

# La INTRODUCCIÓN DEL MÉTODO DeROSE EN LA ARGENTINA

CAPÍTULO DEL LIBRO *QUANDO É PRECISO SER FORTE*, DeROSE

En 1987 participé de un Congreso de Yôga en el Uruguay. Poco antes de comenzar mi exposición sobre la Cronología Histórica del Yôga, vi llegar a una señora de edad, vestida de sari indio. Pensé “es Indra Dêví”, pero al mismo tiempo me dije “no, no puede ser”. No podía ser, porque a los dieciséis años yo había leído su libro y en las fotos ella ya era una señora que daba clases a estrellas como Gloria Swanson, actriz de Hollywood de la década de 1930. Ahora yo ya tenía el cabello entrecano. ¡Indra Dêví no podía estar aún viva! Pero sí, estaba viva, y bien vital. En esa época era la Primera Dama del Yôga mundial, la más antigua Maestra del mundo. Y llegaría a tener más de cien años de edad.

Ante las reverencias de todos, ella se fue acomodando en la primera fila, destinada a las autoridades. Llegó el momento de mi disertación. Me emocionaba el hecho de dar una clase ante la que había sido mi Maestra más de cuarenta años antes –aunque ella ni lo supiera– a través de su libro.

La clase explicaba el siguiente cuadro:

CRONOLOGÍA HISTÓRICA DEL YÔGA					
DIVISIÓN	YÔGA ANTIGUO		YÔGA MODERNO		
TENDENCIA	Sâmkhya		Vêdânta		
PERÍODO	Yôga Preclásico	Yôga Clásico	Yôga Medieval		Yôga Contemporáneo
ÉPOCA	más de 5.000 años	siglo III a.C.	siglo VIII d.C.	siglo XI d.C.	siglo XX
MAESTRO	Shiva	Pâtanjali	Shankara	Gôrakshanatha	Râmakrishna y Aurobindo
LITERATURA	Upanishad	Yôga Sûtra	Vivêka Chudamani	Hatha Yôga	Varios libros
FASE	Protohistórica		Histórica		
FUENTE	Shruti		Smriti		
PUEBLO	Drávida		Arya		
LÍNEA	Tantra		Brahmâchârya		

Como el lector puede advertir, se trata de un tema vasto y que requiere algunas horas para su pleno desenvolvimiento. Pero estábamos en un Congreso, y cada conferencista disponía sólo de una hora para su exposición. Consumí densamente mi preciosa hora y me dispuse a terminar, diciendo que el tiempo se había agotado y que la audiencia debía estar cansada con tanta información. En ese momento la Primera Dama, cariñosamente llamada *Mataji* (que significa “madrecita”), dijo en voz alta:

–Nadie está cansado, no.

Y, girando hacia el público, preguntó:

–¿Alguien está cansado?

La audiencia, entre sonrisas, respondió a coro:

–¡Nooooo!

Miré al organizador del evento que estaba en los bastidores y él me hizo una señal para continuar. Halagado, proseguí y terminé de desarrollar el tema en dos horas.

Luego de la conferencia, Mataji Indra Dêví vino a saludarme y me aseguró que nunca antes había recibido una explicación tan completa y clara sobre una cantidad de

“porqués” que habitan el imaginario de todo profesor de Yôga. La invité entonces para un curso que iba a dar pocos días después en Montevideo. Para mi alegría, aceptó la invitación.

El día del curso hice preparar un sillón especial, al estilo de la India. Era invierno y hacía mucho frío. Envolví todo el sillón con un cobertor de lana, cubriendo desde el respaldo y el asiento, hasta el suelo, donde ella iba a poner los pies, como si fuera un trono. Yo había visto algo semejante en los Himalayas, preparado con cariño para que los Maestros se sentaran, y me pareció lindo. A Mataji también le gustó. Al entrar en la sala, ni hizo falta decirle que aquel era su lugar. Rápidamente (ella siempre andaba rápidamente) se dirigió al “trono” y se sentó, satisfecha. Los demás se sentaron en el piso para asistir a la clase, como manda la tradición hindú.

