UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES

# YOGA Y RITUAL URBANO.
# EL CASO DE LA COLONIA ROMA NORTE
# DE LA CIUDAD DE MÉXICO

T E S I S

Que para obtener el título de:

**LICENCIADO EN SOCIOLOGÍA**

P R E S E N T A

**PÉREZ GONZÁLEZ RICARDO ANTONIO**

DIRECTOR DE LA TESIS:

**DR. ADRIÁN MUÑOZ GARCÍA**

Ciudad Universitaria, Ciudad de México, 2022

Universidad Nacional Autónoma de México
UNAM
Biblioteca Central
Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**
**Tesis Digitales**
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

# Agradecimientos

Este trabajo hubiera sido imposible sin el apoyo de mi mamá y mi papá: Margarita y Jorge. Siempre conté con ellos para lograr mis metas y objetivos, pero lo más importante es que me han dado el más lindo y tierno amor desde siempre. Queridos padre y madre: los quiero siempre uno más que ustedes. De la misma manera y con el mismo amor, agradezco a mis hermanos Omar y Diana, quienes siempre serán un ejemplo para mí. Les quiero mucho, hermanitos.

Gracias también a mis amigos: Coss, Uli, Ere, Pato y Suave, con quienes he compartido momentos irrepetibles. Es imposible olvidar los días o las noches en donde compartimos una caguama, platicamos y reímos de todo. Les quiero mucho. También agradezco a mis amigues de la facultad con quienes comencé este trabajo desde el mero inicio: Haza, Melissa, Sam, Emilio, Gina y Rolando. A pesar del poco tiempo que llevamos de conocernos, hemos podido compartir situaciones y circunstancias muy bonitas. Espero que siempre haya fiestas, reuniones y charlas donde podamos cotorrear hasta el amanecer. ¡Que chido que la sociología haya sido solo un pretexto para conocernos! Les quiero.

A Karina, un regalo del mar, que llegó cuando este trabajo ya estaba iniciado, pero me motivó y me ayudó en muchos momentos y circunstancias para poder finalizarlo. Tus ojitos son dos estrellas que brillan en mis días. Te quiero mucho, guapa.

A mi asesor Adrián Muñoz, quien siempre me brindó todas las facilidades y el apoyo desde el primer momento del proyecto. Gracias por su asesoría, por sus comentarios, por el conocimiento que me compartió y por confiar en mí desde el inicio del trabajo. A todas y todos los miembros del jurado por leer este trabajo y compartirme sus observaciones que fueron fundamentales para completar y concluir la investigación.

Finalmente, a mis entrevistadas y entrevistados, quienes fueron la piedra fundamental de la investigación y que sin ellos no hubiera podido realizarla.

Esta investigación fue realizada con el apoyo del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACyT) y el Colegio de México (COLMEX), bajo el proyecto CB-2017-2018-A1-S-10243-H-4452 titulado "Globalización, recepción y adaptaciones del yoga en México" coordinado por el Dr. Adrián Muñoz. Agradezco a las instituciones por la beca y el apoyo recibido.

# Índice

Introducción ..... 9
a. Presentación y justificación ..... 12
b. Definición de yoga ..... 14
c. Estrategia metodológica ..... 20

Capítulo I. Sobre las religiones en el escenario contemporáneo ..... 27
1.1 El sistema religioso ..... 29
1.1.1 Construyendo al sistema religioso ..... 29
1.1.2 Los elementos del sistema religioso ..... 34
1.2 El ritual como elemento esencial de las religiones ..... 39
1.2.1 Bases analíticas para comprender al ritual ..... 40
1.2.2 Los aspectos generales del ritual ..... 45
1.2.3 Las características del ritual ..... 48
1.2.4 El sentido del ritual ..... 56
1.3 Perspectiva global del escenario religioso contemporáneo ..... 61
1.3.1 El surgimiento de los nuevos movimientos religiosos ..... 62
1.3.2 El exotismo religioso ..... 68
1.3.3 La relación entre los creyentes y los NMR ..... 72
1.3.4 El panorama actual de los sistemas religiosos ..... 79

Capítulo II. Religión y yoga en América Latina ..... 83
2.1 Contexto general de la configuración religiosa ..... 85
2.1.1 El nuevo escenario religioso en América Latina ..... 85
2.2. El proceso de occidentalización del yoga ..... 93
2.2.1 Contexto de partida ..... 93
2.2.2 El yoga en occidente ..... 102
2.2.3 Claves para comprender al yoga transnacional anglófono ..... 107
2.3 Presencia del yoga en México y la Ciudad de México ..... 109

2.3.1 El movimiento New Age ..... 109
2.3.2 El yoga en América Latina ..... 119
2.3.3 El yoga en México ..... 124

Capítulo III. El yoga en la colonia Roma Norte ..... 129
3.1. La situación religiosa de la colonia Roma Norte ..... 130
3.1.1. La diversidad religiosa en la colonia Roma Norte ..... 131
3.2 Recintos religiosos y espirituales ..... 141
3.2.1 Centro Budista de la Ciudad de México ..... 141
3.2.2 Centro Cultural Aurobindo (CCA) ..... 146
3.2.3 Sociedad Cultural Yoga Devanand (SCYD) ..... 149
3.2.4 El Arte de Vivir (TAOL) ..... 153
3.3 Estudios de yoga ..... 157
3.3.1 Instituto de Desarrollo Humano "Yoga RAM" ..... 157
3.3.2 Paramani Yoga ..... 159
3.4. Gimnasios ..... 163
3.4.1 AEON CF Training ..... 163
3.4.2 Gimnasio Roma ..... 166
3.5 Otras instituciones ..... 169
3.5.1 Tres Cero Tres ..... 169
3.5.2 La Cueva del Yogui ..... 172

CAPÍTULO IV. La práctica del yoga en la colonia Roma Norte ..... 177
4.1 Conociendo a los sujetos de estudio ..... 178
4.1.1. Aspectos generales ..... 179
4.2 Los motivos, el tiempo y los estilos ..... 191
4.2.1 Los motivos por los que se acercaron a practicar yoga ..... 191
4.2.2 Los estilos practicados ..... 198
4.3 Entre el yoga y los practicantes ..... 203
4.3.1 Lo que conocen de la disciplina ..... 203
4.3.2 ¿Para ti qué significa el yoga? ..... 206
4.4 El yoga como religión y ritual ..... 211
4.4.1 Los cambios en la vida después de haber comenzado a practicar yoga ..... 211
4.4.2 El yoga como una forma de religión ..... 216
4.4.3 El yoga como una forma de ritual urbano contemporáneo ..... 221

Conclusiones ..... 225
Bibliografía ..... 233
Anexos ..... 237

*Holy! Holy! Holy! Holy! Holy! Holy! Holy! Holy!*
*Holy! Holy! Holy! Holy! Holy! Holy! Holy!*
*The world is holy! The soul is holy! The skin is holy!*
*The nose is holy! The tongue and cock and hand and*
*asshole holy!*
*Everything is holy! everybody's holy! everywhere is*
*holy! everyday is in eternity! Everyman's an angel!*
***- Footnote to Howl, Allen Ginsberg.***

# Introducción

Bien se sabe que en América Latina, el fenómeno de la religión ha sido un aspecto primordial de la dimensión social. Durante la época de la conquista, la iglesia católica funcionaba como la religión hegemónica, por lo que México y América Latina se construyeron socialmente bajo valores y perspectivas católicas. La interacción entre el catolicismo y las religiones anteriormente establecidas —conocidas como religiones prehispánicas[1]— provocó que el catolicismo latinoamericano se diferenciara del catolicismo europeo al sufrir un proceso de sincretismo a partir de la lucha por el territorio.

Una de las principales características de la globalización es la constante mercantilización de cualquier objeto a su alcance. La religión no pudo escapar de sus garras y debido también a la pluralidad y la diversidad religiosa, se construyó el mercado de religiones que introdujo a México una extensa variedad a escoger: budismo, hinduismo, judaísmo, islam, religiones del movimiento new age (MNA), entre otras. El mercado fue uno de las principales vehículos para la introducción de los nuevos movimientos religiosos (NMR), pero debemos recordar que no fue el único, sino que existen varias y variadas vías de acceso. Fue así como la Ciudad de México (CDMX) diversificó sus formas de creer, y de ser una ciudad hegemónicamente católica, se construyó una ciudad de diversidad y convivencia de religiones.

Si comparamos la situación religiosa de México en los últimos años con algunos países europeos como Inglaterra o España, podemos observar que en esos países la población de no creyentes y/o ateos representa una cuarta parte de la

[1] El concepto de prehispánico es euro-centrista porque se toma a la conquista de América como el parteaguas que instaló la civilización occidental en el continente. Por esta razón me opongo al concepto, pero lo utilizo para facilitar el entendimiento.

población (Office for National Statistics 2020; Centro de Investigaciones Sociológicas 2021), mientras que en el nuestro, esta población es mínima (https://www.inegi.org.mx/temas/religion/#Informacion_general); por lo que México y su capital continúan conteniendo población de creyentes. No obstante, las creencias no están establecidas en una sola religión, sino que existe una multirreligiosidad y diferentes formas de creer.

En la CDMX y específicamente en la colonia Roma Norte —región que me propongo a investigar—, funcionan recintos religiosos identificados con la religión cristiana, judía, católica y del MNA. Pero también existen otro tipo de manifestaciones religiosas como el budismo, y como ejemplo tenemos al Centro de Meditación Kadampa y al Centro Budista de la Ciudad de México (CBCM), institución que se inauguró hace aproximadamente treinta años y que incluye al yoga dentro de sus prácticas sagradas. Es necesario mencionar que no todas las órdenes budistas incluyen al yoga dentro de sus principios, pero la orden Triratna que lidera al centro sí lo hace, por lo que el aspecto sagrado permea a la disciplina.

El yoga es una práctica física y espiritual que responde al culto a recintos sagrados, figuras sagradas como Shiva, Parvati, Matsyendranath y Goraknath y acontecimientos históricos. Históricamente se le ha relacionado con un grupo de ascetas de India y sus límites territoriales, que tienen como objetivo la trascendencia espiritual. Se les vincula con esta disciplina porque en textos sagrados como las *Upanishads* y el *Rig Veda* se encuentran las primeras menciones de la práctica y son ellos quienes están involucrados con su práctica, además de que actualmente la continúan practicando con el objetivo de lograr tranquilidad mental y corporal. El estilo de yoga más popularizado en occidente es el hathayoga, que por su trabajo físico se le relaciona con la cultura física.

Históricamente, el budismo y el yoga han sido tradiciones que, por su contexto temporal y regional, han interactuado desde sus inicios. Es por esto por lo que se puede entender que en el CBCM, el yoga es una práctica de su sistema de expresiones sagradas, y su objetivo principal es que el individuo logre una meditación profunda de acuerdo con los planteamientos budistas al final de la sesión. A pesar de que este es el objetivo principal, muchos practicantes no buscan este fin, sino que lo practican de una manera utilitaria y pragmática a manera de terapia alternativa o *fitness*.

Uno de los objetivos de la tesis es demostrar que, contrario a lo que generalmente se piensa, el yoga es una práctica relacionada con la religiosidad y funciona como una forma de ritual contemporáneo de la religión personal de los practican-

tes. Es por esto por lo que menciono específicamente a recintos religiosos como el CBCM, el Centro Cultural Aurobindo, El Arte de Vivir y la Sociedad Cultural Yoga Devanand; pero existen otras instituciones dentro de los límites de la colonia Roma Norte donde también se practica yoga. La totalidad de estas se han dividido en cinco grupos: i) recintos religiosos y espirituales, ii) estudios de yoga, iii) gimnasios, y iv) otras instituciones.

Como acabo de mencionar, uno de los objetivos de la tesis es entender cómo se practica el yoga dentro de estas instituciones, por lo que es necesario analizarlo en tres niveles: i) el institucional: para conocer lo que entienden por yoga, así como los objetivos que buscan lograr; ii) el de los profesores, pues a partir de su formación en distintos estilos de yoga —desde hathayoga hasta estilos modernos como yoga-danza—, durante sus sesiones plantean principios que son retomados por los alumnos; y iii) el de los alumnos, quienes por distintos motivos se acercan a la práctica y muchas veces sus objetivos son diferentes a los propuestos por la institución o los profesores, lo que significa que su práctica se construye desde la individualidad.

Las dinámicas del bricolaje y las relaciones entre la disciplina y los practicantes son puntos clave para comprender esta individualidad. El yoga en occidente ha sido domesticado y expuesto de una manera utilitaria que provoca su pragmatismo y, a su vez, la separación de su matriz religiosa y cultural: el hinduismo y budismo de India. A partir de entrevistas a los alumnos, busco entender esta situación. Es lógico suponer que, debido a la negación de la matriz religiosa y cultural del yoga y su posterior domesticación, la disciplina llega a ser entendida bajo distintos principios, muchos de ellos influenciados por la religiosidad católica y valores modernos como belleza, salud y cultura del cuerpo. Esta lectura y entendimiento desde diferentes principios transforma el sentido de la práctica y justifica el acercamiento pragmático que tienen los practicantes.

Finalmente quisiera señalar un aspecto primordial de la tesis. Comencé, tanto la revisión documental, como la investigación etnográfica a mediados del 2019; pero a finales de ese mismo año se declaró la pandemia de coronavirus en muchos países del globo, principalmente de Europa y alcanzó a México a principios del 2020. Esto significó un fuerte retraso para mi investigación, pues la incertidumbre de cuándo terminaría el encierro me hizo pausarla y cuando posteriormente la retomé, en julio del 2020 mi familia y yo nos contagiamos del virus, lo que también implicó una interrupción. Por esta razón, este tesis, a pesar de que no trata del tema, está enmarcada en el periodo de pandemia.

## A. Presentación y justificación

Los estudios de la religión tienen sus orígenes en disciplinas como la historia, la sociología y la antropología, mismas que buscaban comprender el origen de lo que comúnmente se conoce como religión. El texto de *Las Formas Elementales de la Vida Religiosa* de Émile Durkheim, originalmente publicado en 1912, fue la obra que sintetizó estos estudios y le dotó de consistencia académica gracias a una de las principales tesis del autor: el hecho social. En un principio, estos estudios se enfocaron en las religiones tradicionales como catolicismo, cristianismo, hinduismo, budismo, judaísmo e islam; pero debido a la inexorabilidad de la sociedad que provoca cambios y transformaciones, el fenómeno de la religión también cambió y en las décadas de los 50s y 60s surgió un movimiento conocido como new age que reformuló el panorama y los investigadores comenzaron a analizarlo.

Estos cambios en el fenómeno religioso se debieron principalmente a la globalización, lo que permite que los NMR arriben a distintos y diversos territorios. Una de las prácticas más populares en el mundo occidental, que debe su popularidad a este fenómeno, es el yoga. Su impacto ha sido tan fuerte que ha provocado demasiados estudios sobre el caso. Autores como Tola & Dragonetti, Gavin Flood, Elizabeth De Michelis, Mark Singleton, Stuart Ray Sarbacker, Véronique Altglas, Adrián Muñoz, entre otros, han publicado distintos textos donde se profundiza sobre el tema desde distintas perspectivas que han ayudado a comprender ampliamente el fenómeno: sus orígenes, su occidentalización y su práctica actual. Es a partir de estos estudios que se construye la presente investigación.

Las preguntas que guían la investigación son ¿Cuáles fueron las vías por las cuales el yoga arribó a México? ¿Cuáles fueron las instituciones que vehicularon esta llegada? ¿Quiénes eran los líderes de estas instituciones y bajo qué objetivos se guiaban? ¿Quiénes fueron los primeros practicantes del yoga en el país y cómo fue que se acercaron a él? ¿Cómo se ha transformado la práctica desde su llegada hasta el momento actual? ¿Por qué en colonias como la Roma Norte es una de las prácticas más recurridas? ¿Cuáles son los estilos más practicadas en el país? ¿Cuáles son los principales motivos por los que se acercan los practicantes? A partir de estos cuestionamientos y la utilización de las herramientas conceptuales para entender el fenómeno, se busca iniciar la investigación.

Más allá de buscar una solución o corregir su práctica, se busca explicar cómo llegó al país y su estado actual. Es a partir de esta explicación que se busca aportar una nueva perspectiva a los estudios anteriormente mencionados: conocer los

individuos e instituciones que trajeron de la mano la disciplina a México, conocer la manera en que el yoga transnacional anglófono meditativo, postural y espiritual es practicado en el país, conocer las formas de adaptación que ha sufrido en el contexto mexicano, y conocer la percepción que tienen los practicantes sobre la disciplina; son los objetivos que busco lograr.

Estos objetivos responden a una investigación más amplia que actualmente se está desarrollando en México. Desde el 2007, en el Centro de Estudios de Asia y África (CEAA) del Colegio de México (COLMEX), el Dr. Adrián Muñoz ha trabajado el tema del yoga y ha puntualizado en aspectos como leyendas, mitos, recintos sagrados y comunidades de yoguis. Este trabajo se ha condensado en libros como *Radiografía del hathayoga* (2016) e *Historia mínima del yoga* (2019). Además de ser asesor de la presente investigación, ha comenzado un proyecto de investigación que lleva por nombre "Globalización, percepción y adaptaciones del Yoga en México" (2019), proyecto que busca entender las vías de acceso que ha tenido el yoga en América Latina para posteriormente entender su llegada a México y cómo se practica actualmente.

La presente investigación forma parte del proyecto y funciona como uno de los productos académicos que resultarán del mismo. Por esto es necesario reiterar el agradecimiento al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT), al COLMEX, a la UNAM y al doctor Adrián Muñoz por permitir que esta tesis formara parte de un proyecto más grande y de importancia crucial, no solo en América Latina, sino a nivel mundial debido a los temas en los que profundiza, mismos que son recurridos en distintas estancias académicas.

Es verdaderamente importante hacer la anotación que esta tesis se trabajó poco antes de que comenzara la emergencia sanitaria por COVID-19 en el país, lo que implicó que muchos objetivos que se tenían pensados desde el inicio, se vieran truncados por el encierro y la pandemia. Uno de ellos fue el trabajo etnográfico, el cual solo pude realizar un par de ocasiones dentro de las instituciones que investigué.

## B. Definición de yoga

El movimiento asceta surgió alrededor del siglo VI a.n.e en el territorio actual de la India. Tienen como objetivo principal romper relaciones con la vida social y las regiones urbanas en ánimos de lograr un estado espiritual prescindido del ego y de las posesiones materiales. Uno de los medios para lograr esto es a partir del despojo de la vanidad, por lo que mendigan sus alimentos, algunos visten un sencillo manto de color ocre y otros van desnudos, generalmente se cubren de cenizas y algunos tienen el cabello largo enmarañado y otros la cabeza rapada. Los objetos que poseen no rebasan un cántaro para beber agua, un plato para comida y una pipa —solo algunos de ellos consideran correcto fumar—. Además, debido a su forma de vida, tienen por norma no permanecer más de dos noches en el mismo pueblo, a menos que sea época de lluvia.

Quienes fueron los primeros ascetas se encontraban en un contexto de segregación de la tradición védica. Misma característica del dios Shiva, quien tiene sus características: pelo largo enmarañado y en la mayoría de las estampas se representa en postura de flor de loto. Por lo que algunas comunidades de ascetas veneran a este dios y/o a la diosa Kali. Practican la meditación y para logarla "se anima especialmente a los ascetas a que practiquen el yoga a fin de conseguir un estado de no acción, para aquietar el cuerpo, el aliento y, finalmente, la mente" (Flood 2008, 125). Gracias a que se alejan de las zonas urbanas, logran una meditación profunda beneficiándose del entorno natural y las pocas distracciones que ofrece. La forma típica de meditación es en la postura de padmasana[2], que comúnmente se le relaciona con el yoga.

No se tienen registros textuales exactos sobre la fecha en que surge este movimiento, pero la primera mención sobre personas con estas características se encuentra en un pasaje del *Rig Veda* (1500 a.n.e) donde se mencionan a individuos de cabellos largos con poderes sobrenaturales y que provocaban extrañeza. El contexto del movimiento asceta es el sistema védico, el cual se construye bajo el entendimiento de cuatro castas: 1) brahmanes (sacerdotes), 2) kshatriyas (guerreros), 3) vaishyas (agricultores y comerciantes), y 3) shudras (sirvientes). Pero, como se mencionó anteriormente, los ascetas buscaban romper relaciones con el mundo social y, por lo tanto, no eran considerados dentro de estas castas.

---

[2] Postura de flor de loto

Se reconocen dos principales comunidades de ascetas: kesins y vratyas. Los kesins eran los descritos en el Rig Veda y se creía que gracias al yoga y a venenos como el soma, podían alcanzar estados místicos. Al hacer uso de esta disciplina para alcanzar ciertos estados mentales y corporales, se le relaciona con las primeras experiencias de éxtasis religioso. Esta comunidad se identificaba con la divinidad de Rudra, quien fue el arquetipo para construir a la figura de Shiva, debido a su aspecto físico y su función fuera de los límites védicos. Por lo tanto, la comunidad puede ser entendida como un movimiento permeado por los aspectos espirituales debido al éxtasis religioso que experimentaban y por su identificación con Rudra,

Flood comenta que es "razonable suponer que los kesin representen una rama del ascetismo que se ubicaba al margen de la directriz principal de la cultura védica (de carácter ritual) y que probablemente constituyó una influencia notable en posteriores tradiciones de la renuncia al mundo; de hecho, el propio Buda, como el kesin, es denominado, muni." (Flood 2008, 107). A partir de estas hipótesis podemos detectar algunas relaciones entre los ascetas y las comunidades budistas que se estaban desarrollando, lo que implicaba interacción, convivencia y sincretismo entre ellas. No sería incorrecto suponer que el yoga fue una disciplina que retomaron algunas órdenes budistas, entre ellas la Triratna, debido al sincretismo religioso que se formó entre ambas comunidades.

La etimología de yoga proviene del sánscrito *yuj* que significa unir o juntar. Otras palabras sánscritas que también significan unión son yukti y yukta. En las Upanishads se utiliza el término yoga en sentido técnico, pero en general obtiene dos significados principales: como sometimiento de los sentidos y la unión entre sentimientos y mente. En la Maitrayaniya Upanishad —un libro que conforma a las Upanishads— se menciona como una práctica estructurada por seis partes que tiene por objetivo la unión de la mente con los sentidos. En otro libro de las Upanishads: Katha Upanishad, se menciona que: "debes saber que el atmas es quien viaja en el carro y el cuerpo es el carro, el entendimiento (buddhi) el auriga y la mente (manas) las riendas. Dicen que los sentidos (indriya) son los caballos y los objetos de los sentidos son su campo de acción. Dicen los sabios que el atman unido a los sentidos y la mente es el que goza" (de Palma 2011, 128).

Esta es la parábola del carro que busca explicar que el yoga funciona como las riendas de los caballos, siendo estos los sentidos y el auriga el yo. Por su parte, el Yoga Upanishad, en la sección Yogatattva "describe cuatro tipos de yoga: el mantrayoga, que se basa en la repetición de mantras; el lajyoga, que busca la disolución simbólica del cosmos dentro del cuerpo y el surgimiento de una energía corporal

conocida como kundalini; el hathayoga, el yoga de la fuerza, que utiliza una diversidad de posturas, el control de la respiración, las visualizaciones luminosas y el sonido interior; y el rajayoga (<<real>> o simplemente <<el mejor>>, que es el sistema clásico de Patáñjali)" (Flood 2008, 127–28).

En el Bhagavad Gita se dedica el capítulo VI a esta disciplina y se mencionan sus tres frases: conocimiento (jnana), acción (karma) y amor (bhakti). De manera similar, el Yajur Veda, un libro de los Vedas, plantea seis partes: respiración, desapego de los sentidos, meditación, concentración, argumentación y absorción. El Yogasutra (II–IV n.e) de Patáñjali es el texto donde el yoga adquiere un significado de práctica. Las investigaciones al respecto señalan que su autor vivió entre el 300 y el 500 d.n.e. Es el primer texto enfocado a la disciplina y donde se le define como "la completa cesación de las modificaciones de la mente" (León Herrera 1977, 35). Su trabajo consistió en sistematizar la práctica y exponer comentarios de corte filosófico sobre la misma.

El autor plantea ocho fases para llegar al conocimiento: i) Yama: Admisiones, ii) Niyama: Prohibiciones, iii) Ásana[3]: Postura cómoda, iv) Pranayama[4]: Respirar controladamente, v) Pratyahara: Retraer los sentidos propios y eliminar las distracciones externas, vi) Dharana: Concentración, vii) Dhyana: Meditación, y viii) Samadhi: Estado que se busca lograr que, además de seguir los ocho pasos, es necesaria la forma de vida ascética, estudios de literatura védica y encomendación. En este caso la encomendación sería hacia un señor que sería el encargado de ayudar al yogui a desprenderse de los elementos materiales. pero no es necesario rendirle algún tipo de culto. También menciona que el yogui desarrollará poderes: i) Anima: Pequeñez, ii) Mahima: Ligereza, iii) Lahima: Pesadez, iv) Garima: Gigantismo, v) Prapti: Atracción, vi) Pragamya: Control de los elementos naturales, vii) Ishitva: Imposición sobre los demás, viii) Vashitva: Estado de éntasis. Estos poderes no se lograrán inmediatamente, sino que es un resultado a largo plazo y gracias a la práctica constante y exhaustiva.

Un estilo de yoga del que se tiene registro gracias a una extensa literatura es el hathayoga. Es entendido como el yoga del esfuerzo, por lo tanto, es principalmente físico en comparación con el rajayoga que es principalmente meditativo. Propone la práctica de *ásanas* y pranayama con el fin de alcanzar una liberación en

[3] Ásana es un concepto acuñado en sánscrito, pero a lo largo de esta investigación lo usaremos ya castellanizado para referirnos a las posturas que se realizan durante la sesión de yoga.

[4] Lo mismo sucede con pranayama, por lo que se utilizara desde el castellano.

vida —jiranmukti— y poder lograr un estado de perfección. Según el *Goraksha-shataka*, las cuatro fases del hathayoga son: i) Ásanas, ii) Pranayama, iii) Mudras (posturas con las manos), y iv) Siddhi (estado de perfección). Este yoga fue desarrollado ampliamente por la escuela nath en el "siglo IX d.C. [...] cuyos orígenes se remontan al hombre santo Matsyendranath, venerado también en el budismo, y su discípulo Gorakhnath (fechables entre los siglos IX y XIII d.C)" (Flood 2008, 129). Además de estos dos seres espirituales, también le rinden culto a Shiva y —algunos de ellos— a Parvati, quien en algunos textos figura como su esposa.

Matsyendranath, según las leyendas, se crea en una situación donde Shiva le comenta a Parvati que le quiere compartir algunos conocimientos acerca del yoga y la verdad, pero debido a que eran secretos, era necesario que se apartaran a un lugar donde nadie pudiera escucharlos. Por esta razón se dirigen a una isla a la mitad del océano donde Shiva comienza a hablar, pero se extiende tanto que Parvati cae en sueño y deja de escucharlo. Cuando Shiva termina de charlar ve a Parvati dormida y se molesta, pues al parecer, nadie le había escuchado. Pero al demostrar su molestia al respecto, una voz surgida de un pez le contesta comentándole que sí había sido escuchado. Matsyendranath había sido devorado por un pez, pero como escuchó a Shiva, le coincidió el deseo de salir y comenzó con una práctica ascética que muy pronto conseguiría discípulos como Goraknath.

Goraknath, según varios textos, es el fundador del movimiento de nathyoguis en India, una comuna de ascetas dedicada a la meditación y al hathayoga. Al igual que los yoguis del rajayoga que describe Patáñjali, los nathyoguis desarrollan poderes, pero contrario a los planteamientos del rajayoga, estos poderes pueden ser demostrados ante la sociedad. El objetivo del hathayoga es el siddhi, es decir, la creación de un cuerpo perfecto. Algunas prácticas de este estilo exigen prácticas físicas complicadas como controlar fluidos del cuerpo como el alimento, el pensamiento y el semen. Como podemos observar, este estilo está inclinado hacia la corporalidad, mientras que el rajayoga se enfoca en la meditación y la espiritualidad.

Estos dos estilos de yoga fueron los pilares para construir al yoga en la modernidad, por lo tanto, es necesario esquematizarlas y señalar las diferencias y similitudes entre ellas. Para el rajayoga, en el Yogasutra se menciona solamente una postura: la *ásana*[5]; mientras que el hathayoga desarrolla una serie de *ásanas* con

[5] Postura de flor de loto.

las cuales trabajará el yogui como balasana[6], virabhadrasana[7], vrksasana[8] , marjariasana[9], gomukhasana[10]. La meditación profunda es el objetivo del rajayoga, mientras que para el hathayoga es la ejecución correcta de las ásanas que llevarán al siddhi. Cada uno de ellos se fundamenta en distintas escuelas filosóficas: el rajayoga retoma planteamientos de la doctrina samkhya, mientras que el hathayoga se basa en los sistemas del vedanta y tantrismo; señalar esto es importante porque caracteriza los fines que cada uno tiene.

El rajayoga "lo que pretende conseguir en el trance es el aislamiento (kaivalaya) del espíritu (purusha) frente a la materia (prakiti)" (Tola y Dragonetti 1978, 57), mientras que el hathayoga busca "alcanzar la identificación del principio espiritual individual (atman) con el principio espiritual universal (brahmán)" (Tola y Dragonetti 1978, 57). En un sutra, Patáñjali menciona que se recomienda una encomendación hacia un señor, entendido como un ser espiritual, que guiará al yogui en su proceso de vida ascética; por otra parte, el hathayoga está relacionado con el culto a Shiva, Matsyendranath y Gorakhnath. El planteamiento de Patáñjali sobre la encomendación, no está desarrollado, pero lo puntual es la encomendación.

Finalmente, según Patáñjali, el rajayoga creará poderes mágicos en el yogui; mientras que en el hathayoga se considera que, durante todo el proceso, los poderes mágicos están presentes en las posturas o respiraciones ejecutadas. Los indólogos Tola & Dragonetti, comentan que: "el hathayoga da la impresión, que de ninguna manera da el rajayoga, de ser un sistema de profilaxis y terapéutica médicas, destinado a mantener el cuerpo en buen estado de salud y a curar todo tipo de enfermedades" (Tola y Dragonetti 1978, 36). Es por esto por lo que debemos tener en cuenta al hathayoga, porque durante la occidentalización, muchos personajes e instituciones se sirvieron de su aspecto secular de posturas físicas para popularizarlo en distintos contextos y comenzó a funcionar como un sistema de ejercicios físicos similar a la terapia alternativa.

Es así como definiré al yoga como una práctica física y espiritual que tiene orígenes religiosos, que se debieron principalmente al movimiento asceta de India y estaban relacionados al culto de distintas deidades como Rudra, Shiva, Kali y Parvati. Pero que en el contexto contemporáneo responde a valores occidentales debido a su proceso de universalización en el que adquirió distintas concepciones

[6] Postura del niño.
[7] Postura del guerrero.
[8] Postura del árbol.
[9] Postura del gato.
[10] Postura de la vaca.

como salud, belleza, cultura al cuerpo y espiritualidad, pero de una manera individual y domesticada. Es así como actualmente tiene una concepción principalmente física, pero no se eliminan por completo sus aspectos espirituales que sirven como base para que los practicantes construyan sus religión personal.

