

PROFESOR DE YOGA EN EL MERCADO LABORAL

Alister Langer

1. Introducción

Para abordar un tema tan amplio como el de "Profesor de Yoga en el mercado laboral" se tienen que superar muchos problemas de índole metodológico, teórico y empírico. Así que este ensayo presentará para empezar las líneas generales de investigación realizadas hasta ahora sobre aquel tema.

Después se tratará de aclarar la validez de los certificados de 'Profesor de Yoga' porque para que se pueda tener el resultado deseado en cualquier servicio que se demanda, hay que tener en cuenta quién y cómo lo ejerce y a quién y cuándo, es decir, en qué circunstancia se lo dirige.

Para no desbordarme y, por el contrario, aportar algo en relación a la investigación, como para ofrecer una información práctica para aquella gente que busca una clase de yoga, este ensayo se basa en una investigación de Internet (1) efectuada entre el 07-05-2003 y el 12-06-2003 y trata de aclarar la posición de las personas que enseñan Yoga. Debido a una falta total de cooperación por parte de las principales asociaciones profesionales de Yoga en España a la hora de suministrarme material práctico, tendré que inferir los datos obtenidos en Alemania mediante un análisis de los datos encontrados en Internet. Una aproximación que carece por tanto ya desde su metodología de la exactitud requerida en una investigación científica, por lo que este ensayo es más una descripción y una comparación de los datos obtenidos.

(*) Alister Langer, autor de este ensayo, es estudiante alemán de sociología y psicología, practicante de Haṭha yoga y vipassana.

(1) Se basa en un análisis de los datos encontrados a través de internet ya que la búsqueda en la red de bibliotecas universitarias de España no dio resultado al no encontrar ningún libro adecuado para la investigación y que además resultó imposible encargar un libro a Alemania. También la mayoría de las fuentes las citaré en alemán ya que cada campo -y internet quizás más aún- crea sus propias leyes

que se deben conocer llevando a cabo una investigación y así aprovechar mi exploración y mis contactos en Alemania.

2.1. Definición operacional

Para abordar cualquier cuestión referente al Yoga hay que definirlo.

En este ensayo se parte de una idea práctica que sería la de un servicio demandado por ciertos clientes ya que el Yoga ha echado raíces en el mercado laboral, ya que se demanda en la vida cotidiana buscando entrenamiento físico y/o relajación a través de ciertas técnicas de meditación.

Así que debería, como mínimo, incluir dos cosas: cuerpo y mente, ejercicios físicos tanto como meditación; a esto se añaden muchas veces ejercicios de respiración.

<<El yoga, a pesar de que se practique en nuestra sociedad de una forma bastante "descafeinada", es un sistema integral que beneficia a quien lo practica en todos los terrenos: físico, emocional, mental y espiritual.>> (2)

Sin embargo, la mayoría de la gente difiere de una manera significativa de la idea de 'sendero espiritual' y buscan lograr por lo general fines prácticos.

Por eso sería erróneo, no sólo ya desde el sentido común, propagar la idea de un desarrollo integral del ser humano cuando se está excluyendo una parte, como pasa frecuentemente, sea el Yoga convertido en mero deporte o mera meditación.

Así que en este ensayo el Yoga es comprendido como la combinación de ejercicios de cuerpo (a veces incluyendo la respiración) y mente (meditación). Por consiguiente un 'Profesor de Yoga' es una persona capaz de enseñar de manera competente este conjunto lo que da lugar a un servicio que se denomina 'clase de Yoga'. (3)

(2) Yogadarshana - Pregunta 044 (offline)

(3) Sólo sobre la cuestión de qué es el Yoga así como presentar las diferentes disciplinas, ramas, categorías, maneras de practicar y logros que persigue el Yoga se han llenado estanterías de libros. Para cualquier interesado se ofrece una lista de links al final del ensayo para que se pueda formar su propia opinión.

2.2. Líneas generales de investigación

Desde el principio hay que poner énfasis en que este campo carece casi completamente de estudios de índole sociológica ya que la inmensa mayoría de la investigación se ha llevado a cabo desde el punto de vista psicofísico dentro de lo que se llama investigación de la meditación (4).

Lo que desde mi tesina en Alemania con el tema <<La influencia de la meditación en el comportamiento social>> (5) me ha fascinado siempre, y a veces también asombrado, es la escasa investigación que se ha llevado a cabo hasta ahora acerca de los resultados sociales de una repetida <<práctica de meditación>> (6).