La clase fue sobre el Yôga Clásico de Pátañjali. Mataji permaneció quieta y muy atenta durante todo el curso. Al final, me dijo lo siguiente:

–Quiero hacerle una pregunta que realicé a los mayores Maestros de la India que conocí durante los veinte años en que viví en aquel país. Ninguno de ellos me dio una respuesta satisfactoria. Soy profesora de Hatha Yôga hace más de sesenta años y tengo varios libros escritos sobre esa modalidad. Quiero saber: ¿por qué los grandes Maestros nunca mencionan el Hatha Yôga, y si lo mencionan es con desdén?

Aquello era realmente una situación difícil. Yo estaba ante un “monstruo sagrado” del Hatha Yôga, que me hacía una pregunta embarazosa, cuya respuesta podría molestarle. Pero ¡qué diablos!, tenía que responder con la verdad, al fin y al cabo acababa de discurrir sobre el segundo mandamiento ético de Pátañjali, satya (*verdad, no mentir*). Apelé al quinto niyama, Íshwara pranidhana (que traduzco en forma libre como “que sea lo que Dios quiera”), y disparé mi respuesta.

–Mataji, como usted sabe, el Yôga Clásico, codificado por Pátañjali hace más de 2.000 años, está formado por ocho partes (ashtánga): yama, niyama, ásana, pránáyáma, pratyáhára, dháraná, dhyána y samádhi. Antes de Pátañjali, existió un Rája Yôga preclásico constituido por cuatro partes (chaturánga): pratyáhára, dháraná, dhyána y samádhi. En el siglo XI d.C., un yôgi llamado Gôraksha Natha<sup>1</sup> observó que las ocho partes todas juntas ya tenían nombre: era el Yôga Clásico o Ashtánga Yôga de Pátañjali<sup>2</sup>; notó que las cuatro partes superiores también ya tenían nombre: se trataba del Rája Yôga más antiguo, el preclásico. Pero Gôraksha observó que las primeras cuatro partes (yama, niyama, ásana, pránáyáma) no tenían nombre. Entonces tuvo un chispazo de creatividad y las denominó Hatha Yôga. Por eso, Sivánanda dice en su libro *Hatha Yôga*<sup>3</sup> “donde el Hatha termina, el Rája comienza” y también “el Hatha y el Rája se complementan”. Ahora, la clave del Yôga, aquello que caracteriza un método como Yôga, es conducir al ser humano al estado de samádhi; luego, un método que llegue hasta el pránáyáma y no desenvuelva el samádhi, no es Yôga. Por eso algunos Maestros no reconocen que el Hatha sea Yôga. Porque le falta la característica principal, que es conducir al practicante al samádhi. Pero eso no quiere decir que el Hatha sea malo. Es óptimo para lo que se propone.

El siguiente cuadro ilustra la explicación anterior:

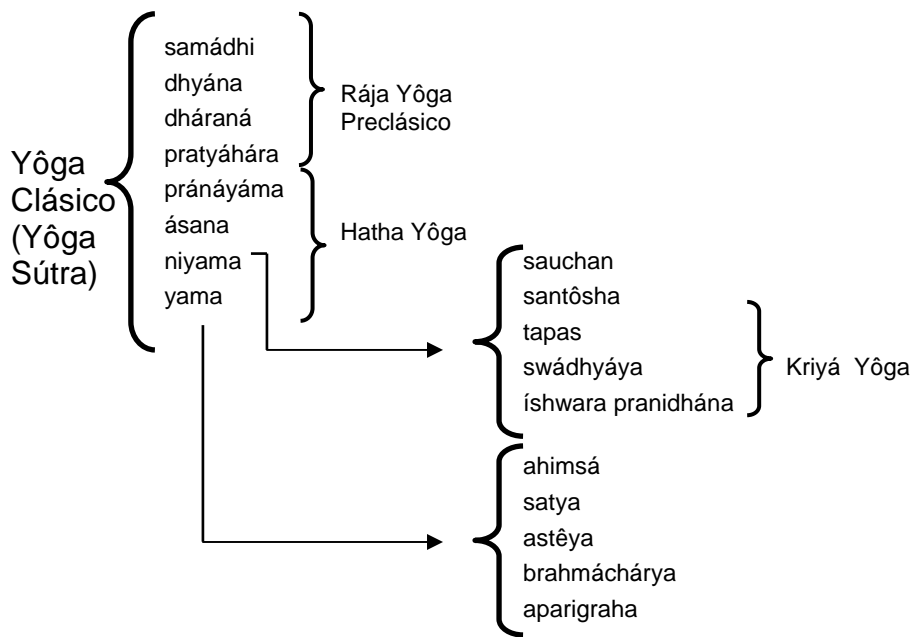
---

1 También llamado Gorak Nath.

2 A fines del siglo XX se ha dado a otra modalidad la denominación de Ashtánga Yôga por ser un nombre ya conocido, pero aquí nos estamos refiriendo al verdadero Ashtánga Yôga, el de Pátañjali, del siglo III a.C.

