivarla, disfrutando de un placer mucho mayor y además canalizando esa fuerza descomunal hacia donde queramos: hacia un mejor rendimiento en los deportes, en los estudios, en el arte y en el objetivo principal de esa práctica: el autoconocimiento obtenido por el despertar de la kundaliní y por la explosión del samádhi.

Normalmente podríamos decir que con respecto al sexo no hay término medio: o se usa o no se usa. El Tantra nos ofrece una tercera opción: domesticarlo y pasar de esclavo a señor de ese poderoso instinto. Usarlo, sí, y aun más intensamente, pero de acuerdo con ciertas técnicas de reeducación y aprovechamiento de la fuerza generada. Para utilizarla sólo se requiere bombear más o menos presión en la caldera termonuclear que todos poseemos en el vientre. Luego, ir liberando el vapor de a poco para que siempre haya alta presión en la usina.

#### 5- KUNDALINÍ

Kundaliní es una energía física, de naturaleza neurológica y manifestación sexual. El término es femenino, debe ser acentuado siempre y con pronunciación larga en la *í* final. Significa *serpentina*, aquélla que tiene la forma de una serpiente. De hecho, su apariencia es la de una energía ígnea, enroscada tres veces y media dentro del múládhára chakra, el centro de fuerza situado próximo a la base de la columna y a los órganos genitales. Mientras está adormecida, es como si fuese una llama congelada. Es tan poderosa que el hinduismo la considera una diosa, la Madre Divina, la Shaktí Universal.

De hecho, todo depende de ella conforme su grado de actividad: la tendencia del hombre a la verticalidad, la salud del cuerpo, los poderes paranormales, la iluminación interior que lo arrebató de su condición de mamífero humano y lo catapultó en una sola vida a la meta de la evolución, sin esperar por el fatalismo de otras eventuales existencias.

Según Sivánanda "*ningún samádhi es posible sin kundaliní*". Eso es lo mismo que declarar que los instructores de yoga y de Yôga que están contra el despertar de la kundaliní, no saben de qué están hablando, no saben lo que es el Yôga y ni ellos ni sus discípulos van a alcanzar la meta del Yôga.

La energía de la kundaliní responde muy fácilmente a los estímulos. Despertarla es fácil. Un respiratorio que aumente la tasa de comburente es suficiente para inflamar su poder. Un bñja mantra correctamente vocalizado es capaz de movilizarla. Un ásana que trabaje la base de la columna la posiciona para la subida por la médula. Una práctica de maithuna puede deflagrarla. Basta combinar los ejercicios y practicarlos con regularidad.

Ya que despertar la kundaliní no es difícil, no se meta con ella mientras no tenga un Maestro. Y cuando lo haya encontrado, no la atice sin su autorización.

Difícil es conducirla con disciplina, ética y madurez. Freud y Reich intentaron domarla para fines terapéuticos. Freud la llamó libido. Reich la denominó orgonio. Como ninguno de los dos poseía la Iniciación de un Maestro en esos misterios, ambos fracasaron y dejaron a la posteridad una herencia meramente académica de teorías sobre el asunto, sin grandes resultados prácticos.

El Yôga tántrico va hasta el fondo en ese trabajo, elevando la kundaliní desde la base de la columna hasta lo alto de la cabeza, a través de los chakras, activándolos poderosamente, despertando los siddhis y provocando la eclosión del samádhi.

## 6- SAMÁDHI

Samádhi es el estado de hiperconciencia, de megalucidez, que proporciona el autoconocimiento, así como el conocimiento del Universo.

Los practicantes de otros tipos de Yôga consideran el samádhi algo inalcanzable, digno sólo de los grandes Maestros. Algo que simples mortales no deben ni desear, bajo pena de ser considerados pretenciosos. ¡Y quien lo alcanza, debe negarlo públicamente para evitar el escarnio de los demás yôgis! ¡Cuánta estupidez! ¡Cuánta distorsión! Si la meta del Yôga es el samádhi, todos los que lo practican deben alcanzar ese estado de megalucidez.

El sabñja samádhi, o samádhi con simiente, es un estado de conciencia que puede ser traducido como pre-iluminación y está al alcance de cualquier practicante saludable y disciplinado, que haya pasado por todos los estadios anteriores y permanecido en cada uno de ellos el tiempo prescripto por su Maestro.

No hay peligro ni misticismo alguno. Es sólo un estado de conciencia.

El nirbñja samádhi<sup>77</sup> es el estadio final, en que el practicante alcanza la meta del Yôga, el coronamiento de la evolución del ser humano. No hay cómo describirlo. Se cuenta que, cuando los discípulos del iluminado Rámakrishna le pedían que explicara lo que era el samádhi, el Maestro simplemente entraba en samádhi.

Acéptese solamente que el fenómeno es un estado de conciencia que está muchas dimensiones por encima de la mente y, por eso, es imposible comprenderlo por medio de mecanismos mentales, de la lógica o la cultura. Esas herramientas sólo serán útiles después que el fenómeno haya sido experimentado, para conceptualizarlo. Esto basta por ahora.

### RECURSOS SUPLEMENTARIOS

Además de la estructura en tres etapas y seis estadios, que acabamos de estudiar, el SwáSthya Yôga dispone de algunos recursos que se consideran suplementarios porque no hacen falta en el

---

77 Si el lector desea información al respecto del significado de los términos sánscritos, le recomendamos que consulte el *Glosario* que se encuentra en el libro *Yôga Avanzado*, de este autor. Para conocer la pronunciación, escuche el CD *Sánscrito. Entrenamiento da pronúncia*, grabado en la India. Para más conocimientos, lo ideal es estudiar los videos del *Curso Básico de Yôga*.

proceso de crecimiento y evolución del practicante, pero que, por otro lado, pueden contribuir a su mejor integración en la egrégora, así como proporcionarle mayor satisfacción. Esos recursos son:

#### SAT SANGA

Sat sanga significa *reunión en buena compañía*, o simplemente *asociación*. Designa un tipo de reunión festiva generalmente promovida sólo para ejecutar kirtans. En esa oportunidad el instructor puede aprovechar para hacer una alocución didáctica o una meditación con el grupo.