## C. Estrategia metodológica

El trabajo de campo etnográfico suele asociarse principalmente con la antropología y el estudio de culturas exóticas o no-occidentales. Los primeros estudios etnográficos se realizaron por Alfred C. Haddon en 1888 y demuestran que uno de los principales objetivos de la antropología eran las relaciones de parentesco y la genealogía; intereses que estuvieron fuertemente influenciados por los dos paradigmas científicos existentes en el siglo XIX: el evolucionismo y difusionismo. Franz Boas y Bronislaw Malinowsky son considerados como los pioneros de las investigaciones etnográficas, mismas que se realizaron a finales del siglo XIX y principios del siglo XX. Entre 1910 y 1920 A. R. Radcliffe-Brown también realizó investigaciones etnográficas, pero desde la escuela funcionalista, la cual consideraba que todas las partes de la sociedad debían ser analizadas a profundidad porque cada una cumplía una función en la totalidad de la sociedad.

El trabajo de Malinowsky se dio a conocer gracias a su texto *Los argonautas del pacifico occidental* (1922), en el que diferencia radicalmente entre la descripción y la explicación. Consideraba que era necesario superar el análisis de la sociedad en términos de estadística y rutinas cotidianas, por lo que propuso explicar las actividades de la comunidad mediante el punto de vista del nativo o de quien las realiza. Una de sus principales aportaciones es la presencia directa del investigador en el campo, donde la información ayudaría a diferenciar entre la cultura ideal y la cultura real; es decir, entre lo que la gente dice que hace y lo que la gente realmente hace. Bajo estos preceptos también buscaba comprender la vida cotidiana de la comunidad.

Por otro lado, en Estados Unidos, específicamente en la escuela de Chicago, Robert E. Park y W.I Thomas, iniciaron el trabajo de campo etnográfico en su país, pero aplicaron la metodología en comunidades segregadas de la ciudad como drogadictos, homosexuales, prostitutas y delincuentes. A pesar de que la escuela de Chicago fue pionera en los estudios etnográficos en Estados Unidos, Margaret Mead de la Universidad de Columbia, quien escribió el texto de *Adolescencia, sexo y cultura en Samoa* (1928), fue pieza fundamental para el desarrollo del trabajo de campo en el continente americano.

La observación, elemento primordial del trabajo de campo, consiste en mirar todo lo posible y participar medianamente en las actividades de la población; y su objetivo principal es que el investigador pueda describir detalladamente lo sucedido. Por otra parte, si consideramos a la participación como prioritaria en el trabajo

de campo, el fin será integrarse en las actividades de la comunidad y observar mientras se participa. La disyuntiva obvia es que: entre más participación hay, menos oportunidad se tiene de observar; y entre más observa menos se participa.

La escuela positivista se inclina hacia la observación directa sin participación, porque considera que la población de estudio se transforma con la incidencia del investigador en sus actividades cotidianas y porque consideran que la observación participante solo es necesaria cuando el registro de datos lo exige. En cambio, la escuela naturalista considera que los marcos de sentido de la sociedad solamente pueden ser entendidos desde la socialización y al aprendizaje de sus actividades, por lo que prefieren la participación observante porque evita mediaciones y expone al investigador a la realidad en toda su complejidad. Como se puede observar, estas dos posturas discuten sobre la relación entre el investigador y la comunidad de estudio: separación (observación) e involucramiento (participación).

Las tensiones entre los dos pilares de la investigación etnográfica —observar y participar— demuestran que, a pesar de ser una de las metodologías más útiles para acercarse a la realidad, existen obstáculos dentro del trabajo de campo: ¿En qué grado se debe observar y en qué grado se debe participar? Por esto, "la observación participante permite recordar, en todo momento, que se participa para observar y que se observa para participar; esto es, que involucramiento e investigación no son opuestos sino partes de un mismo proceso de conocimiento social" (Guber 2011, 57). Es decir, que ambos factores de la investigación deben articularse para construir la teoría junto con la realidad social de una manera más cercana y concreta.

La exclusividad de la observación como lo plantea la postura positivista provoca algunas dudas al respecto. Rosana Guber comenta que es difícil que la observación siempre sea neutral, pues en el momento de la interacción entre individuos aparecen intereses entre ellos, además de que el investigador ya ha establecido previamente ciertos intereses con ciertos individuos. De esta manera es inevitable que los pobladores obren de manera diferente mientras el investigador se encuentre en el campo, por lo que es necesario señalar que la observación implica cierto grado de participación. La participación tiene tres acepciones: i) comportarse según las pautas individuales, ii) comportarse imitando las conductas a partir de la observación en campo, y iii) comportarse según las pautas del grupo de estudio. Si se pone en práctica la tercera acepción, el investigador recurrentemente realizará errores de sentido y conducta, pero esto es útil porque resalta los marcos de sentido de los pobladores.

Se considera como participante-observador cuando el investigador realiza distintas actividades estableciendo anteriormente sus objetivos en torno a la investigación. Y se entiende por observador-participante, al investigador que busca primordialmente observar, pero participa en actividades que son imposibles de evadir. Estas formas en las que se resalta una actividad frente a la otra dan cuenta de que no pueden realizarse por separado, y que la observación pura es un ideal de la observación en campo. Para esta investigación tengo como objetivo que durante las sesiones de yoga se establezca una principal postura de observación, es decir que estableceré mi rol como investigador desde el primer momento, aunque si soy invitado a tomar alguna clase, optaré por una postura de participante-observador poniendo principal atención en lo comentado por los alumnos y los profesores durante las sesiones.

En relación con la entrevista, James Spradley la define como: "una estrategia para hacer que la gente hable sobre lo que sabe, piensa y cree" (Spradley citado en Guber 2011, 69). Es un encuentro de reflexividades desde donde se comparte una forma de reflexividad; también es el encuentro entre alguien que interroga y alguien que responde, que resulta en el intercambio de discursos sobre hechos externos a la situación; y por último: el encuentro de dos individuos con marcos de referencia y entendimientos distintos, es por esta razón que entre individuos de la misma sociedad el mismo lenguaje facilita la comunicación, mientras que entre individuos de distintas sociedades, los significados pueden complicarse. Su validez radica en obtener información que pueda ser verificable y sin incidencias subjetivas del investigador o mentiras del entrevistado. Dentro de la gran variedad de tipos de entrevistas (preestablecidas, semi-estructuradas, clínicas, etcétera) existe también la entrevista antropológica o etnográfica, también conocida como entrevista informal o no directiva.

La entrevista no directiva suele surgir a partir de una charla o un encuentro espontáneo entre individuos, las preguntas no prestablecidas surgidas en estos contextos le facilitarían al entrevistado la exposición de temáticas más espontáneas y significativas. La no directividad permite que el entrevistado y el entrevistador conozcan paulatinamente cada una de sus reflexividades, es decir, los marcos de sentido desde donde construyen significados. Similar a los procedimientos psicoanalistas, en la entrevista no directiva, se busca que el entrevistado deje fluir sus pensamientos inconscientes y conocer la manera en que los informantes conciben y viven determinadas situaciones.

Acerca de las diferencias entre la entrevista estructurada y la entrevista no directiva, la etnógrafa argentina comenta lo siguiente: "En las entrevistas estructuradas, el investigador formula las preguntas y solicita al entrevistado que se subordine a su concepción de entrevista, a su dinámica, a su cuestionario y a sus categorías. En las entrevistas no dirigidas, en cambio, el entrevistador está atento a los indicios que provee el informante, para descubrir, a partir de ellos, los accesos a su universo cultural" (Guber 2011, 75). En fin, uno de los objetivos de la entrevista no dirigida es que la discusión entre los individuos se adapte a los términos de los informantes.

Los tres elementos de la entrevista no dirigida son: i) la atención flotante del investigador, ii) la asociación libre del informante, iii) y la categorización diferida del investigador. La atención flotante refiere a que el investigador debe escuchar con atención lo expresado por el informante sin privilegiar un tema en particular, esto implica que el informante sea quien exprese más durante la entrevista, mientras el investigador se limita a hacer algunas preguntas o mínimas participaciones. La búsqueda se dirige entonces al entendimiento de temas y conceptos que expresan los individuos en asociación libre. Poco de lo que se exprese en ese momento quedará claro para el investigador, pero esa información servirá de guía para conocer el camino que se recorrerá y en un momento se logrará conocer coherentemente lo buscado por el investigador, a esto refiere la categorización diferida del investigador.

Gracias a la entrevista, podemos dejar que el informante construya el significado y su sentido a partir de las preguntas expresadas y las respuestas que no serán intervenidas por el investigador. La entrevista funciona como técnica de investigación, pero supera lo pragmático porque ayuda a comprender una parte importante de nuestro objeto de estudio: los motivos de los entrevistados para practicar yoga. Debido a que los motivos son un elemento completamente subjetivo, las entrevistan nos ayudan a comprender, desde sí mismos, estas razones.

En un primer momento, estas razones inciden en el practicante para acercarse al yoga, pero posteriormente, y también es objeto de nuestra investigación, el individuo comienza a dotarle de sentido subjetivo a la práctica. Es claro que este sentido puede que esté influido por sus motivos, pero también por los principios y enseñanzas que tengan las instituciones. Es por ello por lo que también se realizarán entrevistas a los directores y profesores de las instituciones, con el objetivo de comprender estos niveles de entendimiento y en qué manera inciden dentro del sentido que el practicante le otorga a la disciplina.

Es necesario de subrayar que una de las principales razones por las que en esta investigación se realizan entrevistas es para comprender intrínsecamente los motivos y sentidos de los practicantes —siguiendo la línea de entendimiento de Durkheim respecto a las prenociones y juicios de valores—. De esta manera, al no intervenir en lo expresado por los entrevistados, mis juicios y prenociones no incidirán dentro de sus respuestas. La técnica de la entrevista hace a un lado mis prenociones, pues debido a la investigación que realizó anteriormente, puede que llegue a defender alguna postura. La entrevista implica que el investigador respete lo que el informante expresó sinceramente: sus pensamientos, sentimientos, emociones, confesiones, declaraciones y planteamientos.

La primera parte de las entrevistas fue la "hoja de datos generales". Su objetivo era conocer a los sujetos de estudio. La hoja constaba de 12 preguntas sobre la edad, el año de nacimiento, el sexo, la nacionalidad, el estado civil, la religión, la escolaridad, el empleo, con quién vive, si tiene hijos o no, el estado de salud y el ingreso mensual. El periodo en el que apliqué las entrevistas fue del 7 de junio de 2020 al 30 de julio del 2021. La gran mayoría se realizaron mediante videollamada por la plataforma de Zoom y solo realicé una de manera presencial porque coincidí con entrevistado cerca de la colonia Roma Norte. En la sección de anexos adjunto una copia de la hoja de datos generales que contestaron todos los entrevistados.

La segunda parte de las entrevistas fueron las preguntas abiertas sobre la manera en que practicaban yoga los entrevistados y fueron divididas en tres grupos poblacionales: i) entrevista a directores, ii) entrevista a profesores y iii) entrevista a practicantes/alumnos. Estas preguntas trataban generalmente sobre los motivos de los entrevistados para practicar yoga, el tiempo que lo han practicado, los estilos de yoga que practican y/o han practicado, si consideran que su práctica es una suerte de ritual, sobre cambios en la vida cotidiana de los practicantes surgidos a partir del yoga, el conocimiento general que tenían sobre ella, si habían practicado algún estilo del *neoyoga* y qué significaba para ellos el yoga.

El objetivo de las entrevistas era conocer la manera en que los practicantes se relacionaban con la disciplina, teniendo en cuenta que, como lo menciona Véronique Altglas, en muchas ocasiones, las relaciones entre el yoga y el practicante implica actitudes de molestia y rechazo, especialmente en los aspectos religiosos. También tenían como fin descubrir si su práctica, a pesar de estas relaciones, podía ser entendida como un tipo de ritual, bajo la idea de que el ritual es una acti-

vidad diferenciada que comunica un mensaje específico. Por lo tanto, el siguiente fin era conocer cuál era ese mensaje.

La estrategia para las entrevistas fue acércame en un primer momento a las instituciones para poder conocer a los directores y los profesores de yoga, a quienes después les pedí amablemente el contacto de los practicantes que tuvieran el interés de participar en las entrevistas. Al principio tenía en cuenta mínimo cinco practicantes por institución, pero se redujeron radicalmente el número de entrevistados porque algunas instituciones cerraron, otras suspendieron las clases —como el caso de los gimnasios que pararon sus actividades por decreto oficial— o algunos practicantes dejaron de asistir a clases porque no empataban con la modalidad online que habían adoptado las escuelas.

Por estas razones solamente pude realizar cuarenta y dos entrevistas contando a los directores de las instituciones —son diez instituciones, pero no pude entrevistar a Upekshamati, director del CBCM—, los profesores de yoga —uno por institución, pero en el caso del CCA hubieron tres profesores, al igual que en TAOL donde me permitieron entrevistar a dos— y diecinueve practicantes —cuatro del CBCM, seis del CCA, una de la SCYD, una de TAOL, dos de Yoga RAM, una de Paramani, uno de AEON, una del Gimnasio Condesa, una de Tres Cero Tres y uno de La Cueva del Yogui—. De igual manera, en la sección de anexos adjunto una serie de tablas sobre algunos datos de los entrevistados.

# Capítulo I

# Sobre las religiones en el escenario contemporáneo

Este capítulo tiene por objetivo definir al sistema religioso porque se utilizará para abordar nuestro tema principal: el yoga en el contexto contemporáneo. Según lo señalado por Durkheim, los principales elementos que conforman a este sistema son: creencias y representaciones, una propuesta ética, organización comúnmente llamada iglesia y una serie de expresiones o prácticas sagradas. Nos detendremos a analizar con detalle este último elemento, tratando de definirlo por sí mismo y diferenciándolo de otras formas de práctica religiosa como el culto, o bien, de otras formar similares pero seculares como la actuación y el espectáculo.

La propuesta analítica que nutre al estudio de la sociología de las religiones es la de Francios Houtart, quien considera que cada uno de estos elementos que construye al sistema de religiones son a su vez, sistemas propios: sistema de representaciones, sistema de ética, sistema de organización religiosa y sistema de expresiones religiosas o prácticas sagradas. Se analizarán cada uno de estos sistemas, pero profundizaremos en el sistema de prácticas sagradas con el objetivo de detectar su estructura y su función dentro del sistema y para la religión en general. Habiendo tomado en cuenta al concepto, se proseguirá a definirlo ayudándonos con los señalamientos que Roy Rappaport y Catherine Bell hacen al respecto.

Mientras que Rappaport considera que el ritual es fundamentalmente una acción ordenada que funciona como el medio más adecuado para comunicar ciertos mensajes, crea comunidad y que tiene como característica principal a la repetición; Bell señala que las actividades ritualizadas son acciones con características particulares, definidas por el individuo, diferenciadas de las demás. Estas mismas definiciones nos ayudarán al concebir al yoga como un ritual urbano dentro del contexto contemporáneo.

Por último, con base en los planteamientos de Peter Clarke y Véronique Altglas, aterrizaremos el tema de la religión en el contexto contemporáneo y los fenómenos que acarrea esta situación: los nuevos movimientos religiosos (NMR), el movimiento new age (MNA), el exotismo religioso y las lógicas del bricolaje. A partir de este análisis, podremos, por una parte, comprender cómo llegó el yoga a occidente y qué dinámicas se construyeron a partir de esta relación entre el yoga y los nuevos practicantes con relación a su religión y a su malestar cultural. Misma situación que, como se planteará más adelante, es muy similar a la de México y la colonia Roma Norte.

Se intentará hacer dialogar a los autores en ánimos de establecer, con base en sus planteamientos, definiciones del ritual y a la religión para que nos sean útiles para poder analizar el fenómeno contemporáneo del yoga en la colonia Roma Norte, es decir: la práctica del yoga como una forma de ritual individual y urbano. Al establecer una definición de religión y ritual, trataremos de analizar a la práctica del yoga con base en esta perspectiva, pues una de las principales hipótesis que construyen el arco argumentativo de esta tesis es que actualmente, el yoga funciona como un ritual que tiene tanto características religiosas y seculares: religiosas porque bastantes practicantes afirman que su práctica del yoga los acerca a la espiritualidad, mientras que otros lo consideran simplemente como un deporte.

## 1.1 El sistema religioso

Émile Durkheim, filósofo francés considerado como el fundador de la sociología por su análisis estructural de la sociedad, considera que las religiones corresponden constantemente a la realidad que conocemos: a la naturaleza y el sistema de organización social. De ser contrario, se hubieran construido a partir del error, lo que es imposible porque de esta manera, no hubieran podido perdurar hasta la actualidad. También señala que "no hay pues, en el fondo, religiones falsas. A su manera todas son verdaderas, todas responden, si bien de formas diferentes, a condiciones dadas de la existencia humana" (Durkheim 2012, 56)

Debemos recordar que el autor acuñó y utilizó en sus estudios el concepto de "hecho social" como herramienta conceptual para comprender a las sociedades y grupos organizados. Los hechos sociales son "modos de actuar, de pensar y de sentir, exteriores al individuo, y están dotados de un poder de coacción en virtud del cual se imponen sobre él" (Durkheim 1997, 40–41). Por lo tanto, el autor concibió a las religiones como hechos sociales porque son construcciones sociales que inciden en la forma de pensar y actual de los seguidores y fieles.

En su texto *Las reglas del método sociológico* (1895; 2012), además de definir el concepto de hecho social, explica que es necesario abordarlos sin prejuicios, es decir: sin un bagaje de información previo que pueda deformar el entendimiento sobre el tema de estudio. Entre estos hechos sociales se encuentra el hecho social religioso, mismo que estudiará posteriormente en su cuarta obra *Las formas elementales de la vida religiosa* (1912; 2012).

El objetivo general al que busca llegar en este texto es encontrar la religión más simple, la cual se encuentra en las sociedades primitivas y contiene características propias explicadas sin la necesidad de referirse a una religión anterior. Además de este objetivo general, también se propone encontrar las características que comparten todas las religiones, en ánimos de comprender los elementos esenciales de la vida religiosa.

### 1.1.1 Construyendo al sistema religioso

Comúnmente se llega a creer que los fenómenos naturales son motivos que provocan el sentimiento religioso: la creación de los dioses y, por lo tanto, la fundación de una religión estructurada; como si la religión funcionara como especulación sobre lo misterioso. Es así que se entiende por sobrenatural a situaciones que rebasan nuestro entendimiento. Siguiendo esta lógica, lo sobrenatural es lo contrario

al orden natural y a las leyes establecidas; de esta manera, los hechos sobrenaturales se entenderían como milagros no concebibles y sucesos extranaturales.

Durkheim critica esta postura argumentando que "las concepciones religiosas tienen por objeto expresar y explicar no lo excepcional y anormal que hay en las cosas sino, por lo contrario, lo que en ellos hay de regular y constante" (Durkheim 2012, 82). Un ejemplo que menciona sobre esta postura son los dioses, quienes tienen el objetivo de mantener el curso natural de la vida más no de interrumpirlo. Esta definición nos ayudará en nuestro posterior análisis porque, aunque algunos practicantes de yoga —principalmente los que tienen relación con las creencias budistas (el óctuple sendero)— rindan culto a dioses como Buda, otros practicantes también creen en otros seres espirituales que no son estrictamente dioses.

Estas figuras o entes a las que se rinde culto en una religión no son estrictamente dioses, por este motivo, Durkheim prefiere llamarlos seres espirituales; en sus palabras: "sujetos conscientes dotados de poderes superiores a los que posee el común de los hombres; clasificación que conviene entonces a las almas de los muertos, a los genios, a los demonios, así como a divinidades propiamente dichas" (Durkheim 2012, 83). Los seres espirituales generalmente son caracterizados como entes conscientes, lo que implica que puede haber comunicación entre ellos y el creyente. Esto significa que la función de la religión sería mediar la relación entre estos dos agentes mediante plegarias, sacrificios, ritos, entre otra serie de actividades litúrgicas.

Es bien conocido que el budismo no rinde culto a un único dios creador, omnisciente, eterno y causa eficiente del universo, como en el caso de la tradición judeocristiana; por esta razón, el autor se detiene para explicar por qué esta religión es considerada de esta manera, a pesar de su supuesto ateísmo[11]. Explica que, aunque no los dioses del budismo no cumplen con la misma función como el dios cristiano, se plantea un sistema de creencias sagradas: el noble óctuple sendero.

Esta religión tampoco niega la existencia de dioses, pero les son indiferentes, su interés reside en la eliminación del sufrimiento y la salvación del individuo: el nirvana. Durkheim comenta que "cierto es que el Buda, por lo menos en ciertas divisiones de la iglesia búdica, han acabado considerándolo como una especie de dios" (Durkheim 2012, 85). Es lógico suponer que esta situación se debió a

[11] Menciono supuesto porque existen diversidad de dioses, demonios y seres espirituales en el budismo, pero su panteón de dioses se diferencia del dios judeocristiano porque el dios creador del budismo no cumple con la misma función que el dios creador de la tradición judeocristiana.

que, el despertar del Buda significó la obtención de facultades sobrenaturales, lo que supone que es una forma similar a la de un dios en el extenso sentido de la palabra, además de otras razones posteriores: i) se les prohíbe a los budistas laicos tener relaciones sexuales frente a alguna figura del Buda —esto no aplica para los monjes debido a su voto de castidad—, ii) la consagración de imágenes de budas a partir de la recitación de ciertas oraciones sobre su vida, entre otra serie de acciones sagradas.

Aunque persiste la concepción del Buda como el hombre que alcanzó la iluminación debido a las virtudes singulares que se le confieren, también llega a ser considerado como un hombre excepcional. Siguiendo la idea de que los seres espirituales son conscientes y por tanto, la religión funcionaría como mediadora entre ellos y el creyente, el Buda no podría ser un dios, pues reside en el nirvana y esto implica que no pueda ni comunicarse con sus seguidores, ni incidir en sus vidas.

El sistema brahmánico del que surge el budismo sentó las bases para que, tanto esta religión como el jainismo[12], se construyeran como religiones ateas, pues el sistema considera que el brahmán (sacerdote) está demasiado alejado del terreno del hombre y no tiene acción sobre él y, por lo tanto, la salvación recae únicamente sobre la acción del hombre. Durkheim señala que "el budismo, en efecto, consiste ante todo en la noción de salvación y tal cosa únicamente supone el conocimiento de la buena doctrina y su práctica" (Durkheim 2012, 86).

Justo como se hizo explicito con el ejemplo del budismo, existen sistemas religiosos que pueden no rendir culto a seres espirituales. Por esta razón "la religión rebasa pues la idea de dioses o de espíritus y por tanto, no puede definirse exclusivamente en función de esta última" (Durkheim 2012, 89). De esta manera, las primeras características que el autor considera como esenciales de las religiones son los rituales y las creencias. El ejemplo del budismo nos muestra que una religión solamente necesita de una serie de elementos considerados como sagrados a los cuales rendir culto. Al conjunto de elementos sagrados se les conoce como sistema de creencias. El autor señala que las creencias son "representaciones que expresan la naturaleza de las cosas sagradas y las relaciones que mantienen ya sea unas con otras, ya sea con las cosas profanas" (Durkheim 2012, 94).

---

[12] El jainismo es una religión originada en la India alrededor del siglo VI y comparte muchas características con el budismo. Una de estas es el nulo culto a un dios y su interés en la salvación del creyente, que en este caso, en vez de ser el nirvana, es el moksha.

### *1.1.1.1. Sagrado y profano*

Todas las religiones comparten la idea de que lo sagrado es lo ideal y trascendente, mientras que lo profano es la carencia de sentido religioso. Los elementos sagrados son protegidos por las interdicciones, mientras que a los elementos profanos se les aplican ciertas prohibiciones y se les mantiene alejados. Estos dos mundos —el sagrado y el profano—, son heterogéneos y carentes de compatibilidad, pero hay situaciones en las que llegan a relacionarse. Los rituales de iniciación son ejemplo de esto, porque en este tipo de rituales, el individuo realiza una serie de acciones con el objetivo de abandonar lo profano e iniciarse en el mundo sagrado.

El ascetismo yóguico —cuestión que se abordó anteriormente— tiene por objetivo eliminar las interacciones entre los ascetas y las grupos sociales con el fin de que el individuo pueda lograr una meditación más profunda que, sin duda no podría lograr dentro del murmullo que produce una ciudad. En este ejemplo, lo sagrado es la vida ascética, mientras que lo profano es la forma de vida en sociedad.

Tomando en cuenta que los ritos son una serie de acciones determinadas, es necesario establecer qué características los definen y a por qué están dirigidos a seres espirituales y objetos de creencia. Los ritos interfieren en la relación entre el creyente y lo sagrado, por lo tanto, son las acciones que funcionan como reguladores en esta relación y mantienen al sistema religioso. Existen diferencias entre el rito y el culto. El culto "no es simplemente un conjunto de precauciones rituales que el hombre está obligado a tomar en ciertas circunstancias, sino un sistema de ritos, fiestas, ceremonias diversas cuya característica indispensable es el retorno periódico" (Durkheim 2012, 115). Lo característico del culto es su repetición. Un ejemplo que diferencia estos dos elementos es el rito nupcial que, aunque conlleva celebraciones y una ceremonia, se realiza una sola vez.

Algunas religiones como el catolicismo y el cristianismo rechazan a la magia como elemento funcional de la religión. Pero actualmente, algunas formas de religión como el tarot hacen uso de la magia para lograr sus objetivos o, en sí, forman parte de su sistema de creencias. Pero recordando el objetivo de Durkheim de encontrar los elementos fundadores de la mayoría de las religiones, solamente debemos tener en cuenta que muchas de ellas rechazan a la magia.

Según el autor, la religión se caracteriza por desarrollarse en una colectividad comúnmente llamada iglesia donde los seguidores se reúnen constantemente para realizar un conjunto de ritos y ceremonias grupales, además de simplemente reunirse en forma de comunidad. Por su parte, el fenómeno social de la magia no implica colectividad y los seguidores del mago, quien ejerce este oficio, son

simplemente clientes más no un grupo formalmente de seguidores y creyentes. Como lo hemos expuesto anteriormente, el conjunto de actividades sagradas, tanto individuales como grupales, están dirigidos a algún elemento del sistema de creencias de la religión. En los cultos individuales, persiste el constante diálogo entre la actividad y el sistema de creencias y la iglesia reglamenta, tanto este culto y el culto grupal.

#### *1.1.1.2. Reflexiones sobre el origen y el desarrollo de los sistemas religiosos*

Según Durkheim, el animismo y el naturalismo "se proponen construir la noción de lo divino con las sensaciones que suscitan en nosotros ciertos fenómenos naturales, ya sea físicos, ya sea biológicos" (Durkheim 2012, 139). La propuesta animista considera que a partir del sueño surge la noción de alma, mientras que el naturalismo rinde un culto a los fenómenos naturales; pero según el autor, ambas nociones parten de la naturaleza.

Las experiencias, tales como el sueño y los fenómenos naturales, suelen adquirir un carácter sagrado debido a representaciones alucinatorias que las transfiguran, como por ejemplo, ilusiones del sueño (como señalan los animistas) o las confusiones respecto a los nombres de personas antiguas con características especiales que solían ser de animales (según las hipótesis de los naturalistas). En estos casos de transfiguración que menciona el autor, la religión funcionaría como una interpretación delirante.

Por lo tanto, el autor considera que ni el hombre ni la naturaleza son sagrados en sí y por esta razón deshecha ambas teorías debido a que sus bases son explicaciones sin fundamento. De esta manera, estos dos cultos, no son religiones primitivas. Es así que sería pertinente recordar los elementos que el autor señala como fundamentales de las religiones: el sistema de creencias y representaciones donde se diferencia lo sagrado de lo profano; el sistema de prácticas, ya sean individuales o colectivas, que están en constante referencia a lo sagrado; y una organización religiosa que reúne a los creyentes.

Durkheim define a la religión como "un sistema solidario de creencias y de prácticas relativas a las cosas sagradas –es decir, cosas separadas, prohibidas-; creencias y prácticas que unen en una misma comunidad moral, llamada iglesia, a todos aquellos que se adhieren a ellas" (Durkheim 2012, 100). Enseguida se desarrollarán las características del sistema religioso a partir de los planteamientos

del sociólogo François Houtart, quien analiza los planteamientos de Durkheim y señala que cada característica podría funcionar como un sistema propio, además de sumar el sistema de ética con referencia religiosa y profundizar en el sistema de prácticas sagradas.

### 1.1.2 Los elementos del sistema religioso

Este intento de Durkheim por comprender el fenómeno religioso ayudó a comprender su estructura, funciones y características. Pero posteriormente, algunos autores como François Houtart nutrieron el análisis estructural del sociólogo francés con una nueva perspectiva. Es por esto por lo que el sociólogo francés François Houtart se encargó de puntualizar y desarrollar cada elemento que construye al sistema religioso, con el objetivo de proponer una definición más concreta del mismo.

El autor parte del entendimiento de que la sociedad está compuesta por dos elementos: los actores y las estructuras, mismos que construyen la realidad social. Las estructuras sociales son un conjunto de individuos organizados de manera particular que condicionan las prácticas de sus individuos. Pero a su vez, debido a que los individuos son actores activos dentro de las estructuras, influyen en ellas. A esto se le conoce, según Anthony Giddens, como la teoría de la estructuración.

La religión, en una misma lógica, está construida socialmente por los actores que con sus prácticas articulan la iglesia, y a su vez, la iglesia reglamenta las prácticas de los creyentes. También propone una perspectiva alterna sobre la realidad que necesita de un trabajo intelectual, condicionado por la situación histórica y espacial de los individuos; esta construcción de la realidad, en muchas ocasiones, está en referencia con algo sobrenatural (o sobre-social), definido por los creyentes.

Otra premisa que propone el autor para poder analizar al fenómeno religioso son los conceptos de conciencia colectiva y conciencia individual. La conciencia colectiva construye, interpreta y legitima la realidad objetiva. Pero se relaciona con la conciencia individual gracias al trabajo intelectual ejercido por cada sujeto, mismo que puede ser retomado desde la conciencia colectiva. Estas dos conciencias se encuentran en un proceso dialéctico. En este proceso de conciencia y representaciones se encuentran algunos elementos de los sistemas religiosos.

Según Houtart, los elementos que construyen a los sistemas religiosos son: i) significaciones o representaciones "toda religión produce sentido, es decir, una

interpretación de la realidad de la historia, del hombre y del mundo" (Houtart 1997, 36); ii) una propuesta ética y moral que sirve de guía de acción para los sujetos; iii) una forma específica de organización, es decir, articulación de roles y; iv) expresiones, tanto a nivel individual y colectivo —pueden ser cultos, rituales, devociones y oraciones—.

Como se puede observar, la propuesta de Houtart al análisis de Durkheim es sistematizar cada una de las características de los sistemas religiosos, además de sumar la ética como una característica particular de este. A continuación, se analizará a cada uno de estos elementos, pero le asignaremos una sección especial para el sistema de expresiones y rituales, pues es uno de los conceptos más importantes de la investigación.

