

A photograph of Swami Suryananda Saraswati, a Hindu spiritual leader, sitting cross-legged on a wooden floor. He is wearing traditional orange robes and has a joyful expression, smiling broadly. The background consists of vertical green and yellow stripes.

AMADIO BIANCHI

(Swami Suryananda Saraswati)

☪ FUE UN LIBRO EL QUE ME SALVÓ LA
VIDA, UN LIBRO DE YOGA, MI PRIMER
LIBRO DE YOGA. ☪

En la década de los 70 trabajabas como pintor profesional cuando por intuición, “algo” cambió tu forma de pintar y es cuando comienzas tu búsqueda personal. ¿Qué fue lo que te empujó a aprender yoga y ayurveda, en definitiva acercarte a la India?

Si en la década de los 70 trabajaba como pintor profesional, sin embargo, vivía mi profesión muy mal, desde el punto de vista emocional, así fue como enfermé. Lo que al principio parecía una simple anemia, con el paso de los años se convirtió en leucemia. Así fue como terminé bajo el cuidado de un famoso profesor.

Con el paso del tiempo, mi salud empeoró hasta el punto de que la gente cercana a mí llegó a pensar que me moriría. Fue un libro el que me salvó la vida, un libro de yoga, mi primer libro de yoga.

En ese momento yo no sabía lo que era el yoga... y la verdad es que era un libro sin grandes metas, como evidencia su título: “Deportes y yoga” escrito por un maestro hindú que vivía en Suiza, Selvarajan Yesudian, al que no he tenido la oportunidad de darle las gracias, porque murió antes de poder conocerlo. En este libro descubrí, que estaba costituido por una parte física y una parte no física y la importancia de su relación. Aplicando la armonía entre estas dos partes, milagrosamente me curé.

¿Cómo recuerdas tus comienzos, tus estudios sobre el yoga y el ayurveda?

Al principio, no cabe duda de que mi actitud era un tanto fanática, ya que estaba aplicando estrictamente la disciplina para mi enfermedad y me di cuenta de que no podía curarme, sin una firme vocación y a pesar de que me recuperé en tres años y medio, mantuve mi disciplina durante veinticinco años: dieta vegetariana, hatha yoga y especialmente meditación. Incluso hoy cuando viajo, sigo siendo un karmayogi con una alimentación más abierta, pero cuidada, intento practicar meditación todos los días, durante una hora como mínimo.

Háblanos de L’Evoluzione y I Simboli, ¿Qué significado tienen estos dos libros en tu vida?

Estos dos cuadernos de filosofía, como yo los llamo, fueron determinantes para mí, porque suponen las primeras investigaciones importantes que llevé a cabo, en un intento de dar un sentido a la “existencia”.

El primero: I Simboli representa la tentativa para entender el proceso evolutivo universal, el segundo refleja la imposibilidad del hombre para poder entender la realidad, con los medios que tiene a su disposición.

Te has encontrado y has estudiado con un gran número de maestros, ¿Quién de todos ellos ha influido más en ti?

Todos los maestros eran igualmente importantes incluso los malvados, porque de una manera u otra nos han permitido encontrar el camino. Lo que hoy somos es el resultado de nuestro pasado. Sin embargo, los mejores maestros son aquellos que respetan la diversidad y que te ayudan a encontrar a tu maestro interior.

Nos conocimos hace años, cuando acudí como alumna a los cursos sobre ayurveda que tu impartías y que organizaba la Escuela Internacional de Yoga en Madrid, poco sabía entonces del yoga y menos aún del ayurveda. En aquel entonces el ayurveda apenas se conocía en España ¿Cómo ves actualmente la situación del ayurveda en occidente, va creciendo en popularidad o todavía es una gran desconocida?

En los últimos años el ayurveda se ha extendido a todo el mundo de una manera impresionante.

El hombre comienza a comprender que la salud es propiedad suya y no es propiedad de las instituciones públicas. A priori y en la medida que le sea posible debe administrarla por su cuenta y el ayurveda le puede enseñar a prevenir de una manera natural, sobre todo a partir de una dieta adecuada.

Tú has sido pintor profesional, tu hija Surya es bailarina de danza hindú, el arte está muy presente en vuestra familia, ¿Qué relación guardan el yoga y el ayurveda con el arte?

