

CLAUDE MARÉCHAL

“Está claro que para el yoga, Dios existe”

...y está en lo más profundo de tu corazón. En la siguiente entrevista, este infatigable “adaptador” del yoga en Occidente nos ofrece ésta y muchas otras esencias

Claude Maréchal es un puente humano entre la India y Europa. Un “adaptador” de la tradición clásica del yoga a la mentalidad de nuestra sociedad. Un fiel cumplidor del empeño de Tirumalai Khrishnamacharya por hacer de la transmisión de la enseñanza algo vivo y dinámico, resumido en esta frase: “No es la persona la que debe adaptarse al yoga, sino el yoga el que se debe ajustar a la persona”. Durante más de 30 años, Maréchal visitó cada año en Madrás a su profesor y amigo T. K.V. Desikachar, e investigó y desarrolló el concepto de Viniyoga. Su meta: “Transmitir lo mejor posible lo que he recibido, con un espíritu de paz y de compartir”.

¿HABLAR DE YOGA PARA USTED ES HABLAR DE ADAPTACIÓN?

Sí, en la enseñanza que he recibido tanto de Desikachar como de Khrishnamacharya tenía una gran importancia este hecho: la persona

no está hecha para el yoga, sino que el yoga se ha hecho para ella. Es el yoga el que se pone al servicio de la persona y de sus características. Y esta idea de adaptación no es unidireccional: no siempre significa una reducción de intensidad; a veces la adaptación puede consistir en dar una mayor intensidad y dificultad, si es lo que conviene a la constitución física y mental de la persona.

¿ES ESTA LA ESENCIA DE SU ENSEÑANZA?

Pienso que sí. En la enseñanza que doy busco saber dar a comprender la importancia del ajuste de las técnicas a la persona. La transmisión del yoga en Occidente se hace en grupos colectivos, y esto puede ser favorable para el conjunto de practicantes, pero no es comparable a la adaptación particular a la persona.

LOS CONCEPTOS DE VINIYOGA Y VINIASA DEFINEN LA LÍNEA DE TRANSMISIÓN DE KHRISHNAMACHARYA Y SU HIJO Y DISCÍPULO,

DESIKACHAR. ¿A QUÉ NOS HACE REFERENCIA CADA UNO DE ELLOS?

Viniyoga es un término que utiliza Patañjali (sexto aforismo del tercer libro de los *Yoga Sutras* de Patañjali “*tasya bhumishu viniyoga*” (“la aplicación – *viniyoga* – de esto – *tasya* – se hace en función de los niveles – *bhumishu*”), e indica el movimiento mental que se dirige a Samadhi y que debe pasar por diferentes etapas... Viniyoga nos trae la idea de adaptar a la persona, y viniasa es un concepto más técnico que deriva de la terminología militar, indicando la manera en que se disponen las distintas tropas frente al enemigo... En yoga, representa lo siguiente: la disposición de las diferentes partes del cuerpo, unas con respecto a otras, y que representa una postura concreta. De ahí el término más amplio de viniasa krama (*krama* significa “ir paso a paso”): Khrishnamacharya escribió en telugu (lengua del sur de la India) un tratado donde describía todas las posturas importantes a partir de la postura de



Quién es Con su sólida formación en medicina deportiva y su gran capacidad de transmisión, Claude Maréchal desde hace más de 30 años es uno de los grandes introductores de las enseñanzas de T. K. V. Desikachar y de Khrishnamacharya en Europa.

En 1966 abandona su trabajo en la Universidad de Lieja (Bélgica) para dedicarse completamente a la enseñanza del yoga. Dirige las escuelas de formación ETY (Estudio y Transmisión del Yoga) y es fundador/editor de la revista *Viniyoga* y miembro fundador de la asociación Viniyoga Internacional. ETY organiza seminarios y ciclos de formación de profesores en Bélgica, Francia, Alemania, Italia y España. También es responsable del programa técnico y pedagógico del centro de formación de profesores de Québec.

Más información: www.viniyoga.be (revista *Viniyoga*)
www.yoganatura.com (próxima formación)
www.asana-yoga.es (información general).



pie, y enseñaba a jóvenes a llegar a ella a veces de una forma un tanto acrobática, por medio de un salto. Puedo hablar de ello, porque fue mi práctica durante los primeros años. A partir de ahí, Desikachar desarrolla toda una enseñanza para ir desde la postura de pie, a base de movimientos coordinados con la respiración, hasta la posición, y de ahí a la contrapostura y el retorno a la posición de partida...

¿QUÉ DESTACARÍA DE SU INTENSA RELACIÓN CON T. K. V. DESIKACHAR?

