

Ramamani Iyengar Memorial Yoga Institute

A las Asociaciones de Yoga Iyengar,

Queridos Presidente, Miembros de la Comisión Directiva de la Asociación, Profesores, Evaluadores y Miembros de la Asociación,

Durante el mes de diciembre de 2015, los evaluadores junto con representantes de cada Asociación se reunieron con nosotros, Geeta y Prashant. Hubo un intercambio de pensamientos sobre ciertos temas como el proceso de evaluación, de formación de profesores y el funcionamiento de la Asociación, etc.

Todos tenemos el mismo objetivo, que es compartir las enseñanzas de Guruji y aprender la materia del Yoga. En ese marco, nosotros Geeta y Prashant, nos dirigimos a ustedes para que podamos llevar adelante la luz de las enseñanzas de Guruji con pureza en *kāya*, *vāk* y *manas* (cuerpo, habla y mente).

Lo que viene a continuación va a aclarar la posición del RIMYI en relación a las evaluaciones y los programas de formación de profesores y debe ser compartido con los miembros de la Asociación: tanto con profesores como con alumnos, de modo que todos sabrán los requisitos para los alumnos, para la certificación, el examen y la enseñanza.

Asimismo, las Asociaciones luego recibirán de parte nuestra un programa revisado y estandarizado para todos los niveles de certificación.

1. Todos los estudiantes de Guruji que deseen ser miembros de la Asociación deben ser recibidos en la Asociación. Aunque es cierto que ha llegado el momento en que los profesores con más antigüedad hagan lugar para los más jóvenes en los comités de organización,
 - a. Los más jóvenes deben respetar y buscar asesoramiento de los más “senior” ya que su experiencia y madurez es importante para el crecimiento saludable del Yoga Iyengar.
 - b. Los más “senior” deben tener una mente abierta para tener en consideración las sugerencias de los más “junior”, ya que su frescura traerá nuevas dimensiones al crecimiento del Yoga Iyengar.

Patañjali habla de *viveka* (discriminación) y todos nosotros como estudiantes de Guruji, debemos apelar a nuestro sentido del discernimiento y todos debemos

trabajar juntos con una mente equilibrada. Los *Yoga Sadhakas* deben demostrar *maitri* (amabilidad) a todos quienes sean directa o indirectamente estudiantes de Guruji.

La palabra “Asociación” en sí misma significa una organización de personas que tienen un interés en común. Por lo tanto, todos los miembros de cada Asociación y las Asociaciones en sí mismas, deben tener un abordaje amigable entre sí y tener una comunicación continua.

Debe haber un intercambio del conocimiento otorgado por Guruji por todo el mundo. Por lo tanto debe haber comunicación entre las Asociaciones. La frase de Guruji “Dar no nos empobrece, retener no nos enriquece”, no debe ser solamente comprendida por nosotros, sino que debe ser practicada.

Aunque estemos geográficamente separados, al tratarse de la filosofía del Yoga, debemos considerarnos Uno.

SOBRE LA ENSEÑANZA

1. Normalmente, las *Asanas* se enseñan de acuerdo al programa creado por Guruji, y luego los estudiantes son promovidos a niveles más altos. Antes, incluso cuando no habían leído exhaustivamente los libros de Guruji, eran aceptados como alumnos “senior”. Ahora tenemos la suerte de tener muchos libros y artículos de Guruji; se debe alentar a los estudiantes a leerlos para conocer su abordaje hacia el Yoga. Así que es una nueva responsabilidad para los profesores lograr que sus propios estudiantes se junten a explicar y comentar las escrituras de Guruji.

Esta es una lista de libros escritos por Guruji, que están disponibles en Inglés:

- *Luz sobre el Yoga*
- *Luz sobre el Pranayama*
- *Luz sobre los Yoga Sutras de Patañjali*
- *Luz sobre el Ashanta Yoga*
- *Yaugika Manas*
- *Patañjala Yogasutra Paricaya*
- *Luz sobre la vida*
- *Core of the Yoga Sutras*
- *Astadala Yogamala: Antología de trabajos de Yogacharya BKS Iyengar*

- *Luz sobre el Yoga Conciso*
- *Luz sobre el Yoga Ilustrado*
- *Arte del Yoga*
- *El árbol del Yoga*
- *Cuerpo tu altar, Yoga tu luz*
- *Iyengar: Su Vida y Obra*
- *Lineamientos Básicos para Profesores de Yoga*
- *Yoga – el camino a la salud holística*
- *Yoga Iyengar para principiantes*
- *Yoga sabiduría y práctica*
- *Yoga para deportes*

La obra de Guruji necesita ser traducida en el idioma de los lugares adonde haya alumnos. La comunidad de estudiantes puede reunirse para trabajar en esta dirección.