Por extensión, puede denominarse sat sanga una reunión festiva en la casa de un practicante de Yôga, con preferencia si todos los invitados son también yôgins.

#### SAT CHAKRA

Sat chakra es una modalidad de sat sanga en chakra, en círculo. No confundir con el término homónimo, que significa "los seis chakras".

Sat chakra es un tipo de chakra sádhana, es decir, una práctica hecha en círculo.

Cuando el objetivo es realizar un pújá, se denomina chakra pújá, que es una técnica típicamente tántrica.

El sat chakra es una práctica en que los yôgins –en número mínimo de seis personas– se sientan en círculo para ejecutar seis angas, a saber:

1. captación de energía, a través del pránáyáma,
2. ecualización de la energía, a través del mantra,
3. dinamización de la energía, a través de las palmas,
4. circulación de la energía, dándose las manos,
5. proyección de la energía, por mentalización y /o imposición de manos,
6. filtro contra el retorno kármico, a través de una mentalización específica.

#### NYÁSA

Nyása significa identificación. Consiste en un recurso de origen tántrico que busca producir un fenómeno muy peculiar en que el practicante se identifica de tal modo con el objeto de su concentración, que pasa a tener las características de ese objeto. Terminado el nyása, las características desaparecen. Con todo, si el yôgin practica sistemáticamente nyása sobre un mismo objeto, paulatinamente sus cualidades van siendo incorporadas por él.

Así, si el sádha practica nyása con su Maestro, va a comprender mejor su enseñanza. Pasa a incorporarla como suya. Es posible ejecutar nyása no sólo con personas vivas o muertas, sino también con objetos de la Naturaleza, tales como una flor o una piedra. Y también con egrégoras y con seres mitológicos.

Hay varias formas de nyása. Dos de ellas son: Satguru nyása sádhana y Shiva Natarája nyása.

#### SATGURU NYÁSA SÁDHANA

Se trata de una práctica muy fuerte. Es tan poderosa por el hecho de que el discípulo la recibe por vía directa, de dentro hacia fuera, en una especie de catarsis desencadenada por acción de la presencia del Maestro.

Este sádha sólo puede ser transmitido por el Satguru, o sea, por el Maestro de los demás Maestros de este linaje. Su simple presencia cataliza las energías de los sádhas y ellos comienzan a ejecutar ásanas, mudrás, pránáyámas, mantras, bandhas, kriyás, dháraná, dhyána y samádhi sin

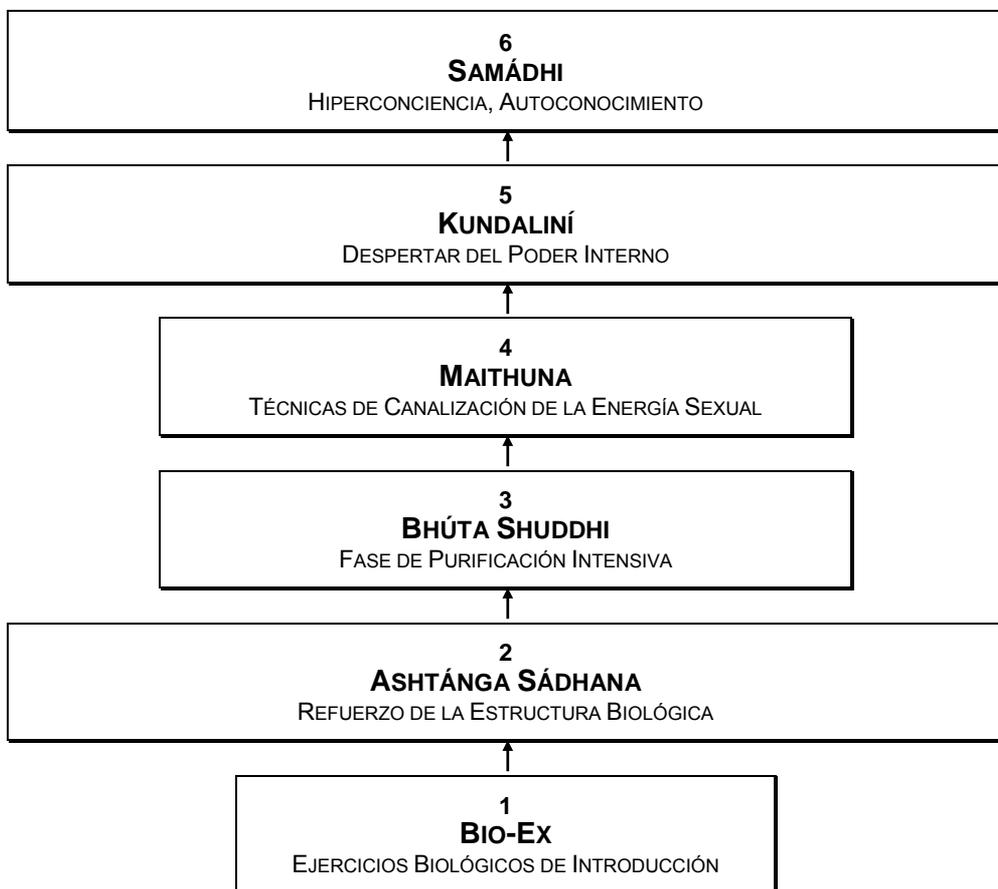
que el Preceptor transmita ninguna enseñanza concretamente, limitándose sólo a corregir alguna práctica que no haya sido captada en forma correcta.

*SHIVA NATARÁJA NYÁSA*

Ésta es una identificación con Shiva en su aspecto de Natarája, aquél que danza dentro de un círculo de fuego, marcando el ritmo del Universo con su tambor damaru y pisoteando al demonio de la ignorancia, Avidyá.

En un nivel inicial, reprograma el movimiento del neófito para perfeccionar el lenguaje gestual asociado a los ásanas y sus pasajes en las coreografías. En un nivel más profundo promueve la identificación con el creador del Yôga, facilitando la sintonía con los orígenes y, en consecuencia, la autenticidad y legitimidad de la enseñanza que nos proponemos representar.