3 Editorial Kier, Buenos Aires.

## ESTRUCTURA DEL YÔGA DE PÁTAÑJALI



Para mi alivio, Mataji no se sintió ofendida. Al contrario. Aceptó la explicación:

–Este fue el mejor esclarecimiento que me han dado al respecto.

E hizo más. A aquella altura, Indra Dêví era profesora de Hatha Yôga desde hacía unos sesenta años. ¡Imagine si una persona de esa edad, con toda aquella historia de vida, iba a cambiar de modalidad de Yôga sólo por una clase de DeRose o de cualquier otro! Pues ella lo hizo. Luego de escuchar mi explicación, Mataji no dijo nunca más que enseñaba Hatha Yôga.

Cambió el nombre de la modalidad que enseñaba y la denominó *Sai Yôga*, en homenaje a un líder espiritual de la India llamado Sai Baba, que ella admiraba. Llegó incluso a publicar en la Argentina un libro titulado “Sai Yôga”. Eso es un síndrome de los practicantes de Yôga occidentales. No sé por qué, muchos son devotos de Sai Baba, que no tiene nada que ver con Yôga y a quien, por lo que me consta, no le gusta el Yôga.

### FOTO 1 (con I. D.)

DeRose con Mataji Indra Deví, la más antigua Maestra de Yôga del mundo:  
un gran cariño recíproco.

Ocurrió que, cuando Sai Baba supo que su nombre había sido utilizado para denominar un tipo de Yôga, en lugar de estar agradecido y lisonjeado con el homenaje, se sintió molesto y se enojó con Mataji, ordenándole con rudeza que no lo utilizara más. Así, muy decepcionada por lo que consideró una ingratitud, a partir de entonces comenzó a decir que enseñaba simplemente Yôga.

Aquella clase mía la marcó bastante. Al despedirnos, Mataji me escribió una nota:

### FOTO 2 (carta)

Mataji quedó tan entusiasmada que David Lifar, administrador de la Fundación Indra Dêví, me invitó gentilmente a dar un curso en su entidad. Acepté muy honrado. Mis colegas del Brasil me cuestionaron:

–¿Cómo pudo aceptar semejante invitación? ¡La platea estará formada por cuarenta profesores de otras ramas de Yôga, todos del tronco vêdânta-brahmáchárya, que es opuesto al suyo! Es como entrar solo y desarmado en una cueva de lobos.

Sin embargo, no podía rechazar el desafío. Marcamos la fecha de manera que coincidiese con un congreso de Yôga que se iba a realizar en Buenos Aires. Así, con un solo gasto de viaje podríamos resolver los dos asuntos. El congreso sería en un fin de semana. Entonces agendé el curso del lunes al viernes de la semana que precedía al evento.

En la fecha, llegué, fui muy bien recibido por David Lifar, siempre un caballero, por su gentil esposa y por la querida Mataji. Me sentí en casa.

Al conocer Buenos Aires<sup>4</sup>, tuve una grata sorpresa. El brasileño, y el resto del mundo, no saben que tenemos en la capital de la Argentina una ciudad que rivaliza con París y que es uno de los motivos de orgullo de la América Latina. La arquitectura clásica es deslumbrante. La Avenida Nueve de Julio es la más ancha del mundo. Las personas de buen nivel social son lindas, tienen siempre el cabello bien arreglado como si acabaran de salir de la peluquería. Todos son atentos y no hay ninguna discordia con los habitantes de nuestro país. Al contrario: por lo que vivencié, los argentinos gustan mucho de los brasileños. Sólo se enfrentan cuando se trata de fútbol.