2. Parece ser que los estudiantes son forzados por los profesores a lograr alguna postura final clásica por el mero hecho de la certificación. Esto ha probado ser físicamente dañino e incluso mentalmente agotador. Es importante recordar que incluso los estadios intermedios de una postura tienen valor terapéutico. Debe brindarse suficiente tiempo para que cada alumno aprenda *Asanas* y *Pranayama* de la manera correcta – no deben ser apurados.

Yoga es una ciencia natural. Cuando las personas aprenden rápido, no notan cuáles son los obstáculos y pueden terminar lastimándose. Uno no debe tener prisa para convertir a todos en profesores. El Yoga no es una carrera. Es una ciencia experimental. Es un proceso para toda la vida y no un curso a corto plazo. Por este motivo hay un intervalo prescripto entre cada grado. Uno debe estar en un nivel avanzado de aprendizaje antes de enseñar lo básico. Por lo tanto, no tener prisa.

3. Hoy en día las personas quieren aplicar Yoga como una ciencia preventiva en contra de las enfermedades. Por lo tanto, todos los profesores certificados (y profesores que quisieran certificarse en el futuro) deben saber algunos básicos de Yoga terapia. En la carta de Guruji del 22 de diciembre de 2010 a las Asociaciones, él estableció que todos los profesores certificados pueden ayudar a estudiantes saludables con problemas comunes, con riesgos mínimos, tales como problemas de rodillas, espalda, cuello, hombros, dolor de cabeza, presión

alta, diarrea, constipación, ansiedad y depresión. Los mentores deben enseñar las adaptaciones que se requieren en la práctica de *Asanas* y *Pranayama* para estas condiciones, a aquellos que tengan intenciones de enseñar.

4. Mientras se es alumno, los estudiantes deben saber los nombres de todas las *Asanas* que estén en Sánscrito. Su significado es dado en *Luz sobre el Yoga*. Asimismo, en los libros de Guruji, hay un Índice con todas las palabras en Sánscrito y su significado. Los profesores también pueden conducir una clase en donde puedan comenzar a pronunciar las palabras en Sánscrito. No es necesario saber Sánscrito como lengua para esto; esto es tan solo para ir acostumbrándose a las palabras en Sánscrito. De forma similar, en cada grado, los estudiantes pueden ser introducidos a distintas palabras de los *Yoga Sutras* de Patañjali, ya que esto definitivamente va a enriquecer su vocabulario.
5. Cuando los alumnos se acercan buscando el certificado de nivel Senior Intermedio y envían sus fotografías, es evidente que están luchando con las *Asanas* avanzadas. Y que si deben ayudar a otras personas en clase, no parecen saber cómo ayudar. El toque en sí mismo, es incorrecto. Para comprender *Asana*, *Pranayama* y terapia, se requiere una guía correcta de un profesor. A menudo los profesores piden que se les dé una secuencia de *Asanas* para tratar a sus pacientes. Al enseñar a sus pacientes, sólo refieren a la secuencia, sin ayudar, enseñar o guiar a los pacientes. Este no es el modo correcto. Todos los alumnos Senior de Guruji han visto cómo él solía ayudar a sus pacientes incluso durante una clase general. El arte de su toque ha sido fácilmente olvidado y las clases son basadas meramente en la explicación – esto es incorrecto. Adonde sea que haga falta una mano de ayuda, el profesor debe ofrecerse para ayudar pacientes y estudiantes. Los profesores deben saber cómo tocar y ayudar a los alumnos, al menos en posturas básicas.
6. Guruji creía que es importante llevar el Yoga a los niños en la escuela. Él había creado un programa para niños escolares. Éste está recolectado en 5 volúmenes llamados *Yogashastra*. Es esencial aprender las *Asanas* mencionadas en estos libros de modo que cuando surja el momento, esté la posibilidad de que algunos profesores enseñen en colegios. Estos programas son aptos para niños de todas las creencias y antecedentes. Los libros están disponibles en el RIMYI.
7. Quienes ya sean profesores o tuvieran aspiraciones para serlo, deben desarrollar la habilidad de dar breves charlas o conferencias-demostraciones sobre el Yoga, de modo que podamos transmitir a la gente la esencia de las enseñanzas de Guruji.

SOBRE LA CERTIFICACIÓN INTRODUCTORIA

1. Debe otorgarse el tiempo suficiente para que los estudiantes en mentorías se conviertan en profesores.

Para ser profesor, uno debe ser estudiante durante un largo período de tiempo. Sólo el hecho de que a uno le va bien con *Asanas*, no quiere decir que puedan convertirse en buenos profesores. Hay una enorme diferencia entre aprender y enseñar. Al enseñar a otros, nuestra propia experiencia debe guiarnos. De modo que si enseñamos sin experimentar *Asana* y *Pranayama*, nos irá mal.