Cuando está bien hecho, Shiva Natarája nyása puede introyectar la egrégora de Shiva en el inconsciente del yôgin, tornándolo uno con el creador del Yôga.





ASHTÁNGA YANTRA

El ashtánga yantra es el símbolo del SwáSthya Yôga. Sus orígenes se remontan a las más arcaicas culturas de la India y del planeta. Parte de su estructura está explicada en el Shástra *Yantra Chintamani*. Constituye un verdadero escudo de protección, anclado en arquetipos del inconsciente colectivo.

## MÉTODO DeROSE

Nuestro método comenzó a ser formalizado cuando sentimos en carne propia una serie de inconvenientes. Una vez, organizamos un Encuentro de Instructores de Yôga al cual asistieron profesores de muchas disciplinas. Había profesionales de Bioenergética, Psicodanza, Tai-Chi, Do-In, Kempô, Chi-Kun, Shiatsu, Eutonía, Zen y una cantidad de cosas más. En aquella época, éramos todos muy eclécticos<sup>78</sup>...

Una vez que estábamos sólo nosotros, a salvo de miradas profanas, tuve la brillante idea de proponer que hiciéramos un ejercicio de autocrítica. Más que una demostración de humildad, o una forma de catarsis, sería la posibilidad de hacer conscientes nuestras insatisfacciones, salvedades y reservas. Tal vez podría ayudarnos a superar nuestras fallas y limitaciones...

Comencé, haciendo una saludable autocrítica a aquello que más respetaba y a que dedicaba mi vida, el SwáSthya Yôga. A partir de entonces, para sorpresa general, los demás hicieron lo mismo, cada cual con su modalidad. Así, quedaron declarados y confesos los puntos débiles de varias especialidades allí presentes.

Se verificaron múltiples aspectos de la insatisfacción que sienten los hombres por su propia gramilla "porque la del vecino es más verde". Pero, independientemente del puro y simple descontentamiento gratuito, de la fantasía de que otra cosa podría ser mejor, detectamos una información importante: todos, unánimemente, estaban desconformes con la imagen de su producto a los ojos de la opinión pública. ¿Por qué sería?

La respuesta fue: ninguno de aquellos métodos había direccionado su imagen. Al contrario, todos la evolucionar al acaso, hacia donde soplara el viento, creando la imagen que crease. Sumisos, todos procuraron ir detrás de las variaciones de interés del público, tal como alguien que corre detrás de un billete de cien dólares en medio de un ventarrón. Todos procuraban ofrecer lo que el público exigía de sus servicios, aun cuando el consumidor estuviera equivocado y eso implicara un perjuicio para la autenticidad, siempre que atrajera una clientela que quedara satisfecha al encontrar lo que había imaginado.

Por ejemplo: el Yôga no tiene la propuesta de calmar<sup>79</sup>, pero el pueblo le construyó esa fama. ¿Qué hicieron los profesores de Yôga? ¿Informaron sistemáticamente a la gente que el espíritu no era ese? De ninguna manera. El cliente siempre tiene razón. Si el cliente dice que quiere practicar Yôga para calmarse, o para curarse de algo, entonces, "sí señor, es aquí mismo". Y, obviamente, las clases pasaron a ser adaptadas a esa expectativa del consumidor. O sea, dejaron de tener las características de fuerza y poder, o de desenvolvimiento interior. Al fin y al cabo, eso exige compromiso y disciplina. ¡Pero los aspirantes a alumnos siempre declaraban que no les gustaría que el Yôga interfiriera en su vida ni tampoco verse obligados a alterar sus hábitos!

---

78 Ya no invitamos más a los profesionales de esas otras materias para participar de nuestros eventos, ya que durante décadas invitamos a profesores de Tai-Chi, Do-In, Shiatsu. Masajes, Biodanza, Probiótica/Unibiótica, Ayurvêda, Astrología, etc. a divulgar sus respectivas artes en nuestros Congresos. Sin embargo, hasta el momento en que escribimos estas líneas, treinta años después, jamás recibimos una única invitación para presentar el Yôga en los eventos de cualquiera de las demás corrientes, que de esa forma demostraron falta de reciprocidad. Finalmente, ese separativismo que practicaron fue positivo dentro del Gran Orden Universal, pues, escribiendo derecho en líneas torcidas, resultó incentivada la norma ética de no mezclar corrientes.

79 Combatir el estrés no es lo mismo que calmar. El karate combate el estrés, pero no calma. El Yôga también combate el estrés pero no calma. Si usted practicó Yôga y se sintió más calmo, o existe un problema semántico en la conceptualización del efecto que obtuvo, o alguien se sugestionó.

Por lo tanto, no sólo en el Yôga, sino en todas las demás artes, lo que ocurrió pura y simplemente fue la deturpación de la esencia verdadera para transformarla en una *agüita con azúcar*, simplificada tanto cuanto el público exigía y que poca o ninguna semejanza guardaba con aquello cuyo nombre estaba utilizando. Era preciso hacer algo al respecto.

Decidimos hacer el camino inverso, o sea, comenzar definiendo qué era lo que la nueva metodología no tenía que ser. Tal como en una escultura, en que el artista va labrando la roca con su cincel para liberar la delicada imagen que el bloque de piedra esconde en su seno, de la misma forma fuimos definiendo todas las cualidades indeseables que queríamos evitar, y tratamos de excluirlas, con vigorosos golpes de cincel, una a una. Primero hicimos la lista de los defectos de todos los métodos existentes. Luego comenzamos a desbastar el monolito que teníamos ante nosotros.

¿La modalidad **A** era muy estática? ¡Entonces, nuestro método no lo sería! ¿La especialidad **B** era mística? ¡La nuestra no podría serlo! ¿El sistema **C** era aburrido? El nuestro sería lo opuesto. ¿La corriente **D** violentaba el cuerpo? ¡Entonces, nosotros no lo haríamos! ¿El proceso **Y** demoraba para producir efectos? ¡En ese caso necesitábamos algo que proporcionara resultados rápidos! Y, por encima de todo, ¿todos ellos habían dejado que su imagen evolucionara aleatoriamente? Pues nosotros no haríamos eso. Nosotros determinaríamos precisamente cuál debía ser la imagen, cuál el público, los objetivos, el ambiente y el clima de trabajo. Así fue.