Los resultados concretos de aquella práctica se han confirmado: sean los beneficios, que muchas veces se presentan con demasiado optimismo (generalmente por gente que nunca o muy pocas veces lo ha practicado), sean los riesgos que, o se niegan o, en muchas ocasiones, se desconocen. Sería alejarse del conocimiento científico asignar a la influencia de la meditación una mera "huida de la realidad", reproche que aún se formula. Pero, ¿no es extraño que aún no se haya realizado el estudio de índole sociológico del individuo que haya experimentado un cambio de comportamiento con las personas con las que se interacciona cada día a través de su práctica continuada? (7); un cambio de comportamiento debido a una metamorfosis de la personalidad merced -o debido- a la práctica de esta actividad. En cuanto a la investigación de Engel (8) se confirma el sentido común de que el comportamiento se altera en una personalidad más estable con un umbral de estrés más elevado, una alta confianza en sí mismo, un sentido profundo del amor así como una alta iniciativa profesional. Pero este progreso necesita una personalidad estable ya que se puede dar un riesgo de confusión y aún una psicosis cuando se dispone de cierta fragilidad personal o disposición a un trastorno mental (9).

(4) De los 27 estudios científicos sobre Yoga en alemán (Dr. Christian Fuchs, 2003) ninguno aborda el tema desde el enfoque sociológico y de ellos sólo tres parecen fructíferos para mi investigación por lo que los tendré que tener en cuenta hacia un proyecto de tesis en sociología en ese campo.

(5) "Der Einfluss von Meditation auf das Sozialverhalten"

(6) Debido a problemas epistemológicos, desde hace más de un siglo y medio ni los filósofos occidentales ni los científicos a través de experimentos y planteamientos empíricos han sido capaces de aclarar por completo <<el fenómeno de la

meditación>>. Durante este ensayo se va a utilizar el término 'práctica de la meditación' siempre que alguien intenta <<*entrar en meditación*>> a través de la concentración.

(7) Puede que los resultados de una práctica de meditación requieran mucho tiempo, a diferencia de un tratamiento psicológico. Teniendo en cuenta los hallazgos de Engel, una práctica duradera hay que situarla por lo menos entre 5 a 10 años de práctica día a día!

(8) Debido a haber leído la obra de Prof. Dr. Dr. Klaus Engel que realizó un estudio pionero en este campo científico sobre la influencia de la meditación en la personalidad ("Meditation - Geschichte, Systematik, Forschung, Theorie [meditación - historia, sistematización, investigación, teoría]", P. Lang Verlag, Frankfurt, 1995). Me conformo con utilizar los datos provenientes de ella.

(9) Sería desbordante aducir todas las definiciones operacionales de las obras citadas en este ensayo. Para que se pueda comprender el hilo conductor me resigno a dar una explicación de las mismas siempre que difieran de manera significativa del sentido común.

3.1. Requisitos mínimos de un(a) 'Profesor(a) de Yoga'

Para enseñar Yoga se necesitan ciertos conocimientos específicos que requieren una formación profesional.

Por consiguiente, la clave de la pregunta reside en la cualificación del profesor de forma que cada cliente pueda encontrar el servicio que busca. Seguramente no se precisa demasiada formación profesional para simples ejercicios físicos, pero ciertamente se hará daño al cliente al no darse cuenta de sus peculiaridades debido a una carencia de formación y conocimiento.

Pero, ¿quién forma a los profesores de Yoga, quién otorga los certificados que avalarían el nivel de conocimiento necesario y, por consiguiente, aportarían la responsabilidad para enseñar?

Un hecho que se desconoce muchas veces es que, igual que en Alemania, <<*en España, la enseñanza del yoga no está regulada por la Administración. Cualquiera puede abrir un Centro de Yoga y dar clases y los alumnos serán los que juzgarán con su propia experiencia si el profesor es competente o no. Sin embargo, hay numerosas organizaciones que otorgan certificados de profesor de yoga o similar a los que siguen*

un curso específico (Sivananda, Asociación Española de Practicantes de Yoga, Iyengar, etc.). Esto no quiere decir que si no se tiene un certificado se trate de un profesor incompetente, pero siempre es una garantía cuando no conoces al profesor o a nadie que te lo recomiende>> (10).

Así que ese certificado sólo puede y debería servir de base para estar seguro de que la enseñanza de Yoga cumple unos requisitos mínimos según resume Fuchs (11):

- Una edad de 25 años, lo que presupone una cierta madurez y experiencia con el trato de la gente
- Una carrera y/o profesión terminada. Ambas garantizan generalmente un mínimo de cultura general y de conocimientos profesionales
- Una experiencia propia de dos o tres años de Yoga bajo la tutela de un profesor reconocido
- La formación no debería durar menos de dos o tres años y contener aproximadamente 700 horas de formación paralela a una práctica continua por parte del aprendiz
- La formación debería contener un mínimo de diez exámenes para garantizar el conocimiento del futuro profesor

La formación debería transmitir el núcleo de la enseñanza clásica del Yoga: *āsana* (posturas del cuerpo), *prāṇāyāma* (técnicas de respiración), filosofía e historia del Yoga, conocimientos básicos de la anatomía y fisiología humana así como diferentes técnicas de meditación (12).

(10) Yogadarshana-Pregunta 044 (offline). Actualmente, en España, el Real Decreto 1076/201 publicado en el BOE de 5 de septiembre de 2012 establece el Certificado de Profesionalidad de Instrucción en Yoga.