#### *1.1.2.1. Sistema de representaciones, la ética y la organización religiosa*

El sistema de representaciones tiene cinco funciones: i) clasificar: agrupar en categorías; ii) interpretar: entender la realidad cotidiana; iii) legitimar: imponer una interpretación de la realidad; iv) transmitir socialmente: compartir la interpretación de la realidad y; v) anticipar: pensar en la posibilidad de otra realidad social. Las representaciones a nivel colectivo son intentos para controlar a la naturaleza y al orden social. Finalmente, las prácticas y los rituales surgen a partir del conjunto de representaciones.

Por otra parte, Houtart define a la ética como "el conjunto de normas que regulan el comportamiento de los grupos sociales" (Houtart 1997, 89); es decir, la ética funciona como reguladora en las relaciones entre los individuos. A pesar de que existe una fuerte interrelación entre los elementos todos los elementos del sistema religioso, los postulados éticos pueden funcionar —establecerse o aplicarse—, sin que afecten a las representaciones religiosas o viceversa. Esto también denota que, a pesar de las interrelaciones, existe cierta autonomía de cada elemento del sistema religioso.

La ética con referencia religiosa se transforma a partir de los modos de producción que se desarrollan en la sociedad. En las sociedades mercantiles, por ejemplo, la ética regulaba la totalidad de las dinámicas sociales; mientras que, en sociedades capitalistas como la actual, debido a la creación de un mercado de religiones, la ética ya no tiene tanta influencia a nivel colectivo, sino que cada individuo, a partir de su religión personal, también va construyendo su ética religiosa. Algunas religiones como el cristianismo y catolicismo, a partir de un supuesto análisis

de la sociedad, proponen que, si el individuo cambia en beneficio, la sociedad se transformaría en el mismo sentido. Esto solo demuestra la ineficiencia del análisis que considera a la sociedad simplemente como la suma de individuos, sin tener en cuenta las relaciones entre los mismos y la construcción de una estructura social.

El cúmulo de sentimientos afectivos entre individuos que proponen estas religiones muchas veces tiene repercusiones que benefician a ciertos grupos sociales, pero la "ética interpersonal gira, precisamente, sobre esta subjetividad, y por eso no puede desentrañar el problema estructural" (Houtart 1997, 103). Esta propuesta analítica de las religiones se construyó con anterioridad al análisis crítico de las dinámicas sociales que estuvo guiada con base en los planteamientos de algunos intelectuales como Karl Marx, Max Weber y, por supuesto, Émile Durkheim.

Por último, la organización es la forma social más concreta del sistema religioso, es decir que se puede ser encontrada en la experiencia cotidiana. Es posible que el autor haya preferido utilizar el término de organización en vez de iglesia, debido a que este último concepto puede ser entendido —tanto dentro y fuera del análisis de la arquitectura— como la construcción arquitectónica diseñada para la reunión de los fieles (San Martín Córdova 2018).

Una función de la organización es la reproducción de las significaciones religiosas. Como ejemplo tenemos a los diversos centros donde se ofrece yoga donde se reproducen el conjunto de representaciones utilizadas por la disciplina: ásanas, pranayama y algunos seres espirituales como Buda, Shiva, Ganesha, Parvati, entre otros. Además, dentro de las formas de organización es donde se construyen y se establecen los nuevos significantes religiosos que surgen a partir del constante proceso de análisis y reflexión. Es así que algunos centros de yoga abren las puertas para que se resignifiquen estas representaciones.

Recordemos que los creyentes también son un elemento importante del sistema religioso porque "producen, reproducen y transforman el sistema religioso, pero no actúan de manera totalmente autónoma sino que son condicionados por su pertenecía a grupo, por su posición de clase y por el tipo de sociedad —modo de producción— en el cual viven" (Houtart 1997, 108). Es en el poder de agencia del individuo y de la organización donde confluyen todos estos cambios.

### *1.1.2.2. Las expresiones religiosas*

Sobre las expresiones religiosas, Houtart comenta que: "denominamos expresiones religiosas a los ritos, cultos, sacramentos, devociones, sacrificios y liturgias de todos los sistemas religiosos" (Houtart 1997, 81); es decir, son prácticas simbólicas

que insertan al individuo dentro del mundo de lo sagrado. La auto implicación es el elemento más importante para su desarrollo porque al momento en que el individuo se involucra en ellas, les dota de sentido. De esta manera, la primera función de las expresiones sagradas es reafirmar el sentido de la religión.

Es imposible forzar a los individuos para que realicen alguna práctica sagrada. Ellos mismos la realizan por convicción y porque la práctica les produce sentido dentro de su marco de entendimiento de su religión personal. Sin la producción de sentido que provocan, las prácticas dejarían de reproducirse. En caso de que una práctica dejara de producir sentido, no desaparecería, sino que sería sustituida por otra que logre el objetivo.

El sentido de las prácticas simbólicas "ayuda a los actores sociales a redefinirse, a reafirmarse como comunidades o grupos sociales, o a referirse a un proyecto común o a la utopía necesaria " (Houtart 1997, 83). En el caso del yoga, la disciplina ayuda a que el individuo forme parte de un grupo. Más adelante profundizaré en este aspecto. Por otra parte, existe una relación dialéctica entre expresiones y representaciones sagradas. El autor señala que "lógicamente, existe una coherencia entre las expresiones y las representaciones, porque no se pueden expresar otras cosas que las que corresponden a las creencias" (Houtart 1997, 88). Pero como se mencionó anteriormente, existe cierta autonomía entre las mismas; además, hablar sobre las prácticas, forzosamente implica abordar el tema de lo sobrenatural.

Así como las prácticas están en referencia al sistema de creencias, algunos objetos también pueden ser sagrados, como por ejemplo los colores. En el caso de los ascetas de India, el color azafrán de sus vestimentas, que en principio solo era de este tono debido a que era la tela más barata, produjo que este color obtuviera un sentido de austeridad e importancia sagrada. Al contrario, la publicidad que se hace del yoga suele utilizar colores como blanco, con el objetivo de demostrar que la práctica ofrece tranquilidad, relajación y pureza. Houtart comenta que "en resumen, vemos que se le da una connotación nueva a objetos o manifestaciones de la vida cotidiana profana, porque expresan una relación con lo sobrenatural. En esto se sustenta el carácter religioso del símbolo" (Houtart 1997, 84)

Algunas prácticas simbólicas llegan a ser institucionalizadas, ya sea por exigencia social o por decisión institucional. Por un lado, para reafirmar el sentido sagrado dentro de la comunidad, es necesario que las prácticas se institucionalicen; pero, por otro lado, al institucionalizarse, se suele paralizar la renovación de la práctica. De esta manera, es común que la práctica comience a renovarse fuera de los límites institucionales. Al respecto, el autor comenta que "cuando se insti-

tucionalizan ciertas prácticas simbólicas, estas se reproducen incluso en culturas en las que la base del símbolo es totalmente diferente" (Houtart 1997, 85). Esto es lo que sucede con el yoga que llegó a occidentalizarse hasta llegar a lugares como México y América Latina.

Por último, el autor menciona que "cuando los ritos se institucionalizan también puede producirse un proceso de reinterpretación por parte de los creyentes a contrapelo de la interpretación oficial" (Houtart 1997, 86). De nuevo, esto es lo sucede con el yoga en contextos como el de México: debido a que, durante la sesión constante se manejan conceptos como sol, amor, compasión, entre otros, se abren las puertas para que el individuo, desde sus perspectivas individuales, reinterprete la práctica a convicción. Tanto así, que la práctica llega a presentarse simplemente como un deporte o un *fitness*.

## 1.2 El ritual como elemento esencial de las religiones

Además de los planteamientos base que obtuvimos de Houtart, también analizaremos a este concepto a partir de los señalamientos que Catherine Bell realiza en su texto *Ritual theory and ritual practice* (2009). En este texto menciona que para comprender al ritual se deben tener en cuenta ciertas consideraciones generales: i) el ritual funciona bajo dinámicas de circularidad, y ii) el ritual es una forma de actuar diferenciada de otros actos. La autora estadounidense intenta abordar a las acciones ritualizadas para comprender al ritual como un conjunto de actividades prácticas provocadora de valores.

Es así como la autora parte de la comprensión de las acciones ritualizadas —cómo estas influyen en la producción de conocimiento y cultura— y posteriormente de la reflexión de las asunciones sobre el ritual que, en su momento, construyeron al concepto. Bell sostiene que la ritualización funciona como una manera de actuar y ayuda a comprender por qué la diferenciación entre actividades. Esta propuesta analítica considera que el ritual es una forma de acción anclada a cuerpos individuales y sociales —lo que hace más complicada su generalización—, y también hace explícita la diferencia entre acciones rituales y no-rituales.

Generalmente, dentro de los estudios académicos, el ritual es considerado como una dinámica cultural mediante la cual, los individuos crean y recrean su mundo. La mayoría de las teorías al respecto, refieren a estudios etnográficos, pero esto no implica que únicamente se consideren las particularidades de esos grupos, sino que dichas teorías tienden a la reflexión general del fenómeno. A pesar de las diferencias entre las teorías realizadas por antropólogos, sociólogos e historiadores, todas coinciden en que el ritual es una forma de actuar particular que unifica el pensamiento y la acción.

Después de una serie de obstáculos que incluyen la falta de motivación y un cáncer de pulmón que lo aquejó por varios años, Roy A. Rappaport, antropólogo de la Universidad de Columbia, pudo publicar su libro *Ritual y Religión en la Formación de la Humanidad* (1999; 2001), donde plantea como principales tesis que lo que generalmente conocemos como religión, pudo haber surgido durante las formas pre o proto-humanas y la humanidad no pudo haber progresado de estas formas prototípicas en ausencia de la misma. De esta manera, los orígenes de la religión y de la humanidad están estrechamente relacionados. Este planteamiento está en referencia a la idea de que muchas, si no es que todas las comunidades humanas conocidas, tienen un aspecto que fácilmente podría ser identificado como religioso.

Otra de las tesis principales de su texto es que las ideas religiosas surgen del ritual: concepciones como lo sagrado, lo divino, lo numinoso, lo prohibido y lo oscuro son creaciones de las expresiones sagradas. El autor entiende al ritual como una estructura, es decir, "como un conjunto más o menos permanente de relaciones entre un número de características generales pero variables" (Rappaport 2001, 23). La forma y la estructura son sus características lógicas, mientras que la actuación es su característica práctica.

En la introducción del libro, el autor plantea los conceptos principales que construirán teóricamente el entendimiento y características del ritual, estos son: evolución, adaptación, símbolo, inversión, mentira y alternativa. Por otra parte, en la segunda sección del texto define y analiza las características del ritual. A continuación, se abordarán ambos temas: aspectos generales y características del ritual, con el objetivo de ir definiendo al ritual.

### 1.2.1 Bases analíticas para comprender al ritual

En un principio, el ritual fue utilizado como una herramienta de análisis y "surgió como un término formal de análisis en el siglo XIX para identificar lo que se creía que era una categoría universal de la experiencia humana[13]" (Bell 1992, 14). El concepto fue tomando paulatina importancia para muchos investigadores, entre los que se encontraban Clifford Geertz, y llegó a ser considerado como la forma práctica que expresa la religión.

Posteriormente, con los estudios de Fustel de Coulanges y Robertson Smith, se entendió como una forma de experiencia humana. Fue Durkheim, en la obra anteriormente analizada, quien consolidó esta idea y añadió que funciona como forma de integración y consolidación social. Por su parte, Henri Hubert y Marcel Mauss, demostraron que también es una actividad en la que se sacralizan objetos, personas y eventos.

El interés de los antropólogos por estudiar la cultura generó un interés particular en el ritual que lo colocó como objeto de análisis intrínsicamente y comenzó a ser analizado desde diversas disciplinas. Este estudio sistemático demostró que, a pesar de las diferencias respecto a su definición, en cada caso es considerado como un componente que construye a la religión, la sociedad y la cultura. Y es

[13] Así como este libro, muchas otras fuentes fueron consultadas directamente en su idioma original, que en su mayoría es el inglés. Por esta razón, y con el objetivo de que el interesado pueda tener una lectura más fluida, decidí colocar únicamente las traducciones al español de las citas textuales.

así como, según Catherine Bell, se establece una descripción más apropiada del concepto y señala que: "el ritual es un tipo de coyuntura crítica dentro del cual algunos tipos de fuerzas sociales o culturales opuestas se reúnen (Bell 1992, 16). Una coyuntura es la de pensamiento-acción.

### *1.2.1.1 Los primeros intentos de definición del ritual*

Generalmente, las teorías sobre el ritual lo consideran como acción, lo que lo distingue radicalmente del sistema de creencias de la religión; o sea que se diferencia entre lo que se piensa y lo que se hace. A pesar de esta disparidad, se tiene en cuenta que las creencias, los símbolos y los mitos inspiran a esta actividad; es decir que el ritual es la acción que expresa las creencias. El sociólogo estadounidense Edward Shils demostró que en esta dicotomía se le da prioridad al pensamiento al señalar que las creencias podrían existir sin el ritual, mientras que viceversa sería imposible.

El sociólogo francés Émile Durkheim, de quien ya hemos retomado varios aspectos sobre religión, también hace una diferenciación entre pensamiento y acción. En la discusión que realiza sobre el culto, concluye que el ritual es el medio por el cual las creencias se generan, se experimentan y se afirman en sociedad. Esto significa que el ritual "es el medio por el cual las percepciones y el comportamiento individual son socialmente apropiados y condicionadas" (Bell 1992, 20). Por su parte, Victor Turner sostiene que el ritual es la afirmación de la unidad comunal, lo que ofrece una antiestructura ante lo anteriormente establecido. El antropólogo describe al ritual como las actividades que median las necesidades sociales.

Como era de esperarse, hubo reacciones a favor y en contra de esta teoría que plantea Durkheim. Marshall Sahlins y Claude Levi-Strauss hacen algunas críticas, una de ellas es que no genera un análisis de la cultura en general. A pesar de estas críticas, comenta la autora, la propuesta de Durkheim era demostrar que el ritual es un medio de integración de procesos socioculturales; lo que demuestra que las teorías anteriores estaban en referencia a especulaciones teóricas sobre la distinción entre pensamiento y acción.

Los modelos anteriores demuestran que "el ritual se diferencia primero como un objeto discreto de análisis mediante varias dicotomías que son vagamente análogas a la de pensamiento-acción; después, el ritual es subsecuentemente elaborado como el medio mismo por el cual estas categorías dicotómicas, ninguna de ellas podría existir sin la otra, se reintegran" (Bell 1992, 21). La primera propuesta teórica demostraba las diferencias entre creencias y ritual, mientras que el segundo

establecía que el ritual era un medio por el cual el pensamiento y acción se integraban, lo que suponía que el ritual expresaba la creencia. Es por esto por lo que el ritual se piensa como una forma que unifica oposiciones con el objetivo de la construcción de bases culturales.

### *1.2.1.2 El ritual como ventana a la vida cultural*

Clifford Geertz abogaba por la importancia de la explicación del significado en el estudio del fenómeno cultural. Hace una distinción entre ethos y perspectiva (*worldview*). A ethos lo define como las actividades que se realizan en ciertas circunstancias, y a partir de esta definición hace una distinción entre modo (*mood*) y motivaciones. Es así como Geertz considera que el ritual religioso involucra a estos dos elementos, es decir, a la acción y el pensamiento. Por lo tanto, indica a los individuos las concepciones generales del orden.

De esta manera, la concepción del ritual del antropólogo estadounidense evoca los dos modelos mencionados anteriormente: i) separación entre ritual y creencia (acción y pensamiento), y ii) el ritual como medio que fusiona dos oposiciones. Pero el autor propone un tercer modelo: iii) las actuaciones del ritual pueden ser analizadas por un observador separado; de esta manera, le da una ventaja al investigador para poder estudiar estos procesos. En este modelo está implícito que los participantes actúan, mientras que los observadores piensan; lo que significa que los participantes pueden articular las acciones con sus significados y así, el ritual funcionaría como una ventana para acceder y comprender la vida cultural. Ambas dicotomías, acción-pensamiento y participante-observador, generan significados para el creyente y para el investigador, respectivamente. En sintonía con Geertz, Turner señala que el ritual es un modelo que permite al investigador observar las formas más elementales de la vida social.

En el tercer modelo, el ritual también funciona como unificador entre pensamiento y acción, lo que implica la presencia de un sujeto pensante y otro actuante. Pero este modelo, además de integrarlos, también los polariza. Geertz, al tener en cuenta las diferencias entre cultura y sistema social —la primera como un marco de creencias y significados, y la segunda como las interacciones entre los individuos de una sociedad—, estudia el funeral javanés y demuestra que ha fallado porque hay conflicto entre las creencias y la interacción social. Esto significa que los rituales funcionales son aquellos que fungen como mecanismos integradores de la cultura y el sistema social. De esta manera, lo que el autor concluye es que el ritual es facilitador del cambio.

Lo planteado por Geertz y Turner gira en torno a la concepción del ritual como el mecanismo donde las oposiciones se integran. La autora apunta que "En general, describen cómo el conflicto social es reconocido dentro de los límites estratégicos del ritual donde se puede subsumir sistemáticamente dentro de una reafirmación de la unidad" (Bell 1992, 35). Por su parte, Claude Lévi-Strauss, antropólogo francés, argumenta que el ritual funciona como forma de resolución de un conflicto.

Es claro que la contradicción es un concepto hegeliano y marxista. Para los marxistas y algunos antropólogos, la contradicción es el impulso para la transformación, ya sea como revolución o como cambio social. Pero desde otras ópticas, las contradicciones son fisuras que ayudan a comprender las dinámicas sociales. Específicamente, para el sociólogo Pierre Bourdieu, siguiendo esta línea de pensamiento, el objetivo del ritual es facilitar el encuentro entre órdenes opuestos.

### *1.2.1.3 La actuación*

Según la autora, la actuación[14], entendida como una manera de comportarse, es analogía de la contradicción, y comenta que debido a que una de las bases de la actuación es la dicotomía pensamiento-acción, surge el problema de que, hasta el momento, no se ha podido formular una teoría que elimine la brecha entre esta dicotomía. Bell recupera los señalamientos de Milton Siger sobre el ritual y actuación: i) las personas consideran su cultura a partir de dos tipos de actuaciones, las que pueden ser exhibidas al público y las que se realizan en privado; y ii) las actuaciones permiten al investigador observar la estructura cultural gracias a que tienen toda una estructura intrínseca: tiempo, público, organización y ocasión, y comenta que "Por lo tanto, estas actuaciones son las manifestaciones (instancias) específicas y particulares de la cultura, además de las cuales la cultura es solamente una categoría abstracta" (Bell 1992, 39).

Por otra parte, para el antropólogo Stanley Tambiah, el ritual no es solamente una forma que permite distinguir entre pensamiento y acción, de hecho, rompe con esta concepción al señalar que "el formalismo del ritual tiene un efecto de distanciamiento que sirve para articular y comunicar actitudes de la comunicación institucionalizada" (Bell 1992, 41). De esta manera, Tambiah sostiene que el ritual es performativo debido a que: i) implica acción; ii) se desarrolla en un

[14] Este texto se consultó en inglés, por lo que el concepto que utiliza es el de performance, mismo que traduje al español como actuación.

escenario específico y proporciona una experiencia a los participantes; e iii) implica valores indexicales. Como veremos posteriormente, estos planteamientos de Tambiah son similares a las ideas de Roy Rappaport.

Respecto a la indexicalidad la autora comenta que "Como un sistema de comunicación, el ritual involucra tanto rasgos indexicales que refieren a la jerarquía social como características simbólicas que refieren al cosmos" (Bell 1992, 42). A pesar de la oposición de Tambiah hacia la dicotomía pensamiento-acción, el autor también cae en una al oponer ciertas características dentro de su teoría: componentes semánticos y componentes paradigmáticos, forma y contenido, y lo cultural y lo universal.

Las desventajas de considerar al ritual únicamente como una dicotomía (entre actividades rituales y actuaciones), son que el ritual es visto como una actuación para una audiencia que busca su aprobación, también diferencia radicalmente entre lo que es y lo que no es ritual, y por último "a pesar de que la actuación puede convertirse en un criterio para lo que es o lo que no es ritual, en la medida en que la actuación es ampliamente usada para un amplio aspecto de actividades, no hay base para diferenciar entre formas de actuar" (Bell 1992, 42). También, el enfoque en la performatividad del ritual permite la distinción entre ritual y otras actividades como teatro y deporte. En la siguiente sección se ha profundizará en esto a partir de los planteamientos de Rappaport.

Finalmente, Geertz hace una analogía entre texto y ritual, en la que menciona que el ritual puede ser fácilmente "leído" como un texto debido a sus características familiares de actuación. Esta analogía no se basa en la similitud entre texto y ritual sino en el parecido de la interpretación que el investigador puede hacer frente a estos dos casos. Es así como la autora considera que la actuación debe dejar de ser una herramienta de análisis para convertirse en una característica principal del ritual que ayude construir un entendimiento más profundo sobre el concepto.

#### *1.2.1.4 El investigador y el ritual: a favor del estudio de la acción intrínsecamente*

Las teorías anteriormente analizadas comparten el punto de que el ritual es mecanismo integrador de la dicotomía entre pensamiento-acción. A raíz de esta dicotomía surgen otras más como la del investigador y el actor. Sobre estas dicotomías, Bell comenta que "La dicotomía pensamiento-acción no solo diferencia a la actividad del ritual como un objeto de atención teórica; también

diferencia a un sujeto pensante de un objeto actuante o, cuando es empujado a su conclusión lógica, un sujeto pensante de un objeto no pensante" (Bell 1992, 47). De esta manera, el ritual no solamente es integrador de la dicotomía pensamiento-acción, sino que también integra el pensamiento del investigador y las actividades del participante.

Los tres patrones estructurales que delinean este discurso son: i) la actividad ritual se diferencia de las conceptos, ii) el ritual es el medio por el cual el pensamiento y la acción son integrados, y iii) los actores y las ideas del investigador también son integrados en el ritual. Pero es necesario señalar que la dicotomía de pensamiento-acción implica una relación impar debido a que el pensamiento suele considerarse como la forma en la que se construye el conocimiento, mientras que la acción solamente como una forma de actuación.

La autora hace algunos comentarios sobre la manera en que el conocimiento se construye, específicamente el discurso cultural. Considera que el objeto debe aislarse sin dejar de lado las relaciones con otros fenómenos para posteriormente construir la metodología con la que se analizará dicho objeto. Es así como el fenómeno y la metodología no son diferentes, sino que se construyen bajo una misma lógica. Y es por esto por lo que considera que objetivar la acción permite conocer su significado intrínseco. Esta "autonomización" permite que la acción pueda ser analizada intrínsecamente.

Bajo esta idea, la acción permite que una persona externa pueda tener acceso y conocer las bases culturales de la sociedad, como en el caso del ritual. La autora comenta que "He tratado de sugerir que el ritual es un dispositivo eminentemente adecuado para la organización de una conversación teórica que desea descubrir significados a través de la interpretación de 'textos' que 'apestan a significado'" (Bell 1992, 54). De esta manera, objetivar al ritual permite al investigador conocer sus componentes.

### 1.2.2 Los aspectos generales del ritual

Hasta aquí he intentado plantear las bases analíticas que construyen al concepto de ritual: los primeros intentos de definición y las características principales. Es así como podemos establecer que el ritual es una forma de actuar que se diferencia de las demás debido a que es el medio más adecuado para comunicar un significado. También, que el ritual es unificador entre la dicotomía entre pensamiento y acción, donde, retomando los planteamientos de Durkheim y Houtart, el pensamiento está en referencia al sistema de creencias y la actuación del ritual está

en referencia al sistema de prácticas sagradas. A continuación, analizaremos los planteamientos que Roy A. Rappaport realiza sobre el concepto.

Con el antropólogo británico plantea a la evolución de la humanidad, refiere al proceso donde se logró que las formas proto-humanas se diferenciaran de las demás especies. La creación del lenguaje fue el principal elemento de este proceso. A pesar de que las otras especies también se comunican, el lenguaje es un medio compuesto de símbolos, palabras, reglas gramaticales, y significados y significantes, que permiten una comunicación más puntual y específica. Es así como el lenguaje dio ventajas a los homínidos. Las cuales fueron: la capacidad de generar información sobre el pasado, presente y futuro; y la ordenación, planificación y coordinación en formas más precisas —en general, la organización social se hizo más eficaz—. Estas mejoras comunicativas también provocaron una mejora de las capacidades conceptuales.

De la misma manera, la creación del lenguaje provocó nuevas formas de aprendizaje. El aprendizaje, a partir del compartimiento de símbolos, que puede ser mediante relatos de otros individuos o en relatos que en repetición pública llega a convertirse en tradición. Otra de las hipótesis del autor es que la capacidad comunicativa del lenguaje aceleró el proceso de evolución debido a la selección anatómica de aquellos que habían desarrollado esta habilidad. Es así como otras ventajas del lenguaje son la planificación, la coordinación, la información y la transmisión de conocimientos que se funda en el aprendizaje.

Otra ventaja significativa del lenguaje es la creación de mundos fuera de la realidad: "con el lenguaje, el discurso no solamente puede escapar de los límites del presente para recuperar el pasado concreto y lejano, o para plantearse el futuro predecible, sino que también podría acabar escapando de lo concreto" (Rappaport 2001, 27). El lenguaje no solo funciona como facilitador de la comunicación de lo concebible, sino que también trasciende de lo concreto y permite crear y explorar nuevos espacios creados en donde se tiene libertad de acción y concepción. Esta capacidad de referenciar lo trascendente está en relación con la adaptación y a las diversas adaptaciones a las que se han visto orilladas las distintas formas humanas. Por esta razón, la evolución dependió del desarrollo del lenguaje.

#### *1.2.2.1 La adaptación, el símbolo y la gran inversión*

La adaptación es un término importante para algunas disciplinas como la biología y la antropología, y significa la forma en que los organismos se mantienen frente a las amenazas externas. Rappaport utilizó lo planteado por el biólogo y antropó-

logo Gregory Bateson para abordar el tema y señala que la adaptación significa la preservación de la verdad ante las amenazas que buscan falsificarlas y comenta que "en los sistemas sociales humanos, sin embargo, las 'preposiciones' predominantes pueden ser proposiciones propiamente dichas: 'El Señor, Dios nuestro Señor, es uno', cuya invalidación significaría la desaparición del judaísmo" (Rappaport 2001, 29).

El lenguaje, como se mencionó anteriormente, fue el elemento más importante de la evolución que permitió la construcción de mundos trascendentes de la realidad; de esta manera, dentro del lenguaje, el símbolo sería la fuente de información y de contenido. Respecto a la trascendencia del lenguaje respecto a la realidad, el autor comenta que los mundos de los humanos "no solo están hechos de rocas, árboles y océanos, sino que también están constituidos con cosmologías, instituciones, reglas y valores concebidos simbólicamente y determinados mediante expresiones performativas" (Rappaport 2001, 32)

Algunos ejemplos de espacios que trascienden la realidad son el paraíso y el infierno, mientras que algunos aspectos no concretos son: el honor, el valor y la generosidad. Por decirlo de alguna manera, cada sociedad desarrolla sus mundos únicos donde construye sus propias interpretaciones de lo que las rodea, y es a partir de estas interpretaciones y fuentes —de las físicas o trascendentes— que desarrollan su modo de vida, cosmovisión y relaciones sociales.

Según el autor, la capacidad lingüística aumenta la supervivencia y la reproducción de la humanidad. Algunos conceptos como dios, demonio, paraíso e infierno han dominado la forma de vida de todas las sociedades que conoce el humano. La humanidad, por lo tanto, dependió del símbolo para su evolución. De la misma manera, la cultura es producto del lenguaje, misma que fue de suma ventaja para la evolución humana. A esto es a lo que se refiere Rappaport sobre la gran inversión de la humanidad sobre el lenguaje.

Pero a partir de la creación surge un problema: la existencia de la mentira. La mentira es entendida como engaño, pero no está de más señalar que la noción de mentira está anclada al contexto cultural. Pero teniendo en cuenta este argumento, se deben especificar algunos aspectos para poder abordar el tema. Las mentiras suelen ser aplicadas en un mismo grupo social, es decir, quien miente y a quien le mienten suelen estar en una relación de confianza, a esto se le conoce como la decepción inocente.

La mentira no es una capacidad exclusiva de la humanidad, pero es una característica casi particular. Tenemos como ejemplo a Figan, un chimpancé

que parecía mentir a sus iguales haciéndoles creer que había notado una amenaza para distraerlos y alejarlos del lugar de donde se servía la comida para posteriormente regresar y poder atiborrarse solo. Pero este ejemplo que parece ser claramente una mentira es simplemente una indexación fingida porque sus actitudes significaban un entendimiento para sus demás congéneres y al final, era un mensaje falso.

La sociedad depende de la comunicación que da pie al orden, pero esta comunicación debe ser fiable para que los receptores acepten dicha información. A la falta de confianza en la comunicación se le denomina como "vacío de credibilidad". Sobre la verdad en el ritual, Rappaport menciona "que algunos aspectos de la religión, en particular los generados en el ritual, mejoran los problemas de la falsedad intrínseca del lenguaje hasta un grado suficiente para permitir que la sociabilidad humana se haya desarrollado y se mantenga" (Rappaport 2001, 45). O sea que el ritual permite, debido a su producción de veracidad y eliminación de falsedad, el desarrollo y mantenimiento de la sociedad. Sería lógico suponer que la religión es remedio para la mentira, pero no es así porque la religión no exige una solución y además, existen las mentiras piadosas, que tienen función dentro de la sociedad: proteger al receptor.

Por último, la teoría del acto del habla establece que la verdad y la mentira son invenciones, pero ¿cómo es que las sociedades crean mentiras? Este problema, afirma Rappaport, es intrínseco a la humanidad debido a su producción cultural y a los significados que dota a un mundo sin significado intrínseco. Pero, recordando las afirmaciones anteriores que establecen que en ánimos de mantener la verdad ante ataques que la amenazan se debe establecer la palabra verdadera, Rappaport menciona que: "en la naturaleza de la religión está fabricar la Palabra, la Palabra Verdadera sobre la cual se sostienen las verdades de los símbolos y las convicciones que instituyen" (Rappaport 2001, 53).

### 1.2.3 Las características del ritual

A partir de la definición que Rappaport establece sobre el ritual, misma que leeremos enseguida, paulatinamente va desarrollando cada uno de los aspectos que lo conforman: creación, formalidad, inmutabilidad, ejecución y eficacia. Es así como menciona los dos tipos de mensajes que se ofrecen en la comunicación del ritual: mensajes autorreferenciales y mensajes canónicos. Y demuestra que el ritual es una forma de comunicación particular en la que los mensajes ofrecidos solamente pueden ser expresados mediante estas acciones.

### *1.2.3.1 Definición de ritual*

Según el antropólogo estadounidense, lo santo se compone por: lo sagrado, lo numinoso, lo oculto y lo divino, y es el ritual es la acción por la cual surgen estos componentes. El autor define estos conceptos y comenta que: lo sagrado significa "el aspecto discursivo de la religión, o que es lo que puede expresarse con el lenguaje, mientras que 'numinoso' significa las cualidades no discursivas, afectivas e inefables de la religión. El término 'oculto' se refiere a las capacidades eficaces peculiares de la religión (nos preocupan menos), y 'divino' significará sus referentes espirituales" (Rappaport 2001, 55). Las características del ritual como forma o estructura y las relaciones entre los elementos de este son exclusivas; es decir, que el ritual es una forma única, aunque sus elementos no pertenecen exclusivamente a él. Es por esto por lo que la estructura es inherente al ritual.