Al parecer está de moda ir por el mundo conduciendo Cursos de Formación de Profesores (CFP). A menudo, el CFP comienza antes de entrenarlos como alumnos, que no es en absoluto lo correcto. Por ejemplo, en algunos lugares, las personas son apuradas a cursar estos CFP antes de convertirse en verdaderos estudiantes. Ni Guruji producía profesores de este modo. Los profesores no pueden producirse mecánicamente. A menos que uno tenga una inclinación interna a enseñar, no pueden ser buenos profesores. La inclinación interna florece al cabo de un período de tiempo, acompañado por un profesor idóneo; Guruji siempre enfatizó las mentorías. Debemos reconocer y alentar las mentorías, y colocarlas en una posición apropiada en relación a los CFP que terminan creando profesores en masa, de alumnos que puede que no tengan la madurez.

2. Seis años como estudiantes en clases generales con un Profesor Certificado de Yoga Iyengar se requiere antes de aplicar para el primer examen.

Los exámenes y la certificación tienen algunos requerimientos mínimos. Los criterios requieren un mínimo de años de educación con un profesor certificado, o una mínima cantidad de horas. El criterio basado en las horas se introdujo exclusivamente para aquellos lugares que no tienen suficientes profesores, ya que eso dificultaba los viajes y el traslado durante todos esos años. No obstante ello, puede ser que este criterio basado en las horas se esté utilizando en lugares donde sí hay profesores disponibles. Esto no debe ser el caso. En los lugares donde haya profesores certificados disponibles, se requieren 6 años de estudiar en clases generales con el profesor de Yoga Iyengar certificado, antes de aplicar al primer examen. Esta regla se aplica incluso para aquellos candidatos que vengan certificados de otras escuelas de yoga.

El candidato que se presente para examen del nivel Introductorio I y II debe haber pasado un mínimo de:

- a. Los primero 3 años: aprendiendo el programa del Introductorio I y II (práctica y teoría).
- b. Los siguientes 2 años: aprendiendo el programa del Introductorio I y II (práctica y teoría) y el Intermedio Junior I (práctica y teoría).

- c. El 1 año siguiente: aprendiendo el programa del Introdutorio I y II (práctica y teoría), Intermedio Junior 1 (práctica y teoría) y el Intermedio Junior 2 (sólo práctica).

Cuando el candidato es introducido al programa del nivel Intermedio Junior 1 y 2, las *Asanas* y *Pranayama* deben ser introducidas de modo que el candidato sea introducido a ellas por el bien de aprenderlas solamente. No se debe apurarlos a lograr las posturas finales. Cultiven en los alumnos la alegría del proceso de aprendizaje, en vez de llegar a un destino.

3. No obstante, para otros países (es decir, sin profesores locales) se requiere un mínimo de **280 horas de aprendizaje**. La palabra “aprendizaje” aquí implica “ir a clases con el mentor”. Clases con el mentor significa clases en el país del alumno y visitas del alumno adonde está el mentor. Además de estas clases, ese alumno en su lugar donde no hay profesores certificados, debe mantener un mínimo de 2 horas de práctica personal diaria, al menos 5 días a la semana. Y además de éstas, el mentor debe guiar al alumno sobre qué libros leer y todo el material para ver y aprender.
4. En lugares donde no hay profesores de Yoga Iyengar pero hay uno o más estudiantes que han aprendido Yoga Iyengar de profesores certificados y deseen llevar adelante las enseñanzas de Guruji:

Les aconsejamos que nos escriban y les proveeremos orientación y criterios apropiados para que las enseñanzas de Guruji puedan llegar a más personas.

5. Un candidato que aplica para la evaluación del nivel Introdutorio II debe tener **dos recomendaciones de maestros** en su región para poder hacer el examen. Ambos profesores que recomiendan deben estar certificados en un nivel Intermedio Junior I o más arriba.

SOBRE EVALUACIONES DE OTROS NIVELES

1. Candidatos que apliquen para evaluaciones de nivel Intermedio Junior deben tener dos profesores que recomienden. Estos profesores deben estar certificados con al menos un nivel más alto que el candidato que aplica.
2. Candidatos que aplican para examen de nivel Intermedio Senior I y II deben tener un profesor que los recomiende, quien sea certificado en un nivel Intermedio Senior III o más alto.
3. Quienes aplican para Intermedio Senior III y más arriba, deben aplicar directamente al RIMYI.
4. Para cualquier examen donde se requieren profesores que recomienden:

- Si se requieren 2 profesores que recomienden:
 - Uno debe ser el mentor, con quien el candidato estudia regularmente. El otro debe ser un profesor con quien el estudiante estudia con menos frecuencia.
 - Al menos uno no debe ser miembro de la familia del candidato.
- Si se requiere 1 profesor que recomienda:
 - El candidato debe estar estudiando con este profesor regularmente.

