

Adrián Muñoz y Gabriel Martino, *Historia Mínima del yoga*, Colegio de México, 2019, 294, pp.

Por Jesús Eloy Gutiérrez

Doctorado en Historia del Mundo Hispano en la Universidad San Pablo CEU, España, 2015. Docente e investigador de la Universidad Central de Venezuela, UCV.

Sin duda, fue un gran acierto del Colegio de México la preparación del libro *Historia Mínima del yoga*, escrito por los especialistas Adrián Muñoz y Gabriel Martino. Es una obra, aunque de título se presenta como minúscula, de contenido es inmenso. De alguna manera, es una obra pionera en el desierto historiográfico sobre la materia que nos encontramos en lengua hispana.

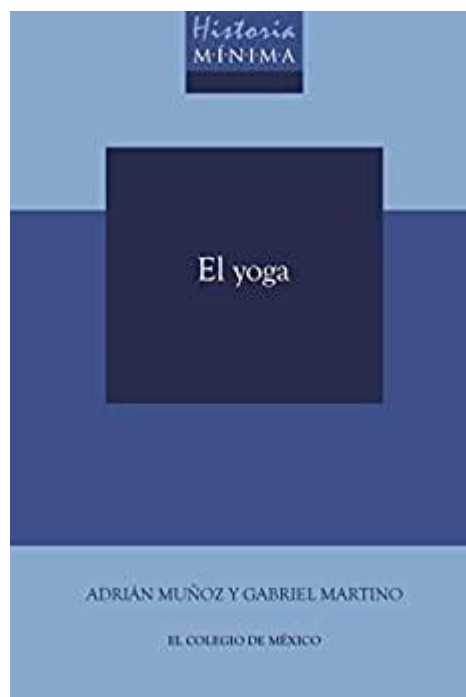
La misma fue estructurada en ocho capítulos o ejes temáticos, además de la introducción, una cronología, un glosario y un índice de cuadros. El corpus central del texto se organizó en: “Protoyoga: los orígenes”; “Filosofías clásicas del yoga”; “Acción y devoción”; “Mitos y leyendas en el yoga”; “Cuerpo, magia y alquimia”; “Neoyoga o los yogas de la modernidad”; “Sociedad y política” y “Posyoga o nota bibliográfica”. Un verdadero compendio de la historia de la disciplina desde sus tiempos más remotos hasta las más diversas prácticas actuales.

Según confiesan sus propios autores en la introducción: “Lo que nos interesa aquí es rastrear dónde surgió y cómo fue transformándose, además de reparar en sus varias facetas. En otras palabras: se trata de recorrer la vasta cultura del yoga”.

¿Y por qué es tan importante estudiar desde el punto de vista histórico al yoga? No es una cuestión baladí. Actualmente el yoga es la disciplina psicofísica y espiritual más practicada en el planeta. Se habla de una cifra de unos 500 millones de personas en todo el mundo que se han acercado a la práctica y esa cifra que va en aumento cada año.

Desde el punto de vista histórico, como todo lo humano, es una práctica social, por lo tanto, puede ser objeto de investigación histórica, antropológica, sociológica, etc. Una práctica cultural de larga duración que ha trascendido los tiempos, que desde sus inicios en la antigua India y en el contexto del hinduismo, se ido transformando a lo largo de los siglos, y hoy representa una actividad que se ha universalizado y es característica del hombre moderno. En ese sentido, resaltan los autores: “Resulta innegable, pues, que el yoga constituye un fenómeno multidimensional que pertenece a la cultura colectiva de la humanidad y que suscita interés, atracción y debates por igual”.

Esa dimensión de globalidad y modernidad del yoga se vio reflejado en la última



década por tres hechos de gran repercusión mediática: el primero fue que, durante la gestión del presidente estadounidense Barak Obama (2009-2017), su esposa Michelle introdujo el yoga en la Casa Blanca con un programa de ejercicios físicos para niños, con el fin de combatir la obesidad infantil (Let's Move). El segundo hecho es que, en el año 2014, la UNESCO declaró el yoga como patrimonio inmaterial de la Humanidad. Y el tercer hecho es que, a finales de ese año, la ONU creó el Día Internacional del Yoga, estableciéndose el 21 de junio, con lo cual desde el año 2015 se comenzaron a realizar magnos eventos en casi todos los países. Esto lleva a los autores a resaltar que además de ser una práctica benéfica para la salud, para el alma, lo puede ser también para las habilidades políticas y culturales.

El equipo conformado por los autores es también un importante acierto. En el mismo se juntaron dilatadas experiencias e intereses, especialmente sus inclinaciones por indagar sobre el “fenómeno del yoga moderno”. Adrián Muñoz, historiador de las religiones y especialista en la cultura india, recurrió a una recopilación de entrevistas realizadas a nath-yoguis y a especialistas entre los años 2005 y 2016 en India y Nepal, así como a una acuciosa recopilación de información sobre el tema. A su vez, Gabriel Martino, filósofo y gran estudioso de las escuelas filosóficas de la India, concedor del sistema de Patañjali y de la obra cumbre del yoga devocional: el Bhagavadgītā, nutrió la obra con sus conocimientos de filosofía, ética y devoción.