Por otra parte, define a ritual como "la ejecución de secuencias más o menos invariables de actos formales y de expresiones no completamente codificados por quienes los ejecutan" (Rappaport 2001, 56). Y añade que no todos los rituales son religiosos, así como no todos los actos religiosos son formas rituales. Como se puede leer, el símbolo no aparece en esta definición. El ritual no solo tiene implicaciones sociales materiales, sino que también tiene implicaciones lógicas:

> Argumentaré que la realización de secuencias más o menos invariante de actos formales y de expresiones no completamente codificadas por los ejecutantes implica lógicamente el establecimiento de una convención, la firma del contrato social, la construcción de órdenes convencionales integrados que llamaremos *logoi*, el estar investido de moralidad, la construcción del tiempo y de la eternidad; la representación de un paradigma de la creación, la generación del concepto de lo sagrado y la santificación del orden convencional, la generación de teorías de lo oculto, la evocación de la experiencia numinosa, la comprensión de lo divino, la aprehensión de lo santo, y la construcción de órdenes de significado que trascienden lo semántico (Rappaport 2001, 60)

Con logoi, el autor se refiere a la firma de un contrato social, el establecimiento de una convención y el establecimiento de órdenes convencionales. La definición que ofrece Rappaport no es sustantiva ni funcional, pero las menciones del contrato social o moralidad dan un acercamiento a esta perspectiva. Además, la definición no específica los contenidos ni el propósito del ritual.

Debido a la diversidad de formas rituales, sus propósitos no se pueden englobar en una sola definición, pero esto no quiere decir que carezcan de significado. Todo lo contrario, la mayoría de los rituales humanos contienen expresiones verbales y actos, ambos dotados de significado. Los actos, las expresiones y las organizaciones son la forma ritual que establece el significado. Es aquí donde valdría la generalización al decir que todo ritual contiene forma y significado.

Algunos objetivos religiosos y sociales solamente pueden lograrse por medio del ritual. Por esta razón, Rappaport se detiene a especificar algunos aspectos: i) las relaciones entre las características del ritual son distintas a las relaciones entre sus elementos simbólicos; ii) los contenidos del ritual pueden ser similares a las creencias y que el contenido y la forma del ritual son distintas pero inseparables; iii) ninguna sociedad prescinde de lo que comúnmente conocemos como ritual, a esto refiere la ubicuidad del ritual; y iv) Rappaport establece al "ritual como el acto social básico para la humanidad" (Rappaport 2001, 66). Ninguna característica de los rituales es particular, lo que lo hace particular es la relación entre sus características.

### *1.2.3.2 Primera, segunda y tercera características*

El autor comenta que "los participantes de los rituales no especifican todos los actos y expresiones que constituyen su propia realización. Siguen un orden, más o menos puntilloso, establecido, o que se cree que ha sido establecido, por otros" (Rappaport 2001, 66). A pesar de que se cree que el origen del ritual es divino, es obvio que hubo individuos que intervinieron en su invención. A partir de la creencia del origen divino del ritual, surge la problemática de la creación de nuevos rituales, que suelen no tener éxito porque es altamente posible que los creyentes los consideren como falsos o forzados.

Esto también provoca que exista una contradicción respecto a los nuevos rituales que son creados por humanos; pero en su defensa, los creadores apelan a que no están creando nuevos rituales, sino que solamente están reformando la liturgia y así, tratando de purificarlo de lo profano y lo sobrante. El autor añade que: "En otros casos, los individuos que introducen nuevos rituales renuncian asimismo a la responsabilidad de la autoría. Ellos aseguran —y su experiencia subjetiva los puede convencer de ello— que el nuevo ritual les fue revelado por espíritus o dioses en sueños o en visiones" (Rappaport 2001, 68).

Generalmente, la formalidad es entendida como el respeto a las formas del ritual, es decir, el respeto a las reglas y estipulaciones. El autor comenta que "Los

rituales se ejecutan en contextos especificados, esto es, se repiten con regularidad a intervalos de tiempo establecidos por el reloj, el calendario, el ritmo biológico, la ontogénesis, el estado físico o circunstancias sociales definidas, y a menudo también tiene lugar en sitios especiales" (Rappaport 2001, 69). A pesar de que formal y decoroso son conceptos similares, se deben hacer algunos comentarios al respecto: durante los rituales se pueden realizar ciertas conductas que pueden no ser consideradas como formales, estas son conductas violentas, cómicas u obscenas —tortura y sexo como ejemplos más específicos—.

Lo invariable respecto a la conducta del ritual funciona como operativo, es decir, los puntos principales del ritual. Durante algunos rituales, hay una apertura a que los actos puedan ser variables, pero contrario a esto, hay algunos rituales donde los actos están formalizados y definidos rígidamente. Al respecto, el autor comenta que los rituales religiosos son los que contienen conductas y acciones específicas.

Los rituales religiosos, de esta manera, serán conocidos como los rituales donde hay inclinaciones hacia lo continuo "es decir, rituales suficientemente elaborados para incluir lo que puede llamarse 'ordenes litúrgicos' secuencias más o menos invariables de actos y de expresiones formales de cierta duración y repetidas en contextos específicos" (Rappaport, 2001: 72). Es así como la liturgia puede ser entendida como la secuencias de acciones y palabras que construyen el contenido de los rituales.

Finalmente, la tercera característica: la inmutabilidad, significa la implicación lógica de la formalidad. En su definición, Rappaport especifica que el ritual es más o menos invariable, esto significa que los órdenes litúrgicos pueden cambiar y que no son totalmente estoicos. La variación en el ritual solo es en ciertos aspectos, como la comunión en la misa: las mismas personas deciden si la toman o no. En la mayoría de las ocasiones, etas variaciones se encuentran en las ejecuciones y el cuándo y dónde ejecutarlos.

### *1.2.3.4. La cuarta característica: la ejecución*

La característica más importante del ritual es la ejecución, sin la misma, no existiría el ritual. Los órdenes litúrgicos pueden ser escritos en textos sagrados, pero no solamente son descripciones de cómo realizar el ritual, sino que se convierte en ritual hasta su ejecución. Hay cosas que son dichas y actuadas en el ritual que no pueden ser o haber sido dichas de otra manera, esto está enmarcado en el orden litúrgico y la acción. El autor comenta que "El acto de la ejecución es en sí mismo

parte del orden, o diciéndolo de forma un poco diferente, la manera de 'decir' y de 'hacer' es intrínseca a la que se está diciendo y haciendo." (Rappaport 2001, 75). Como anteriormente se plateó con los argumentos de Bell, el ritual es una forma de actuación y tiene ciertas similitudes con el teatro y el deporte, pero con la que está más relacionada es con las ceremonias.

La participación distingue radicalmente al ritual del teatro porque mientras que en la sala del teatro el público se limita a mirar y escuchar, en el ritual, la congregación participa activamente dentro del mismo. Pero es necesario aclarar que existen distintos niveles de participación porque no todos los involucrados en el ritual cumplen con las mismas funciones. El mejor ejemplo es la misa católica: mientras que el padre la preside, el público la celebra. La distinción entre los actos "además de expresar lo que cada uno representa, sirven para indicar a los ejecutantes que están participando de hecho en el oficio, y no simplemente viéndolo" (Rappaport 2001, 77). Y otra característica no menos importante es que al finalizar los rituales, hay una transformación en la congregación.

Es necesario distinguir al público de los fieles. Durante los rituales, la participación de los actores es determinante, pero en algunos momentos pueden ser solamente espectadores. En otros rituales los espectadores llegan a ser agentes activos del ritual, o sea que su participación es útil para el ritual, y "las congregaciones normalmente están compuestas por personas que se conocen entre sí, pero incluso si no es así es posible hacerse una opinión sobre los otros por el simple hecho de que están participando juntos en un orden litúrgico [...] Tienen conciencia de compartir un mismo espacio y de ser miembros de una misma comunidad" (Rappaport 2001, 79). Como menciona Rappaport, esta situación se fortalece con ciertos saludos que se suelen dar durante el ritual, en el caso del yoga sería el agradecimiento "namasté" al final de la sesión.

Como se acaba de mencionar, la inmutabilidad del ritual depende de la clara especificación de las acciones dentro de la liturgia y si se opta por un cambio, sería una acción sin sentido que no solamente queda ahí, sino que constituye una blasfemia. Basándose en el ejemplo de la obra teatral "Antígona"[15], Rappaport

[15] Antígona de Sófocles es una obra de teatro donde la protagonista se opone a las jurisdicciones de la antigua Grecia. Después de que el hermano de Antígona perdió una lucha, la protagonista decide enterrarlo con los rituales fúnebres de un fallecido, oponiéndose a lo dictado por la ley griega que establecía que no se podía enterrar a un derrotado. Este antagonismo representa, no solamente el desprecio de la ley, sino también la oposición a la muerte misma. Es una tragedia porque sus acciones desatan una serie de muertes, incluyendo la de Antígona.

concluye que otra diferencia entre ritual y teatro, es que el ritual establece un orden mientras que la obra teatral reflexiona a partir de ese orden con el objetivo de provocar una reflexión al individuo.

Mientras que en el teatro la actuación se limita a eso, a ser una simple actuación, en el ritual las acciones son verdaderas, es decir que sus participantes están convencidos del sentido de sus acciones, aun siendo las más ridículas o de sometimiento. Mientras que las acciones en el teatro no inciden directamente en el mundo, las del ritual, basándonos en las creencias del individuo sí la tienen. Respecto a las competencias deportivas, algunos aficionados, a partir de su apoyo visible en forma de ruidos o vestimenta, consideran que sus acciones pueden incidir directamente en el campo —contrario a lo que sucede en la obra de teatro donde los espectadores se limitan a observar—, pero es necesario señalar que los aficionados no influyen directamente, sino que solamente apoyan, mientras que en el ritual, basándonos en las creencias de la congregación, las acciones inciden dentro del mundo. Finalmente, las competencias deportivas y el teatro se limitan a ser un espectáculo.

### *1.2.3.5 La quinta característica: la formalidad (frente a eficacia física)*

Existen diferencias entre ritual y técnica. Durante la técnica se realizan ciertas acciones bajo las leyes de la física, mientras que en el ritual se realizan acciones a partir de medios y fuerzas sobre algún elemento. Lo sobrenatural es un concepto occidental que separa lo físico de lo escondido y oculto, mientras que en algunas sociedades se consideraba que la vida cotidiana se entretejía a partir de estas dos situaciones, es decir, como una realidad unificada entre el mundo natural y oculto. De esta manera, el ritual tiene eficacia en lo oculto y no lo en natural —lo natural entendido como un mundo que puede experimentarse a partir de lo sensorial y la causa material—.

Lo oculto llega a manifestarse, pero es obvio que queda en tela de juicio porque en un primer momento es necesario tener en cuenta que los rituales provocan emociones y es lógico suponer que, a partir de estas emociones, los actores llegan a experimentar lo considerado como "oculto". Es generalmente conocido que el uso de palabras es un medio utilizado por los agentes del ritual para ejercer poder sobre lo oculto. Este entendimiento se relaciona estrechamente con la noción mágica que establece que las palabras tienen fuerza mágica que les permite actuar en el mundo como si fuera una fuerza física. La eficacia en lo oculto mediante

palabras o emociones durante el acto del ritual, no supone que la eficacia de este dependa totalmente de las palabras, sino que resalta que el ritual es una de las varias formas de comunicación que emplean los humanos.

### *1.2.3.6 El ritual como comunicación canónica y autorreferencial*

Los actos y las palabras en el ritual funcionan más como señales que como acciones racionalizadas. Esto también le permite diferenciarse de las palabras y actos cotidianos. Este uso comunicativo de las palabras y actos se potencializa con la formalidad. Incluso en rituales realizados íntimamente por una sola persona, se logra una comunicación con seres espirituales porque el individuo así lo afirma. Al respecto, Rappaport comenta que "dada la medida en que en los rituales solitarios entran en contacto con diferentes partes de la psique de ordinario inaccesibles entre sí, y dada la medida en que las emociones de los participantes pueden responder a los estímulos de sus propios actos rituales, es razonable considerar que el ritual es autocomunicativo además de alocomunicativo" (Rappaport 2001, 93). Es decir que también se realiza una comunicación íntima en el sujeto.

El carácter de comunicación en el ritual también tiene distintos resultados a los mencionados anteriormente: resultados físicos conforme a las leyes físicas, químicas y biológicas a partir de la manipulación de objetos; y resultados como mensajes hacia los receptores, teniendo en cuenta que la comunicación no solamente implica hablar, sino que también implica ofrecer información. Es así como el ritual no es únicamente una forma de comunicación, sino que también es el medio adecuado mediante el cual se transmiten mensajes e información.

Los dos tipos de mensajes que se ofrecen en el ritual son: i) canónicos: aquellos donde la información es lo establecido en la liturgia; y ii) autorreferenciales: información, tanto en rituales humanos como animales, sobre el estado psicológico, físico y social de los sujetos. Distinguir entre lo canónico y autorreferencial, permite distinguir "el significado de lo que está codificado en los órdenes invariables de la liturgia, por un lado, y el significado de los actos de transmisión de esos mensajes invariables por otro" (Rappaport 2001, 96).

La información ofrecida en los mensajes autorreferenciales, es decir el estado del individuo, está limitado al momento en que se realiza el ritual, por otra parte, los mensajes canónicos trascienden la temporalidad. Los mensajes autorreferenciales representan lo inmediato, mientras que los canónicos representan lo general. Rappaport añade que "los mensajes autorreferenciales y los mensajes

canónicos no se transmiten en rituales separados, sino que sus hilos se entretejen en todos los órdenes litúrgicos" (Rappaport 2001, 98). Esto significa que mientras los mensajes canónicos se basan en lo planteado por la liturgia —lo invariable—, los mensajes autorreferenciales se basan en la posibilidad de lo variable dentro de la liturgia.

### *1.2.3.7. Símbolos e índices en las dos corrientes de mensajes*

Los mensajes canónicos suelen contener significados espirituales y se basan en símbolos. Por símbolos, Rappaport entiende a "signos que mediante una ley o una convención están asociados a su significado" (Rappaport 2001, 99). Pero también, los mensajes de los rituales, en especial los canónicos, pueden contener íconos, pero todas estas representaciones icónicas descansan en el símbolo, es decir que anterior a su diseño se tuvo que haber pensado en palabras. Además de los símbolos e íconos, el mensaje también puede hacer uso de índices. El autor expone un par de ejemplos sobre los índices: el sarpullido que puede indicar viruela y la cola abierta del pavorreal que demuestra deseo sexual; y con base en estos ejemplos podemos establecer que lo que se indica es solamente un significado que está provocado por un estímulo, es decir la situación es natural.

Pero el ejemplo de Figan indica que la indexicalidad abre las puertas, aunque pocas, a la falsedad. Aunque el índice puede ser falsificado —siguiendo este ejemplo— o malinterpretado —como considerar que el conductor de un carro de lujo es el propietario y no el chofer—, "el ritual se apoya firmemente en índices que son virtualmente impenetrables a la falsificación y resistentes a la mala interpretación" (Rappaport 2001, 101). Esto no significa que los mensajes autorreferenciales del ritual estén siempre malentendidos.

Debido a que el lenguaje, en ocasiones, suele ser inexacto —como ejemplo tenemos a la palabra perro que significa el animal, pero algunos valores como éxito, grandeza y prestigio suelen ser inexactos— y se necesita de índices que demuestren su significado, se hace uso del ritual para representar estos significados. Pero también una acción puede representar intrínsicamente un significado en específico, como el caso de la danza entre los Maring de Papúa Nueva Guinea que significa prometer (Rappaport 2001). Ahora, una cosa es la promesa y otra es el cumplimiento de esa promesa; este señalamiento busca establecer que el entendimiento de los símbolos también tiene sus limitaciones.

Es por esto por lo que los mensajes rituales contienen dos tipos de información:

> Todos los rituales, tanto animales como humanos, llevan información autorreferencial sobre el estado actual de los participantes, que a menudo, por no decir siempre, se transmite más de forma indexada que de forma simbólica. La segunda clase, la canónica, se centra en los aspectos duraderos de la naturaleza, la sociedad o el cosmos, y está codificada en aspectos aparentemente invariables de los órdenes litúrgicos (Rappaport 2001, 104)

Rappaport insiste en el argumento de que los mensajes que se ofrecen durante el ritual, en muchas ocasiones —sino es que en todas—, no pueden ser transmitidos de otro modo, y si se llega a realizar de esta manera, las acciones pueden llegar a ser consideradas como triviales y carentes de sentido. En el caso de la práctica del yoga, el mensaje canónico es la práctica de ásanas, pranayama y meditación, como ejemplo tenemos a los textos del *Yogasutra* de Patáñjali y *Gheranda Samhita* que se supone fue escrito por Shiva. Por otra parte, los mensajes autorreferenciales podrían ser los valores como autorrealización, espiritualidad y deporte, dependiendo de la forma en que lo practique el yogui.

### 1.2.4 El sentido del ritual

Cuando se designa a ciertas actividades como "ritual", se hace una diferencia entre esas actividades ritualizadas y las que no forman parte de la categoría. Este acercamiento al ritual no ayuda a definirlo porque es necesario especificar sus categorías y características, tales como la actividad y comportamiento ritual, así como la actividad y el comportamiento que no lo son. Con el objetivo de construir una definición del ritual es necesario, en un primer momento, notar las diferencias entre otras actividades similares como las ceremonias.

Principalmente, los intentos para definir al ritual estuvieron de la mano de los antropólogos Monica Wilson, Max Gluckman y Jack Goody. Las críticas a sus definiciones giran en torno a que no abordaron a los rituales indígenas y abarcaron únicamente los rituales occidentales. Estas teorías realizan dos distinciones principales: i) rituales y demás actividades, y ii) rituales y otras formas de acción humana. La primera distingue entre ritual y técnica y demuestra que los fines del ritual suelen ser simbólicos más que instrumentales; además hace una diferencia entre el ritual y las actividades pragmáticas.

Es inevitable la distinción entre el ritual como irracional en contraste con actividades racionales. Al respecto a esta última distinción, el antropólogo polaco Bronislaw Malinowsky sostiene que el ritual mágico tiene propósitos, mientras

que el ritual religioso no los tiene; esto se debe a que el ritual religioso sería una forma de eliminar la ansiedad y el miedo del individuo. En este mismo sentido, V. Turner especifica que el ritual es una forma de drama social. Otro problema entre lo racional y lo irracional surge al utilizar conceptos alejados a los rituales de ciertas comunidades.

Por otra parte, una tendencia del ritual sugiere que es un aspecto de toda la actividad humana. En esta escuela de pensamiento se encuentra Rappaport, quien, como acabamos de mencionar, considera al ritual como una forma de comunicación. Esta perspectiva implica que el ritual es una forma de continuidad y formalidad: "Él argumenta que los rituales comunican en virtud de su características formales más que de sus características simbólicas o expresivas, a pesar de que estas son las características que él considera distintivas del ritual" (Bell 1992, 72)

Similar a la teoría de Rappaport está la de Mary Douglas quien sostiene que las actividades rituales son aquellas que se han diferenciado de las demás por su eficacia mágica, lo que implica una comunicación entre la sociedad y el mundo sobrenatural. Por otra parte, el etólogo Sir Julian Huxley utilizó el término de ritualización para referirse a formalización de actividades con el objetivo de mejorar la comunicación. Pero uno de los problemas de esta teoría es que relaciona al ritual con las acciones comunicativas y después menciona que el ritual es parte de la mayoría de las actividades, lo que relativiza la teoría haciendo que cualquier actividad puede ser considerada como ritual.

Estas teorías demuestran que el ritual no es una actividad claramente diferenciada de las demás acciones humanas y la problemática de querer observar al ritual dentro del conjunto de todas las actividades sociales. Una solución para estos problemas sugiere observar cómo las mismas personas distinguen y priorizan ciertas actividades de otras, más allá de establecer categorías desde una óptica exterior y forzosamente implica conocer el contexto y la sociedad misma. Es así como Bell entiende a la ritualización como "la manera en que ciertas acciones sociales se distinguen estratégicamente ellas mismas en relación con otras acciones" (Bell 1992, 74). En esta misma sintonía surgen concepciones como lo sagrado y lo profano, además de privilegiar actividades que trascienden de la agencia humana.

#### *1.2.4.1 La praxis o práctica*

Una primera forma de actividad que se puede diferenciar fácilmente es la práctica, concepto clave para la construcción de la teoría antropológica contemporánea.

Dentro del pensamiento de Karl Marx tiene dos sentidos. El primero busca describir la naturaleza y la actividad humana, el filósofo alemán tiene como objetivo llevar a la práctica lo planteado por Hegel y Feuerbach para transformar la existencia humana. Dentro de esta propuesta, de nuevo se crea una dicotomía entre sujeto y objeto (conciencia y realidad) que es mediada por la práctica.

El segundo sentido está estrechamente relacionado con la teoría: "es una relación dialéctica en la que la práctica tanto actualiza y prueba a la teoría mientras que también provee la información para continuar con la teoría" (Bell 1992, 75). Esta perspectiva dota a la teoría un lugar privilegiado para la actividad política. Pero ambas perspectivas enfatizan a la creatividad sobre el simple hecho de la reproductividad de la práctica.

Una de las críticas hechas a Marx es que no llegó a analizar el orden simbólico de la cultura y solamente se ciñó a la actividad práctica. Para remediar esto, Marshall Sahlins propuso el término de "praxis cultural" que busca articular las dinámicas que no pueden ser reducidas a una parte de la dicotomía entre estructura e historia o lengua y lenguaje. A pesar de que se considera que la práctica es la mediadora entre consciencia y ser social, en el pensamiento de Marx continúa siendo considerada como secundaria: "la práctica realmente no es mediadora: es 'construida' con el fin de generar una abstracción sintética que sirve como el objeto y el método de un discurso en particular" (Bell 1992, 77–78).

Por otra parte, el sociólogo francés Pierre Bourdieu también analiza a la práctica y señala que en sí misma es una dicotomía entre el objetivismo y subjetivismo, lo que implica que, como se mencionó anteriormente con relación al método y el objeto, el método y el objeto se constituyen a sí mismos. El concepto de habitus sirve como ejemplo de una práctica real, mientras que acción y estructura son construcciones teóricas. El sociólogo francés apela al sentido común dentro del habitus y es gracias a este sentido común que conocemos las formas de actuar en ciertos escenarios, desde situaciones de la vida cotidiana hasta celebraciones específicas como una boda o un cumpleaños.

La práctica es considerada como un término no irreductible de la actividad humana. La autora utiliza el concepto de práctica para resaltar cuatro características de la actividad, en sus palabras: "La práctica es (1) situacional; (2) estratégica; (3) incrustada en un desconocimiento de lo que realmente se está haciendo; y (4) permite reproducir o reconfigurar una visión del orden del poder en el mundo, o lo que llamo 'hegemonía redentora'" (Bell 1992, 81).

Es situacional porque adquiere sentido en un contexto específico. Es inherentemente estratégica, manipulativa y conveniente, lo que significa que implica la realización de esquemas, tácticas y estrategias situacionales. Por otra parte, la falta de reconocimiento de sus objetivos implica también una falta de reconocimiento de sus límites y barreras, o sea, hasta dónde puede llegar. La última y cuarta característica es la dinámica motivacional de la agencia, que está relacionada al concepto de hegemonía porque se distingue entre dominantes y dominados, y es así como los individuos actúan en referencia a las relaciones de dominación que se construyen a partir de ciertos valores y obligaciones.

En suma, la hegemonía es una orientación para la acción de los individuos y un marco de partida que define lo prohibido y lo permitido. El ritual, comenta la autora, comparte estas cuatro características de la práctica. Por último, para comprender a la práctica y siguiendo los planteamientos de Louis Althusser, se necesita observar lo que se realiza en referencia a lo que se quiere lograr: "podemos decir que la práctica ve lo que intenta lograr, pero no ve las estrategias que utiliza para producir lo que logra" (Bell 1992, 87).

### *1.2.4.2 Ritualización*

El término de ritualización fue principalmente analizado por dos autores: el trabajo de Gluckman y la perspectiva etológica de Huxley. Gluckman trató de llevar el término más allá de lo generalmente considerado como religioso, tal como después lo demuestra Murray Edelman en sus estudios sobre los conflictos políticos y el autor concluye que la ritualización es "un proceso al que se somete una relación conflictiva con el objetivo de facilitar tanto la escalada como la resolución de una lucha que de otro modo destruiría la relación" (Bell 1992, 89). De la misma manera, el trabajo de Huxley sirvió para ampliar el término del ritual más allá del campo religioso e influyó en el trabajo de Roy Rappaport y John Beattie. Otro ejemplo es lo planteado por Eric Hobsbawm cuando señala que la ritualización es un proceso de las sociedades modernas para inventar tradiciones.

Comúnmente se piensa que el ritual es una manera sutil de dominación, es decir que, "las formas rituales de comportamiento son vistas para controlar a partir de la definición, la modelación y la comunicación de las relaciones sociales" (Bell 1992, 89). Es por esto que la ritualización es considerada como la forma en que se modelan y se legitiman ciertas relaciones sociales y sus valores.

La autora, tratando de realizar su propia definición de ritualización, comenta que es necesario comparar la ritualización, entendida como práctica, con otras actividades para poder conocer su significado en virtud de esta confrontación. Es así como la ritualización implica la diferenciación entre prácticas privilegiando ciertas actividades en una misma cultura. Pero también es una forma de actuar que construye un privilegio con el objetivo de evocar importancia y estatus. Como ejemplo tenemos a la cena de navidad que privilegia el acto de comer diferenciándolo de la comida común gracias a distintas características como la reunión familiar en un momento y lugar específico.

Con este ejemplo se podría decir que la ritualización se debe a la repetición de tradiciones ancestrales apegadas a la liturgia. Pero es necesario señalar que la ritualización no implica únicamente actuar de forma repetida: el acto de la comida es el mismo pero la ritualización privilegia la cena familiar por sus características. Es así como el ritual se define principalmente por la diferencia. Lo sagrado y lo profano son formas de diferenciación, por lo que la ritualización, a partir de estos conceptos, sería entendida como la sacralización de una actividad. Mientras que Durkheim sostiene que el ritual y la religión están en referencia a lo sagrado; Bell, contrario a esto, señala que es a partir de las acciones diferenciadas que se crean las nociones de ritual y la religión.

Algunos autores consideran que las características generales del ritual son la formalidad, la permanencia y la repetición. La formalidad y la repetición son fundamentales para las funciones comunicativas del ritual, justo como Rappaport lo menciona. Por otra parte, la permanencia sirve para que el ritual funcione como modelo autoritario. Pero la autora considera que más que ser características del ritual, son estrategias de ritualización porque actuar de esta manera privilegia ciertas prácticas frente a otras.

En relación con esto, la autora comenta que la informalidad también puede ser característica del ritual, y en muchas ocasiones, esto se debe a una oposición a la formalidad de un ritual, siempre y cuando los actores se comprometan a su realización. Es así como el ritual no implica necesariamente repetición o hábito, sino que solamente implica la reproducción periódica —puede ser infrecuente— de ciertas actividades. Por último, la autora, al comentar que "Las estrategias de la ritualización están particularmente enraizadas en el cuerpo, específicamente, en la interacción del cuerpo social dentro de un entorno espacial y temporal construido simbólicamente" (Bell 1992, 93), enfatiza a la agencia del cuerpo de los individuos dentro del ritual.

## 1.3 Perspectiva global del escenario religioso contemporáneo

El fenómeno actual de la religión abre las puertas para repensar al fenómeno desde las ciencias sociales: su función social, su práctica, su recepción en ciertos grupos sociales y la identidad religiosa que crea. Este fenómeno ha sufrido una serie de constantes cambios y transformaciones a nivel global. Uno de los principales aspectos que cambiaron fue que, en la mayoría de las ocasiones, la pertenencia del creyente a alguna organización religiosa no está claramente definida, pues ahora es posible que el individuo pueda construir su religión individual a partir de la apropiación y domesticación de ciertos recursos de diversas religiones.

Debido al proceso de globalización, la religión se inserta en las dinámicas de la modernidad desde donde se proponen nuevas formas de identidad, rituales y organización religiosa que, en repetidas ocasiones, surgen a partir de la reinterpretación de planteamientos de religiones tradicionales[16]. Además, es por esta razón que la noción tradicional de la fe se ve remplazada por la experiencia —tanto a nivel social como individual—, y la idea de la salvación por una realización o autorrealización en el mundo actual. Por lo tanto, cambian también la función y el propósito de la religión.

La globalización también abre las puertas para una reflexión global sobre los fenómenos mundiales, es por esto por lo que comienza un cuestionamiento sobre el roll social de la humanidad sobre el mundo y a la vez, del individuo y su ética. El arribo de nuevas religiones a ciertos territorios es en gran medida lo que provoca estos cuestionamientos. Cabe resaltar que la globalización también provoca uniformidad sobre los preceptos religiosos, es decir, todas las religiones parecen ser cada vez más similares. Como la práctica del yoga y la creencia en el tarot que parece ser que tienen el mismo objetivo: la práctica espiritual y la autorrealización.

Sobre el yoga, a pesar de su popularidad y el aumento de centros especializados en la práctica desde los años 50s, no ha habido una conversión notoria hacia religiones matrices de la disciplina como budismo o hinduismo. Es lógico suponer

---

[16] El autor Peter B. Clarke, del que retomo bastantes planteamientos para la construcción teórica de esta sección de la tesis, en su libro *New Religions in Global Perspective* (2006), hace uso de los conceptos *traditional religions* y *mainstream religions*. Por *traditional religions* se refiere a las religiones tradicionales como catolicismo, cristianismo, budismo, hinduismo, entre otras; mientras que con *mainstream religions* se refiere a las religiones convencionales, es decir, a las religiones globalmente populares como el Tarot, Wicca, neo-hinduismo y neo-budismo (es decir, formas globales y popularizadas de las religiones tradicionales).

que esto se debe a que algunos de los centros donde se ofrece la práctica también suelen ofrecer otros servicios como meditación, cábala, cursos de mindfulness, asesorías de vida —que son practicados como recursos fragmentados de distintos sistemas religiosos y no exigen la conversión a alguna religión sino simplemente la práctica—; o bien, otras prácticas seculares como pilates, diversos estilos de baile o ejercicios de crossfit que, como veremos en el capítulo 3, pueden ser practicados desde una perspectiva espiritual o simplemente como actividades sin relaciones con lo religioso o espiritual.

### 1.3.1 El surgimiento de los nuevos movimientos religiosos

Para su análisis, el sociólogo británico Peter B. Clarke constantemente utiliza el concepto de "nuevo" y establece las dos acepciones que puede tener: i) lo que para ciertos individuos significa nuevo, es decir, las propuestas religiosas novedosas que arriban a un territorio, y ii) las nuevas formas de pertenencia a las agrupaciones religiosas. El autor subraya que en vez de considerar a estas nuevas religiones como culto o secta, como comúnmente se hace, decidió utilizar el concepto de nuevo porque estas consideraciones contienen una connotación peyorativa.