### LA FORMALIZACIÓN

La formalización de nuestra metodología tuvo varios objetivos. Uno de ellos fue devolver al Yôga la estatura original de filosofía iniciática, envolverlo en un capullo protector que impidiera el deterioro por el contacto corrosivo con la contaminación del consumismo de estos últimos tiempos. No soportábamos más tener que convivir con la inversión de valores que apartaba del Yôga justamente a las personas que eran su público ideal, y atraía a la gente equivocada, que no quería Yôga en absoluto. Personas que, en realidad, no venían buscando Yôga, sino tablas de salvación; que se acercaban a nosotros, no por entender la propuesta de nuestro arte, sino para pedir socorro, como si fuéramos alguna especie de secta. ¡Qué tremendo malentendido!

La culpa de esas distorsiones es de quienes enseñan yoga sin tener formación, ya que al carecer de calificación profesional, no tienen ni la menor noción de aquello que enseñan y, así, inventan a su gusto. Por eso, sólo consiguen alumnos entre las personas menos informadas al respecto y poco exigentes: místicos (que son creyentes por excelencia), ancianos o enfermos (que ya están en situación de debilidad y buscan un alivio para sus males, no teniendo, por lo tanto, interés ni competencia para cuestionar la autenticidad del método o las credenciales del "profesor").

Entre los absurdos perpetrados, uno de los más comunes es el siguiente: el Yôga es estrictamente práctico, no implica ningún adoctrinamiento. Contrariando esa característica y norma ética, es común encontrar practicantes que se quejan de supuestos profesores por tentativas de adoctrinamiento. Como si eso no bastase, la catequesis es explotada en favor de corrientes que nada tienen que ver con el Yôga, tales como Vêdânta, Espiritismo, Rosacruz, Teosofía, sectas exóticas, etc. Otro engaño es aplicar cualquier tipo de religiosidad, ya que el Yôga clásico se basa en el Sámkhya, una filosofía frecuentemente calificada como materialista y ateísta —aunque, en realidad, no lo sea— con características claramente anti-místicas y no espiritualistas.

Muchas veces nos preguntaron en la Confederación Nacional de Yôga si conocíamos al profesor Fulano o Mengano. Al informar que la persona en cuestión no era instructor formado y no debería estar dando clases, la propia persona que había hecho la consulta discordaba de la opinión profesional que había consultado.

—¡Ah, no! Debe haber algún error. ¡Ese profesor es muy bueno!

¿Qué es lo que un lego llama "profesor bueno"? Es una persona simpática, que habla bien, que sabe cómo comunicarse y procura hacerse agradable en las clases y en la relación. ¿Qué tiene que ver eso con honestidad, competencia, habilitación, eficiencia de las técnicas, seguridad de la salud física y mental del alumno o autenticidad del objetivo que se propone el Yôga?

¿Cuál sería su opinión al respecto de un médico simpático, comunicativo, sumamente atento, capaz de proceder a una consulta muy interesante y agradable, pero que no se hubiese formado en medicina? Recuerde que los estafadores no podrían ejercer su oficio si no tuvieran cara de honestos. Cuando aquel consumidor declara que el supuesto profesor de Yôga es bueno, puede estar refiriéndose también a los resultados obtenidos:

–Pero las clases de él me hicieron muy bien. En aquella época estuve más calma y mejoré de la depresión.

Sucede que el Yôga no calma, ¡energiza! Yôga no es terapia, es filosofía. No pretende resolver las trivialidades de la vida diaria, sino la gran ecuación cósmica de la evolución. En ningún texto sobre Yôga de la antigüedad (con más de 2.000 años) se encuentra la declaración de que esa filosofía sea una terapia o, mucho menos, ¡que calme! En todos los libros ancestrales el Yôga está asociado a conceptos de poder y de fuerza. Jamás a la calma.

Aun si, eventualmente, encontramos alguna referencia que deje dudas a ese respecto, habrá sido por una mala traducción, verdadera pandemia en las versiones modernas de los antiguos compendios. Un ejemplo de eso es la palabra *pûrusha*, que significa *hombre*, pero aparece casi siempre traducida como *espíritu*, debido a que las traducciones de las escrituras Sámkhyas fueron *cometidas* por adeptos del Védánta, y este es un dárshana espiritualista, por lo tanto, opuesto al Sámkhyas. Sería lo mismo que leer un libro de San Agustín traducido por Marx. No Groucho... ¡el otro!

El Yôga es muy bueno. Practiqué muchas modalidades de técnicas físicas, me dediqué a innumerables deportes, danza, artes marciales, estudié incontables filosofías, fui iniciado en un sinnúmero de sociedades secretas, viajé por todo el mundo varias veces, adquirí cultura general y específica, conocí diversos Maestros famosos, debatí con mucha gente importante, sin olvidar el innegable valor de la experiencia personal, y puedo confirmarlo: no hay nada tan bueno, eficiente, amplio y profundo como el Yôga. Sin embargo, a fines del siglo XX la imagen del Yôga fue alterada, confundiendo los medios con los fines.

Gracias a los procedimientos defendidos en nuestro trabajo, alteramos la balanza de la ley de la oferta y la demanda, en favor del Yôga. Logramos hacerlo más respetado, reduciendo la oferta y aumentando la demanda al limitar drásticamente el número de privilegiados que tenían acceso a él.

Hoy, a quien llega preguntando por Yôga, se le informa que nuestro sistema es así: primero, todos tienen que pasar por el período preparatorio con Bio-Ejercicios, de un mes o más, a fin de adquirir estructura suficiente para soportar el impacto del Yôga, que aprenderán posteriormente. Durante ese tiempo, mucha gente descubrirá que lo que deseaba era realmente Bio-Ex y seguirá perfeccionándose en ese sentido. Los otros, si de hecho tienen vocación y merecimiento para recibir la iniciación en Yôga, eventualmente tendrán acceso a esa prerrogativa.