Quedé tan fascinado con la ciudad y con sus habitantes, que me pregunté por qué motivo el brasileño primero atraviesa el océano para ir a conocer London, París, Roma o (incluso sin océano) New York, en lugar de encarar un viaje mucho más corto hacia Buenos Aires (desde São Paulo son dos horas y media y el pasaje es baratísimo). Y hay más: un día, yo estaba en el embarque para ir a París a dar un curso y escuché el llamado para el vuelo que iba a la Argentina. No pude dejar de observar que, en este momento, el público que viaja a Buenos Aires es mucho mejor que el que viaja a otras partes del mundo. Aunque no soy argentino, me sentí identificado con el pueblo hermano y me llené de orgullo.

A la hora del curso comenzaron a llegar los alumnos, casi todos de más de cincuenta años de edad. Eso me preocupó. Mi español en 1987 era más que mediocre. Ellos no iban a aceptar una propuesta traída por un brasileño, que exponía un tipo de Yôga completamente diferente -incluso contrario al que muchos profesaban- y que, encima, se expresaba en forma poco comprensible.

### FOTO 3 (egrégora Bs.As.)

Instructores del Método DeRose, brasileños, argentinos y de otras nacionalidades, en uno de nuestros Festivales Internacionales de Yôga realizados en Buenos Aires.

---

4 Los nombres de las ciudades deberían mantenerse en su idioma original. Así, el nombre de São Paulo debe ser pronunciado en su propia lengua. Bromeando con mis amigos argentinos, suelo decirles que si ellos llaman "San Pablo" a mi ciudad, yo voy a llamar "Bons Ares" a la suya.

Sin embargo, inexplicablemente, el curso transcurrió en santa paz, no se produjeron cuestionamientos y, al final, varios de aquellos vetustos profesores me aseguraron que deseaban cambiar de modalidad y querían saber cómo proceder para adoptar el SwáSthya. Les expliqué que en nuestro sistema los aspirantes tenían que rendir examen en alguna federación reconocida, con pruebas de teoría, práctica y clase. Al saber eso, la mitad de los interesados desistió discretamente. A la otra mitad le pareció muy bien que hubiera que dar examen para obtener el certificado de instructor.

Terminado el curso, comenzó el congreso el sábado. Tuve entonces la mayor prueba de que los rumores no siempre son negativos. En ese caso, fueron sumamente beneficiosos para mí. Durante el desarrollo del evento, los cuarenta que habían hecho mi curso lo comentaron bastante con los demás participantes. El resultado fue que el domingo vinieron a pedirme que diera otro curso la semana siguiente. Ahora teníamos el doble de inscriptos: ochenta profesores de diversas ramas de Yôga y de varios países. El salón estaba abarrotado de gente. Nuevamente, el curso se desarrolló con armonía y contó con la atención y el interés de todos. Bueno, de todos no. Un único señor permaneció al fondo de la sala, con el ceño fruncido. Hizo sólo una pregunta, de aquellas que denuncian discordancia, pero fue educado y se limitó a esa intervención.

Al final, yo había dado dos cursos, el primero con cuarenta participantes, el segundo con ochenta, en total ciento veinte profesores, y muchos de ellos querían cambiar de modalidad para adoptar el SwáSthya. Pero no es tan fácil. Algunos lo consiguieron y me acompañaron durante años. Con el tiempo, se fue produciendo un reciclaje natural, se fundaron varias escuelas y muchos grupos concluyeron el curso de preparación profesional. Veinte años después, ya teníamos un significativo contingente de instructores jóvenes, calificados, competentes, fieles y cariñosos.

Pero hay una historia de aquel segundo curso que tengo que contar. Había una instructora de SwáSthya Yôga que era casada y su marido resolvió ir a conocer a ese tal DeRose, de quien su mujer hablaba tanto. Después de todo, es preciso saber por dónde anda la esposa. No dudo de que él haya ido con una ametralladora para acabar con el inescrupuloso que le estaba vendiendo gato por liebre a su mujer. Beatriz me presentó a su marido. Una mirada a los ojos. Un franco apretón de manos. Una sonrisa recíproca. ¡Y listo! Fue identificación a primera vista. El marido y yo nos hicimos buenos amigos.