El autor apunta que "Las dinámicas de las innovaciones religiosas son, en consecuencia, complejas y variables, delineadas por diferentes escenarios de condiciones sociales e históricas, sistemas religiosos y culturas" (Clarke 2006, 14). Este comentario denota la importancia del territorio para el fenómeno religioso, contrario a la innovación religiosa per se, sin considerar al territorio como comúnmente se cree. El concepto de nuevo, además de que ayuda a estudiar los diferentes usos de rituales y creencias, también denota los nuevos significados y funciones religiosas establecidas en distintos contextos sociales.

Los nuevos movimientos religiosos (NMR) arribaron a los territorios fuera de su lugar de origen por diversas rutas de entrada y fueron bastantes y diversas las formas en que estas religiones arribaron a distintos continentes. A su llegada y establecimiento, muchos integraron elementos de otras religiones a su canon de creencias. En bastantes ocasiones, estos elementos suelen ser de las religiones previamente establecidas en estos lugares, y en otros casos, los elementos pueden llegar a ser seculares, como el caso del yoga y el *fitness*. El autor subraya que, entre los NMR y las religiones preestablecidas, se desarrolló un proceso sincrético, es decir, compartieron y apropiaron recursos entre ellos. En este proceso es obvia la interacción entre las religiones.

Estas claves para entender al fenómeno proponen que, lejos de que haya un proceso de desplazamiento al momento de la disputa por el territorio entre los NMR y las religiones preestablecidas, lo que generalmente sucede es una reformulación de los planteamientos entre ambas religiones. Concepciones como el bien, el mal, dios, la salvación, entre otros, adquieren nuevo sentido. En el caso del yoga, se presentan dos reformulaciones del elemento espiritual: se sincretizó con perspectivas judeocristianas sobre dios y el bien; o bien, se remplazó con elementos sincréticos como gimnasia y deporte.

Clarke apoyándose en los estudios del sociólogo Bryan R. Wilson, apunta que generalmente los NMR se caracterizan por: la laicidad, la gestión de su espiritualidad y el desinterés en el papel del clero. Un actor importante son los gurús, quienes llegan a ser considerados como quienes establecen el contexto y el punto de partida para que los seguidores se unan y se mantengan en el movimiento. Algunos seguidores no los consideran indispensables, mientras que otros les confieren más autoridad de la que ellos buscan.

Por último, el autor también se apoya en los planteamientos de Richard Gombrich y Gananath Obeyesekere quienes plantean que la mayoría de los NMR sufrieron un proceso de "protestantización" o democratización de la religión. Esto significa que acrecentó la individualización y disminuyó la importancia de lo religioso debido a las constantes críticas hacia las instituciones eclesiales, lo que provocó que las religiones tradicionales comenzaran a ser consideradas como deficientes por su falta de "crecimiento individual". De esta manera, la nueva idea de practicar la espiritualidad ya no implicaba necesariamente participar o pertenecer.

#### *1.3.1.1 Las características de los NMR*

Existen coincidencias entre la variedad de NMR, por ejemplo: las consideraciones sobre el milenio, el nuevo orden, el cielo en la tierra, entre otras. Pero generalmente buscan una transformación del mundo y para lograr esto, consideran necesario, en un primer momento, que el individuo se conozca a sí mismo y al mundo a su alrededor. Clarke apunta que: "Siguiendo esta línea de pensamiento, los NRM, pueden ser entendidos si son vistos como movimientos de transformación mundial que expresan el deseo humano para el bienestar" (Clarke 2006, 15).

El culto a lo ancestral que suelen compartir muchos NMR, significa una idealización de lo auténtico y lo original de ciertos aspectos de las religiones. El milenarismo, por su parte, implica la transformación de la vida en la tierra a través

de prácticas espirituales. Estas nuevas prácticas espirituales suelen ser transformaciones de rituales sagrados que, a su vez, significan un cambio en uno o más elementos del sistema de creencias.

Los NMR suelen combinar psicología y religión, y se motiva a que el individuo, a partir de ciertas formas de terapia y de medicina alternativa, encuentre lo sagrado dentro de su verdadero yo. Esto implica que el culto a un dios ya no es el objetivo único, y aunque hay posibilidad de ejercerlo, no es la finalidad principal; el fin primordial es la introspección en búsqueda de lo sagrado. Esta divinidad del yo implica, no solamente el desarrollo de poder, dinamismo y fuerza para el individuo, sino la eliminación de la tristeza, el malestar y la decepción. Estas formas de terapias alternativas también ayudan a que el individuo pueda realizar efectivamente su empleo. Se parte de la idea de que la alienación provocada por el sistema económico capitalista, además de separarlo de la mercancía, lo alejó de su verdadero yo, y es por ello por lo que se necesita volver a ese estado de armonía para correcta realización. No solamente es el empleo, de esta manera también se lograría un éxito a nivel individual y social.

Estas dos últimas características: la búsqueda del yo sagrado y el éxito individual que se puede ver expresado en el triunfo en el empleo, son aspectos que se pueden observar en el yoga. Más adelante, en el capítulo 4, al profundizar en las respuestas que dieron los practicantes del yoga en referencia a su práctica en la colonia Roma Norte podremos corroborar esto. Pero se puede adelantar que en la mayoría de las instituciones donde se practican yoga, sino es que en todos, la búsqueda del yo sagrado es un tema constante; además, bastantes alumnos llegan a declarar que gracias a la relajación y eliminación del estrés que ofrece el yoga, han llegado a tener un mejor desempeño en sus trabajos.

Clarke menciona que "Sensibles a este creciente interés en la autosuperación a través del trabajo, más de una compañía han alentado a sus empleados a tomar cursos, a menudo ofrecidos por los NMR, con el interés de que aumente su motivación y mejoren su desempeño" (Clarke 2006, 11). Uno de los cursos más recurridos son las clases de yoga dentro de oficinas y centros empresariales, donde se sirven del carácter físico para exponerla como una práctica secular. A pesar de que la tesis no tiene por objetivo investigar este aspecto…

Los seguidores de los NMR suelen asemejar un roll de cliente. No solo se puede ser parte de distintos NMR, sino que también, si así lo desea el individuo, puede mantener su religión de nacimiento. Esto provoca una amplia discusión sobre la conversión, pues como se mencionó anteriormente, no está bien delimita-

da. Hay muchas hipótesis al respecto de esta situación, pero comúnmente se suele creer que se debe a que el acercamiento del individuo a los NMR es pragmático y no se le motiva a que conozca las religiones matrices de los recursos religiosos. Sobre la pertenencia a una organización religiosa, Clarke apunta que "Desde una perspectiva de los NMR, uno puede no solamente ser espiritual y/o religioso sin pertenecer, incluso, como lo hemos visto, sin creer, como en el término entendido en religiones basadas en el destino, como el cristianismo" (Clarke 2006, 307)

La organización en los NRM asimila a formas seculares de dirección, administración y comunicación, similares a las de una empresa. También suelen ser más inclusivos y empáticos hacia las problemáticas sociales y de esta manera, proponen una serie de normas y valores para enfrentarlas. Además, suelen integrar diferentes aspectos de distintas religiones a su sistema de creencias, estos aspectos pueden ser tanto sagrados como seculares.

El autor encuentra ciertos elementos en común entre los NMR y MNA: i) la búsqueda por una comprensión espiritual y la verdad última, lo que los opone a la religión basada en credos; ii) el abandono de la fe y la búsqueda por una experiencia personal; iii) nuevas perspectivas sobre la vida religiosa (nuevas en comparación con el cristianismo tradicional o el catolicismo) y; iv) la creencia de que el mal es el provocador de todos los problemas: ignorancia y obstáculo para conocer el verdadero yo.

Los NMR y las nuevas formas de espiritualidad se encuentran en constante referencia con las religiones tradicionales. Según Robert Bellah, una de las características de la religión moderna es el colapso de la estructura jerárquica, tanto de la estructura institucional como del sistema de creencias. La Reforma Protestante (S. XVI) provocó el abandono del principio de salvación mediada por alguna institución religiosa, y de esta manera, la religión se hizo accesible a todos independientemente de su situación material o espiritual. Además, la acción religiosa se consideró como apta para la vida cotidiana. Es así como, debido a la estrecha relación entre NMR y las religiones tradicionales, los NMR rechazan la institucionalidad.

Bastantes NMR suelen contener una concepción pre-copérnica del mundo, la cual consiste en observar al universo como un conjunto fuerzas, poderes y espíritus, algunos de ellos peligrosos para al mundo. El retorno a esta concepción, además de buscar construir una identidad que trascienda la temporalidad (presente y pasado), busca regresar a una perspectiva del mundo no exclusivamente científica, con el objetivo de inclinarse hacia la subjetividad y al trabajo individual.

Contraria a la percepción cristiana de que el humano es pecador y defectuoso y, por lo tanto, necesita de la intervención divina para su bienestar, los NMR consideran que el humano no está tan corrompido y por lo tanto puede salvarse a sí mismo si así lo decide. El mal, además, no es considerado como algo que forma parte del individuo sino como una mera ignorancia que puede ser fácilmente aclarada a partir de la adquisición de ciertos conocimientos y la práctica de estos. La idea del destino no figura en los NMR, lo que los distingue sustancialmente del principio cristiano de la predestinación.

### *1.3.1.2 Hipótesis sobre el surgimiento de los NMR*

Las teorías sobre el surgimiento de los NRM son bastantes. Una las teorías que Clark menciona es la de Thomas Robbins, quien considera que la anomia y la alienación fueron factores de disgusto social que orillaron al individuo buscar una transformación, misma que era comúnmente ofrecida por los NMR, lo que provocó su aumento. Pero el autor considera que la teoría más lógica es la del estancamiento, la cual propone que el cambio y la innovación, después de periodos de relativa paralización, suelen ser factores para la producción de NMR.

En el campo religioso, las religiones luchan por lograr notoriedad y atracción, pero también una relación privilegiada con el sistema político para que les permita el desarrollo de su hegemonía religiosa. Cuando esta relación se logra, después de un periodo de tiempo, la religión suele llegar a ser objeto de crítica porque no logra abastecer las necesidades espirituales del grueso de la sociedad. Es por esto por lo que se abren las puertas a la pluralidad religiosa: para que las nuevas propuestas religiosas logren satisfacer las necesidades del ancho de los buscadores espirituales.

Pero estas propuestas teóricas no logran explicar el surgimiento de NMR en todo el mundo. Por ejemplo, en Europa y Estados Unidos, la oferta de NMR se debió a situaciones estructurales más que a un estancamiento. La creciente institucionalización de lo público provocó una uniformidad social que funcionó para que los individuos comenzaran con una búsqueda de carácter holístico que lo lograra conectar con él mismo y su mundo. Además, la secularización, la constante racionalización de la sociedad y la institucionalización de la religión —que mantuvo a la religión en el ámbito de lo privado y, por lo tanto, sin influencia ni propósito sociales— fueron factores que también incidieron.

Como acabamos de observar, no hay una sola teoría que pueda explicar el fenómeno global del surgimiento de los NMR, pero Clarke comparte la idea

del sociólogo Roland Robertson (1992), quien entiende a "Los NMRs como parte de una nueva, universal 'búsqueda de los fundamentos' provocada por los efectos relativizadores de la globalización" (Clarke 2006, 17). A final de cuentas, el surgimiento de los NMR se debe a variadas, diversas y particulares formas que, en gran medida, depende del contexto social en el que se desarrollen y establezcan.

### *1.3.1.3 El impacto de los NMR*

Clark considera que las religiones modernas consisten principalmente en que el creyente piense por uno mismo a partir de principios espirituales. Esto implica que el creyente tenga la posibilidad de elegir sus creencias, sus símbolos sagrados y sus prácticas espirituales. En general, se comienza con un proceso de individualización de la creencia, de la cual el creyente se hace cargo. De esta manera, se abren las puertas para el desarrollo del crecimiento espiritual que implica la autoperfección y autoliberación. Estas también son ideas base para los MNA.

En el proceso de secularización, el cual muchos autores consideran que es inexorable y es una tendencia de todas las sociedades modernas, los NMR no figuran como organizaciones que revivan el sentimiento religioso a pesar de que suelen ser versiones seculares de la religión. Esto, debido a que funcionan más como adaptaciones de lo religioso en los contextos sociales e históricos en los que se establece.

Posterior a la reforma protestante, los NMR asumen las características de la religión moderna y las promueven bajo el supuesto de que el desarrollo espiritual y religioso implica una madurez personal. Algunos NMR difieren de la reforma protestante, por ejemplo, muchos consideran que las respuestas espirituales no solo se encuentran en una organización religiosa, lo que implica la múltiple pertenencia; situación a la que se opone el calvinismo. Incluso, hay algunos NMR que consideran que estas respuestas pueden no solo ser encontradas en organizaciones religiosas, sino también en asociaciones seculares; esto abre las puertas a la búsqueda espiritual en manifestaciones artísticas como la música, por poner un ejemplo.

Algunos autores llegan a considerar que el impacto de los NMR no se debe únicamente a las dinámicas del protestantismo, sino también a las concepciones de religiones orientales popularizadas, principalmente a la salvación no mediada y responsable. Es por esto por lo que los principios de las religiones orientales han funcionado como mediadores de las nuevas formas de practicar la religión, tanto

en el contenido, el entendimiento de esta, la organización y la forma en que se practica. Cada vez suelen ser más utilizados los términos de karma, dharma o liberación, así como las concepciones de que dios es una fuente de realidad trascendente y algunas formas rituales como yoga.

Mientras que en Asia, algunas religiones como el budismo e hinduismo cada vez se asemejan más a una iglesia católica, en términos de estructura y canon de creencias, en occidente "Muchas de las creencias y prácticas que derivan de religiones orientales, incluyendo el nirvana, el karma y el yoga, están viendo su significado y propósito cambiar radicalmente mientras llegan a ser consideradas desde el punto de vista del utilitarismo" (Clarke 2006, 309). Uno de los objetivos de esta investigación es demostrar este argumento del autor: cómo el yoga llega a ser utilizado como una disciplina para practicar ejercicio como si fuera un deporte o gimnasia.

Los NMR son expuestos a la hibridación, son extraídos de su matriz cultural y entre más se expanden globalmente, pierden paulatinamente sus elementos matrices. Además, Clarke apunta que:

> Simultáneamente, en el caso de la religión, como muchos otros, el colapso de viejas barreras, doctrinales y rituales, bajo el impacto de la globalización y modernización, significa que todo está pareciéndose un poco a lo demás, creando la ilusión de similitud en todas partes, un proceso que en sí mismo puede actuar como el desencadenante de cambios y transformaciones que buscarán enfatizar las diferencias en contraposición a las similitudes (Clarke 2006, 309).

En el actual escenario religioso el rol de la religión tradicional cambia, pues se establecen normas, valores y respuestas a través de rituales preestablecidos. Desde los NMR se considera que el individuo puede llegar a sus propias soluciones mediante creencias y rituales de distintas asociaciones religiosas. Además, proveen una visión positiva de la naturaleza humana y de las causas del mal. Se considera que al final de la introspección se logrará un bienestar más útil que el ofrecido por el paraíso propuesto por la iglesia católica.

### 1.3.2 El exotismo religioso

En lugar de utilizar el concepto de religiones extranjeras para referirse a los NMR que arribaron y se desarrollaron en un contexto en particular, y posteriormente especificar en sus prácticas y creencias, la socióloga francesa Véronique Altglas

prefiere utilizar el concepto de recursos religiosos exóticos[17]; y a partir de aquí busca conocer cómo son apropiados y domesticados bajo la dinámica del exotismo religioso[18]. La autora plantea que los recursos religiosos exóticos son apropiados por los creyentes, pero se pregunta qué es lo que permite esta situación y en qué medida siguen en relación con los sistemas religiosos de donde provienen. Para tratar de responder estas interrogantes plantea al exotismo religioso como la relación entre los creyentes y los recursos religiosos exóticos. Es necesario resaltar que no implica una relación única y estática, sino un conjunto de relaciones.

Altglas subraya el hecho de que el encuentro intercultural implica un entendimiento individual y subjetivo, por lo tanto, una reinterpretación, traducción y selección de algunos elementos de las religiones. La autora aborda un poco la discusión sobre la otredad a partir de las preguntas ¿Quiénes son los otros? y ¿desde qué óptica se analizan, se comprenden y se tratan? Para esto, plantea que nadie es el "otro", pues lo "otro" implica una mirada etnocentrista.

A partir de esta discusión, la autora establece que el exotismo es una perspectiva que enfatiza la otredad de ciertos grupos, es decir, que los NMR son atractivos por la diferencia existente entre los grupos, pero esta relación enfatiza las diferencias más que solo dar cuenta de ellas. También considera que la romantiza y reclama los valores perdidos por la modernización occidental. Pero, contrario a lo que se podría suponer por estas dinámicas entre la otredad, el exotismo también puede manifestarse entre el individuo y su religión de nacimiento, como ejemplo tenemos a los judíos que son atraídos a la cábala y los islamitas que se relacionan con el sufismo.

La invención de oriente por parte de Europa estableció una mirada moderna y racional sobre occidente, mientras que oriente permanecía como irracional, mágico, místico y religioso. Por esta razón, se estableció una perspectiva utilitaria que le sirvió a Europa para colocarse como la región hegemónica globalmente. Esta perspectiva se nutrió con la de los románticos orientalistas quienes representaron, en el siglo XVIII, a su región como la que contiene todo lo que la occidentalización europea abandonó: el misticismo y esoterismo que se perdió en el proceso de modernización y racionalización de occidente.

De esta manera, la autora apunta que "los recursos religiosos exóticos son, en efecto, construidos y difundidos en los términos de aquellos quienes se apropian de ellos, es decir, como técnicas universales y flexibles para la realización del yo"

[17] En inglés el concepto es: *exotic religious resources*.
[18] En inglés el concepto es: *religious exotism*.

(Altglas 2014, 13). Por lo que se refiere a Tzvetan Todorov, plantea que al exotizar otras culturas se ignora su realidad, además de que se elogian sin conocerlas. Es por esto por lo que algunas disciplinas como el yoga se llenan de misterio y esoterismo que la hacen más interesantes y atractivas al público occidental. Lo provoca una discusión sobre qué tanto derecho tienen los creyentes de practicar estas disciplinas sin pertenecer a su matriz cultural.

La manera en que el individuo se relaciona con los NMR implica una traducción, interpretación y selección de algunos elementos de estas, lo que a la vez conlleva una domesticación de sus elementos. Por ejemplo, la apropiación de aspectos de la cultura vedanta hace al yoga familiar para el individuo, pero a la vez, los protege de una participación completa en las religiones matrices de estas prácticas. La occidentalización de las enseñanzas hindúes se debe a la forma en que son apropiadas y adaptadas en las sociedades europeas y americanas. El hinduismo suele ser una religión que acarrea poder simbólico debido a sus anclajes en India, país estrechamente relacionado con la espiritualidad. Una de las tesis de Altglas es la universalización, descontextualización y psicologización del yoga que, a pesar de su origen cultural, actualmente suele ser una técnica practicada para el desarrollo espiritual y la autorrealización.

La autora señala que "las enseñanzas vedanticas y cabalísticas han sido construidas, diseminadas y apropiadas en maneras en que reflejan deseos y expectativas que fueron, al principio, externas al hinduismo y judaísmo tradicional (Altglas 2014, 24). El romanticismo oriental del siglo XIX, los movimientos esotéricos de occidente y los movimientos contraculturales de 1960 contribuyeron para que las enseñanzas del vedanta funcionaran como formas místicas y misteriosas, y como fuentes de sabiduría interminables. Estas formas de conocimiento se relacionan misteriosamente con su opuesto: el occidente individual, materialista y secular. Es por esta razón que se espera que estas religiones alternativas llenen de vida y revitalicen a las sociedades occidentales.

La perspectiva que se tiene en occidente sobre India no demuestra a la India por sí misma, sino que es una perspectiva etnocéntrica que la romantiza desde el sentimiento de nostalgia hacia la espiritualidad que perdió occidente durante el proceso de racionalización. Es tanta la idealización que se olvida que India es un país alcanzado por la occidentalización y se le considera generalmente como un país total y exclusivamente espiritual. La autora señala que "Paradójicamente, en su manera de entendimiento de las diferencias culturales, este exotismo es autorreferencial: las representaciones de los recursos exóticos religiosos han sido formados

por deseos y consideraciones que fueron en principio externas a ellos, por lo tanto, la categorización del hinduismo o cábala como 'misticismo' en contraposición a una supuesta civilización occidental racional" (Altglas 2014, 58).

Basándose en los planteamientos de Richard King, Altglas señala que considerar a los NMR como "místicos", provoca su descontextualización, pues esta misticidad significa una forma de experimentar lo religioso fuera de las barreras institucionales de la religión. En muchas ocasiones, cuando la institución pierde legitimidad, los recursos exóticos religiosos son los que sirven a los creyentes para continuar con su búsqueda espiritual. Pero es necesario señalar que estas religiones fueron construidas desde occidente con el objetivo de resolver las tensiones y los retos de las sociedades industriales modernas.

### *1.3.2.1 Las lógicas del bricolaje*

El sociólogo de origen esloveno Thomas Luckmann trata de definir al bricolaje y señala que es una acción que busca la elaboración individual de creencias y prácticas desde distintas fuentes de diferentes contextos culturales, y significa la privatización de la religión. También considera que este proceso surge a partir de la creación de un sistema religioso individual caracterizado por todos los aspectos del sistema religioso, incluso el de ética, pero en este caso propuesto individualmente. Esto significa que el creyente fácilmente puede romper las barreras institucionales de la religión. De esta manera, los significados que se construyen individualmente son las fuentes de autoridad que rigen la religión personal. Altglas utiliza el concepto de autoridad personal[19] para describir este fenómeno.

En el contexto del posmodernismo —una nueva era donde la tradición y las grandes narrativas se ven derrumbadas— existe una inclinación hacia la pluralidad y lo local. En la religión, el bricolaje funciona como una forma individual de creación original y creativa que rompe las barreras de la religión tradicional y a partir de esta situación se crean perspectivas espirituales individuales. Para la práctica de lo espiritual, los creyentes ya no están forzados a pertenecer a un solo sistema religioso, sino que eligen elementos de muchos y varios de ellos para construir su sistema religioso personal.

Altglas, influenciada por los planteamientos de André Mary, hace algunas críticas a la idea de bricolaje porque i) debido a su relación con la práctica del hazlo tú mismo —o *do it yourself* (DIY)— implica reparación y el sistema de

[19] El concepto en inglés es: *self-authority.*

creencias individual creado a partir de esta lógica no necesita ninguna corrección; ii) Levi-Strauss, al definirlo, establece ciertas pre-restricciones, pero actualmente el número de fuentes consultadas puede ser ilimitada; y iii) la oferta de religiones está determinada por las relaciones de poder y el creyente no dispone de cualquier sistema religioso, sino que elige y adapta solamente los elementos de la religiones a los que tiene acceso. La autora también rechaza la postura posmodernista de "elige y mezcla", pues, al igual que Clarke, considera que existe todo un proceso en el que los recursos religiosos arriban a los contextos de adopción, contrario a la idea de "elige y mezcla" donde no se entrevé este proceso y se asume que el creyente tiene acceso a todos los recursos religiosos disponibles mundialmente.

El bricolaje es un proceso donde se domestican, y a la vez de des-etnitizan, estos recursos religiosos exóticos, con el objetivo de volverlos familiares para la población occidental. Lejos de ser indiferente a la otredad, se ocupa de ella, pero al apropiar ciertos recursos, rechaza otros. En el caso del yoga, lo que suele ser rechazado del neo-hinduismo son prácticas y enseñanzas con aspectos religiosos. La autora apunta que: "En efecto, la fascinación orientalista por una India permanente y espiritual, hasta ahora no ha llevado a una conversión masiva" (Altglas 2014, 73).

El bricolaje, como se mencionó anteriormente, depende del contexto social y cultural para que le disponga al creyente ciertos recursos religiosos. La otredad es importante en el proceso de bricolaje pues implica apropiación y domesticación. Además, el bricolaje es menos ecléctico de lo que se piensa, debido a que durante el proceso de occidentalización de los NMR se omiten sus particularismos. Por último, también depende del género y la clase, y por la responsabilidad en uno mismo, postura que fue provocada, según la autora, por las políticas neoliberales.

### 1.3.3 La relación entre los creyentes y los NMR

Altglas apunta que "El encuentro colonial con India y la ambivalencia hacia el judaísmo explica por qué el neo-hinduismo y la cábala son presentados por aquellos a quienes les importa la continuidad y legitimidad de sus religiones, pareciera encajar con las expectativas de su audiencia" (Altglas 2014, 60). Es por esto por lo que no es sorpresivo que el neo-hinduismo se haya presentado en occidente como una religión universal y socialmente relevante.

El budismo también fue parte de este proceso de racionalización y se le presentó como una religión preocupada por algunas problemáticas sociales como el deterioro del medio ambiente. En pocas palabras, estos recursos religiosos exóticos llegan a ser presentados como técnicas espirituales que pueden ser adoptados

por cualquier creyente con la posibilidad de no cambiar su religión de nacimiento, esto explica el porqué de su adopción sin que haya migración a las religiones matrices de estas llamadas "técnicas espirituales". La autora señala que "Su popularización ha implicado que ellos, en cierta medida, se vuelvan occidentales y se distancien de su cultura original; la búsqueda religiosa de sus discípulos es, por lo tanto, menos ecléctica de lo que podemos asumir" (Altglas, 2014: 61).

Como podemos observar, el carácter universal y ecuménico con el que arriban estas religiones a occidente les facilita su adaptación y adopción, pues son presentadas como un recurso independiente de su matriz cultural, por lo que el seguidor puede ignorarla a menos de que tenga intenciones de profundizar en ella. Por esta razón, el yoga llega a ser considerado como una técnica espiritual que rebasa las barreras de la cultura hindú, lo que le facilita su difusión y expansión universal. En el capítulo IV comentaré la manera en que los practicantes se relacionan con su práctica y se podrá leer que uno de los comentarios más comunes es que tienen conocimiento de que el yoga proviene de algún tipo de religión de la India.

La universalización contribuye a la domesticación debido a que durante el proceso de occidentalización se pierden de vista las particularidades y singularidades de las religiones. El movimiento neo-hindú de Vivekananda proponía una universalidad que fue influenciada por los pensamientos de Ram Mohum Roy, los Unitarios y los Teosofistas. Esto demuestra que el proyecto de universalización en el neo-hinduismo estuvo presente desde sus inicios. Además, la perspectiva de la religión vedanta propuesta por Vivekananda, al oponerse a las religiones de profetas, se presentó como una religión universal sin raíces históricas o culturales y regida por principios más no por individuos. Cabe resaltar que también se presentan como una religión incluyente de todos los individuos.

La universalización también facilitó el acceso para que los creyentes se acercaran a los NMR y los MNA, pero no tuvo en cuenta que la disponibilidad de estas depende del contexto social en el que se encuentre el creyente. A partir de la disponibilidad, estas religiones no se presentaron en su totalidad sino como recursos religiosos exóticos que el creyente podía seleccionar y adaptar a su religión individual. En este exotismo religioso mediado por el bricolaje, se presentaron algunas actitudes y situaciones entre el creyente y las religiones.

#### *1.3.3.1 Malestar y rechazo*

La expansión de un gran número de movimientos neo-hindúes en gran medida se debe a la fascinación por las religiones orientales en sociedades occidentales.

Cuando se logró este encuentro, se provocó, a la vez, cierto malestar y repulsión hacia las mismas. Los seguidores de estos movimientos suelen considerar a estas religiones, además de místicas y orientales, como un conjunto de prácticas y creencias que se pueden adoptar o rechazar fácilmente dependiendo de las necesidades y posibilidades del individuo. Esto se provoca, en parte, debido a la perspectiva que suelen compartir bastantes creyentes sobre que la verdad no se encuentra únicamente en una sola religión, y por lo tanto consideran posible experimentar y adoptar distintos elementos de distintas religiones a su alcance.

Cuando a los seguidores del yoga se les acerca la religión hindú suele haber un rechazo expresada en un envolvimiento en corto plazo o un superficial encuentro con ella. Al respecto, Altglas comenta que "A pesar del atractivo del conocimiento oriental y misterios cabalísticos, las enseñanzas de los movimientos neo-hindúes y el Centro Cábala no son adoptados por su carácter hindú/judío, el cual, de hecho, tiene el efecto de limitar su popularización" (Altglas, 2014: 63). La autora continúa su argumento y menciona que la difusión y expansión de estos movimientos suelen ser más eficientes cuando no son presentados como hindúes o judíos (en el caso de la yoga y la cábala respectivamente).

Que los creyentes solamente adopten ciertos aspectos del hinduismo y no se involucren totalmente en él implica que se menosprecie a la religión, sus normas, sus instituciones y su propuesta ética. Además, Altglas menciona que "La representación de la tradición hindú como flexible, tolerante, e inclusiva, a la cual la gente no se necesita convertir o conformar, refleja los deseos de individuos quienes secularizan y rechazan la autoridad religiosa. Por otro lado, permite crear seguidores que no están listos para abrazar las normas y prácticas hindúes en su conjunto, ignorar o mantenerse a distancia de los que es culturalmente perturbador" (Altglas, 2014: 77). Es así como el neo-hinduismo se adaptó al individualismo contemporáneo.

Mientras que los recursos religiosos exóticos son idealizados, la mayoría de los actores sociales luchan contra los sentimientos de incomodidad que provoca el carácter extranjero de los mismos. Para superar estos sentimientos se considera a las religiones como universales, lo que provoca que lleguen a ser considerados como técnicas para la autorrealización. Además, debido a que las instituciones que ofrecen este tipo de prácticas buscan superar las fronteras nacionales, religiosas y culturales, niegan que las prácticas tengan relación estrecha con el judaísmo o el hinduismo. Finalmente, un acercamiento pragmático, es decir utilitario y tecnificado, ayuda a que el creyente elimine el sentimiento de

malestar hacia la religión porque le permite adoptar ciertas prácticas, mientras elimina otras. Y a la vez, el pragmatismo legitima el bricolaje constantemente practicado por los seguidores.

### *1.3.3.2 Pragmatismo*

Las religiones orientales permiten que sus características sean seleccionadas y adoptadas sin la necesidad de la conversión a la religión matriz de las mismas. Esto, a la vez, abre las puertas para la exploración entre la pluralidad de características que se encuentran disponibles de estas religiones. También se hace énfasis en la utilidad de estas religiones, es decir, se llegan a considerar como filosofías o técnicas para la autorrealización, más que como un sistema religioso que implica prácticas, organización, el seguimiento de una ética y creencias.

La domesticación —hacer que los recursos religiosos exóticos sean familiares al individuo— del hinduismo permite y justifica la tecnificación del yoga. Se puede no conocer el hinduismo a fondo y aun así los seguidores pueden experimentar un trabajo espiritual dentro de la religión. Como podemos observar, hay una inclinación hacia la tecnificación y el pragmatismo del hinduismo. Esto se debe, en gran medida, al acercamiento occidental de los individuos a los centros a los que acuden. Incluso la figura del gurú, como se mencionó anteriormente, llega a ser usada con fines prácticos.

También tenemos el ejemplo de todos los practicantes de yoga entrevistados por Altglas quienes mencionaron que su relación con los centros de yoga no era en ánimos de pertenecer, sino solamente acuden a las clases y pueden no relacionarse de alguna manera con los otros seguidores fuera de las clases. Como podemos observar, incluso la comunidad entra en las lógicas de utilidad.