Gracias a las medidas que adoptamos, el Yôga volvió a ser iniciático, hermético. Entonces empezó incluso a despertar más interés. Repentinamente, todo el mundo pasó a saber que tenemos ese tesoro y a golpear en nuestra puerta para solicitar una de las escasas y -por eso mismo- preciosas vacantes. Desde que implementamos esa política de conversión de imagen, nuestro público mejoró bastante. La franja de edad bajó, generando una significativa mayoría de 18 a 38 años de edad. No obstante, continuamos teniendo practicantes de más de 40, más de 50 y más de 60 años.

El nivel cultural subió y hoy atendemos principalmente a un público de nivel universitario: escritores, artistas, científicos, en su mayoría, jóvenes. Actualmente tenemos más hombres que mujeres. Las mujeres son empresarias, ejecutivas, profesionales liberales, universitarias, escritoras, periodistas y deportistas.

Pero no es sólo eso. El Método DeRose traspasó los límites de la técnica en sala de clase para incorporarse a la vida diaria del practicante, como un verdadero Código Cultural. El Método generó toda una Cultura. De eso hablaremos más adelante.

---

# POSFACIO

---



## LA HISTORIA DEL YÔGA EN EL BRASIL

Texto escrito en la década del 70 por la Comisión Editorial del *Prontuario de Yôga Antigo*, actualizado con los eventos que ocurrieron posteriormente.

Hay mucha historia mal contada, mucha afirmación reticente sobre este tema polémico. Los verdaderos introductores del Yôga en el Brasil están muertos y hay muy poca gente dispuesta a defenderlos públicamente.

Al final, ¿quién fue el primero en enseñar Yôga en el Brasil? ¿De quién fue el primer libro de Yôga de autor brasileño? ¿Quién lanzó la campaña para la reglamentación de la profesión? ¿Quién introdujo el Curso de Extensión Universitaria para la Formación de Instructores de Yôga en las Universidades Federales, Estatales y Católicas? ¿Quién fundó la Primera Universidad de Yôga del Brasil? Ya es tiempo de que divulguemos esos hechos.

### QUIÉN INTRODUJO EL YÔGA EN EL BRASIL

Quien inauguró oficialmente la existencia del Yôga en el Brasil fue Sêvânanda Swámi, un francés cuyo nombre verdadero era Léo Costet de Mascheville. Él colocaba el término *swámi* al final del nombre, lo que era una declaración de que no se trataba de un swámi (monje hindú), sino que usaba esa palabra como sobrenombre, y eso confundía a los legos. Muchos de esos legos se referían a él como “Swámi” Sêvânanda, pues uno de los más relevantes Maestros de Yôga de la India, que vivió en la época, se llamaba Swámi Sivánanda.

Sêvânanda viajó por varias ciudades dando conferencias, fundó un grupo en Lages (SC) y un monasterio en Resende (RJ). Él era un líder natural y su voz era suficiente para arrebatar corazones y mentes. Con Sêvânanda aprendieron Yôga todos los instructores de la vieja guardia. Y

cuando decimos vieja guardia, nos estamos refiriendo a los que enseñaban en la década del 60, cuya mayoría ya partió para los planos invisibles.

Sêvânanda enfrentó muchos obstáculos e incomprendiones durante su ardua caminata. En fin, ése es el precio que se paga por ser pionero. Todos los precursores pagaron ese pesado tributo.

Al considerar su obra bien fundamentada y concluida, el Maestro Sêvânanda se recogió para vivir en paz sus últimos años. Todos los que lo conocieron de cerca guardan por él una gran admiración y afecto, independientemente de los defectos que pueda haber tenido o de los errores que haya cometido. Después de todo, errar, erramos todos.

### **QUIÉN ESCRIBIÓ EL PRIMER LIBRO DE YÔGA**

Sêvânanda introdujo el Yôga bajo una connotación pesadamente mística y en clima de monasterio. Quien inició el Yôga como trabajo de academia en el Brasil, fue el gran Caio Miranda. De él fue el primer libro de Yôga de autor brasileño. Escribió varios libros, fundó cerca de veinte institutos de Yôga en diversas ciudades y formó los primeros instructores de Yôga. Así como Sêvânanda, Caio Miranda tenía un fuerte carisma que no dejaba a nadie indiferente: o lo amaban y seguían, o lo odiaban y perseguían.

En la década del sesenta, disgustado por las incomprendiones que había sufrido, murió con la enfermedad que arrebató la vida a todos aquéllos que no utilizan pújá en sus clases, pues esa técnica contribuye a la protección del instructor y los que no la aplican resultan más vulnerables.

A partir de la muerte del Maestro Caio Miranda ocurrió un cisma. Antes, se habían unido todos contra él, ya que solos no podían hacer frente a su conocimiento y a su carisma. Eso mantenía un equilibrio de fuerzas. De un lado, uno fuerte y del otro, varios débiles...

Pero a partir del momento en que estaba vacío el trono, todos se dividieron. Por esa razón, los nombres de esos profesionales serán omitidos, pues no merecen ser citados ni recordados. Personas que viven hablando de Dios y de tolerancia, pero por detrás siembran la discordia en el seno del Yôga, no merecen ser mencionadas. Son ejemplos de incoherencia.

### QUIÉN REALIZÓ LA OBRA MÁS SIGNIFICATIVA

En 1960 surgió el más joven profesor de Yôga del Brasil. Era el Prof. DeRose, entonces de 16 años de edad, que comenzó a enseñar en una conocida sociedad filosófica. En 1964 fundó el Instituto Brasileño de Yôga. En 1969 publicó el primer libro (*Prontuario de Yôga Antiguo*), que fue elogiado por el propio Ravi Shankar, por la Maestra Chiang Sing y por otras autoridades. En 1975, ya consagrado como un Maestro sincero, encontró el apoyo para fundar la Unión Nacional de Yôga, la primera entidad en congregar instructores y escuelas de todas las modalidades de Yôga sin discriminación. Fue la Unión Nacional de Yôga la que desencadenó el movimiento de unión, ética y respeto mutuo entre los profesionales de esa área de enseñanza. Desde entonces, la Unión creció mucho y cuenta hoy con cientos de Unidades, prácticamente en todo Brasil y también en otros países de América Latina y Europa.