Si es verdad, el arte está muy presente en nuestra familia... yoga y ayurveda también son un arte excelente: estudian y enseñan el arte de vivir.

Hablando de arte, en el año 1998 organizaste el encuentro internacional “Artistas por la paz” en memoria de Mahatma Gandhi ¿Cómo conseguiste reunir a más de 300 artistas provenientes de todo el mundo? y ¿Cómo recuerdas este evento?

Este evento fue increíble...fue una demostración de cuan arraigado estaba todavía Mahatma en el corazón de todos, especialmene en el corazón de los artistas que ofrecieron sus actuaciones sin ánimo de lucro. Lo hicieron solo por amor.

Estabamos emocionados y sorprendidos de la respuesta. Creo que todo el mundo recuerda este evento historico, como el más importante de este tipo en Europa.

Eres el presidente de la World Movement for Yoga and ayurveda, de la European Yoga Federation ¿Cuál es el objetivo principal de estas instituciones?

Ser un ejemplo de unidad en la diversidad. Como todo el mundo sabe la palabra yoga significa union, union en los distintos niveles: union armonisa entre la mente y el cuerpo, cuerpo y espiritu, lo particular con lo universal, por lo tanto, tambien de la persona con la multitud. Cuando el yogui ha evolucionado, siente al otro como si de una extensión de sí mismo se tratara y con esta premisa la competicion cae y la gente puede saborear el gozo de la unidad bajo la bandera del yoga.

Tienes un método único de enseñanza, que se basa en adaptar la tradición ayurvédica a occidente a través de los 152 movimientos del masaje ayurvédico, las técnicas terapéuticas especiales o el stretching de los antiguos monasterios hindúes. ¿Por qué ideaste estas adaptaciones del ayurveda original?

Creo que Occidente debe cumplir con Oriente para complementarse. También las técnicas manuales





Imagen de la primera formación de terapeutas ayurvédicos impartida por el maestro en Madrid

que practico y enseño, están bajo la influencia de esta forma de pensar. En particular estas técnicas también van encaminadas a solucionar las patologías occidentales: los 152 movimientos del masaje ayurvédico inducen una alta calidad de relajación y el stretching de los antiguos monasterios hindúes están diseñados principalmente, para liberar la tensión profunda y desbloquear la columna vertebral tan devastada en el hombre de hoy, debido a su estilo de vida

Viajas por todo el mundo dando conferencias, cursos, formaciones... alguna vez te he escuchado decir que cuando te preguntan acerca de cómo haces para viajar tanto sin cansarte, contestas, que simplemente no lo piensas, te pones en camino... sigues viajando a España tanto a Madrid como a la Coruña, ¿Qué aceptación tienen tus cursos y consultas en España?

Exactamente ... todo el mundo debe saber, que si la mente no está entrenada correctamente, destruye... por eso, cuando tengo que viajar no lo pienso y me pongo en camino. Sigo esta rutina: si el lunes por la mañana una parte de mí quiere ir a trabajar y una parte por oposición no quiere, me siento cansado debido a la tensión interna...

Desde hace algunos años imparto talleres en España y debo decir que con gran éxito. En España, la gente tampoco está completamente satisfecha con la calidad de vida y está buscando respuestas alternativas, por eso acuden a mí, para ver si el yoga y el ayurveda les puede ayudar. Tengo que decir, que últimamente estoy pasando consulta durante días enteros.

En tu centro de Milán se programan una gran variedad de cursos, donde formas terapeutas ayurvédicos ¿Qué aptitudes ha de poseer un estudiante para convertirse en un buen terapeuta?

Un buen terapeuta debe ser humilde y sentir su profesión como una misión. Debe ser ético con respecto a los principios de la disciplina que practica, saber ser paciente y como dijo Jesús: (ante el mal) debe ser tan puro como una paloma y astuto como una serpiente.



“

EN ESPAÑA, LA GENTE
TAMPOCO ESTÁ
COMPLETAMENTE SATISFECHA
CON LA CALIDAD DE VIDA Y
ESTA BUSCANDO RESPUESTAS
ALTERNATIVAS, POR ESO
ACUDEN A MÍ, PARA VER SI
EL YOGA Y EL AYURVEDA LES
PUEDE AYUDAR.