(11) Experto de Yoga que escribió su tesis sobre la "Die Rezeption des Yoga in Deutschland [Recepción del Yoga en Alemania]", así como profesor de Yoga en segunda generación y socio del BDY, la asociación más grande y más fiable de Alemania

(12) BDY

3.2. Los diferentes certificados

La denominación de la profesión carece de respaldo del Estado, aunque de hecho su enseñanza está ya muy extendida. Esto tiene como resultado un amplio abanico de diferentes certificados otorgados. Un cliente crítico se debe preguntar si los certificados que le podrían servir de base de conocimiento con referencia a la cualidad de la enseñanza requerida mantienen las promesas que pretenden.

Las pesquisas dieron lugar a que no menos de diez asociaciones (13) otorgan certificados en España (*).

- Asociación de Yoga Clásico en España
- Asociación de Yoga Schengener en España
- Sahaja Yoga España
- Ananda Yoga España
- Asociación de Yoga y Cultura Integral de España
- Asociación Internacional de Profesores de Yoga Sananda España (AIPYSE)
- Asociación de Yoga Sivananda (AYS)
- Asociación Española de Iyengar Yoga (AEIY)
- Asociación Internacional de Profesores de Yoga (IYTS)
- Asociación Española de Practicantes de Yoga (AEPY)

Para aclarar esta 'selva' de certificados hay que proceder con pasos sistemáticos.

Primero voy a explicar las diferentes asociaciones nacionales para después englobarlas dentro del marco internacional.

Parece claro que para un, digamos, profano o novato que busca una clase cualificada de Yoga es casi imposible saber a qué atenerse tal como están las cosas. Como hice yo mismo, probablemente sería mera coincidencia encontrar un profesional adecuado y bien formado, o quizás peor aún, es fácil caer en las redes de una secta.

La **Asociación de Yoga Clásico**, así como la **Asociación de Yoga Schengener** no presentaron más que una simple página web con lo que no se puede dar más información sobre ellos. Yo pienso que en el año 2003 la carencia de una presentación básica en la web se puede interpretar como simple desinterés, o una falta de recursos, o realmente un acto voluntario de velar su identidad.

Sahaja Yoga España solamente utiliza como pretexto la enseñanza del Yoga, ya que detrás de esta organización se oculta una secta fundada por Sri Mataji Nirmala Devi de carácter bastante agresivo (14).

La **Asociación de Yoga y Cultura Integral de España**: se refiere al movimiento internacional de Aurobindo (15) y carece de una estructura o estatutos definidos claramente ya que la página oficial no ofrece más que un número de teléfono para ponerse en contacto personalmente (16). Lo que me llamó más la atención era el lazo indefinible pero también innegable con la red GFU de los centros de Aurobindo en Sudamérica (17). Aquí hay que matizar que el personaje de Sri Aurobindo (1872-1950) se puede considerar uno de los más elocuentes del Yoga del siglo XX, lo que no impide que después de su muerte su mensaje se utilice quizás de manera corrompida, algo que pasa frecuentemente con los maestros que se autodenominan iluminados, ya que atrajeron en su vida a mucha gente gracias a su gran carisma y sabiduría. Una cosa es leer un libro y otra es formar parte de una organización que quizás podría resultar perjudicial para el propio desarrollo.

La **Asociación de Yoga Ananda** es la organización de Paramahansa Yogananda para el mundo de habla hispana (18) y forma parte del movimiento internacional que se llama "Self Realization Fundation", el cual propaga una técnica denominada Kriya Yoga (19) que carece prácticamente de ejercicios físicos. La asociación tiene un impacto importante sobre todo en Estados Unidos ya que su fundador era uno de los primeros yoguis que llegaron a Occidente a principios del siglo XX y que influyó en los años 60/70 en toda una generación con su <<Autobiografía de un yogui>> (20). En España sólo existen dos personas oficiales con quien contactar. Al movimiento podría juzgarlo de manera arbitraria ya que carece de una estructura clara. Forma parte de la lista del parlamento alemán de sectas (21).

La **Asociación Internacional de Profesores de Yoga Sananda (22)** en España (AIPYS) fundada en 1986 es la primera gran asociación de importancia; tiene centros en Madrid, Barcelona y Vigo y ofrece clases de Hatha Yoga (23), Asthanga Yoga (24) e Iyengar Yoga (25).

Cualquiera puede convertirse en profesor y obtener un certificado después de sólo veinte días de formación residencial. Eso no se matiza cuando se dice literalmente que <<este curso está diseñado para aquellas personas que tengan una experiencia y práctica en el yoga de un mínimo de dos años>> (26) ya que tal afirmación no se ve

respaldada por ningún estatuto de la organización AIPYS, así que de esto no conlleva ninguna obligatoriedad.

La Gran Fraternidad Universal (GFU) (27) es una organización que según miembros retirados <<*se extiende al público en general a través de Institutos de Yoga y algunos Centros de Estudios. La formación de un profesor de Yoga concluye en numerosos casos en un plazo muy corto: Tenemos varios testimonios de personas que entraron como alumnos, y a los 3 meses ya eran "Profesores de Yoga y Cultura Psicofísica" y médicos que han denunciado lesiones de columna vertebral y otras enfermedades, producidas por una práctica incorrecta del Yoga*>> (28).