En 1978 DeRose lideró la campaña por la creación y divulgación del Primer Proyecto de Ley para la Reglamentación de la Profesión de Profesor de Yôga, el cual despertó un gran movimiento y acalorados debates de norte a sur del país. A partir de la década del setenta introdujo los Cursos de Extensión Universitaria para la Formación de Instructores de Yôga en prácticamente todas las Universidades Federales, Estatales y Católicas. En 1980 comenzó a dictar cursos en la propia India y a enseñar a instructores de Yôga en Europa. En 1982 realizó el Primer Congreso Brasileño de Yôga. También en el 82 lanzó el primer libro dedicado especialmente a la orientación de los instructores, la *Guía del Instructor de Yôga*, y la primera traducción de los Yôga Sûtra de Pátañjali (la más importante obra del Yôga Clásico) realizada por un profesor de Yôga brasileño. En 1995, completando veinte años de viajes a la India, fundó la Primera Universidad de Yôga del Brasil y la Universidad Internacional de Yôga en Portugal y en la Argentina. En 1997 sentó las bases del **Consejo Federal de Yôga y del Sindicato Nacional de Profesionales de Yôga**.

Habiendo conmemorado cuarenta años de magisterio en el año 2000, recibió en 2001 y 2002 el reconocimiento del título de **Maestro en Yôga** (no académico) y **Notorio Saber en Yôga** de la FATEA –Facultades Integradas Teresa d’Ávila– (SP), la Universidad Lusófona, de Lisboa (Por-

tugal), la Universidad de Porto (Portugal), la Universidad de Cruz Alta (RS), la Universidad Estácio de Sá (MG), las Facultades Integradas Corazón de Jesús (SP), la Cámara Municipal de Curitiba (PR) y la Sociedad Brasileña de Educación e Integración, la cual también le confirió una Encomienda.

En 2003 recibió otro certificado de **Maestro en Yôga** (no académico) y **Notorio Saber en Yôga** de la Universidad Estácio de Sá (SC) y además un título de **Comendador**, de la Academia Brasileña de Arte, Cultura e Historia.

En 2004 recibió el grado de **Caballero** de la Orden de los Nobles Caballeros de São Paulo, reconocida por el Comando del Regimiento de Caballería Nueve de Julio, de la Policía Militar del Estado de São Paulo, y el Collar de José Bonifacio conferido por la Sociedad Brasileña de Heráldica y Medallística.

En 2005 recibió el título de **Doctor *Honoris Causa*** de la Orden de Parlamentarios del Brasil, otro por la Cámara Brasileña de Cultura, otro por la Soberana Orden D. Pedro I y otros por diversas entidades académicas.

En 2006 recibió el Diploma del Mérito Histórico y Cultural en el grado de Gran Oficial. Fue nombrado Consejero de la Orden de los Parlamentarios del Brasil. El mismo año recibió la Medalla Tiradentes de la Asamblea Legislativa del Estado de Río de Janeiro y la Medalla de la Paz de la ONU Brasil.

Por ley estatal, la fecha de cumpleaños del Maestro DeRose, 18 de febrero, fue instituida como **Día del Yôga** en diez estados: São Paulo, Río de Janeiro, Paraná, Santa Catarina, Minas Gerais, Bahía, Mato Grosso, Mato Grosso do Sul, Pará, Goiás, y además el Distrito Federal.

Actualmente, DeRose contabiliza veintidós libros escritos, publicados en varios países y con más de un millón de ejemplares vendidos. Por su postura contraria al mercantilismo, consiguió lo que ningún autor había obtenido antes de su editor: la autorización para hacer *free download* de sus libros por internet, así como MP3 sin cargo de los CDs de práctica, y puso a disposición decenas de *webclasses* gratuitamente en el sitio *web* **www.Uni-Yoga.org**, que no vende nada.

Todos éstos son precedentes históricos. Eso hizo del Maestro DeRose el más discutido y, sin duda, el más importante Maestro de Yôga del Brasil, por la energía incansable con que ha divulgado el Yôga en los últimos 30 años en libros, diarios, revistas, radio, televisión, conferencias, cursos, viajes y formación de nuevos instructores. Formó más de 5.000 buenos instructores y ayudó a fundar millares de centros de Yôga, asociaciones profesionales y Federaciones, en el Brasil y en otros países.

Siempre exigió mucha disciplina y corrección de aquéllos que trabajan con su método, el SwáSthya Yôga, lo que le valió la reputación de perfeccionista, así como mucha oposición de los que iban siendo reprobados en las evaluaciones de las Federaciones lideradas por él.

Defiende categóricamente el Yôga Antiguo, preclásico, prevédico, denominado Dakshinacharatántrika-Niríshwarasámkhya Yôga, al que sistematizó y denominó SwáSthya Yôga, Yôga Ultra-integral.

Ejemplo de seriedad, se tornó célebre por la valerosa autocrítica con que siempre denunció las fallas del *métier*, sin faltar a la ética profesional y jamás atacando a otros profesores. Eso despertó un nuevo espíritu, combativo y elegante, en todos aquéllos que son de hecho sus discípulos.

### **EL PRACTICANTE DEBE TENER OPINIÓN PROPIA**

*Está muerto: podemos elogiarlo a gusto.*  
Machado de Assis

Quien practica Yôga o filosofías correlativas, tiene que tener opinión propia y no dejarse influir por especulaciones sin fundamento.

Dos de los Maestros aquí mencionados ya han fallecido y fueron cruelmente incomprendidos mientras estaban vivos. ¿Será que tendremos que esperar que mueran todos, para entonces lamentarnos por su falta? ¿Será que vamos a continuar, como siempre, sometiendo a los precursores a la incompreensión, injusticia y falta de apoyo, para loarlos y reconocer su mérito sólo después de muertos?