Sobre los rituales, la autora comenta que: "Los rituales son acciones simbólicas; ellos activan significados que se relacionan con la doctrina, cosmovisiones, o valores que son inevitablemente situados en una religión en específico y/o contexto cultural" (Altglas 2014, 69). Por esta razón es necesario subrayar que algunos profesores de yoga insisten en que el yoga es una técnica espiritual útil para el individuo; es decir, suprimen su carácter ritual, pues los rituales, como lo comenta la autora, refieren a una religión en específico, mientras que, al referirse al yoga como técnica, se hace énfasis en la domesticación que se le hizo a la práctica.

### *1.3.3.3 Adopción y domesticación*

A pesar de que actualmente el yoga es una práctica comúnmente recurrida, el sentimiento de lejanía hacia sus raíces culturales sigue presentándose entre sus practicantes. Además, es común la falta de atención hacia los lamas o figuras importantes del budismo e hinduismo, a pesar de que estas figuras son importantes para el desarrollo de los rituales y las religiones. Ciertos elementos como el lenguaje suelen ser desafiantes para los practicantes, el nombre de las ásanas y el nombre de los mantras son algunos ejemplos que podremos corroborar más adelante. Por esto, la necesidad de que la practicada sea domesticada es de suma importancia gracias a que el creyente logra encontrar familiaridad e intimidad con la religión y el sentimiento de extrañeza y distancia se elimina.

El bhakti, ramificación del hinduismo que enfatiza la relación entre el dios y el creyente, funcionó como respuesta al elitismo del brahmanismo, lo que facilitó el acceso a mujeres y personas de otras castas y, además, no implicaba necesariamente el ascetismo. Es así como el bhakti es la ramificación del hinduismo que, por sus características, se pudo exportar fácilmente mundialmente y se pudo adaptar en las sociedades extranjeras. Un ejemplo de esto es la presentación del gurú como profesor que no enseña la complejidad del hinduismo (y entre ella al yoga), sino una forma domesticada y tecnificada de yoga: solamente ásanas y respiraciones.

Principalmente, las dificultades con las que se encuentran los practicantes del yoga son con las formas rituales hindúes o budistas propuestos por algunos profesores, como por ejemplo las puyas que se practican en el CBCM. Esto, debido a que la situación religiosa en occidente, a la llegada del yoga, estaba construida a partir de la individualización religiosa, y la figura del gurú creó conflicto con esto, pues no permite la autorrealización a partir de un encuentro, elección y adaptación de ciertas prácticas y creencias que le beneficien al individuo, sino que, bajo las lógicas del budismo e hinduismo, necesita de las enseñanzas y de la figura del gurú para desarrollar su espiritualidad. Son pocos los creyentes que siguen todas las actividades de los centros de yoga y que llevan una vida casi hindú, pues la mayoría de los practicantes solamente se acercan a la práctica con fines como gimnasia o relajación.

Como se mencionó anteriormente, el encuentro de occidente con las religiones orientales provocó a la vez fascinación y repulsión, por esta razón, la domesticación permite que lo extranjero sea más familiar. Al respecto, la autora comenta que "Este proceso de 'domesticación' es central para el exotismo religioso: provoca que lo extranjero sea más predecible y familiar […] Como tal, permite la asimila-

ción de nuevos recursos culturales, aún a través de su universalización y descontextualización" (Altglas 2014, 75).

La domesticación y la descontextualización provocan que el neo-hinduismo pueda ser adoptado como una opción más de la espiritualidad oriental, que sea adaptable a las necesidades individuales, que pueda ser modernizado y tecnificado, además de que permite una participación en poco tiempo. Finalmente, debido a las lógicas del bricolaje, se da cuenta de las relaciones de poder desiguales entre occidente y oriente: oriente siendo utilizado y tecnificado, a placer por occidente.

Los seguidores suelen estar de acuerdo con la adaptación de las organizaciones religiosas en occidente. Es decir, su occidentalización se considera como positiva debido a la dificultad de los seguidores por adaptarse a las enseñanzas hindúes. Algunos practicantes de yoga que entrevistó Altglas, llegan a declarar que es necesario eliminar ciertas prácticas de los centros porque muchas personas no llegan a entenderlas, misma situación que veremos más adelante en el capítulo cuatro. Sobre esto, la autora concluye que "Mientras que las enseñanzas neo-hindúes son atractivas porque se cree que provienen de un "mundo aparte" que contrasta con las insuficiencias de las sociedades euroamericanas, son demasiado extranjeras para ser aceptadas tal cual y por lo tanto necesitan ser adaptables y flexibles, para que pueda ser un "artefacto occidental" (Altglas 2014, 78).

Por esta razón, la adaptación de una forma domesticada de religión en occidente es de crucial importancia porque permite que el individuo elimine el sentimiento de malestar y rechazo hacia esta, además de que le abre las puertas para que pueda adoptar ilimitada y libremente, recursos religiosos exóticos de distintas religiones para incluirlas en su religión individual.

### *1.3.3.4 Negar la religiosidad*

La organización del yogui Swami Sivananda, Divine Life Society, así como el maestro espiritual Sri Chinmoy, comparten el mismo proyecto de Vivekananda sobre la universalización del hinduismo. Es necesario subrayar esta agenda se basaba en la idea de una religión monoteísta. Por su parte, Swami Muktananda, fundador de Siddha Yoga, consideraba que no era necesario creer en el hinduismo para practicar yoga y poder recibir el shaktipat (una forma de energía interna) porque todas las religiones te llevaban al mismo fin. Además, tenía en cuenta que la institución no funcionaba como una religión, "Al declarar que Siddha Yoga no es una religión, Muktananda tranquiliza a la juventud contracultural que era crítica

de la educación religiosa y claramente responde a la ambivalencia de los discípulos euroamericanos hacia el hinduismo" (Altglas 2014, 123).

Durante el proceso de universalización, estos movimientos se presentaron como formas de conocimiento transnacionales. En un primer momento minimizaron sus aspectos religiosos, pero paulatinamente esto fue acrecentando hasta llegar a negarlos. La des-etnización es la manera en que se han reinterpretado las enseñanzas del hinduismo, entre ellas el yoga, para ser aplicadas en occidente y poder ser accesibles a toda la población. Se habla de des-etnización porque el hinduismo hace referencia a un territorio específico (la India), a un tipo de población en específico (organización en castas) y, al sufrir el proceso de occidentalización, se eliminan esos aspectos. Además, esos aspectos necesitan ser replanteados para que puedan ser aplicados universalmente, específicamente en un contexto occidental. El proceso de des-etnización surge de las reinterpretaciones de los principios que conforman a estos recursos religiosos exóticos.

Uno de los conceptos que la autora utiliza para ejemplificar la des-etnización es el de dharma. Primero señala que hay muchas interpretaciones del concepto, pero la que utiliza es que el orden cósmico determina el orden social y, por lo tanto, el dharma es el entendimiento de la organización social a partir del cosmos. Esto implica que los individuos, a partir de su casta, género y etapa en la vida, deben cumplir ciertos ordenamientos morales. Este entendimiento se aplica, de igual manera, a los extranjeros quienes no pueden ser parte o violar el dharma; por esta razón, el dharma solo puede ser efectivo en la India.

Es así como el neo-hinduismo rompió con los principios del hinduismo, específicamente con el de dharma. Este proceso comenzó cuando los colonizadores entendieron religión por dharma y argumentaron que el cristianismo era el "verdadero dharma". Posterior a esto, algunos intelectuales hindúes apropiaron este entendimiento y lo propusieron como un código de ética aplicable para toda la humanidad. Por último "En Europa y Norte América, Vivekananda presentó al dharma como un deber individual de autorrealización apartado de la organización social de la Inda y de esta manera aplicable a todos" (Altglas 2014, 132).

A la vez, la universalización de este concepto abrió las puertas para que la ley del karma pudiera ser aplicada a cualquiera sin importar su relación con el hinduismo, lo que significó que los deberes rituales pudieran no ser practicados a pesar de la persistencia de rituales hindúes en algunas organizaciones. Este proceso de descontextualización depende de actores, instituciones y procesos sociales, es decir, no puede ser ambivalente porque está relacionado con la fascinación por la

otredad que hace atractivas a estas religiones, y a su vez con el exotismo que busca resaltar las diferencias que se tienen con la otredad. Pero al exotizarse, se denota la repulsión por aspectos que se subrayan desde la otredad. Altglas apunta que "El bricolaje demanda recursos que son especiales y misteriosos mientras que al mismo tiempo son a-culturales y universales" (Altglas 2014, 139).

### 1.3.4 El panorama actual de los sistemas religiosos

Es claro que los movimientos neo-pentecostales han influenciado al escenario religioso de latinoamérica. Pero en general, los NMR que arribaron al continente han sido un fuerte golpe para la hegemonía de la iglesia católica y sus formas de evangelización. Es por esto por lo que la postura de la iglesia católica se ha flexibilizado cuando anteriormente era muy estricta en aspectos como la asistencia a misa, el diezmo y el cumplimiento de los sacramentos. Una de las primeras hipótesis que arroja Peter B. Clark es que mientras que en occidente las religiones individuales tienen mayor éxito, en el territorio donde las religiones tradicionales son las más practicadas, como por ejemplo el budismo en China, las religiones de desarrollo comunal tienen mayor éxito. Otra hipótesis es que los MNA sirvieron como vehículo para la expansión de las terapias alternativas.

El autor comenta que bastantes NMR han tomado el carácter de movimientos universales que principalmente se debe a su occidentalización e incremento de seguidores en occidente, principalmente en Estados Unidos. Estos NMR han sufrido todo un proceso de occidentalización que los expone a la sociedad provocando transformaciones, adaptaciones y cambios en la recepción que tiene la sociedad de esos contextos. El yoga también se encuentra en el marco de esta situación. Debido a la diferencia entre clases sociales, no todas las personas tienen el mismo acceso a la diversidad de religiones. Esto determina la pluralidad con la que se crea la religión individual, además de que da cuenta de que los recursos religiosos disponibles son determinados por el contexto social, es decir: las relaciones políticas, el sistema económico y la lucha de clases.

El yoga al que dispusieron a los practicantes occidentales fue un yoga domesticado y fuertemente influenciado por la retórica del MNA. Es por esto por lo que se llegan a realizar asociaciones entre conceptos como Dios (en el sentido judeocristiano) y a la ásana suryanamaskar —saludo al sol—, además de que permite que ciertos practicantes redescubran y refuercen su cristiandad a partir de la práctica. Esto no significa que lo hayan encontrado en lo "otro" sino que encuentran lo mismo con la ilusión de ser algo distinto.

Los procesos de occidentalización y universalización de los NMR provocan, entre otras cosas, tensiones con organizaciones religiosas anteriormente establecidas. Por ejemplo, entre la instituciones de yoga llega a haber conflicto en referencia a ciertos planteamientos: mientras que los gimnasios la consideran como un deporte, los centros religiosos lo consideran similar a un ritual donde se desarrolla el crecimiento espiritual y la autorrealización. Pero estos conflictos simplemente quedan en los planteamientos, hasta ahorita no habido registro de algún confrontamiento entre las instituciones; la disputa se encuentra en ganar practicantes, mismos que se logran en la "veracidad" de sus planteamientos. Es por esto que algunas instituciones llegan a definir al yoga como una "ciencia" debido a que buscan que sus planteamientos tengan el carácter de "la verdad".

Por otra parte, la popularización de las religiones implica su domesticación y des-etnización. Es por esta razón que los sistemas religiosos se presentan como formas universales de conocimiento trascendentes, eternos y rebasan las diferencias culturales, religiosas y nacionales. Bajo esta misma idea, se llega a considerar que el yoga no es exclusivamente hindú, o bien, se niegan sus raíces culturales. Respecto a la universalización y posterior disponibilidad de los NMR, Altglas comenta que:

> Generalmente, hacer que los recursos exóticos religiosos 'disponibles' para prácticas de bricolaje, potencialmente puede implicar: poner en escena particularismos mientras elimina referencias a ciertos conceptos y costumbres religiosos, reinterpretar principios nucleares que unen la religiosidad con una tierra y población particular (por lo tanto una des-etnización), minimizar o reinterpretar el significado de rituales, introduciendo nuevas prácticas, renovando el liderazgo y la membrecía a lo largo del tiempo, separando diferentes circunscripciones, adoptando un doble lenguaje, y ocultando contradicciones (Altglas 2014, 162).

La búsqueda por la autorrealización es un pilar central para el bricolaje. La autorrealización también da cuenta del panorama actual de la religión en el mundo actual donde ha habido un cambio hacia el individualismo y la subjetividad de los procesos y entendimientos religiosos. Los individuos, bajo esta lógica, suelen adoptar una actitud de domesticación y adaptación de ciertos recursos religiosos exóticos, en ánimos de satisfacer sus necesidades espirituales. Generalmente, algunas perspectivas que retoman son: crecimiento personal, bienestar, salud —

tanto física como espiritual— y relajación. Todas estas se ven claramente en la práctica actual del yoga.

Finalmente, esta forma de vida está basada, en su mayoría, por experiencias subjetivas, más que deberes u obligaciones externas a los individuos. Es así como la autoridad religiosa es individual y subjetiva, más que dictada por alguna institución religiosa. Por lo tanto, la búsqueda por la espiritualidad como fuente para la autorrealización, abre las puertas para que el individuo sea agente de su propia religión. La extensa variedad de sistemas religiosos a lo largo y ancho del globo no solamente demuestra la cantidad de estas, sino que también da cuenta la diversidad en las formas de creer, las maneras en que los buscadores espirituales se acercan a la fe y las nuevas maneras en que el desarrollo espiritual se reproduce y se entiende desde las instituciones y sus practicantes.

# Capítulo II

# Religión y yoga en América Latina

A lo largo de este capítulo se plantearán una serie de argumentos. En la primera sección, siguiendo el análisis de Jean-Pierre Bastian, trataré de analizar la situación religiosa en América Latina, es decir, cómo se configuró el continente para que actualmente pueda ser territorio con diversidad y pluralidad religiosa. Posteriormente profundizaré en la situación religiosa de México porque al ser un país latinoamericano comparte muchas características con el continente, pero también tiene sus particularidades. Específicamente, con base en los conceptos de Roberto Blancarte, analizaré los conceptos de laicidad y secularización y, de esta manera, la relación entre lo sagrado y la política del país, así como su puesta en práctica en la sociedad

Es así como podré concluir que México, similar a Latinoamérica, es un país donde la diversidad y pluralidad religiosa aumentó al momento en que se debilitó la hegemonía católica en el continente, y también es un país donde las dinámicas del bricolaje están presentes y de esta manera, cada individuo puede construir su religión personal a partir de elementos de diversas y distintas religiones. Por otra parte, mencionaré una serie de NMR de diversos cortes como pentecostales, religiones africanas, religiones cubanas y religiones asiáticas, por poner unos ejemplos, que surgieron y se formaron dentro del continente

En la segunda sección, con base en los planteamientos de Elizabeth De Michelis, Mark Singleton y Stuart Ray Sarbacker, daré seguimiento al proceso de occidentalización que sufrió el yoga en referencia a tres aspectos principales: personajes, instituciones que fueron principalmente inauguradas por estos personajes y procesos relacionados a estos dos primeros aspectos, que marcaron el desarrollo de la transnacionalización y occidentalización de la disciplina. Planteado esto, trataré de analizar la manera en que estos procesos afectaron al yoga, es decir, cómo fue que, de tener un enfoque en una meditación profunda o un desarrollo

espiritual entendido como la exclusiva dedicación a la disciplina, se modificó para ser practicada como una forma de gimnasia y se combinó con disciplinas como calistenia, fisicoculturismo y pilates. Así podré establecer conceptos que ayudarán a entender las características del yoga moderno occidental y serán de utilidad para comprender los estilos practicados en las instituciones que analizo.

Finalmente, en la tercera parte analizaré la manera en que el yoga, de la mano del MNA llegó a México y América Latina. No se podría definir en qué medida llegó primero al continente o al país, debido a que, como se comentó en el primer capítulo, son muchas y diversas las maneras en que los NMR surgen en distintos contextos. En un primero momento me detendré para explicar las características del MNA y sus organizaciones más representativas para posteriormente describir la manera en que, de la mano de gurús de estas organizaciones y posteriormente gurús formados en India, llegó a América Latina y se comenzaron a inaugurar instituciones en el continente. Por último y comenzando puntualmente la investigación que realicé, describiré la manera en que el yoga llegó a México, en gran medida gracias al trabajo de la Gran Fraternidad Universal, que comenzó a fundar diversos centros primeramente en la capital y justamente en la colonia Roma Norte, y posteriormente en otros estados como Guadalajara y Monterrey.

## 2.1 Contexto general de la configuración religiosa

La conquista de América en 1492 implicó el inicio de una transformación radical en la dimensión política, económica, social y religiosa del continente. En materia de religión, se impuso el catolicismo que sirvió como base para construir la cosmovisión de las sociedades latinoamericanas. Pero fue el culto mariano, del cual la Virgen de Guadalupe es la expresión más representativa dentro de nuestro país, el que funcionó como matriz cultural de dichas sociedades.

Según el sociólogo francés Jean-Pierre Bastian, el actual escenario religioso de América Latina comenzó a construirse a partir de los años setenta por diversas razones como: i) el arribo de NMR provenientes principalmente de Asia y Estados Unidos; ii) la lógica del mercado que comenzó a regir las relaciones entre la pluralidad religiosa, iii) los nexos entre la religión y la política; y iv) la progresiva pérdida de legitimidad del catolicismo y su incapacidad de imponer sus prácticas y cultos en la sociedad.

Entre los NMR provenientes de Asia se encuentran el hinduismo, el jainismo, el budismo, la disciplina yoga y diversos estilos de meditación. Por otra parte, las religiones provenientes de EE. UU en su mayoría fueron nuevas formas de protestantismos. Esta amplia oferta de religiones inauguró el mercado religioso donde el catolicismo se vio orillado a participar, y esta fue una de las principales razones que debilitaron su hegemonía.

### 2.1.1 El nuevo escenario religioso en América Latina

Durante el periodo de conquista, el catolicismo funcionó como unificador identitario de una sociedad estratificada en castas. Posteriormente, la independencia de América Latina de países europeos destruyó la estructura política que se había establecido anteriormente, pero mantuvo la identidad religiosa católica de los individuos de la sociedad latinoamericana. A partir de la segunda mitad del siglo XIX, comenzaron a llegar al continente NMR de corte cristiano provenientes de EE. UU. Estas agrupaciones religiosas se expendieron a lo largo del continente, comenzaron a establecerse y se adaptaron a las formas culturales y a las tradiciones de las zonas a las que arribaban.

Algunos autores suelen considerar a este fenómeno como un proceso de sincretismo, pero Bastian prefiere utilizar el término de *latinización* porque así hace referencia a una hibridación más que un sincretismo: “la hibridez está determinada por una demanda que se articula con la diversidad de tradiciones existentes y se muestra capaz de captar nuevas prácticas y discursos susceptibles de provocar que se

incremente el interés" (Bastian 2004, 164). En el caso latinoamericano, el aumento de seguidores de una agrupación religiosa se debe a su adaptación en la zona.

Este establecimiento de los protestantismos creó asociaciones religiosas protestantes que se oponían religiosa y políticamente al catolicismo nacional de esa época. No llegaron a afectarlo en absoluto, aunque es pertinente señalar que su agenda política funcionó como vanguardia porque en ese momento ninguna organización o partido político apoyaba al pluralismo religioso. Puntualmente, en 1861 apareció en el continente una tendencia política liberal, influida por las reformas borbónicas, que proponía una nueva constitución donde se establecía la libertad de culto y un estado laico, propuesta que amenazaba a la hegemonía del catolicismo. Finalmente, durante este mismo periodo, comenzaron a surgir minorías religiosas, muchas de ellas provenientes de Asia, pero aún no eran significantes en términos cuantitativos.

En 1955 se celebró en Río de Janeiro el Consejo Episcopal Latinoamericano (CELAM), que reafirmó la hegemonía jurídica y política del catolicismo al establecer a la religión como una guía que proponía conducir al continente por una misma ruta de conciliación de intereses. Bastian señala que "de esta forma, hasta los años cincuenta, la iglesia católica seguía ocupando una posición central reguladora a partir de la cual se organizaban todos los procesos religiosos que tenían lugar en la sociedad, incluyendo los que se desarrollaban fuera de ella o en su contra" (Bastian 2004, 258). Fue a partir de 1970 cuando se comienza a notar el progresivo debilitamiento del catolicismo en el continente debido a las lógicas de competencia que comenzaron a regir a la pluralidad religiosa. Esta situación no tenía importancia en términos cuantitativos, sino que fue hasta 1990 cuando se notó una reducción de seguidores del catolicismo (Bastian, 2004).

#### *2.1.1.1 Una nueva configuración religiosa*

Según Bastian, la actual configuración religiosa en América se debe a una serie de factores: i) el fenómeno migratorio, ii) la sociedad dual, iii) la transnacionalización y el arribo de organizaciones religiosas al continente, y iv) el establecimiento de un mercado de religiones a partir de la pluralidad religiosa. En primer lugar, el fenómeno migratorio del continente favoreció para que se construyeran nuevas identidades a partir de la sociabilidad religiosa de corte sectario. Por su parte, la sociedad dual presente en el continente provocaría formas de organización política dentro de sectores religiosos en sociedades desfavorecidas, debido a su privación de la participación política

La transnacionalización y surgimiento de NMR en el continente se debe en gran medida a la globalización y a la lógica del mercado. Como se mencionó anteriormente, la mayoría de los NMR que provenían de Asia y EE. UU, provocarían una pluralidad religiosa en el continente. Se habla de pluralidad religiosa y no de diversidad "ya que las diversas expresiones religiosas eran parte de una totalidad religiosa orgánica y jerárquica en la que cada una de ellas tenía su lugar y sur rango" (Bastian 2004, 160), mientras que la pluralidad implica una multiplicidad de ofertas de diversos sistemas religiosos. En este contexto de pluralidad religiosa comenzó la latinización, que según el autor comenzó en la década de los 70 y se debió principalmente a la combinación de elementos locales, nacionales y transnacionales dentro de estos sistemas religiosos.

Pero para el cristianismo significó un regreso a las dinámicas del neo-comunitarismo, entendido como una modalidad actualizada de convivencia y trabajo regido por la institución eclesial, así como también una pentecostalización, es decir, una imitación de estrategias pentecostales por parte de la iglesia católica; lo que provocó un cambio que la figura autoritaria del sacerdote cambiara a una más carismática. Un ejemplo es el sacerdote José de Jesús Aguilar Valdés de México, sacerdote que ha participado en la televisión en programas de espectáculo y a su vez es líder de una iglesia católica (Barrera 2019). Este sacerdote, así como el actual papa Francisco, tienen una doble autoridad: burocrática y profética.

De igual manera se reformuló el discurso católico por parte de los sacerdotes y líderes eclesiales, debido a la necesidad de insertarse dentro de las lógicas capitalistas de la vida cotidiana. De esta manera, se comenzaron a utilizar conceptos como "superación personal" y "orientación de vida" —muy similares a la idea de *coaching*—. Es importante señalar que el elemento mariano ayudó a distinguir entre movimientos católicos y pentecostales. Esta reformulación de su discurso abrió las puertas para que nuevos diálogos llegaran a la comunidad católica. Entre estos nuevos discursos se pueden detectar propuestas de meditación new age con el objetivo de que el sujeto, sin abandonar su creencia católica, llegue a obtener una orientación de vida. Este nuevo discurso se puede detectar en las charlas de algunos sacerdotes (Meditación Trascendental, 2010).

Asimismo, el arribo de los pentecostalismos significó una reducción del número de seguidores del catolicismo. Quizás uno de los principales factores que influyeron en esto fue la participación de mujeres dentro de las iglesias cristianas, que funcionan como figura carismática y desplazaron a segundo plano a la figura del sacerdote. Pero fue hasta 1990 que se notó un aumento en el número de cristianos. Por

ejemplo, a principios de la década, el estado de Chiapas registró un total de 67.6% de cristianos (Bastian, 2004). Posteriormente este incremento, como el del caso de Chiapas, se notó principalmente en zonas conurbadas de las megalópolis.

La última causa que provocó la nueva configuración religiosa en el continente fue "una lógica de mercado impuesta por la globalización [que] estimula el desarrollo de movimientos religiosos latinoamericanos y les permite exportar su producción simbólica" (Bastian 2004, 159). Este último factor fue el determinante para que el catolicísimo se insertara en las dinámicas de competencia dentro del mercado de religiones. La lógica del mercado se basa, además de en la dinámicas de oferta y demanda, en la producción, la difusión y el consumo de bienes. El autor señala que "la aceleración de los intercambios y la transnacionalización religiosa hacen que en la actualidad las prácticas y los símbolos producidos en cualquier lugar del mundo puedan ser adoptados y puestos en prácticas por los actores y empresas latinoamericanas en tiempos reales" (Bastian 2004, 160).

Esta lógica del mercado rige a la pluralidad de organizaciones religiosas, pues todas las agrupaciones se encuentran inmersas dentro de la misma dinámica. Bastian considera que, contrario a la hipótesis de diversos autores que consideraban que en la actualidad el culto se privaría al ámbito personal, las nuevas ofertas religiosas, bajo la lógica del mercado, buscan reconquistar el espacio público debido a la constante competencia entre ellas. De esta manera, la llegada de NMR que causaron una creciente pluralidad en el continente provocó que el catolicismo y las religiones existentes comenzaran a competir por conseguir fieles. A su vez, la hegemonía del catolicismo se fue debilitando progresivamente debido a la relativización de su discurso de autoridad y a la perdida de seguidores.

### *2.1.1.2 El panorama religioso paradójico en México*

Según el sociólogo mexicano Roberto Blancarte, el estado laico implica actitudes no confesionales, es decir, el distanciamiento respecto a alguna organización religiosa y su eliminación en el ámbito público; pero específicamente "la laicidad puede definirse como un régimen social de convivencia cuyas instituciones políticas están legitimadas principalmente por la soberanía popular, y [ya] no por elementos religiosos" (Blancarte 2001, 847). Por otra parte, al concepto de secularización constantemente se le relaciona con el cambio de lo religioso a un ámbito sin religión. Pero el autor señala que "la secularización puede ser entendida como la manifestación del propio cambio religioso" (Blancarte 2001, 853) y este constante cambio puede provocar

algunos fenómenos como la individualización de las creencias o bien, su abandono. La estrecha relación entre estos dos conceptos —laicidad y secularización— se debe a la constante retroalimentación entre los mismos.

Para que el estado laico perdure, debe mantener sus bases en una sociedad que comparta la idea de un trabajo secularizado entre estado y organizaciones religiosas. El caso de la laicidad en México es especial debido su proceso de establecimiento y a los resultados que provocaron. Algunos antecedentes del estado laico en el país fueron: las reformas borbónicas, la agenda de los regímenes liberarles, la constitución de 1857 y las leyes de reforma de 1859 que fueron incluidas en la constitución de 1873. Estos dos últimos aspectos son de suma importancia porque iniciaron el proceso de laicización en el país.

Es necesario anotar que el gobierno de Porfirio Díaz, entre varios factores y organizaciones de corte revolucionario, también fue derrocado gracias al trabajo entre la iglesia católica y el Partido Católico Nacional, organización que posteriormente apoyaría a la gubernatura de Victoriano Huerta. Y aunque la agenda de la revolución mexicana provocó una laicidad secularizante al negar la participación jurídica de agrupaciones religiosas, las posteriores reformas de 1992 propusieron una laicidad más tolerante al establecer relaciones diplomáticas con la santa sede.

En la constitución mexicana, el artículo 40 contiene una referencia directa a la laicidad del estado, asimismo el artículo 3º establece que la educación pública —básica y media superior— deberá ser laica, es decir, sin la influencia de alguna asociación religiosa. También existe una ley secundaria sobre las asociaciones religiosas y culto público donde se menciona que el estado no trabajará conjuntamente, ni tendrá preferencia por alguna organización religiosa. En consecuencia, el estado mexicano es laico por el principio histórico de separación entre estado e iglesia durante la presidencia de Benito Juárez (1857-1872) y por las menciones constitucionales. Según Blancarte, la laicidad en México:

> Puede desarrollarse, en buena medida, gracias a una sociedad secularizada que le da sustento y es a su vez retroalimentada por las medidas políticas legales laicas y secularizadoras de nuestra historia; que estas corrientes ideológicas forman parte esencial de nuestra identidad nacional, que tienen fuertes tonos laicos y anticlericales y que constituyen una matriz cultural importante en el presente y el futuro de próximo de nuestro país (Blancarte 2004, 46)

Esto apunta a que en México persiste una estrecha relación entre las prácticas religiosas y las actividades sociales, además de que la iglesia católica constantemente interviene en la vida cotidiana de los individuos y funciona como mediadora entre la esfera política y la sociedad. También sienta las bases éticas para la construcción de opiniones respecto a ciertos temas, como, por ejemplo, el debate sobre el aborto y el divorcio entre personas del mismo sexo. De esta manera, el liderazgo clerical es una constante en América Latina, sin embargo, debido al mercado de religiones, el catolicismo y la pluralidad de religiones existentes, compiten en él con el objetivo de lograr una relación privilegiada con la esfera gubernamental.

Por su parte, Bastian apunta que "efectivamente, la lógica de mercado que rige las relaciones entre instancias religiosas se traduce en el plano político en una lucha por el dominio de los vínculos con el Estado y el espacio público". (Bastian 2004, 167). Actualmente, durante el sexenio de Andrés Manuel López Obrador, se han establecido relaciones con organizaciones religiosas como CONFRATENICE (San Martín 2019). Apoyándose en los resultados del Centro de Opinión Pública, el autor demuestra que actualmente, la mayoría de la población mexicana se opone a la participación política de la iglesia, lo que evidencia que la actitud de los creyentes y de la sociedad mexicana también es importante para el proyecto de laicidad del gobierno y el estado mexicano.

Algunos teóricos de la laicidad señalan que, junto con la secularización, son fenómenos actualmente en boga, pero el sociólogo francés considera que la laicidad está en peligro, por lo que propone el concepto de "laicidad amenazada" para poder comprender el proceso de reintroducción de elementos religiosos en la esfera de la política y la manera en que los líderes y las agrupaciones religiosas trabajan para recuperar los espacios anteriormente perdidos.

Según los postulados jurídicos establecidos en la constitución mexicana, el estado debe definirse como neutral ante las coyunturas religiosas y no demostrar inclinación hacia alguna organización religiosa. Por esta razón, las distintas agrupaciones religiosas se encuentran en constante competencia para asegurar una relación privilegiada con el gobierno, lo que orilla al estado a tomar medidas de apertura entre la pluralidad religiosa. A esto se le conoce, según Bastian, como la confesionalización de la política.

Estas dos dinámicas entre las que se encuentran las organizaciones religiosas: una lógica del mercado —que implica una individualización de lo religioso— y la confesionalización de la política —conquistar el espacio público y establecer relaciones con el gobierno— son situaciones paradójicas, pues implican tanto un

ámbito individual como uno público. En esta paradoja persiste la influencia de las organizaciones religiosas sobre la opinión popular, aunque los individuos pueden no inscribirse a una sola religión en particular y llegar a construir su religión personal a partir de la mezcla de elementos de distintas organizaciones religiosas.