Cuando me encontré con él, ambos teníamos 30 años. Desikachar había vuelto al lado de su padre para realizar un trabajo intenso junto a él. También había hecho estudios de ingeniería, como yo de medicina, y lo habíamos dejado para profundizar en el yoga. Así pues, se encontraron dos personas que tenían una edad e intereses semejantes, siendo Desikachar el profesor y yo el alumno. A lo largo de los años, él me repetía a menudo que nuestros numerosos encuentros nos enriquecían mutuamente, pues a él mis preguntas le ayudaban

a interrelacionar con el mundo occidental... Fue una relación muy fructífera; siempre le consideré mi profesor, pero era también una relación de amistad. Pasé miles de horas frente a él, casi seis años en India (si juntamos los períodos que asistí durante esos 30 años), y le veía todos los días. Ahondamos en otros temas que no tenían que ver específicamente con la técnica; algo normal en una enseñanza destinada a favorecer el desarrollo personal.

EN ESE TIEMPO TUVO TAMBIÉN ENCUENTROS CON KRISHNAMACHARYA. ¿CUÁL CREE QUE HA SIDO LA HUELLA QUE NOS HA DEJADO ESTE MAESTRO EN EL YOGA ACTUAL?

Krishnamacharya me impresionaba mucho. Era un yogui en el sentido literal del término, como es posible que ya no exista otro hoy en día en una India transformada por el desarrollo económico. Krishnamacharya había integrado la totalidad del yoga. Era un visionario. Tenía una visión no sólo útil para su país y el momento en que vivió, sino que era capaz de decir cosas como que la lectura del *Hatha Yoga Pradipika* fue válida en su época, pero que

ahora precisaba ser interpretado de otra manera. Consideraba que si éramos capaces de mantener el aspecto dinámico de la enseñanza, sería posible transmitir la esencia y darle una forma que conviniera mejor a nuestra época y cultura. Es lo que yo pretendo hacer.

¿CONSIDERA QUE EL ESTUDIO DE LOS YOGA SUTRAS DE PATAÑJALI ES IMPRESCINDIBLE PARA TODO PROFESOR DE YOGA?

No hay duda de la importancia de que los profesores de yoga lo conozcan. Esto no quiere decir que se imponga el estudio de sánscrito; hay formas pedagógicas de transmitir el mensaje sin tener que pasar por el estudio profundo de la gramática. Muchos términos sánscritos no son traducibles por una única palabra de nuestros idiomas, por eso es imprescindible un comentario de ellos. Hay muchos comentaristas clásicos, pero no son los más útiles para el estudio del yoga en Occidente. Estos comentarios tienen que ayudar al estudiante a comprender el mensaje profundo del yoga.

¿Y ESTE MENSAJE SIGUE ESTANDO VIGENTE PARA NUESTRA CULTURA?

El mensaje de los *Yoga Sutras* es universal y atemporal y es válido para todas las culturas y todos los momentos, dentro de 200 años en Occidente como hace mil años en India. La

razón por la que este mensaje es atemporal es que es un texto que se dirige al individuo para ayudarle a resolver sus problemas a nivel físico, de relaciones, psicológico y espiritual. El mensaje de Patañjali es un mensaje espiritual.

¿PODRÍA RESUMIRNOS SU ESENCIA?

Se nos dice, como una indicación preciosa, que el psiquismo, lo mental, es el órgano fundamental a nuestra disposición para desarrollar la concentración de la mente y crear una mente tranquila y apacible. El resultado es un discernimiento mayor que le permite a cada uno conocer mejor qué hacemos aquí.

¿ESPIRITUALIDAD Y MEDITACIÓN VAN UNIDAS?

Meditación es la palabra *dhyana*, y forma parte del Astanga Yoga definido por Patañjali, siendo uno de los tres miembros superiores. Cuando esta cualidad está presente hay una gran atención y una gran soltura, una ausencia total de tensión. Y estas dos cualidades juntas nos llevan hacia una dimensión espiritual. Hacia el conocimiento de uno mismo en profundidad y del ser que habita en lo más profundo del corazón, y que el yogui llama *Ishvara*, el Señor o Dios... Está claro que en yoga y para el yoga, Dios existe y está en el centro de cada uno, y el hecho de encontrarlo a través de la meditación nos permite saber quiénes somos.

COMPARTIR. Ese es el espíritu que mantiene a Claude Mârechal como activo e infatigable profesor.

“No es la persona la que debe adaptarse al yoga, sino el yoga el que debe adaptarse a la persona”