*Comisión Asesora Editorial*



---

**APÉNDICE SOBRE LA REGLAMENTACIÓN  
DE LA PROFESIÓN**

---

### LA REGLAMENTACIÓN HOY

Más que nunca, urge que nos unamos para edificar la reglamentación de la profesión de instructor de Yôga.

En 1978 promoví el primer proyecto de ley por la reglamentación de la profesión de profesor de Yôga. Nuestra clase profesional aún no estaba madura para comprender la urgencia de esa medida y no la apoyó. Exactamente veinte años después, en 1998, los profesionales de Educación Física consiguieron su reglamentación, que instituyó el Consejo Federal de Educación Física. A partir de entonces, muchos instructores de Yôga fueron importunados por entidades de clase, amenazados por asociaciones profesionales y presionados para pagar impuestos a los sindicatos de Educación Física. Un director de Facultad de Educación Física llegó a denunciar a determinado instructor de Yôga de Rio Grande do Sul a la Justicia, que lo intimó, bajo amenaza de prisión, a brindar información al respecto de una entrevista que había dado a la prensa. Tal actitud, además de anti-ética y antipática, es injusta contra profesionales honestos que desempeñan su trabajo de manera ejemplar **y que están legalizados**.

Esa invasión de una profesión en el área de otra resulta equivalente a que los dentistas, por ejemplo, inventaran que sólo puede ejercer Arquitectura, Ingeniería o Derecho ¡quien esté formado en Odontología! Las diferencias entre Yôga y Educación Física son abisais, como Arquitectura y Odontología.

Sin embargo, basta leer la ley que reglamenta la Educación Física para constatar que esas presiones poco elegantes para subordinar el Yôga a la Educación Física no tienen amparo legal. En ninguna parte de la ley se menciona el Yôga, y nada de lo que en ella consta puede conducir a esa interpretación transversal.

El Yôga ha sido reconocido desde hace siglos como **Filosofía**. Es uno de los seis darshanas, o puntos de vista filosóficos del hinduismo. Además, el Yôga es muy vasto para ser clasificado tan simplemente como Educación Física. Una práctica completa de Yôga comprende técnicas corporales, bioenergéticas, emocionales, mentales, etc., a través de técnicas orgánicas, respiratorias, de relajación, de limpieza de los órganos internos, vocalizaciones, concentración, meditación y mentalización. Ahora bien: eso no pertenece al área de la Educación Física. Incluso las técnicas corporales del Yôga no son puramente físicas y son completamente diferentes de las de la gimnasia. Hasta las reglas y los principios son totalmente distintos.

El Yôga y la Educación Física tuvieron orígenes diferentes, en épocas diferentes, países diferentes, se basan en principios diferentes y tienen objetivos diferentes. Además, el Yôga surgió en la India 3.000 años antes de los comienzos de la Educación Física.

La Unión Nacional de Yôga, la Confederación Nacional de Federaciones de Yôga del Brasil y las Federaciones de Yôga de los Estados de Rio Grande do Sul, Santa Catarina, Paraná, São Paulo, Rio de Janeiro, Brasilia, Minas Gerais, Bahia, Ceará y Pará, repudian enérgicamente la política de anexión adoptada por la clase de los profesionales de Educación Física, recrudescida a partir de la reglamentación de su profesión. **Las autoridades de Educación Física quieren que sólo pueda dar clases de Yôga quien ha sido formado en Educación Física, lo que constituye una inconcebible violación de nuestros derechos civiles.**

Estas son algunas modalidades de Yôga. Como el lector puede constatar, no tienen nada que ver con la Educación Física:

1. Rája Yôga, el Yôga mental;
2. Bhakti Yôga, el Yôga devocional;
3. Karma Yôga, el Yôga de la acción;
4. Jñána Yôga, el Yôga del autoconocimiento;
5. Laya Yôga, el Yôga de las paranormalidades;
6. Mantra Yôga, el Yôga del dominio del sonido y del ultrasonido;
7. Tantra Yôga, el Yôga de la sensorialidad;
8. Suddha Rája Yôga, una variedad de Rája Yôga medieval;
9. Kundaliní Yôga, el Yôga del poder;
10. Siddha Yôga, el Yôga de los siddhis (poderes extrasensoriales);
11. Kriyá Yôga, el Yôga de la actividad evolutiva (tapas, swadhyáya e íshwara pránidhana)
12. Yôga Integral, el Yôga integrado en las artes, cultura y profesión;
13. Yôga Clásico, un Yôga de iluminación, de hace 2.000 años;
14. SwáSthya Yôga, el Yôga que comprende todos los anteriores;
15. Hatha Yôga, el Yôga físico.

Hasta el Yôga físico, el Hatha Yôga, que trabaja prioritariamente con el cuerpo, es diferente de la gimnasia, y no puede ser clasificado de manera tan simplista, pues pertenece a una tradición filosófica, hindú, iniciática, y no aplica ejercicios de gimnasia. Utiliza mudrás (lenguaje gestual), kriyás (actividades de limpieza de las mucosas), bandhas (contracciones o compresiones de plexos y glándulas),

trátakas (ejercicios para los ojos), y una infinidad de otros recursos que no tienen ni el más tenue parentesco con la gimnasia. Incluso sus ásanas, que son técnicas psicofísicas, no manifiestan identidad alguna con los cánones de la Educación Física.

Al sostener que el Yôga no tiene ningún parentesco con la gimnasia y que no puede estar subordinado a la Educación Física, no quiero con eso manifestar menosprecio alguno por el deporte. Al contrario, soy ferviente admirador y fui practicante de innumerables modalidades. Sólo estoy defendiendo que cada profesional permanezca en su área.

### LO QUE OCURRE CUANDO LOS PROFESIONALES DE YÔGA QUEDAN SUBORDINADOS A LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA

Cuando les cuento a los instructores de Yôga de menos de cuarenta años de edad las truculencias a que fuimos sometidos en la década del sesenta, suelo escuchar: “pero eso era en aquella época, ahora no ocurre más...” Me hacen acordar a una instructora que al comentar las atrocidades nazis contra personas de otras etnias, hizo exactamente el mismo comentario: pocos años después se produjeron las barbaries en Bosnia y la masacre de los kurdos en Irak. ¡Pobre de aquel que no aprende nada de la Historia!