En cuanto a la religión personal, Bastian señala que "cada individuo elige su cosmos sagrado en un mercado competitivo y no se priva de transitar de una expresión religiosa a otra" (Bastian 2004, 170). Pero es necesario señalar que persiste una diferencia entre la identidad religiosa y lo identitario, es decir, que actualmente la identidad religiosa no implica la identidad total del individuo, como sucedía anteriormente durante la época de la colonia. Además, aunque exista la religión personal, las organizaciones religiosas continúan promoviendo su culto como una creencia institucionalmente válida o correcta. También las bases morales de los individuos en México continúan funcionando en referencia a presupuestos religiosos de tradición judeocristiana, sin dejar de lado la constante influencia sobre ética y valores por parte de organizaciones religiosas hacia la sociedad. Un ejemplo de esto es la alianza entre católicos y cristianos sobre el tema del aborto.

Por otra parte, el culto a la imagen continúa siendo de crucial importancia. Concretamente, la iglesia evangélica de "Pare de Sufrir" la ha convertido en producto de consumo televisivo y, gracias a su fácil acceso hacia la sociedad mediante la televisión, la han utilizado como imagen portadora de milagros. Finalmente, las prácticas religiosas tienden a intensificarse debido a la individualización de las creencias y a su descontextualización de su matriz religiosa. En esta situación está enmarcado el yoga porque al eliminarle sus elementos religiosos se posibilitó para que pudiera ser practicada a manera de fitness y también pudo ser propuesta como una práctica para la autorrealización, lo que aumentó significativamente el número de practicantes.

Gráfica 12 “Religión en México”. Fuente: Datos del censo 2020 publicado por el INEGI (https://www.inegi.org.mx/temas/religion/#Informacion_general).

## 2.2. El proceso de occidentalización del yoga

A continuación, se abordará, desde una perspectiva histórica e interpretativa, el proceso de occidentalización que sufrió la disciplina del yoga. En un primer momento analizaré las propuestas conceptuales para acercarnos y abordar el fenómeno, enseguida comentaré cuáles de ellas serán útiles para nuestra investigación en ánimos de construir un argumento sólido. Posteriormente revisaré a los actores, las instituciones y los procesos considerados claves para entender el arribo del yoga a occidente. Decidí mencionar al último a los procesos porque aquí interactúan actores e instituciones juntamente con la sociedad, y es el medio donde se encuentran los practicantes de la disciplina.

Es necesario tener en cuenta a los principales actores que se mencionarán porque se retomarán continuamente en los siguientes capítulos y porque la mayoría de ellos son profesores que tuvieron discípulos, y ellos, a su vez, llegaron a influenciar a ciertas personas que muy probablemente tuvieron incidencia en nuestro país. Por último, se reflexionará en torno a lo comentado a lo largo de este capítulo, específicamente qué conceptos, actores e instituciones serán necesarios resaltar debido a su importancia para el proceso y para la investigación en general.

### 2.2.1 Contexto de partida

El yoga en occidente se desarrolló entre los siglos XIX y XX. Elizabeth De Michelis, en su texto *Some comments on the contemporary practice of yoga, with particular reference to British Hatha Yoga schools* (1995) se refiere a este yoga como 'moderno' porque se desarrolló durante estos años. A lo largo de este periodo surgió una tendencia cultural liderada por jóvenes por buscar respuestas no occidentales para la vida cotidiana. Fue así como la filosofía y las religiones asiáticas se presentaron como una nueva opción para responder estas incertidumbres de la juventud occidental. A finales del siglo XIX sucedieron dos hechos importantes: la fundación de la Sociedad Teosófica en 1875 y la participación de Swami Vivekananda en el Parlamento de Religiones de 1893. Este parlamento se realizó en Chicago, Estados Unidos; mientras que la Sociedad Teosófica mudó sus instalaciones de EE. UU a India en 1878.

Según la autora, estos dos sucesos provocaron una fertilización cultural entrecruzada (*cultural cross-fertilisation*) y apunta que "Mientras que el escenario estaba establecido en occidente (principalmente Europa y América del Norte) para una recepción positiva de las ideas orientales, en India los signos del renacimiento

hindú se volvían más y más visibles en el despertar de la lucha nacionalista por la libertad" (De Michelis 1995, 243)

A continuación, se enunciarán una serie de personajes considerados importantes para el proceso de occidentalización del yoga. Es necesario tener en cuenta que el trabajo principal de la mayoría de estos personajes fue resaltar el elemento físico de la disciplina desde perspectivas como el fisicoculturismo, la educación física o la calistenia. De la mano de los actores surgen las instituciones, debido a que estos exponentes de la disciplina crearon escuelas o institutos donde se ofrecían clases y cursos del estilo de yoga que habían creado. También se mencionarán los procesos que jugaron un papel importe. Para entender cómo funcionaron estos procesos es necesario considerar la relación que se formó entre personajes, instituciones, practicantes y sociedad; pues se toma en cuenta tanto lo expresado por las instituciones en relación con los profesores y la recepción que tuvieron estos planteamientos en la sociedad en general y los practicantes.

### *2.2.1.1 Swami Kuvalayananda y Shri Yogendra*

Swami Kuvalayananda (1883–1966), discípulo de Paramahamsa Shri Madhvadasji (1789–1921), construyó un sistema de yoga donde combinaba la terapia con la cultura física. Mark Singleton en su texto *Transnational Exchange and the Genesis of Modern Postural Yoga* (2013), comenta que "usando los discursos y la parafernalia de la ciencia moderna, Kuvalayananda y su equipo presentaron a los beneficios psicológicos de las técnicas del hathayoga y las legitimaron en términos médicos y dentro del paradigma terapéutico" (Singleton 2013, 46). El gurú trabajó junto con el gobierno de India para la expansión de la disciplina en el país y posteriormente al escenario mundial.

Al igual que Kuvalayananda, Shri Yogendra (1897–1989) también fue discípulo de Madhvadasii, y fue quien realizó la primera demostración pública de ásanas en Estados Unidos en el año de 1919. Además de crear cursos públicos, su trabajo también consistió en sumar al yoga las perspectivas científicas y terapéuticas. Respecto al trabajo de Yogendra, el autor apunta que "Yogendra quizás hizo más que cualquier otro (sin contar a Kuvalayananda) para desarrollar el estilo de yoga orientado a la salud y el fitness, regímenes que dominan el escenario transnacional del yoga hoy y que quitan al yoga del secreto y la obscuridad para llevarlo al ojo público" (Singleton 2013, 47)

Su libro *Yoga Asanas Simplified* (1928) es un claro ejemplo de dos características del yoga occidental: se considera como una disciplina que trabaja únicamente

el aspecto físico desde la perspectiva de salud y cultura física, además de que todo el discurso se construye a partir del idioma del inglés. Yogendra también fundó The Yoga Institute en 1918 y, por su parte, Swami Kuvayalananda fundó el Kaivalyadhama Health and Yoga Research Center en 1924 (De Michelis, 1995). En sus institutos presentaron al yoga como una herramienta para la medicina y la educación, además de sentar las bases para el formato de clases de hathayoga, que impera en la mayoría de los estudios en la actualidad. El formato es la clase grupal, mientras que la forma tradicional eran gurú a discípulo.

El objetivo pedagógico que compartían estos institutos era la enseñanza de un estilo básico de yoga en escuelas primarias y secundarias de la India, además de cursos para profesores que promovieran la disciplina. Así, en parte, provocaron la occidentalización del yoga al hacerlo parte de la vida cotidiana de sus practicantes y maridarlo con perspectivas científicas. Este estilo de yoga propuesto por las instituciones era un yoga enfocado en las ásanas. Ambos personajes, pero trabajando individualmente desde sus institutos, desarrollaron un sistema de posturas basado en medicina occidental y el movimiento fisicoculturista internacional. A la ásana se le nutria con perspectivas científicas de la medicina y salud. Además, a menudo se le combinaba con perspectivas de gimnasia terapéutica y espiritualidad contemporánea.

Algunas de las instituciones que comenzaron a seguir este estilo de yoga fueron el movimiento alemán de gimnasia y el protestantismo de Estados Unidos. Yogendra explícitamente retomó los planteamientos del movimiento gimnasta alemán para utilizarlo con fines médicos. Por último, Singleton declara que: "Afirmo que las clases de estiramiento, dominadas por mujeres, del hathayoga de hoy en día, pueden verse más provechosamente como desarrollos dentro de la tradición occidental de 'gimnasia armónica' que dentro del hathayoga de la India por sí misma" (Singleton 2013, 39).

### *2.2.1.2 Brahmo Samaj*

En India, algunas escuelas comenzaron a esquematizar el modelo aspiracional hindú que buscaba unificar una religión del país para demostrar que, contrario a lo que mostraban los conquistadores ingleses, el país estaba unificado y estructurado. Ejemplo de esto es la institución Brahmo Samaj liderada por Rammohan Roy (1772-1833) y Keshub Chandra Sen (1838-1884), quien desarrolló un estilo de yoga basado en el discurso científico y su discípulo Swami Vivekananda continuó con este proyecto. Por su parte, Roy tradujo las Upanishads al inglés y declaraba haber encontrado en los Vedas el auténtico principio del monoteísmo

hindú que podía ser aplicado universalmente. Defendió su postura monoteísta al oponerse al sistema brahmán considerándolo como idolatría e inmoral.

En la institución de Brahmo Samaj se eliminaron los rituales brahmánicos y el uso de imágenes, y se enfocaron en la lectura de las Upanishads y en la entonación de himnos teístas. Consideraban que todos debían tener acceso a las escrituras hindúes bajo la idea de que todos pueden encontrar a Dios y la salvación, por esta razón apoyaron la traducción de estas escrituras a lenguas vernáculas. La postura monoteísta de Roy que influenció a la organización estuvo fuertemente influenciada por el unitarismo. Los orientalistas europeos y americanos lo aplaudieron debido a que fue considerado como la figura que relacionó a India con occidente, pero a la vez fue criticado por los misioneros cristianos e hindúes ortodoxos a quienes les molestaron sus propuestas. La organización declinó en el siglo XX debido al surgimiento de las ideas de nacionalismo y la búsqueda por un hinduismo universal que posteriormente rebasó los límites de India, pero fue bien recibido en la élite hindú.

### *2.2.1.3 Eugene Sandow*

El concepto de *bodybuilding*, que en español sería traducido como fisicoculturismo, fue acuñado en 1881 por Robert J. Roberts, miembro del YMCA[20] (Singleton 2013), pero Eugene Sandow (1867-1925) fue quien provocó que el término se expandiera internacionalmente gracias a sus cursos, publicaciones y demostraciones públicas. Respecto al trabajo de Sansow, el autor comenta que "El sistema de Sandow verdaderamente influenció para modelar y reavivar el ejercicio indígena, del cual surge el yoga moderno postural" (Singleton 2013, 43).

Generalmente, las investigaciones académicas consideran a Sandow como el personaje más influyente en el desarrollo del yoga moderno y occidental por estilo de yoga donde únicamente exaltaba las ásanas. De una misma manera, Gama the Great (1878–1960) construyó un sistema donde combinaba al yoga con ejercicios de fisicoculturismo en ánimos de desarrollar un "mejor" cuerpo. Es necesario tener en cuenta estas combinaciones entre el yoga y sistemas de fisicoculturismo porque fueron importantes para su occidentalización desde 1920.

### *2.2.1.4 Dayananda Saraswati*

La organización Arya Samaj fue fundada en 1875 por Dayananda Saraswati (1824- 1883), quien cursó estudios en vedanta y yoga, y al terminarlos concluyó

[20] Young Men's Christian Association, por sus siglas en inglés.

que el trabajo hacia las divinidades no estaba contenido exclusivamente en los Vedas. También consideraba que el hinduismo de ese momento estaba impregnado de ignorancia y superstición, por lo que era necesaria una reforma para lograr la autenticidad buscada. Rechazó ciertos principios como las castas y propuso la idea de que Dios es uno e infinito y no puede ser considerado como un ídolo. También proponía que la tradición védica debía ser la religión nacional de India. Frecuentó a Brahmo Samaj y se influenció por su postura del monoteísmo. Fue parte de programas a favor de la educación para las mujeres y de combate al matrimonio infantil.

### *2.2.1.5 Krishnamacharya*

Tirumalai Krishnamacharya (1888–1988) es considerado por muchos como el personaje más importante para la comprensión del fenómeno del yoga en occidente, de hecho, se le conoce comúnmente como "el padre del yoga moderno" gracias a la creación del estilo del ashtangayoga. Fue profesor de B.K.S Iyengar y Pattabhi Jois, quienes exportaron la disciplina al escenario internacional y sus estilos de yoga retomaron bastantes planteamientos del ashtangayoga. Stuart Ray Sarbacker, en su texto *Reclaiming the Spirit through the Body: The Nascent Spirituality of Modern Postural Yoga* (2014), considera que la mayoría, si no es que todas las formas de yoga contemporáneas descienden de las propuestas de Iyengar y Jois. Ambos yoguis consideraban que el desarrollo espiritual era posible gracias a esta disciplina, además de que se podía conseguir una trasformación interna a partir de la transformación externa; perspectiva que fue retomada de la tradición del hathayoga donde ocurre un fenómeno similar: el yoga como herramienta para conectar al espíritu con el cuerpo.

Con base en los argumentos de Iyengar planteados en sus libros como *Luz sobe el Yoga* (1977) y *Luz sobre la vida: Viaje hacia la plenitud, la paz interior y la libertad* (2005), Sarbacker demuestra que Iyengar entendía a la disciplina más allá de los ejercicios físicos e implicaba cierto grado de espiritualidad. Gracias a la misma metodología, demostró que Jois en su libro *Yoga Mala* (1962), entiende a la disciplina como ejercicios físicos permeados por la espiritualidad. Debido a que lo consideraban como necesario, ambos yoguis enfatizan en el elemento corporal del yoga sin dejar de lado la dimensión espiritual y filosófica. Además, retoman el discurso de la corporalidad como marco de referencia para explicar cómo el espíritu se puede manifestar a través del cuerpo, "esto se suma a un principio claramente articulado y comprendido que se encuentra en el iyengaryoga: que la práctica pos-

tural en sí misma no es simplemente un ejercicio físico, sino que ofrece verdaderas oportunidades para la autorrealización" (Sarbacker 2014, 110).

Iyengaryoga es el estilo de yoga propuesto por Iyengar, el cual busca mantener una ásana corporalmente exigente de entre cinco a diez minutos; uno de los ejemplos es sirsasana[21]. Realizar esta ásana, según De Michelis, implica que el practicante tenga un control mental sobre su cuerpo, pero también aumenta su autoestima al lograrla; lo que demuestra en las entrevistas realizadas para su investigación. Iyengar señala que una correcta realización de cualquier ásana ayuda a que el individuo alcance el estado de *samadhi* que, como se menciona en el *Yogasutra*, es el último estado de perfección. Con correcto se refiere a, desde la perspectiva física, una apropiada posición de los órganos internos y del cuerpo en su totalidad, así como un esfuerzo para mantenerlo.

### *2.2.1.6 Swami Vivekananda*

Como se mencionó anteriormente, Swami Vivekananda (1863–1902) fue discípulo de Chandra Sen, líder la de Misión Ramakrishna (Ramakrishna Mission) y autor del libro *Rajayoga* (1896), texto donde no profundiza en las ásanas, pues se oponía a la práctica del hathayoga porque lo consideraba poco útil para lograr el crecimiento espiritual. Las ilustraciones y fotografías de los periodistas de esos años mostraban a los ascetas de India realizando ásanas físicamente exigentes y era bien sabido que llegaban a realizar acciones mortales para cualquier humano como el deterioro de los brazos[22]. Por estas razones, Vivekananda consideraba inapropiada la práctica de ásanas.

Llegó a declarar que, en oriente, la gente hace de la religión su negocio; en gran medida, esta postura provocó un gran interés por las religiones de oriente y de Asia en occidente, y se llegó a considerar a India como guía espiritual. Altglas comenta que "Las ambiciones misioneras en Europa y América fueron combinadas con representaciones orientalistas de la hindueidad en una búsqueda por la revitalización de la sociedad hindú y la formación de una identidad nacional" (Altglas 2014, 34)

La primera Sociedad Vedanta se fundó en 1895 en Nueva York, fue así como Vivekananda promovió los estudios hindúes en Europa y América. Las sesiones de esta organización llegaron a atraer principalmente a población de clase media

[21] Postura de parado de manos.

[22] En un texto se menciona que un asceta dejó por 100 años levantados los brazos, lo que provocó que sus órganos dejaran de funcionar por completo.

y media alta, e individuos relacionados anteriormente con organizaciones como New Thought, Unitarianismo, Teosofía y Rosacrucismo. Para lograr este nivel de éxito, realizaron las sesiones similares a la forma cristiana de servicio dominical. Todo el canon estudiado no era completamente atractivo para los seguidores occidentales, solo algunos temas eran estudiados a profundidad, mientras que otros como las castas y el roll de la mujer dentro de la organización eran evadidos.

Esto provocó que Vivekananda adaptara sus enseñanzas a una perspectiva más práctica y apta para la vida cotidiana. Lo anterior demuestra que la presentación de organizaciones que forman parte del neo-hinduismo a las sociedades occidentales implicó su desapego a la vida religiosa y a los valores y las normas sociales de la India. Por otra parte, Vivekandnada enfatizó la practicidad del vedanta al considerarlo como un método de liberación y una espiritualidad práctica. También resignificó la filosofía vedanta que solía ser "extraterrenal" al aterrizarla a situaciones de la vida cotidiana, con el objetivo de darle sustento a los proyectos sociales sobre educación y salud de las Misiones Ramakrishna.

Altglas apunta que "esta perspectiva también contribuyó a la universalización del Vedanta: lejos de solo considerar una minoría de población quienes podrían convertirse en ascetas y renunciar al mundo, la salvación fue hecha compatible con actividades interior-mundanas […] y por lo tanto, el Vedanta, se volvió aplicable a todos independientemente de su casta, género, ocupación, credo, camino de vida, y otros aspectos" (Altglas 2014, 35). De esta manera, el terreno se preparó para que el vedanta pudiera expandirse alrededor del globo. Otro fundamento que fue atractivo para los individuos de las sociedades occidentales fue el presunto universalismo que promovió Vivekananda, su dimensión práctica y su método de encuentro con lo divino.

### *2.2.1.7 La Sociedad Teosófica*

La Sociedad Teosófica fue fundada en Nueva York en 1875 por Helena Pretovna Blavatsky (1831-1891). Influenciado fuertemente por el orientalismo, en un primer momento se convirtió en un movimiento de crítica a occidente en vez ser una organización religiosa en búsqueda del pasado místico y ancestral de la India. Una de las críticas hacia la colonización europea era que su objetivo era únicamente gobernar más que conocer al otro. También se oponían a la distinción de castas y estaban al favor de la educación a mujeres.

Una de sus premisas era que las religiones actuales se basan en la ignorancia y la superstición, por lo que consideran necesario buscar el significado auténtico

de lo espiritual. Tomaban en cuenta a los Vedas como la fuente de todo conocimiento religioso, pero a pesar de esto su inclinación era más hacia el ocultismo occidental que a la hinduismo. Buscaron una alianza con Arya Samaj y se unieron momentáneamente en 1878, pero posteriormente, debido a ciertos desacuerdos terminaron por trabajar por separado. También trabajaron junto con Vivekananda para crear la impresión de que el hathayoga y las ásanas era peligrosa y contraria al desarrollo espiritual. En 1884 llegaron a existir más de cien dependencia y fueron los primeros en acercar los conocimientos hindúes y budistas a Europa y Estados Unidos.

### *2.2.1.8 L.V Iyer*

L.V Iyer (1897–1980) fue un fisicoculturista que se dedicó a construir un sistema de educación física basado en la cultura física y el yoga. Fue profesor de Yogarcharya Sundaram (1901-1994), quien reformuló a la disciplina retomando únicamente su aspecto físico y eliminando el aspecto espiritual. En su sistema existe una perspectiva sobre el cuerpo perfecto que es retomada por sus practicantes como pretexto para el crecimiento spiritual, mismo discurso que actualmente reproducen muchos practicantes del box al afirmar que el gimnasio es como su iglesia, es decir una nueva modalidad de religión (Burton 2018). Respecto al estilo de yoga de Sundaram, Singleton comenta que: "El texto de Sundaram de Yogic Physical Culture de 1928 es uno de los primeros y más exitosos manuales fotografiados de hágalo usted mismo sobre el hathayoga, reconceptualizado como gimnasia, higiene personal y fisicoculturismo" (Singleton 2013, 48).

### *2.2.1.9 Young Men's Christian Association (YMCA)*

La Asociación Cristiana Jóvenes o YMCA por sus siglas en inglés, desarrolló programas de cultura física enfocados en la triada de mente, cuerpo y espíritu, y en el uso apropiado del cuerpo. Su objetivo general fue la creación de una reforma moral y espiritual en los jóvenes cristianos. De nuevo sucede el proceso donde el yoga se mezcla con otras formas de cultura física occidental, Harry Crowe Buck (1884-1943) incorporó la práctica de ásanas en el esquema de la YMCA, lo que facilitó la experimentación en las ásanas por los jóvenes cristianos de ese momento, dentro y fuera de la institución. Finalmente, la propuesta holística del YMCA sobre la mente, el cuerpo y el espíritu, significaba una fuerte desviación de los planteamientos de los ascetas hindúes, quienes se enfocaban en el aspecto meditativo y de desarrollo espiritual.

### *2.2.1.10 New Tought*

New Though es un movimiento paracristiano que reformula algunos planteamientos sobre la espiritualidad sumándole distintas perspectivas, por ejemplo, recupera textos que abordan la temática del yoga como el *Rajayoga* de Vivekananda. Retomando su discurso, publicaron una serie de manuales de yoga durante el primer cuarto del siglo XX. Singleton comenta que "mientras aclaraba que las posturas del yoga no eran más que trucos cirqueros de faquires, el libro recomienda un rango de ejercicios de gimnasia combinados con recomendaciones de higiene personal, ambos establecidos dentro de las características del marco de trabajo del Ner Tough sobre la autogestión y la afirmación" (Singleton 2013, 49). Este comentario del autor demuestra que el yoga que estaba surgiendo en occidente se construyó a partir de la combinación de distintas perspectivas como una nueva forma de espiritualidad y argumentos científicos sobre la salud.

A partir de estas propuestas del New Tought, surgieron una serie de yoguis en EE. UU durante la década de 1920. El más conocido es Paramahamsa Yogananda (1893–1952), autor de *Autobiography of a Yogui* (1946), quien recuperó estas propuestas y las nutrió con los planteamientos del fisicoculturista Maxick. Su hermano Bishnu Charan Ghosh, creó un sistema similar, pero a partir de los discursos del hathayoga. Uno de sus discípulos más reconocidos es Bikram Choudhury, creador del estilo bikramyoga que se basa en 26 ásanas principales.

### *2.2.1.11 Siddhayoga y Divine Life Society*

Siddha yoga, organización dedicada principalmente a la práctica del yoga y fundada por Swami Muktananda (1908-1982), enfatiza la relación entre el gurú y el discípulo, quien logrará la realización individual, que implica el encuentro con el dios interno, a través de prácticas como el yoga y la meditación. Su primer ashram se fundó en 1961 cerca de Bombay, nueve años después, en 1970, se fundaron sus primeros centros y sucursales en Europa y Estados Unidos. El proyecto de expansión de la institución sigue los mismos objetivos que planteó Vivekananda sobre la universalización del conocimiento hindú para una regeneración de occidente. Altglas señala que "En 1982, cuando Muktananda falleció, Siddha Yoga representó presuntamente 300 centros en 52 países, los cuales dicen haber atraído a 300,000 discípulos, un tercio de los cuales eran estadounidenses" (Altglas 2014, 39).

Por otra parte, Swami Sivananda (1887-1963) creó el movimiento Divine Life Society en 1936 en la ciudad de Rishikesh. Su objetivo era la difusión del

yoga dentro de la India. Muchos individuos de Europa y América vivían en el ashram de Sivananda, lo que propició que algunos seguidores hindúes abandonaran el espacio en busca de uno menos occidentalizado. Antes de su muerte, Sivananda incitó a su discípulo Vishnu Devananta, para que viajara hacia América y difundiera las enseñanzas del yoga. La institución sentó las bases para la universalización del yoga más allá de las barreras culturales y religiosas, gracias a las clases, demostraciones y conferencias sobre la disciplina que realizaban fuera de la India.

### 2.2.2 El yoga en occidente

Apoyándose en los estudio de J. Gordon Melton, De Michelis demuestra que las primeras escuelas de hathayoga en Estados Unidos se registraron en 1919, mientras que en las décadas de 1960 y 1970 aumentaron el número de estas escuelas tanto en Estados Unidos como en Europa. La autora señala que las escuelas que sobrevivieron estos años comenzaron una fase de establecimiento para consolidarse en los años ochenta. Por su parte, Altglas comenta que en 1960 fue cuando en occidente se comenzó a mirar con atención hacia oriente. Como ejemplos están el Sistema de Meditación Trascendental que fue popularizado por The Beatles durante estos años, la popularización de la Sociedad Internacional por la Consciencia de Krishna (ISCKON por sus siglas en inglés) y algunas prácticas y conceptos hindúes que fueron retomados por el movimiento del Potencial Humano (Human Potential Movement). Finalmente, en 1970 comenzó la popularización del yoga como una técnica para el crecimiento personal y la autorrealización.

Anteriormente pudimos detectar los procesos, instituciones y personajes que jugaron un papel central para la occidentalización del yoga. En las siguientes secciones nos detendremos a analizar la manera en que estos procesos afectaron a la disciplina, o sea qué cambios, transformaciones o modificaciones hubo dentro de ella respecto a su enfoque en la parte física, a la parte religiosa o el trabajo mental. También se hablará sobre la manera en que la enseñanza del yoga cambió: su enseñanza era únicamente de gurú a discípulo y cómo posteriormente comenzó la clase como actualmente se conoce en un salón entre profesor y practicantes.

#### *2.2.2.1 El yoga moderno postural*

En el escenario contemporáneo, el yoga es asociado y entendido principalmente a través de las ásanas. Singleton argumenta que, en estilos como el rajayoga era

de mayor importancia lograr un desarrollo espiritual en vez de ejecutar posturas físicas exigentes. El siglo XX fue el periodo donde se desarrolló este enfoque en lo físico debido a su renacimiento en occidente. Elizabeth De Michelis acuña el concepto de yoga moderno postural[23] para hacer mención del estilo de yoga enfocado en el trabajo físico, mismo que sustenta sus bases en el argumento de las Upanishads donde se menciona que el centro del individuo es el corazón: "así que el yoga físico puede ser interpretado, entre otras cosas, como un 'truco' para enfocar el ser del practicante hacia el corazón. La práctica repetida de este tipo, es reportada, que paulatinamente cambia al practica hacia un modo de ser más yogui" (De Michelis 1995, 253).

Otro de los presupuestos de este estilo de yoga es la reformulación de planteamientos de antiguas disciplinas como la del hathayoga, en particular el de las ásanas y el pranayama, que tienen como objetivo transformar y perfeccionar el cuerpo. Sarbacker comenta que: "El aspecto físico de la tradición del yoga moderno postural relaciona las practicas del hathayoga premoderno con las disciplinas del cuerpo que son características de la sociedad cosmopolita moderna, tales como la gimnasia y la calistenia" (Sarbacker 2014, 96). Algunas de las tradiciones corporales y espirituales que sentaron las bases para desarrollar el yoga postural moderno fueron, además de la perspectiva científica, el pensamiento físico europeo, la cultura del fisicoculturismo, las artes marciales y la ideología nacionalista de India.

### *2.2.2.2 El cuerpo en el YMP*

Dentro del yoga moderno postural, las ásanas tienen como principal objetivo que el individuo logre controlar su cuerpo, y es el enfoque que le han dado las instituciones modernas: mucha práctica y poca teoría de ásanas. Según los señalado por De Michelis, el significado de vinyasa es "ordenar" o "agrupar", por lo que el estilo de vinyasayoga es una sesión que agrupa una serie de ásanas con el objetivo de conseguir una ásana en específico que, por su exigencia corporal, es la más complicada de realizar. Este estilo implica tres pasos: 1) calentar y preparar al cuerpo mediante ásanas, 2) una fase cumbre donde se realizan las ásanas para conseguir una físicamente exigente y 3) realizar ásanas de menor complejidad para enfriar el cuerpo.

---

[23] La autora utiliza la abreviación de MPY porque el concepto lo establece desde el inglés, o sea sería modern postural yoga; pero como esta investigación está escrita en español, opté por utilizar la abreviatura pertinente para el concepto de yoga moderno postural que sería YMP.

Tanto los practicantes como los profesores argumentan que las ásanas pueden ayudar en distintos niveles: físico, fisiológico y psicológico. La autora comenta que "Pascimottanasana[24], por ejemplo, es buena para trabajar los isquiotibiales tensos y poder hacerlos más flexibles (nivel físico), es efectiva contra la constipación (nivel psicológico) y puede ser usada para contrarrestar estados estresantes o estas de ánimo hiperactivos (nivel psicológico)" (De Michelis 1995, 250); de esta manera, el practicante se encuentra a sí mismo en el centro de su cuerpo[25], lo que provoca que tenga un balance, manejo y control en su vida. Desde la dimensión espiritual, la práctica de vinyasayoga, ayuda a que el individuo logre estados espirituales que anteriormente no había experimentado. Estas son un par de habilidades desarrolladas por este estilo que, según los practicantes, se logran gracias a una auto observación constante.

Gracias a este ejemplo, sería lógico decir que la mayoría de los estilos de yoga resaltan la dimensión física sin excluir al elemento espiritual, lo que provoca que llegue a ser considerada como una disciplina donde se trabajan ambas partes —cuerpo y espíritu— a través de una rutina estrictamente física. Tanto los exponentes como los practicantes justifican este enfoque en lo planteado por la tradición del hathayoga que señala que tanto el aspecto físico como espiritual son importantes. Por esta razón, aunque el yoga implica un ejercicio físico, hay un interés de sus practicantes por entender, a profundidad o sencillamente, su aspecto espiritual.

Sarbacker argumenta que "el cuerpo físico como un objeto de enfoque es tanto un punto de entrada dentro de la práctica de yoga, como el lugar en donde la espiritual del yoga es enfocada y expandida" (Sarbacker 2014, 104). Por otra parte, como se comentó anteriormente, el entendimiento del rajayoga sobre el cuerpo se construye a partir de las concepciones tanto brahmánicas como no brahmánicas, así como de la tradición ascética. Teniendo en cuenta que este estilo aún contiene concepciones brahmánicas y un entendimiento distinto sobre el cuerpo, los estilos de yoga modernos son similares y auténticos a este, respecto a su asimilación de ideas y objetivos.

---

[24] Postura de inclinación completa.

[25] Muchos exponentes del vinyasayoga coinciden en la idea de que el centro del cuerpo es el corazón. De esta manera, cuando se menciona que el practicante se encuentra en el centro de su cuerpo, nos referimos al corazón.

### *2.2.2.3 La espiritualidad en el YMP*

El yoga moderno postural no ha eliminado por completo el elemento espiritual "una razón es que incluso en los ambientes más secularizados, el yoga mantiene un destello de su atractivo místico y espiritual, aún si es simplemente la idea de 'sentirse genial' después de una sesión de yoga" (Sarbacker 2014, 102). Esta espiritualidad muchas veces implícita y a veces explícita, marida a la religiosidad moderna con el bienestar personal, propone una nueva forma de relacionarse con el cuerpo en sintonía con lo espiritual y dirige la atención hacia una forma de religión definida por el cuerpo en acción y la disciplina.