Siguiendo los indicios se llega rápidamente a la conclusión de que la GFU es una secta con toda la precaución que eso implica (29). Pues no todo lo que es considerado secta lo es de verdad. Sin embargo, el material presentado hace que se recomiende evitar estos centros ya que hay organizaciones mucho más democráticas y abiertas (**).

La **Asociación de Yoga Sivananda (AYS) (30)**, fundada por Vishnudevananda (1927-1993), es una de las organizaciones más grandes del mundo que se encargan de la formación de profesores de Yoga y sigue las enseñanzas de Sivananda (1887-1963). Según sus propias fuentes son hasta ahora 12.000 profesores en todo el mundo. En cada país sólo hay un centro oficial (en España, Madrid), lo que hace difícil sino imposible saber hasta qué punto está divulgada la enseñanza de esta organización.

Ha sido imposible encontrar una lista de profesores en España e inferir los datos en comparación con Alemania, donde hay más de 500 profesores de la organización Sivananda (31), parece demasiado atrevido. Sin embargo estos servirán quizás de referencia al número de profesores homologados por las dos organizaciones que siguen.

Lo que tiene que ser criticado es que esta organización tiende a formar a sus profesores muchas veces en no más de un mes (32) lo cual hace dudar sobre los conocimientos de un profesor titulado en yoga por ISYVC, ya que ni siquiera solicitan un entrenamiento de Yoga previo a la formación para ser profesor (***).

La organización "Divine Light", la organización que engloba diferentes movimientos alrededor de los seguidores de Sivananda es considerada una secta por el parlamento alemán (33).

La **Asociación Española de Iyengar Yoga (AEIY)** fundada en 1996 tiene ahora 45 profesores titulados en España (34) y forma parte de la organización internacional para la distribución del Yoga Iyengar (35). Se organiza por una rígida gestión del gurú hindú B.K.S. Iyengar (nac. 1918); a diferencia de otros, éste siempre se ha conocido por una extrema franqueza y rigidez exponiendo sus enseñanzas de manera escrupulosa y negándose a cualquier <<sectismo>> lo que provocó gran admiración por parte de serios estudiantes de yoga tan famosos como Yehudi Menuhin y Jiddu Krishnamurti. La asociación tiene fama de ser la más estricta de todas al otorgar certificados lo que puede verificarse con los datos obtenidos. La formación dura por lo menos 4 años con una experiencia previa de 2 años. El gurú no se puede visitar antes de 8 años de estricto estudio y a su criterio. Aquí el problema se plantea de manera completamente diferente ya que se puede estar seguro de que el profesor tiene una formación profesional adecuada en su campo, otorgada de manera transparente.

Es un rasgo particular y único que el Yoga Iyengar niega por completo la meditación (llega hasta de burlarse de ella) (36) lo que lleva a una práctica muy estricta de ejercicios físicos que pueden resultar incluso artísticos. Aunque éste es el rasgo mejor conocido –quizás el único asociado con la práctica del Yoga en la vida cotidiana en occidente- no hay que verlo de color de rosa. La rigidez del sistema Iyengar lleva consigo medios como cintas, cuerdas, etc., para facilitar los ejercicios con lo que puede que las personas sobrestimen sus capacidades -sobre todo los principiantes- y como resultado se aparten del yoga con secuelas físicas en varias partes del cuerpo. Lo que más me llamó la atención fue el hecho de que los dolores físicos durante los ejercicios, llamado *āsanas* (posturas del cuerpo), fuesen, según la enseñanza de Iyengar, ineluctables y necesarios ya que son interpretados como obstáculos de índole psíquica (37).

La **Asociación Internacional de Profesores de Yoga (AIPYE)** en España fue fundada en 1975 y forma parte de la **International Yoga Teacher's Association (IYTS)** con más de 760 profesores en todo el mundo. La formación de profesores de yoga dura 1 año pero la información se presenta sin detalles precisos sobre el contenido del programa (38). Lo que parece matizar esta primera impresión es el hecho de que AYTTS fuera fundada por Roma Blair que es una experta internacional en yoga. La organización tiene 34 profesores en España de los que algunos también enseñan en escuelas de la AEPY lo que por otra parte respalda su fiabilidad. No tiene aire sectario aunque hay

que ser cauteloso ya que ni siquiera a través de su página oficial se encuentra un estatuto claro.