No podemos olvidar el conflicto deflagrado hace años por la Educación Física. Los más antiguos deben recordar que los profesores de Educación Física llegaron a obtener un decreto según el cual los profesionales de Yôga quedaban subordinados a los de Educación Física.

Para ser autorizado a enseñar, el interesado era juzgado por una comisión designada por el Director del Departamento de Educación Física del Estado (Documento “Y”, N° 12, art. 3°), de la época de la dictadura militar, controlado desde las sombras por un coronel que enseñaba “yoga”.

Si era aprobado, no podría denominarse *profesor* ni *instructor de Yôga*, sino simplemente “autorizado en carácter provisorio” o “auxiliar” (Documento “Y”, N° 12, art. 2°). Eso ponía a los profesionales en clara inferioridad y en permanente inseguridad.

Para abrir un establecimiento de Yôga era necesario registrarlo en el Departamento de Educación Física (Decreto “N” N° 1.155, art. 4°, párrafo V), cuando sabemos que el Yôga no es Educación Física sino una **filosofía**. Eso nos impedía la libre y auténtica consecución de nuestro trabajo. El decreto citado exigía insta-

laciones de Educación Física para los establecimientos de Yôga, incoherencia que paso a describir:

Exigencia de iluminación natural, a través de ventanas amplias (Orden de Servicio “N” N° 5, parágrafo d), cuando, por el contrario, en el Yôga precisamos silencio e iluminación acogedora o penumbra para algunos ejercicios, lo que sólo se obtiene con las ventanas cerradas.

Exigencia de un techo nunca inferior a tres metros de altura (“a causa de los saltos”, y no servía de nada explicar que en Yôga no dábamos saltos), área de por lo menos 30 metros cuadrados para la sala de práctica y pintura clara en sus paredes (Orden de Servicio “N” N° 5, parágrafo b), cuando en Yôga preferimos recintos acogedores, con techos bajos, salas del tamaño que nos conviene y con los colores que nos parezcan bien. Al exigir el techo con 3 metros de altura, prácticamente todas las escuelas de Yôga y de yôga tendrían que haber sido cerradas.

Exigencia de varias duchas (Orden de Servicio “N” N° 5, parágrafo y). El inspector del Departamento de Educación Física llegó a exigirnos un número de duchas, en cada vestuario –uno masculino y otro femenino– igual al de alumnos presentes en cada clase, cuando es sabido que se desaconseja bañarse después de la práctica de Yôga.

Exigencias personales de los inspectores, que eran profesores de Educación Física, y que perseguían a los centros de Yôga, llegando a visitarlos cada quince días, aplicando una burocracia exagerada, que –todos lo notaban– era para desestimular a los establecimientos de Yôga, vistos como intrusos en su área. Hasta la asistencia de los alumnos era controlada por los inspectores, que exigían eso a los instructores de Yôga. Exigían que ese registro de asistencia fuese separado, para hombres y mujeres. E incluso exigían que se llenase mensualmente un formulario declarando cuántos hombres y cuántas mujeres habían entrado y cuántos habían salido del establecimiento, a cuántas clases asistió cada uno y a cuántas faltó durante el trimestre, etc. (Documento “Y” N° 12, art. 1º.)

La mayor de todas las injusticias legales era el hecho de que el instructor de Yôga propietario del establecimiento no tenía derecho a trabajar sin pagar a un profesor de Educación Física para firmar ficticiamente un contrato de Director Técnico... ¿Técnico en qué, si no sabía nada de Yôga? (Decreto “N” N° 1.155, art. 7º, parágrafo y).

Los propietarios de Escuelas de Yôga no tenían reconocimiento ni siquiera para firmar requerimientos o documentos oficiales y tenían que pedir a un profesor de Educación Física que los firmase por ellos (Decreto “N” N° 1.155, art. 5º). En

otras palabras, el dueño del establecimiento, que también era especialista en Yôga, tenía que someterse a una posición humillante, no reconocida, sin libertad de acción y meramente decorativa, y era presionado continuamente para cerrar su escuela.

En nuestro propio establecimiento, el inspector muchas veces perturbó la práctica, entrando a propósito en la sala de Yôga y hablando fuerte durante una relajación o meditación, cosas que él no comprendía. Abría la puerta y gritaba hacia adentro: “¿Cuántos alumnos están presentes hoy?”, basándose para ese comportamiento en el Decreto “N” nº 1.155, art. 13º, parágrafo III, que obliga a franquear en cualquier momento el establecimiento a la inspección.

En suma, con tantas coerciones a las Escuelas de Yôga, éstas quedaron restringidas a una u otra que consiguió comprar casa y promover obras costosas para satisfacer las desmedidas exigencias. O bien, para continuar funcionando, los profesionales de Yôga tuvieron que someterse a la extorsión de dar propinas.

Por eso la mayoría pasó a ser empleado de las academias de gimnasia: en otras palabras, los profesores de Yôga pasaron a ser empleados de los profesores de Educación Física. Yo conseguí mantener mi institución gracias a una brecha en la legislación que descubrí después de mucha investigación, y así quedé fuera de la jurisdicción de la Educación Física.

Todo eso puede repetirse hoy. Sepa que es más probable que lo que usted pueda imaginar, ya que cualquier otro Estado que adopte una legislación para nuestra profesión se basará en los precedentes legales. Se va a inspirar en aquel famoso decreto de la dictadura militar. Esa legislación continúa existiendo en estado de hibernación, hasta que alguien la despierte de su letargo. Algunos de sus artículos siguen siendo exigidos por la Prefectura de Río de Janeiro.

Si usted tiene sentido de responsabilidad para con el futuro del Yôga en nuestro país, no se quede ahí parado. ¡Haga algo!

*“Si se mete con el cuerpo, y no es por enfermedad, es con nosotros.”*

Ed. Física

*“Entonces, tienen que subordinar a las Escuelas de Samba y a las Prostitutas.”*

DeRose