”

¿Cuál es la situación actual del ayurveda en India?

En India existe un auge del Ayurveda, al igual que en el resto del mundo. Se practica en muchos centros y hay excelentes escuelas de formación y universidades donde se pueden formar médicos. Aquellos interesados en una formación seria deben elegir estas escuelas y universidades.

También existen los que solo poseen un instinto de supervivencia e improvisan sin ningún conocimiento real, sobre todo en Occidente, donde la crisis económica se hace sentir y el hombre se ve obligado a inventar una profesión.

¿Qué opinas acerca de las certificaciones de yoga, crees que el yoga se debería legalizar de forma que los estudios fueran oficiales?

Este es un tema delicado: por un lado se debería legalizar el yoga es una disciplina muy útil para el hombre moderno tan concentrado en su parte física y en la apariencia en lugar de en el Ser. Por otro lado, existe el peligro de que aquellos que pueden reconocer el yoga, no entiendan realmente lo que es y lo conviertan en un gimnasio, para nosotros esto sería un desastre. En este caso, mejor sería volver a la forma esotérica de la antigüedad...

El mundo de la estética y de los cosméticos se está interesando últimamente por el ayurveda ¿Crees que este interés puede desvirtuar su verdadera esencia y convertir el ayurveda en una dieta de moda o una serie de tratamientos de spa?

Si lo creo... la estética es importante es una característica de la naturaleza, sin embargo no es la única y como he dicho, no solo debemos cuidar de la apariencia, también tenemos cualidades internas que debemos conocer y desarrollar y el ayurveda no es una dieta de moda o una serie de tratamientos de spa, es en primer lugar una medicina, es la ciencia de la vida en el sentido total.

Últimamente en India se está luchando por seguir mantener viva la esencia del yoga y el ayurveda, ¿Qué tipo de acciones se están llevando a cabo para mantener viva la tradición?

La European Yoga Federation, el World Movement for Yoga and Ayurveda, la International Yoga Confederation de Delhi y la the World Community

of Indian culture and Traditional Disciplines, organizan cada año en Bhopal, en el Madhya Pradesh, patrocinado por el Gobierno de la India, la Patanjali Week Celebration: una semana dedicada a la máxima autoridad del yoga clásico. Se está convenciendo a todas las escuelas de Yoga de todo el mundo, a celebrar esta semana en sus hogares y creo que esta es una iniciativa muy importante para el mundo del yoga.

¿Cuál es tu opinión acerca de los nuevos estilos de yoga como profesor y formador ?

En nuestro universo nada es estático... Yo personalmente prefiero el clásico... algunos nuevos estilos de yoga se pueden tener en cuenta, pero otros no tienen nada que ver con el verdadero yoga.

Este mes de noviembre sale a la venta tu tercer libro “ Ayurveda una Scienza per la salute” Háblanos acerca del libro...

Hace tres años empecé a escribir libros porque a mi edad, se siente el deber de dejar los conocimientos y experiencia de cada uno a los demás. El primer libro: La ciencia de la vida: el yoga y el ayurveda, presenta los conceptos básicos de estas disciplinas; el segundo titulado En el aliento el secreto de la vida, ofrece un completo sistema de reeducación de la respiración y el tercero: Ayurveda una ciencia para la salud: diagnóstico y terapia para todos, es un instrumento de auto-cuidado, que quiere enseñar a la gente a curarse a si mismos. En la introducción de mi tercer libro podéis leer: con las páginas de mi tercer libro dedicado a la salud y el bienestar a través del yoga y del ayurveda, me encantaría ser capaz de ofrecer a mis lectores, la información necesaria para que puedan aprender a manejar en gran parte de forma independiente, su salud, liberándose de la humillante dependencia causada por la falta de conocimiento.

Como amiga, permíteme que te pregunte, ¿Qué opinión te merece nuestra revista?

Me gusta mucho, ante todo porque se ocupa de las disciplinas que más me gustan y en segundo lugar porque toma en cuenta las dos juntas como en la tradición. Occidente las separa, pero son la misma cosa, como los dos lados de la misma moneda: el yoga es la versión metafísica y el ayurveda es la científica.