La Asociación Española de Practicantes de Yoga (AEPY) (39) es la asociación más grande de España. Fue fundada en 1976 y cuenta con unos 350 profesores reconocidos (40). La formación dura de 2 a 4 años con una experiencia previa avalada por un profesor reconocido por la AEPY. Es decir como la AEIY, el AEPY cumple — según el autor— los requisitos formales para otorgar un certificado válido ya que su obtención requiere una larga experiencia en el yoga. El estatuto validado jurídicamente está claramente definido (y no de una manera vaga como p.ej. la organización **Divine Life Society** [Asociación de Vida Divina] (41) de la organización Sivananda o la **GFU**) (42) ofreciendo así un servicio de Yoga estandarizado y alineado a las necesidades del cliente de hoy en día, un cliente que la mayoría de las veces no se considera como *<<un peregrino en el sendero de la Verdad>>* (43) ni busca un logro espiritual, como lo define el objetivo del Yoga Integral de Aurobindo: *<<todas las cosas están en la Naturaleza y todas las cosas están en Dios>>* (44).

El Yoga aprendido por los profesores y enseñado en las escuelas del AEPY (****) se llama Viniyoga y se refiere a la tradición de T.K.V. Desikachar, hijo de Krishnamacharya (1888-1989) que propaga una visión del yoga adaptado a las necesidades del estudiante de Yoga moderno; es decir es una forma de yoga moderada que incluye diferentes formas tradicionales. El lema central de este estilo de yoga es según Desikachar que *<<las técnicas del Yoga se deben emplear por el hombre de acuerdo a sus capacidades y respetando sus posibilidades. En la enseñanza del yoga, nosotros (los profesores n.d.a.) tenemos que averiguar en qué punto se encuentra la persona a enseñar, lo que necesita, lo que quiere, lo que puede. En base a esto tenemos finalmente que organizar todo>>* (45).

Es decir, la enseñanza del Viniyoga es lo que más se aleja de la idea rígida de un 'sendero espiritual' para ofrecer y sobre todo ajustar de manera individual el Yoga a las necesidades del cliente.

Quería añadir que la selva de los certificados no termina en un ámbito nacional sino que sigue en el mundo internacional.

No hay que confundir la **Unión Europea de Yoga** (UEY) con la **Alianza Europea de Yoga** (AEY) [European Yoga Alliance (EYA)] ya que los nombres se parecen mucho. Ambos, la UEY y la AEY forman parte de la **International Yoga Federation** (IYF). Sin

embargo los requerimientos de la UY son mucho más estrictos que los de la AEY y ambos más estrictos que los de la IYF (****).

Para resumirlo y no confundir al lector con demasiadas siglas, ser miembro de la Unión Europea de Yoga se puede valorar como garantía para una enseñanza adecuada. En España sólo la AEPY cumple sus requisitos estrictos en cuanto a la formación de los Profesores de Yoga (46).

Por consiguiente, según el autor, el único certificado válido que garantiza clases de yoga adecuadas es el de la organización AEPY y, con las restricciones explicadas más arriba, también los del AEIY e IYTA. Lo que no significa, por supuesto, que profesores de otras organizaciones no tengan de por sí una formación que no pueda ser adecuada.

Pero sí hay que ser muy cauteloso en cuando un profesor se niegue a presentar un certificado.

A pesar de las críticas hechas por mí, hay que subrayar que una persona que busque clases de Yoga no tendría que temer caer en una estructura sectaria por el solo hecho de estar ante un profesor de Yoga sin acreditación. El autor sólo quería poner en duda la validez general de los certificados otorgados lo cual no impide que el profesor específico tenga la formación adecuada.

Después de haber explicado los certificados es decir la vertiente de la oferta que quiere ofrecer el servicio de Yoga, voy a echar un vistazo, es decir a valorar –a falta de estudios efectuados en castellano– la demanda del Yoga.

(13) Yoganet Hispano

(*) (Nota del autor de esta página) se pueden añadir también:

Federación Nacional de Yoga Sadhana,

Asociación Española de Kundalini Yoga,

Institutos de Yoga Carlos Claramunt

(14) Relinfo Sahaja Yoga

(15) The Integral Yoga of Sri Aurobindo and the Mother

(16) Asociación de Yoga y Cultura Integral Sat-Chit-Ananda

(17) Sri Aurobindo Excelencia Humana

(18) Ananda

(19) esto es una de las técnicas más fuertes y por eso evaluado de manera muy ambigua por expertos de meditación ya que trabaja directamente, según Yogananda, con la fuente de vida, el hipotálamo, y lleva consigo fuertes efectos de energía y luz

(20) que sin embargo a mí me decepcionó mucho ya que me pareció más un cuento que una autobiografía

(21) **AGPF Infos über Sekten, Kulte und den Psychomarkt**

(22) **Asociación Profesores de yoga**

(23) hatha significa cuerpo y se refiere al entrenamiento de las posturas (asanas)

(24) **Ashtanga Yoga**

(25) pero los certificados obtenidos del llamado tipo Iyengar no son aceptados por la organización internacional para la distribución del Yoga Iyengar ya que cumplen requisitos muchos menos estrictos

(26) Cursos yoga Residenciales (offline)

(27) **RedGFU**

(28) **Escepticos de la Gran Fraternidad Universal & Serge Raynaud de la Ferrière**

(29) **¿Qué ocurre en la GFU?**

(**) (Nota del autor de esta página) "La crítica reflejada por el autor del artículo a la red GFU se basa en informes sobre las actividades de esta organización en Venezuela. No hay informes similares sobre la red GFU en España".