El objetivo de la obra es presentarnos un manual introductorio a la historia del yoga en un momento en que esta disciplina ha eclosionado en el actual mundo globalizado, lo cual nos permite evaluar este fenómeno en su justa medida y trayectoria. Para lograrlo, sus autores recurren a los textos tradicionales, tanto pretéritos como contemporáneos, permitiendo brindar un panorama comprensivo de las diversas corrientes del yoga y los puntos de conexión o discrepancia entre ellas.

En el primer capítulo nos sumergimos en los momentos más remotos de la historia de la India para conocer los orígenes prehistóricos del yoga. Eso nos lleva a una idea bastante aceptada: “la de que todas las grandes tradiciones del hinduismo derivan de la cultura védica”. Se alude los tiempos de la civilización del Valle del Indo de la Era de Bronce, que tuvo su momento de esplendor entre los años 2600 al 1900 antes de la Era Común.

En el segundo capítulo se analizan las bases ideológicas de la disciplina: se habla del yoga en el Carakasamhitā, la formulación clásica de Patañjali, los aspectos estilísticos de los Yogasūtra, las dos doctrinas filosóficas centrales, la concepción filosófica del yoga pantanjálico, las características del astānga o yoga óctuple, el desarrollo de la escuela de Yogachara, Yogavāsistha (la epopeya de Rāmāyana) y las condiciones y entornos del yoga.

En el tercer capítulo se pasa revista a las diversas formas de yoga devocional que han existido, caracterizadas por distintos “énfasis y matices”. En ese sentido, se discuten los orígenes del Bhakti, el bhakti en el Mahābhārata, el relato de Upamanyu, las referencias del yoga, el yoga devocional, el yoga de acción, el yoga del conocimiento y la meditación en el Bhagavadgītā. También se dedica un segmento a la relación entre yoga, poesía y devoción y al culto de Krishna en el Bhagavatpurāna.

En el capítulo cuatro se desmenuza la imagen que tiene la figura del yogui, el cual a lo largo de la historia es presentado gracias a la imaginación de laicos, viajeros y cronistas, como un ser misterioso, mágico, fuera de este mundo, indómito y peligro, pudiendo adquirir facultades extraordinarias, como la inmortalidad y el poder. Además, se comenta las enseñanzas relativas al yoga en el Mahābharata y se hace referencia al Sāntiparvan. Finalmente se comenta cuánto hay de leyenda e historia, sobre los yoguis y los musulmanes, la ideología y la narrativa.

En el quinto capítulo, se parte del trabajo alquímico, revisando la importancia del cuerpo y los poderes yoguísticos; se analizan las características de la ciencia del yoga corporal; se habla del entorno de la práctica y el desarrollo de la ejecución de asanas como una especialidad. Todo eso es posible porque se analiza especialmente la obra *Hatha pradīpikā* o *Hathayoga pradīpikā*. Además, se comenta la relación de las posturas físicas contemporáneas con los *Yogasūtras*. Para concluir se discute sobre la relación entre los yoguis y los sufíes.

En el sexto capítulo el lector podrá sumergirse en las características de este fenómeno cultural en el marco de la cultura globalizada y que tiene un mayor enfoque en las formas de yoga posturales. Así se indaga sobre el tema de la acción y la devoción en las manifestaciones modernas de la disciplina; el impulso dado al conocimiento del yoga en Norteamérica y Occidente por parte de *The Atlantic Monthly*. A Magazine of Literature y el Primer Parlamento de las Religiones del Mundo; las primeras adaptaciones de la Era Moderna, la llegada a Iberoamérica, la influencia de una cultura generalizada de salud corporal y el nacionalismo indio; el auge del yoga postural en la modernidad, la instrumentación del yoga como negocio y los estilos (pos) modernos.

En el séptimo capítulo, bajo el título “Sociedad y política”, se trata de entender el rol que ocupa el yogui en el mundo actual, considerado como un personaje pleno de poderes”, que “se sitúa de alguna manera en el centro del mundo y desde allí controla diversas energías sutiles, espirituales y sociales”, y además se revisan algunas polémicas en torno a la disciplina. De esta forma, se habla de los (pseudo) reformistas tántricos, de continuidades y discontinuidades, el poder del yoga en la escena actual, el yoga corporativo, los escándalos y polémicas; se interroga si es un deporte o una fe, abusos e ilegalidad; y se culmina con el apartado sobre el yoga como bien mundial, donde se comenta la internacionalización oficial del yoga y lo que significó ese hecho tanto para la popularización de la disciplina como para la política interna de la India.

Y en el octavo se da cuenta de las obras que se utilizaron en la elaboración del libro y de la recepción del yoga en el mundo hispanohablante. De ese tenor, se habla del yoga como campo de estudio, donde se destacan los trabajos de Jean Verenne, Jean Filliozat y Mircea Eliade, entre otros. Además, se comenta sobre las aportaciones iberoamericanas y de la literatura de divulgación. En ese recorrido que iniciaron los autores con los orígenes del yoga en la antigüedad del continente surasiático y se remonta hasta las más diversas prácticas y tendencias actuales, permite observar lo que ellos llaman “las varias caras del yoga”. Por lo que no se

podría hablar del yoga, sino de los yogas, ya que no tuvo una sola matriz, sino varias, y, por lo tanto, diversos modos de entenderlo y practicarlo. De allí que empleen el símil de la rueda, presente en todo el trabajo. En definitiva, *Historia Mínima del yoga*, es una obra obligada para conocer los antecedentes y las características de esta disciplina que hoy cautiva al mundo entero.