Cualquier profesor que recomiende a un candidato, debe haber visto su práctica de *Asanas* y *Pranayama* y debe haberlo observado enseñando.

SOBRE LA FORMACIÓN DE PROFESORES

1. Por medio de la presente reforzamos que **no es obligatorio** unirse a un Curso de Formación de Profesores (CFP) para presentarse a examen. Conociendo a muchos profesores y no profesores de varios países, hemos sabido que los alumnos son llevados a creer que uno debe atravesar un CFP para presentarse a una evaluación o para profundizar su aprendizaje. Queremos aclarar que esto no es así.
2. También nos hemos cruzado con Cursos de Pre-Formación. El nombre en sí mismo indica que el curso está dirigido para quienes quieren ingresar a una formación de profesores. Cuando esta es la motivación que se muestra, el aprendizaje no permanece puro, ni la enseñanza se mantiene pura, ya que se pierde la inocencia. Aunque ambas partes hagan su trabajo con sinceridad, se pierde la inocencia. Uno sólo puede aprender con un marco mental de inocencia. Así que, **paren estos cursos de Pre-Formación**. Pueden dar clases generales, talleres y convenciones. Por favor no desorienten involuntariamente a quienes deseen aprender.
3. Todos los CFP deben pedir aprobación de la Asociación. En los lugares donde no hay Asociación de Yoga Iyengar, el CFP debe pedir aprobación del RIMYI. Aunque esto ya está mencionado en la *Constitución de Pune*, han habido varias instancias donde esto se ha violado. Así que queremos reforzarlo.
4. Si uno desea participar de un CFP aprobado por la Asociación, uno debe haber completado al menos 3 años de estar aprendiendo en clases generales como alumno. Ningún miembro debe ser aceptado en un CFP si él o ella no ha completado el tiempo estipulado.

5. Ningún CFP debe iniciarse en ningún lado a menos que haya practicantes maduros con al menos 3 años de aprender bajo la guía de un profesor certificado local o un profesor extranjero (mínimo 180 horas de estudio) que va a ese país a dar clases generales.
6. Donde haya profesores certificados locales de nivel Junior Intermedio 3 o más alto, ningún profesor extranjero o visitante debe abrir CFP o participar en CFP. Si el profesor local y el extranjero fueran a coordinar un CFP, deben escribir una carta conjunta al RIMYI pidiendo autorización.
7. Si un profesor que está calificado para conducir un CFP se muda a un país nuevo (es decir, cambia de residencia a ese país), él o ella primero deben dar clases generales y construir una relación con la comunidad de alumnos. Él o ella no deben apurarse a comenzar un CFP hasta que se haya formado un grupo de alumnos maduro a su alrededor. Para que este profesor nuevo pueda iniciar un CFP en este lugar, aquí están los requisitos:
 - Los estudiantes de esa región deben haber aprendido con profesores locales durante por lo menos dos años, Y
 - Este profesor nuevo debe conducir clases generales durante por lo menos dos años.
8. Les pedimos a los Senior y a los estudiantes directos de Guruji que se focalicen en construir calidad en sus regiones. Asimismo, cuando se dan clases en el exterior, deben ser clases generales y no clases intensivas. Es importante primero aprender Yoga en general. Quienes visiten otros países para enseñar, deben dar clases generales y no cursos para profesores entrenados.

Todas las condiciones mencionadas en esta carta deben estar realizadas para Enero de 2020; no obstante ello, hasta entonces, alentamos a todos a dirigir el proceso en esta dirección. Siempre que sea posible, les pedimos que lleven a cabo los cambios con efecto inmediato.

Nuestro pedido

Guruji ha visitado tantos países tantas veces. Si tienen videos tomados durante sus visitas, que bien podrían ser de demostraciones, clases, sesiones de Preguntas y Respuestas, o cualquier otro material, les pedimos por favor que le den al RIMYI una lista del material que tengan. RIMYI quiere que todos los archivos se preserven, y dependiendo en lo que falte aquí, les pediremos una copia de ello. Una vez que el RIMYI haya hecho una lista exhaustiva de todas las grabaciones, lo compartiremos con todas las Asociaciones. Luego podemos pensar en cómo volverla disponible para quien esté interesado.

Nos debemos a nosotros mismos esta imagen pura y saludable [*wholesome*] del Yoga de Guruji y pasarla a la generación siguiente. Dejemos de lado las peleas y malentendidos, confusiones y lleguemos a tener cierta claridad. Eso nos llevará en el camino a convertirnos en buenos *sadhakas*. Traerá nuestra *Manas Yoguica* a la superficie, para poder llevar nuestros *Samskaras Yoguicos* a las vidas que vendrán. Les deseamos todo lo mejor en este camino del Yoga. Que el Señor Patañjali nos bendiga.

Namaskar,

Sinceramente,

Con afecto

Geeta S. Iyengar

Prashant S. Iyengar