(30) **Sivananda Yoga - Om Page**

(31) contados a mano en **Yoga Vidya Yogalehrer Verzeichnis**

(32) **Sivananda Yoga - Teachers' Training Course Schedule**

(***) (e-mail enviado por el autor de esta página al autor del ensayo) "Coincido con tu crítica al escaso tiempo de formación dedicado por la Asociación Sivananda para sus profesores, aunque también hay que destacar que dicha formación se imparte a tiempo total, es decir, efectuando un retiro completo de un mes, donde cada día se dedica íntegramente al aprendizaje y a la práctica. Por contra, otras escuelas que imparten cursos de formación de meses o incluso años de duración, lo hacen por medio de técnicas tipo "enseñanza a distancia", "tutorías", "encuentros mensuales o trimestrales de un fin de semana" y "exámenes"; estas técnicas de enseñanza, aunque se amoldan más a nuestra mentalidad occidental, desde luego se apartan con mucho de los métodos mas tradicionales, a los cuales se haya más próximo Sivananda".

(33) **AGPF Infos über Sekten, Kulte und den Psychomarkt**

(34) **AEYI Asociación Española de Yoga Iyengar**

(35) **Iyengar Yoga Association - Regional Associations**

(36) **Yoga Iyengar en France**

- (37) Interview mit B. K. S. Iyengar (offline)
- (38) **International Yoga Teachers' Association Inc**
- (39) **AEPY asociación española de practicantes de yoga**
- (40) contados a mano en **AEPY asociación española de practicantes de yoga**
- (41) **Enseñanzas de Swami Sivananda**
- (42) **RedGFU**
- (43) **Enseñanzas de Swami Sivananda**
- (44) Objetivo del Yoga Integral (offline)
- (****) (e-mail recibido de un profesor de Yoga titulado por la AEPY) “No es cierto que el Yoga aprendido por los profesores y enseñado en las escuelas del AEPY se llame Viniyoga y se refiera a la tradición de T.K.V. Desikachar. Las líneas de enseñanza de la AEPY son muy variadas y siempre dentro de las directrices marcadas por el Comité Pedagógico en base al Programa Mínimo Europeo de la Unión Europea de Yoga. Dentro de esto, cada formador imprime su propio estilo según su propia experiencia y formación. En mi opinión no se puede hablar de un yoga típicamente AEPY, pues se trata más de una asociación profesional con un espíritu de total independencia de cualquier corriente filosófica o sectaria. Además ya existe una asociación, VINIYOGA España, que forma profesores estilo Desikachar y otorga certificados de formación. Y también, dentro de su estilo, son una de las escuelas más serias que conozco, con multitud de médicos y psicólogos entre sus profesores”.
- (45) <<*Yogatechniken für einen Menschen so benutzt werden müssen: seinen Fähigkeiten entsprechend und seine Möglichkeiten respektierend. Im Unterrichten von Yoga müssen wir also herausfinden, an welchem Punkt sich die zu unterrichtende Person befindet, was sie braucht, was sie will, was sie kann. Daran müssen wir schließlich alles ausrichten*>> **Yoga – Was ist Viniyoga Ein Interview mit T.K.V. Desikachar (Madras)**
- (*****) (información recibida de la International Yoga Federation): “La International Yoga Federation como organo de gobierno de la Comunidad Mundial de Yoga no tiene requerimientos para ser monitor, instructor, técnico o profesor de yoga. Los requerimientos son solicitados por organizaciones continentales de yoga y/o nacionales las cuales son reconocidas por la Federación Internacional de Yoga. Estas instituciones que componen la Federación Internacional de Yoga, no son

algo distinto a la Federación Internacional de Yoga, sino que son muy por el contrario la mismísima Federación Internacional de Yoga (Por este motivo es falso afirmar que ambos AEY y UEF son más estrictos que de la IYF)".

(46) Unión Europea de Yoga

4. La demanda del Yoga

La demanda de Yoga se reparte de manera muy heterogénea: es decir, hay personas que lo hacen de vez en cuando, regularmente, en grupos, en clase individual, la mayoría de las veces con fines prácticos, buscando relajación, una afición, deporte, buscando solución a problemas de índole físico y/o psíquico; también hay gente con afán de <<espiritualidad>>. Saber qué proporción tiene este grupo dentro de todas las personas que demandan el Yoga sería una cuestión interesante que requeriría una amplia investigación sociológica ya que se presupone que aquellos presentarán características diferentes a los demás.

A falta de material en español trataré de inferir la situación de España comparándola con Alemania en base a la información puesta a libre disposición por el BDY (47), la asociación más grande de profesores de Yoga en Alemania y la única que cumple los requisitos estrictos de la UEY.

En Alemania hay más de cuatro millones de personas que practican el Yoga así como más de diez mil profesores de Yoga, de las que sólo unos 1.300 son socios del BDY/UEY. Existen unos 300 grandes centros de Yoga y unos 500 pequeños (48).