Años después, él abandonó su antigua profesión para ser instructor de SwáSthya. Nuestra amistad crecía año tras año. Conversábamos largamente, como compañeros. Salíamos a comer, paseábamos y hasta viajábamos juntos. Nuestra amistad creció y se fortaleció. ¡Al final, se había generado una complicidad de *hombres*! Había todo un diálogo de *caballeros*. Además, mi nuevo amigo no provenía de ninguna corriente de Yôga, no estaba contaminado por pensamientos viscosos o enroscados como los que traen en general aquellas personas, lo que complica mucho una conversación distendida o una amistad franca. Finalmente, la esposa dejó de enseñar SwáSthya y fue el marido el que permaneció conmigo.

¿Y sabe quién era? Era nuestro estimado Edgardo Caramella, que los brasileños conocen tan bien, pues los cursos que dicta en varios estados de nuestro país son inspirados. Cautiva a todos con su simpatía, sencillez y gran conocimiento de la

filosofía que transmite. Actualmente es el presidente de la Federación de Yôga de Buenos Aires, y ya ha escrito varios libros.

A Edgardo le gusta contar que antes de adoptar a DeRose como Maestro, conoció al hombre DeRose<sup>5</sup>, el ser humano lleno de defectos, pero que para él resultaban cualidades. Normalmente, cuando alguien entra al Yôga ya mira a DeRose como si fuera un gurú, un santo, un ser sobrehumano, que no yerra, que nunca está triste o irritado, que no se enferma, que no come ni va al baño. Edgardo conoció primero el otro lado. Por el hecho de haber sido primeramente mi amigo, todas las fantasías y expectativas extravagantes de los demás no existieron en su caso. Vio a un DeRose que podía estar triste y enojado, y todas las otras facetas. Y le gustó lo que vio. En función de eso, un día me preguntó si lo aceptaba como discípulo. Y, para bien de todos nosotros, así fue.

### FOTO 4 (Edgardo)

Edgardo Caramella, ya con el pin de Presidente de Federación.

Hoy, bajo la batuta de Edgardo Caramella, el Método DeRose es el más conocido en la Argentina, el que forma el mayor número de instructores con excelencia técnica, el que realiza más eventos oficiales, el que publica más libros. Que el resto del mundo siga el ejemplo de la Argentina.

### FOTO 5 (clase Festival)

Participación con gran afluencia de una clase en Buenos Aires

### LO MEJOR QUE TIENEN LOS ARGENTINOS

Los argentinos están entre los que más valorizan nuestra Obra. El cariño expresado en el brillo de la mirada y la sonrisa sincera me demuestran hasta qué punto estoy en su corazón. La relación Maestro/discípulo fue tan bien asimilada que parece que siempre hubiera sido parte de su educación. Una vez, cuando estábamos llegando al lugar en que yo iba a dar una conferencia, descendí del auto con mi carpeta en la mano. Edgardo tomó la carpeta y me dijo: “Un Maestro no carga cosas.”

En otra oportunidad, Edgardo estaba en São Paulo y observando que algunos instructores faltaban a mi clase de los martes, que está abierta sin costo para ellos, se indignó y les dio una lección de moral: “Nosotros, que vivimos tan lejos, daríamos todo para poder estar siempre con el Maestro. Y ustedes, viviendo en la misma ciudad, ¿se permiten faltar a sus clases? ¡Es inadmisibile!”. De hecho,

---

<sup>5</sup> Algunas veces, Edgardo ha dicho que a él le ocurrió lo contrario a lo que ocurre a los demás, que primero adoptan a DeRose como Maestro y después se tornan sus amigos. La verdad, eso sucedió varias veces, como fue el caso de Sandro Nowacki. Sandro gustó de mí y se tornó mi amigo. Más tarde quiso ser instructor (llegó a ser un excelente profesional) y me escogió como Supervisor.

siempre soy invitado a dar cursos en la Argentina y recibido con todas las honras. Para mí, es un gran privilegio contar con amigos tan leales.

Y hay más. El argentino es por naturaleza un bravo, que tiene el coraje de defender con gallardía al amigo, el Método y a su Maestro.

c

**FOTO 6 (nota Clarín)**

**COMENTARIO EN EL DIARIO CULTURA, DE LA ARGENTINA,  
ACERCA DEL ÉXITO DEL LIBRO *YÓGA AVANZADO*  
EN LA FERIA DEL LIBRO EN BUENOS AIRES.**

**FOTO 7 (texto diario)**