

Dharma Yoga

new york center

Hacia la Luz: Iluminando el Camino de los Maestros de Yoga

Recientemente fui bendecida con la oportunidad de encontrarme en el camino de mi vida con Sri Dharma Mitra y todos sus queridos estudiantes guiados por su iluminada presencia.

A través de su compasión y humildad para compartir con el mundo su conocimiento y experiencia de la antigua práctica de Yoga, he podido contemplar y reflexionar más aya acerca del objetivo de Yoga y el rol que tiene un maestro de yoga.

Como maestro de yoga, todos hemos estudiado los Yoga Sutras de Patanjali, El Bhagavad Gita, y las enseñanzas de todos nuestros queridos Gurus. Las certificaciones de Yoga nos han dado los fundamentos en anatomía, la práctica de asana, pranayama y meditación. Muchos de nosotros hemos experimentado a través de nuestra propia práctica cómo y qué enseñar. Como maestros de yoga, necesitamos seguir estudiando y contemplar el significado de yoga más allá de su significado en Sánscrito, “yuj”, o “union”.

Dharma Mitra y sus estudiantes ahora maestros, han removido los velos de ignorancia que obstruyen el entendimiento de cuál es nuestro objetivo como maestros de yoga. Varias veces hemos escuchado de muchos grandes maestros “No se trata únicamente de las asanas”. Sin embargo, no entendimos verdaderamente cómo enseñarle a nuestros estudiantes que vean más aya de la asana. Durante el Life Of A Yogui Teacher Training de Dharma Mitra, no me sentí sola al re-descubrir una nueva manera de abrir nuestras mentes y corazones para entender cómo hacemos la base para nuestros estudiantes a través de nuestras propias intenciones para enseñar yoga.

El acercamiento de Dharma acerca de la yoga respeta las grandes fundaciones dichas en el Cap. 9, Texto 34 del Bhagavad Gita cuando Krishna le dice a Arjuna

man-mana bhava mad-bhakto
mad-yaji mam namaskuru
mam evaisyasi yuktvaivam
atmanam mat-parayanah

Arregla tu mente en Mi,
Sé devoto a Mi,
Admírame y haz una reverencia a Mi.
Teniéndote rendido a Mi, con tu espíritu unido con el Mio,
Tu seguramente vendrás a Mi.

Mediante un compromiso nuestro y sin interés propio en beneración y servicio al Señor, uniendo nuestra mente con el eterno y con convicción en nuestros corazones, nosotros como maestros de yoga debemos construir esto como la fundación mientras nos encontramos en la búsqueda de nuestro propio ser. Como maestro de yoga, Sri Dharma y sus maestros llevan esto en sus



Dharma Yoga

new york center

enseñanzas promoviendo a los maestros de yoga a rendirse y devotar su práctica como un ofrecimiento al Señor. Durante la certificación, Dharma y la guía de los maestros nos han encaminado a explorar y considerar nuestra intención de buscar conocimiento y remover los velos que obstruyen nuestra visualización, la de los otros y de toda la vida en el universo.

Cada asana fue realizada con amor profundo y devoción mientras dedicamos la fruta de nuestra práctica al Señor. Asanas que yo antes veía como beneficio para calmar la mente, limpiar los organismos, lubricar las articulaciones etc. ahora fueron demostradas para mí con un Nuevo propósito y significado. Tal vez muchos de nosotros estamos concientes del profundo significado de yoga pero hemos perdido el objetivo de yoga por nuestros propios percances de nuestra vida. Yo estoy realmente agradecida y bendecida de haber tenido la oportunidad de experimentar las enseñanzas de Sri Dharma. Como Dharma y sus dedicados discípulos nos recordaban constantemente durante la práctica, “Encuentra la conciencia en la posición.

Abre tu corazón. Haz de ésta posición un ofrecimiento a tu amor y compassion. No te veas a ti mismo como el realizados si no como el instrumento del Señor”.

Con ésta semilla plantada en mis pensamientos, mente y corazón, yo estoy inspirada en bienvenir cada día como un oportunidad de ofrecerme a mi misma y mi trabajo, como maestra de yoga a madre o esposa como una manera de devoción a lo Divino. Yo me doy cuenta que como maestra de yoga, debemos continuar leyendo y contemplando las antiguas escrituras para hacer crecer nuestro conocimiento. Irrespectivamente de nuestro pasadas, presente o futuras certificaciones y experiencias, todos seguiremos siendo maestros y estudiantes.

Así como damos el paso en nuestro mat para enseñar, debemos ver más aya de la yoga como un ejercicio o como una manera de calmar la mente por un periodo corto de tiempo de los sufrimientos en la vida, debemos usar nuestro rol como maestros como un vehículo para realizar nuestros deberes rindiéndonos al Señor. Removiendo nuestro ego y deseos, podemos ayudarnos y ayudar a aquellos que no solo llegan como estudiantes pero también como nuestros propios maestros, teniendo el corazón puro y caminar hacia la luz iluminada sin importar la fe, las creencias y diferencias.

Por Vasanthi Srinivasan DY Life ofa Yogi TT Aug. 2009 Omega