De esto no se puede inferir una cifra para España, pero no cabe duda de que el fenómeno del Yoga ya ha entrado aquí también en la vida cotidiana con un alto interés por parte del público.

Sin embargo no creo que el hecho de que <<de algunas pocas personas originales se ha formado una profesión reconocida>> (49) de 'profesor de Yoga' haya tenido lugar aquí en España con la misma repercusión que en Alemania.

Sería interesante investigar en cuánto se verificaría la impresión subjetiva del autor de que en España todavía la enseñanza del yoga se demanda de manera más exótica, espontánea y sobre todo en las grandes aglomeraciones de Madrid y Barcelona.

¿Será por razones culturales, infra-estructurales y/o históricas que la enseñanza del Yoga todavía no ha echado raíces tan profundas aquí como en Alemania?

Ya en el año 1975 la revista alemana 'Der Spiegel' presentaba el titular <<Yoga, deporte popular – ¿el remedio de Oriente?>> (50) y hoy en día se puede constatar una situación en la que <<la enseñanza india del cuerpo y la mente, el Yoga y la meditación, se conoce en todas las capas de la sociedad, y la mitad de los costes ocasionados por cursos de Yoga son reembolsados por algunos seguros de enfermedad en este país (en Alemania n.d.a.)>> (51).

Eso lleva consigo una contradicción institucional en Alemania ya que por una parte se reembolsan costes sin que haya una protección del título de 'profesor de Yoga', aunque forme parte de la lista de profesiones libres (52) y figure en la bolsa de empleo del Instituto Nacional del Empleo Alemán (53). Por eso el BDY lucha desde hace años por una estandarización de las diferentes formaciones para llegar a ser profesor de Yoga, a fin de prestar servicio al cliente sin que éste tenga que tener dudas sobre la calidad ofrecida.

Esto se hace cada vez más importante con la transición de una sociedad industrial en una sociedad de servicios y donde la información requiere una multitud de nuevas capacidades. Las llamadas cualificaciones 'blandas' se vuelven cada vez más importantes, por lo que existe una aceptación de hecho de la profesión y un profesor de Yoga se puede ubicar en la intersección de tres sectores del mercado laboral: educación, salud y ocio. La cuestión de 'Human Capital' se formula en torno a una personalidad desarrollada de manera integral lo que ofrece muchas y diversas posibilidades a un profesor de Yoga para respaldar estas cualidades requeridas. Hoy en día hay multinacionales como Siemens y Opel que ofrecen de manera constante seminarios de Yoga para sus ejecutivos (54).

Además de esto, la creciente participación en los costes del tratamiento médico fomenta una conciencia diferente de lo que es la salud y fomenta la participación en medidas profilácticas. El creciente tiempo libre con el deseo de pasarlo de manera razonable está en auge; todos son factores que abren un amplio abanico para la actividad de un profesor de Yoga y que hacen probable el pronóstico de una creciente demanda del Yoga en el futuro.

Se puede destacar que en comparación con Alemania, España tiene una distribución de Yoga menos amplia, hay menos profesores y se reparte de manera muy desigual con centros sobre todo en las capitales de provincia y su casi ausencia en las zonas

rurales. Si aquí más que en Alemania se enseña de manera poco profesional o no, es una cuestión que aún queda pendiente.

(47) **BDY - Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland**

(48) **BDY - Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland**

(49) <<*aus einzelnen Originalen ein anerkannter Beruf wurde*>>, Horst Willems, gerente del BDY

(50) <<*Volkssport Yoga - Heil aus dem Osten?*>> **BDY - Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland**

(51) <<*Die indische Körper-Geist-Schulung, Yoga und Meditation ist inzwischen in allen Bevölkerungsschichten bekannt, und Yogakurse werden hierzulande schon von einigen Krankenkassen zur Hälfte erstattet; eine holländische Krankenkasse gewährt sogar aufgrund der nachgewiesenen Präventivwirkung Beitragsermäßigung*>> **Student-online**

(52) **BFB**

(53) Bundesanstalt für Arbeit (offline)

(54) Literatur zu Wirtschaft, Sport und Outdoor (offline)

5. El riesgo de sectas

También hay que contemplar la problemática de caer en estructuras sectarias cuando se busca una clase de Yoga en España.

En primer lugar hay que subrayar que existe muy poca investigación científica respecto a esta cuestión de las sectas, lo que lleva a una discrepancia entre el lugar que ocupa este tema en la opinión pública y su respaldo científico. También se sobrestiman las cifras ya que en Alemania se calcula que no más de 20 o 30 mil personas forman parte de las sectas más grandes (Meditación Transcendental, Ananda Marga, Hare Krishna, Divine Light, Scientology, Movimiento Bhagwan, Iglesia de la Unificación). Tampoco son claras las consecuencias para el individuo que se ve confrontado y/o vive durante cierto tiempo en una estructura sectaria (55).

Según el parlamento alemán una secta se caracteriza por los puntos siguientes:

- Organización estrictamente jerárquica
- Orientación a un maestro

- Entrega total a la enseñanza del maestro
- Toma de decisiones autoritarias
- Subordinación y sumisión incondicional
- Aislamiento de los participantes del entorno
- Dependencia financiera
- Enseñanzas e ideologías que están en crasa contradicción con el consenso de valores democráticos
- Práctica fanática de las enseñanzas de salvación

Claro que no se tienen que cumplir todas las características para ser considerado una secta.

Lo que llama especialmente la atención es la obligación de no divulgar las experiencias y técnicas aprendidas en el movimiento Ananda. Es decir cualquier acercamiento hacia las técnicas de Kriya Yoga, Babaji y la Self Realization Foundation hay que hacerlo con mucha precaución y mejor será evitarlos cuando se busca una práctica de Yoga. Lo mismo recomendaría yo hacia el movimiento Sivananda aunque por lo general no se juzga este movimiento peligroso.

En Alemania el riesgo general de caer en una secta buscando una clase de Yoga se juzga marginal, según Fuchs (56). Si esto es diferente en España no se pudo verificar. Hay que subrayar que el término 'religión' así como las vías de salvación difieren estrictamente en la tradición Oriental con las ideas del Cristianismo o del Islam. <<Una secta en el contexto cristiano es un grupo que siguiendo las enseñanzas de un maestro particular se ha apartado y colocado fuera de la estructura de su iglesia de origen, se ha "seccionado" como indica el término. En cambio, cuando se habla de sectas dentro de las grandes religiones orientales, estamos hablando de grupos que -si bien siguen las enseñanzas de un maestro o gurú-, no se alejan o marginan de ninguna estructura, sino que antes bien son la forma misma de crecimiento de esas estructuras religiosas>> (57). Esto no quiere decir que esté a favor de las sectas ni que forme parte de alguna de ellas, sino que más bien depende si se quiere consumir de manera "descafeinada" o ir más allá.

Parece lógico que un individuo que se entiende a sí mismo como inmerso en un 'sendero espiritual' tenga más probabilidad de buscar un Redentor que le libere de sus sufrimientos y así aceptar una estructura rígida.

El logro de cualquier ejercicio espiritual es completamente distinto a una gimnástica corporal; es el descondicionamiento sucesivo de la mente a través la meditación. Es decir la conocida transformación radical que profetiza el sistema del yoga desde sus raíces culturales, el logro último y todo lo demás como añadidura, no puede carecer de contradicciones para cualquier persona que busca logros espirituales. El consumidor de la vida cotidiana, el ciudadano de a pie que busca exactamente estas añadiduras, beneficios como una salud estable, una mente ausente de estrés, capaz de relajarse, etc., se tiene que diferenciar radicalmente del buscador espiritual ya que para este último la cuestión es, ni más ni menos, que todo o nada.

Este último no sólo no puede evitar los riesgos sino que debe arriesgarlo todo.

Pero para todos los demás, el evitar sectas que podrían desarrollar cambios radicales de personalidad es un hecho importantísimo. Los demás son, según el autor, el 95% de la población que quieren mantener el estatus-quo de la sociedad y su concepto de personalidad con pequeños matices, pero no cambiarlo y/o aún menos cambiarse radicalmente.

(55) HRZ-Hochschulrechenzentrum - Maeuler/sekten

(56) ZfR. Zeitschrift für Religionswissenschaft

(57) <http://www.geocities.com/Heartland/Acres/1142/> (offline)

6. Conclusión

En Alemania y aún más en España se puede constatar una grave desproporción entre la oferta y la demanda de Yoga. Falta un claro impulso por parte de la legislación para no sólo aceptar sino también proteger una profesión que ya se ha convertida en una realidad para muchos ciudadanos. Es imprescindible una creciente estandarización para una clientela cada vez más amplia que demanda el Yoga la mayoría de las veces con fines pragmáticos y sin afán espiritual. En España la situación de la enseñanza del Yoga parece todavía atrasada en cuanto a la estandarización y la distribución geográfica alcanzada en Alemania.

Lo que queda claro es que una creciente oferta será satisfecha de cualquier manera. Esto lleva consigo un esfuerzo por respaldar de manera científica los beneficios tradicionalmente descritos de un sistema tan amplio y todavía controvertido como es

el Yoga por medio de las investigaciones psicofisiológicas y sociológicas empíricas que miden su impacto en la sociedad.

Lista de abreviaturas:

AEIY	- Asociación Española de Iyengar Yoga
AEPY	- Asociación Española de Practicantes de Yoga
AEY	- Alianza Europea de Yoga
AIPYS	- Asociación Internacional de Profesores de Yoga Sananda
AYS	- Asociación de Yoga Sivananda
BDY	- Bund deutscher Yogalehrer [Asociación de profesores alemanes de Yoga]
IYTA	- International Yoga Teacher's Association
GFU	- Gran Fraternidad Universal
ISYVC	- International Sivananda Yoga Vedanta Centers
UEY	- Unión Europea de Yoga