La espiritualidad del yoga surge a partir del ejercicio físico, por lo tanto, se crea una relación entre cuerpo y sacralidad. Muchas de los estilos de yoga modernos utilizan como marco de referencia de su discurso espiritual a la filosofía budista e hinduista, mismas que se mezclan con otras formas de espiritualidad contemporánea, debido a que los practicantes buscan crear un marco de referencia filosófico, religioso y espiritual para situar su experiencia física. Es por esta razón que es lógico suponer que el yoga fue una de las formas modernas de religiosidad que mejor se adaptó al nuevo escenario religioso: unió al trabajo físico —permeado por concepciones cosmopolitas— con la posibilidad de desarrollo espiritual; dos pájaros de un tiro.

### *2.2.2.4 Propuesta conceptual para abordar el fenómeno*

En ánimos de lograr un entendimiento completo del fenómeno del yoga en la modernidad, se han propuesto una serie de herramientas teóricas para abordarlo. Muchos investigadores han analizado el tema y, de esta manera, han propuesto conceptos para examinarlo. A continuación, se les mencionará y se llegará a una conclusión donde se señalarán cuáles serán los que retomaré para este estudio. De Michelis propone tres conceptos principales: hathayoga moderno (*modern hathayoga*), yoga mental y meditacional (*mental and meditational yoga*) y yoga doctrinal (*doctrinal yoga*). Por hathayoga moderno refiere a una práctica dentro de un salón enfocado en las ásanas y el pranayama; por su parte, el yoga mental y meditacional resalta el énfasis en las meditaciones que se realiza durante la sesión; y por último, el yoga doctrinal basa su práctica en alguna cosmovisión y filosofía particular, es decir, se destacan las características espirituales.

Por otra parte, Mark Singleton considera que el término yoga moderno (*modern yoga*) utilizado constantemente por De Michelis, no es útil para el análisis porque solo hace obvias las diferencias de temporalidad —moderno y

medieval—, por lo que propone el concepto de yoga transnacional anglófono (*transnational anglophone yoga*), que resalta las características generales de los estilos de yoga desarrollados a partir de mediados del siglo XIX. Finalmente, Sarbacker recupera la idea de yoga moderno propuesto por De Michelis y añade que la práctica se ramificó en dos tipos de yoga: el yoga moderno meditacional —mismo concepto propuesto por De Michelis— y el yoga moderno postural. El primero hace hincapié en el trabajo mental, mientras que el segundo en el trabajo físico.

Sarbacker señala que estas dos ramas han caracterizado a las posteriores formas de yoga. Iyengaryoga sirve como ejemplo para el yoga moderno postural, mientras que el sistema de meditación trascendental de Maharishi Mahesh Yogi, sirve como ejemplo de yoga moderno meditacional. El autor, plantea que:

> El YMP como una forma moderna de práctica, apela a una cultura neutral mayormente cosmopolita, mientras que conserva su aire místico y exótico de otras maneras. En su enfoque en el cuerpo y su alejamiento del punto de vista metafísico o abiertamente religioso, apela a las suposiciones y compromisos más amplios de su audiencia, uno que es la preocupación por el fitness y salud, quizás espiritualmente curioso, pero desconfiada del lenguaje y los compromisos sectarios (Sarbacker 2014, 101).

Es necesario señalar que estos conceptos no son cerrados, sino que puede haber estilos que compartan características de las tipologías mencionadas. De la misma manera, los practicantes pueden no suscribirse a los planteamientos espirituales que le ofrece el estilo y solo pueden enfocarse en sus aspectos físicos. En la presente investigación se tomará en cuenta que el yoga transnacional anglófono que propone Singleton tuvo tres ramificaciones: el yoga transnacional anglófono postural (YTAP), el yoga transnacional anglófono meditativo (YTAM) y el yoga transnacional anglófono doctrinal (YTAD), los primeros dos conceptos son propuestos por Sarbacker y el último por De Michelis. De esta manera se toman en cuenta las características del yoga occidental: el inglés como base lingüística, la occidentalización, y su características particulares como el trabajo mental, el trabajo corporal y sus relaciones con la espiritualidad.

### 2.2.3 Claves para comprender al yoga transnacional anglófono

Como se acaba de mencionar, el yoga medieval transmutó a un sistema complejo donde se combinan perspectivas de salud, belleza y ejercicio, principalmente, debido a su sincretismo con el discurso científico, un contexto urbano cosmopolita y el fisicoculturismo. Pero, también las perspectivas modernas sobre el cuerpo se entrecruzaron con el elemento físico del yoga, que llegó a transformarse en un discurso de desarrollo espiritual. El siglo XX inauguró este proceso de sincretismo del yoga junto con otros aspectos seculares y espirituales. La divulgación del YTAP ha tenido mayor alcance gracias al uso del cuerpo como propaganda. A pesar de que algunas disciplinas como las artes marciales tuvieron un fenómeno de occidentalización similar, lo que diferencia al yoga es el elemento espiritual que acarrea que, como se mencionó anteriormente, ningún estilo prescinde de él.

El yoga transnacional anglófono tiene ciertas características particulares, resulta al mismo tiempo exótico, pero familiar; este es el fenómeno que describe Altglas. El discurso de algunos estilos de yoga se articula a partir de temas cotidianos como el manejo de estrés y la relajación, pero contrariamente, durante la práctica el nombre de las ásanas no se traduce, sino que se exponen desde el sánscrito; como ejemplo tenemos a siddhasana[26] y svanasana[27]. Esta fenómeno particular puede ser explicado a partir del efecto pizza: se origina en India, pero al occidentalizarse y regresar a su contexto original, vuelve permeada por otros discursos espirituales y seculares.

Mientras es interpretado fuera de la India como una práctica exótica a favor de la espiritualidad, dentro de este país se considera generalmente como una tradición relacionada con la renuncia al mundo social. Es necesario señalar que obtuvo más atención fuera de límites territoriales de India porque se presentó de una manera domesticada y familiar, lo que contribuyó para que, a su regreso al país, se crearon nuevos estilos de yoga transnacional anglófono con particular interés en el cuerpo, la meditación o lo espiritual; mismas que son distintas a los estilo tradicionales construidos desde su discurso tradicional.

Singleton argumenta que "el yoga, como es popularmente concebido hoy en día, es el resultado de este intercambio de diálogos entre lo para-religioso, el las técnicas modernas de cultura del cuerpo desarrolladas en occidente, la práctica india-indígena de ásanas, y varios discursos en lenguaje inglés sobre la disciplina

[26] Postura de la perfección
[27] Posición de perro

que comenzaron a emerger en India desde al menos el tiempo de Vivekananda (1863-1902) en adelante" (Singleton 2013, 38). Es por estas razones que el yoga tiene la facilidad de adaptarse a las necesidades y caprichos de su audiencia.

Por su parte, Sarbacker comenta que "al momento que las formas posturales de yoga se desplazaron de sus raíces sectarias, han profundizado su penetración en la cultura física global, especialmente a través de su adopción en varios medios fitness, extendiéndose a los gimnasios públicos y privados, así como dentro de los estudios de yoga" (Sarbacker 2014, 102).

Finalmente, según De Michelis, existen tres razones principales por las que los individuos lo practican: por salud y bienestar, para aumentar la fuerza corporal, para desarrollar poder y siddhis[28], y para un crecimiento espiritual. Es así como las razones del porqué de su práctica con base en la metáfora de la carroza toman sentido: 1) para que el cuerpo (la carroza) funcione correctamente, 2) el cuerpo con estas características debe ponerse a prueba en situaciones de exigencia máxima y 3) una constante práctica ayuda a que el individuo desarrolle plenitud espiritual.

[28] Los siddhis pueden ser entendidos como valores éticos seguidos por los practicantes; lo que significaría un estilo de vida.

## 2.3 Presencia del yoga en México y la Ciudad de México

Es imposible abordar el tema de cómo se practica el yoga en la colonia Roma Norte sin antes entender cómo arribó a México y a la Ciudad de México. Por esa razón, esta sección tiene por objetivo abordar el tema de la historia del yoga en México poque la mayoría estudios sobre su occidentalización se han abocado únicamente a su arribo a Estados Unidos y Europa (De Michelis 1995; Singleton 2013; Sarbacker 2014); por lo que no existe mucha información sobre su llegada a los países latinoamericanos. Debido a esta escasez de información, he recopilado el mayor número de textos e información posible sobre las instituciones y personajes que llegaron a México ofreciendo —y algunas de ellas lo continúan haciendo— al yoga dentro de sus actividades. Y de esta manera, he tratado de identificar las primeras raíces en el país para posteriormente analizar su arraigo, su recepción y los estilos más practicados.

Al momento de la tesis, se lleva a cabo un proyecto de investigación financiado por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACyT) que lleva por nombre "Globalización, percepción y adaptaciones del Yoga en México", dirigido por el Dr. Adrián Muñoz, profesor investigador del Colegio de México COLMEX. El proyecto busca, además de encontrar los canales por los que la disciplina arribó al país y a América Latina, conocer la manera en que se práctica, los mecanismos de recepción, la popularidad de estilos y sub-estilos, y su expansión a lo largo del territorio mexicano. Y a partir de eso, poder discutir cómo se practica en el país: si es una suerte de religión anclado a formas espirituales, si es simplemente una forma de realizar ejercicio físico o se utiliza como herramienta para lograr una meditación más profunda.

### 2.3.1 El movimiento New Age.

Es imposible encontrar un solo origen del Movimiento New Age (MNA) porque, contrario a las religiones tradicionales, no surge de un movimiento particular, sino que surge a partir de un conjunto de instituciones, algunas de ellas espirituales y otras seculares, lo que posteriormente creó un arquetipo sobre este tipo de organizaciones. Contrario a lo que se llega a pensar, posee una estructura bien establecida y también interactúa con las religiones tradicionales. El movimiento surge paralelamente en Europa y en Estados Unidos al finalizar la Segunda Guerra Mundial y se desarrollaron durante el auge de la globalización y la intención de crear redes de comunicación universales, por lo que están sujetos a cambios

sociales rápidos, a los medios de comunicación masiva, a la organización transnacional y a la translocación.

Nació como una propuesta contracultural en contra a las dinámicas del sistema económico capitalista. Es abordado como un movimiento milenarista porque tiene la creencia de que la actual Era de Acuario, que significa una armonía con la naturaleza, sentará las bases para la transformación individual, una espiritualidad libre y universal, y la extinción de la iglesia como sede del desarrollo espiritual. El movimiento parte de la experiencia individual, misma que es trabajada a partir de técnicas que buscan el perfeccionamiento interior.

Apoyándose en los presupuestos de Paul Heelas, Cristina Gutiérrez Zúñiga menciona que el movimiento ha tenido cuatro etapas: i) en los 60s, cuando se arraigó en el movimiento hippie y buscó respuestas sobre la vida en las religiones orientales; ii) en los 80s, cuando algunos psicoterapeutas comenzaron a combinar su trabajo con espiritualidades y sus centros comenzaron a formase como unidades espirituales y psicoterapéuticas; iii) diez años después, en los 90s, cuando las ideas prosperidad ligadas al éxito monetario, que también llegaron a compartir algunos movimientos pentecostales, se sumaron al movimiento; y iv) actualmente cuando el movimiento tiene una tendencia hacia el bienestar a nivel individual y social.

Según Peter Clarke (2006) sus características generales son: i) parece no establecer una institucionalidad y dogmas; ii) trabaja con base en una espiritualidad interior; iii) aunque se trabaja con el yo, se considera que el ego es malo; iv) es considerado como un sistema integrado de ideas; v) sus seguidores suelen tener un conocimiento más empático con la sociedad y el ecosistema; y vi) el cómo desarrollar la espiritualidad no está bien definido (si la abordamos desde una perspectiva general), debido a que cada grupo y comunidad contiene sus propios métodos y formas de desarrollar su espiritualidad.

A pesar de que comúnmente se considera que la pertenencia en los MNA no está bien definida, Clarke señala que puede ser comparable con la pertenencia en las religiones tradicionales, debido a que se hace visible cuando se participa activamente en la organización porque "los NAM comparten con las religiones convencionales la creencia de la existencia de entidades trascendentales, tales como el alma o el espíritu humano, y la existencia de un mundo supernatural, al cual se puede acceder a través de la oración o la meditación" (Clarke 2006, 23)

### *2.3.1.1 Claves para entender su surgimiento*

Los textos de Emmanuel Swedenborg (1688-1772) son las primeras manifestaciones de una propuesta new age porque uno de los objetivos que buscaba era tratar de encontrar la "naturaleza de las cosas", la cual, consideraba, solamente podía ser hallada desde el interior del individuo; de esta manera, su doctrina intenta establecer una relación entre lo divino, lo espiritual y la naturaleza de las cosas. El New Though Movement, formado por Ralph Waldo Emerson (1803-1882), Emma Curtis (1853-1925) y Phineas Parkhurst Quimby (1802-1866), influenció bastante al movimiento porque creían que la realidad y la existencia humana son mentales. Estas ideas no solamente fueron escuchadas en occidente, también se nota cierta influencia en movimientos japoneses como el de Sekai Kyusei Kyo (Iglesia de la Mesianidad Universal).

La Sociedad Teosófica es un organismo dedicado al desarrollo espiritual. Su fundadora fue Helena Petrovna Blavatsky (1831-1891). El organismo proponía que el nuevo buda, el bodhisatva Maitreya: Jidhu Krishnamurti (1895-1986), sería el equivalente al nuevo Cristo que iniciaría un nuevo ciclo para la humanidad, es decir, una nueva era. Por otra parte, la Asociación para la Investigación e Iluminación (ARE por sus siglas en inglés: Association for Research and Enlightment, Inc.), fundada por Edgar Cayce (1877-1945) en Virgina, EE. UU., es una asociación que cree que el texto de *La búsqueda de Dios* de A.W Tozer es importante para el desarrollo de la espiritualidad porque plantea el amor a Dios y al prójimo, y una transformación personal a partir de un acercamiento a Jesucristo a través de una hipnosis o meditación. Debido al constante uso de la figura de Jesucristo, sentó las bases para la cristiandad new age o el MNA cristiano.

Alice Bailey (1880-1949), maridando un conjunto de creencias como reencarnación, karma y espiritualidad, fundó una serie de instituciones dedicadas al trabajo divino motivado por el amor. Algunas de estas instituciones fueron: "Lucis Trust (1922); Arcane School (1923); New Group of World Servers (1932); Men of Goodwill, conocida desde 1950 como Wotld Goodwill; y Triangles" (Clarke 2006, 25). También creía que, además de Jesucristo, hay otros personajes equiparables como Imam Mahdi y Lord Maitreya.

El Seth es un tipo de canalización propuesto por la médium Jane Roberts (1929-1984) que plantea que el individuo crea su propia realidad a partir de sus pensamientos y sentimientos. Este tipo de canalización que acarrea un forma de creencias fue utilizada por el MNA en un primer momento. Carl Jung es el autor con el que más empatan las ideas del movimiento. Clarke apunta que "sus

nociones de inconsciencia colectiva, sincronismo, arquetipos, el yo interior, la individualización, la unión de opuestos y la importancia de la realidad psíquica, han interesado a los seguidores del movimiento preocupados por el mundo de la espiritualidad interior, los habitantes autónomos del mundo, el yo más alto, la auto-transformación, el holismo, el roll fundamental de la consciencia en la transformación de la realidad, y la importancia y significado de lo paranormal" (Clarke 2006, 26).

El elemento espiritual dentro del Movimiento de Salud Holística (MSH) es la meditación como práctica para la sanación física y emocional. Dos de sus centros principales se fundaron en 1959: The Meadowlark Centre en California y el Westbank Healing and Teaching Centre en Escocia; mientras que en 1962 se fundó el Esalen Institute en California. El individuo es visto como un sistema compuesto mente-cuerpo-emociones-espíritu, mientras que a la enfermedad la entienden como la falta de equilibrio entre estos elementos o entre el individuo y el ambiente social en el que se desarrolla, y también como una situación de la cual se puede aprender de sí mismo para evitarla posteriormente. En contraste con el uso de medicinas y cirugías que utiliza la medicina alópata, el MSH interviene en el paciente de manera activa y no intrusiva, pero abarcando todos sus elementos.

El Movimiento de Potencial Humano (MPH) o Growth Movement fue creado por Abraham Maslow (1908-1970), pero se popularizaron hasta 1960 a la par de grupos de terapias alternativas que tenían por objetivo que el individuo encontrara sus niveles más profundos de consciencia y beneficiarse de este encuentro. Se creía que el individuo, al momento de su nacimiento es perfecto, pero la sociedad lo corrompe. El MSH y el MPH, en un inicio estuvieron dedicados al potencial humano, pero paulatinamente comenzaron a dedicarse al desarrollo espiritual donde el yo seguía siendo la piedra fundamental. Una de las hipótesis de este cambio es que, debido a las constantes fallas de este conjunto de ideas, se dedicaron a algo menos tangible: la espiritualidad y lo supernatural. Este cambio no significó su decadencia, solamente fue un cambio de camino.

Por otro lado, Pierre Teilhard de Chardin (1881-1956), considera que cuando el humano se dé cuenta de su propia evolución, punto crucial para la historia al que llama "punto omega", comenzará el periodo acuariano o la era de acuario. A pesar de la extensa variedad de instituciones y personajes que he mencionado, Clarke considera que las organizaciones de Esalen en EE. UU. y Findhorn en Esocia como las más representativas del movimiento. La diversidad de MNA constantemente busca

nuevas formas para la realización individual y la transformación mundial, pero su elemento central que también guía a los seguidores es la transformación del mundo a través de un despertar individual que los ayudará a sanarlos física y psicológicamente, dará pie a la era de acuario y la sociedad mejorará.

Apoyándose en los escritos de Ferguson, Clarke menciona que las condiciones sociales que provocaron el surgimiento del MNA son: i) la nueva concepción sobre las problemáticas universales, ii) el estrés social, iii) el alcance a las nuevas formas de tecnología, iii) el alcance casi universal de las concepciones místicas del alma y iv) la gran oferta de terapias alternativas. También considera que, debido a sus características, la modernidad tardía o posmodernidad es la etapa más oportuna para que el MNA desarrollara el alcance que ahora tiene. Por último, plantea dos posibles razones de su surgimiento: i) como respuesta espiritual a los valores materialistas y mercantiles del modo de vida propuesto por el sistema capitalista, es decir ante la frivolidad del sueño americano, y ii) en oposición al control institucional de la espiritualidad de las iglesias y centros religiosos: de una privación institucional pasó a un manejo desde la individualidad.

### *2.3.1.2 Canon de creencias*

La mayoría de las centros del MNA establecen un cuerpo doctrinal que se ve reflejado en el conjunto de creencias que se discuten en conferencias, talleres y prácticas. Esto se debe a que los centros se rehúsan a crear una institución similar a la iglesia católica donde se establezcan dogmas por los creyentes. Dentro del cuerpo doctrinal se incorporan elementos de distintas tradiciones religiosas, principios que alertan sobre una inminente catástrofe, un culto a la naturaleza o "madre tierra", un discurso científico, perspectivas ecológicas, pacifistas, feministas y de salud; todas estas mezcladas entre sí para formar un híbrido religioso que se pone en práctica desde la individualidad. El cuerpo doctrinal ayuda para poder analizar al movimiento como un conjunto de organizaciones guiadas por novedosas formas de espiritualidad alternativa y es necesario señalar que cada organización establece sus propios principios y objetivos, que llegan a diferir entre ellas.

### *2.3.1.3 Institucionalidad en el MNA*

La mayoría de los centros del MNA no están registrados como instituciones religiosas sino como asociaciones civiles no gubernamentales, lo que les permite relacionarse con instituciones seculares como la Cruz Roja que ha trabajado junto

con la GFU en algunas ocasiones. A pesar de esto, el nexo entre los individuos con las organizaciones es equivalente al de una pertenencia religiosa porque en esta relación se cumplen los postulados que Houtart considera que debería tener una religión: conjunto de creencias, prácticas simbólicas, una propuesta ética que sirva de guía para el individuo y una forma de organización específica. Cristina Gutiérrez Zúñiga plantea que:

> Los grupos Nueva Era tienden a identificarse no como una religión-concepto que involucra para ellos precisamente una doctrina fija y la imposición de una jerarquía, sino como un movimiento espiritual que partiendo de la persona y no requiriendo de una filiación exclusiva, puede darse dentro o fuera de una institución religiosa. De hecho, toleran una religiosidad compartida con iglesias institucionales, así como diversos grados de involucramiento por parte de los miembros (Gutiérrez Zúñiga 1996, 95)"id":"ITEM-1","issue":"65","issued":{"date-parts":[["1996"]]},"note":"NUEVOS MOVIMIENTOS RELIGIOSOS: EL NEW AGE EN GUADALAJARA Gutiérrez Zúñiga, Cristina\n\ni

Debido a que el común de los centros del MNA comparten un rechazo a la institucionalidad y funcionan como una red de movimientos, para analizarlo es necesario poner atención a las redes de comunicación y organización formadas por los creyentes, y a los bienes y servicios de consumo. Estas redes formadas suelen ser informales, pero pueden ser encontradas a lo largo del mundo y sirven como circuitos donde el creyente trabaja su espiritualidad.

### *2.3.1.4 Talleres, prácticas, conferencias y terapias*

Los objetos de consumo son la principal fuente de ingreso del MNA, mientras que las conferencias y los talleres son las segundas más importantes. Estos objetos pueden ser medicamentos, complementos nutricionales, libros, cristales, gemas, pirámides, figurillas del buda, velas, incensarios, estampas, música, entre otros. Al parecer, los centros no parecen estar interesados en establecer barreras entre el seguidor y el mero consumidor. A pesar de que, como se mencionó anteriormente, el movimiento no establece un culto colectivo formalmente institucionalizado, los talleres, las conferencias y las charlas sirven como reuniones en las que los creyentes conocen los temas del canon doctrinal de cada institución. En estas reuniones se llegan a abordar aspectos como las promesas de universalidad del movimiento, que sirve como esperanza y guía espiritual para la humanidad.

Según el estudio que realizó de la Torre en 2006 sobre los centros del MNA en Guadalajara, sus actividades consistían en "actividad en centros de yoga ligados a los principales gurús internacionales, cursos variados de técnicas terapéuticas, tiendas naturistas y la asistencia a conferencias especializadas" (de la Torre 2006, 33). Es necesario tener en cuenta las particularidades de estas actividades porque son las actividades principales que realiza la GFU. Como podemos leer en la cita anterior, el yoga está ligado al MNA porque estos centros fueron los primeros canales por los que llegó la disciplina a América Latina, pero también muchos seguidores de la GFU creen que su fundador fue el gurú quien trajo el yoga al país.

Por otro lado, las problemáticas del seguidor son abordadas bajo la perspectiva de la terapia alternativa holística, la cual considera que el individuo es una unidad biológica-psicológica-social-espiritual, y bajo este presupuesto se realizan las distintas terapias con el objetivo de incidir en todos los niveles del individuo y solucionar sus dolencias. Estas terapias funcionan como la tercera fuente de ingreso más importante para las instituciones. Rodrigo Toniol apunta que estas terapias alternativas suelen utilizar conocimientos y técnicas tradicionales que no están en referencia a la medicina occidental. A pesar de que existe una extensa variedad de terapias alternativas, se pueden mencionar tres características generales que comparten: "a) reconocimiento de un principio de conexión vital entre el cuerpo, el mundo y el universo; b) perspectiva holística sobre el cuerpo; c) rechazo al empleo de tecnologías de alta complejidad en los tratamientos." (Toniol 2018, 625).

Apoyándose en los planteamientos de Laila Amaral, Toniol señala que existen dos tipos generales de terapias alternativas: i) la que busca armonizar las energías de los individuos para que puedan relacionarse con las del universo —entre este tipo de curas se encuentran el reiki, los florares y la homeopatía—; y ii) la cura chamaniaca, que consiste en reconfigurar la materia del individuo después de un viaje a la no materia. Es necesario señalar que estas terapias no son rituales con gestión religiosa ni citas médicas respaldadas por un discurso científico, sino que son intervenciones que funcionan desde una nebulosa místico-esotérica. Así como el MNA, las terapias alternativas tampoco abandonan las tradiciones religiosas, pues su discurso se legitima en la idea de lo ancestral que relacionan mágicamente con perspectivas biológicas de la medicina occidental.

Las regularidades del fenómeno permanecieron hasta su arraigo en suelo latinoamericano, donde comenzaron un proceso de combinación y sincretismo con elementos de las tradiciones indígenas. Clarke apunta que "Así, la salvación o

liberación new age, surge a través del descubrimiento del poder transformativo de la consciencia, un descubrimiento facilitado por tales prácticas como el channelling —el ritual por medio del cual se accede a la información y se expresa mediante una fuente que no es la propia conciencia ordinaria— y por las técnicas terapéuticas alternativas como acupuntura, acuapresión (shiatsu), iridiología, y reflexología" (Clarke 2006, 27).

### *2.3.1.5 Los seguidores del MNA*

La individualidad es un punto central para comprender al MNA, pues es donde arriban y se interpretan el conjunto de creencias, a partir de la religión individual. Esta puesta en práctica establece los criterios morales y éticos que sirven de guía para la vida cotidiana del individuo. Gutiérrez señala que "es el individuo, no una institución, el que construye a partir de una nueva disponibilidad de técnicas, doctrinas y pertenencias ocasionales, su propio marco subjetivo de interpretación, sin encontrar mecanismo formales que certifiquen su ortodoxia" (Gutiérrez Zúñiga 1996, 100)"id":"ITEM-1","issue":"65","issued":{"date-parts":[["1996"]]},"-note":"NUEVOS MOVIMIENTOS RELIGIOSOS: EL NEW AGE EN GUADALAJARA Gutiérrez Zúñiga, Cristina\n\ni. Por esta laxitud la pertenencia y el proceso de conversión no se define claramente.

Los MNA consideran que todos los individuos tienen el mismo acceso al trabajo consigo mismos y por esta razón la unión para un trabajo social se puede realizar de manera efectiva. Sobre este objetivo, Clarke comenta que: "el new age se enfoca en perfeccionar la calidad de vida, en el cuidado, en mejorar el medio ambiente y en la salud personal" (Clarke, 2016: 30). Este trabajo individual gira en torno al autoconocimiento, la sanación personal y el equilibrio individual. Pero a la vez es social, lo que implica una nueva manera armónica de relacionarse con los demás individuos. Según las confesiones de los seguidores de algunos centros del MNA en Guadalajara, la mayoría han pertenecido, en distintos momentos de su vida, a distintos grupos religiosos. En el caso del yoga, la mayoría de los practicantes han sido parte de distintos estudios de yoga, hipótesis que se confirmará más adelante.

Los seguidores suelen ingresar a la institución al comenzar la búsqueda de una nueva espiritualidad que satisfaga sus necesidades. Muchas veces la encuentran gracias a experiencias compartidas de familiares, amigos o colegas. Antes de 1970, el MNA era practicado principalmente por poetas e intelectuales de la costa este de EE. UU., así como por miembros de la élite europea. Pero actualmente, la ma-

yoría de los seguidores suelen ser miembros de poblaciones cosmopolitas, mayoritariamente de situación media y media alta, joven y escolarizada —de nuevo, más adelante confirmaremos este argumento con los población entrevistada—. Esto se debe a que sus características de flexibilidad, a-doctrinalidad e individualidad, les permite encontrar una serie de prácticas y objetos de consumo para el desarrollo personal de la espiritualidad.

### *2.3.1.6 Comentarios finales*

Cristina Gutiérrez Zúñiga define al MNA como:

> Una red de movimientos espirituales que comparten ciertos principios, objetivos y formas de acción, pero que se diferencian en otros. Su base doctrinal o conocimientos, […] no están definidos. Podría caracterizarse como una amalgama de sabidurías y tradiciones pertenecientes tanto a las religiones orientales como a la espiritualidad alternativa o no institucional de Occidente, enriquecida por el discurso científico que una clase media y media alta aprende en el sistema escolar y universitario, y reinterpretada a la luz de la problemática urbana contemporánea. Esta amalgama se crea y disemina en forma no institucional a partir de cursos y talleres de fin de semana, […] así como en libros ahora disponibles en los anaqueles de supermercados y anteriormente guardados como esotéricos (Gutiérrez Zúñiga 1996, 91)”id”:”ITEM-1”,”issue”:”65”,”issued”:{“date-parts”:[[“1996”]]},”note”:”NUEVOS MOVIMIENTOS RELIGIOSOS: EL NEW AGE EN GUADALAJARA Gutiérrez Zúñiga, Cristina\n\ni.

Además, la autora identifica al movimiento como un sincretismo en movimiento, es decir, como una constante combinación de elementos de distintas tradiciones religiosas. Durante su desarrollo, paulatinamente se fue adaptando a las lógicas capitalistas de consumo de bienes. Es por esto por lo que existe una contradicción lógica entre su crítica al modo de vida consumista que inevitablemente daña a la naturaleza, y su constante venta de bienes, servicios y objetos, para una espiritualidad en armonía con el ecosistema.

Por otra parte, Clarke se pregunta qué tan efectiva es la puesta en práctica de estas ideas a partir de las creencias. Para esto se apoya en los estudios de Paul Heelas, quien considera que existe una fuerte relación entre las creencias del MNA y su puesta en práctica, y puede que esto se deba al trabajo constante con el yo

interior y el grado de compromiso que exige. Pero Bruce, apunta lo contrario: que no existe ninguna muestra de que el compromiso de los seguidores del MNA sea efectiva debido a su noción individual, misma que, contrario a solucionar problemas, individualiza a los seguidores y los separa del mundo social.

Algunas religiones tradicionales, especialmente el cristianismo y algunas ramas budismo, consideran que el MNA ataca a los fundamentos de las religiones debido a sus actitudes y planteamientos. Algunas órdenes budistas en Asia no tienen ningún problema o rechazo hacia los MNA, mientras que algunas organizaciones budistas en occidente consideran que sus prácticas son superficiales y las reflexiones sobre las verdades ancestrales están tergiversadas. Ante esto, el MNA responde que en el contexto actual es necesario el desarrollo de la individualidad y por esta razón es pertinente experimentar con ella desde perspectivas científicas y espirituales.

Mientras que la respuesta del budismo suele ser "superficial", la crítica del cristianismo suele ser hacia los planteamientos fundamentales del movimiento. Desde un punto de vista cristiano, el MNA socava dos puntos particulares: la creencia en lo personal y la creencia en el pecado original, por lo que creen que provoca un egocentrismo en el individuo y así, un abandono de la razón humana por a su inclinación hacia la herejía. También se oponen a la experiencia y reclaman sus creencias. A lo que generalmente, tanto el cristianismo, catolicismo y budismo se oponen, es a la relatividad y falta de objetividad de las creencias y las prácticas del movimiento.

El MNA ofreció a las sociedades latinoamericanas la posibilidad de acceso a nuevas perspectivas espirituales. Pero debido a su paulatino arraigo en el continente, se combinó con elementos de tradiciones indígenas. En el caso de Mancomunidad de la América India Solar (MAIS), se sirvieron de estas perspectivas para construir un nuevo discurso espiritual. Por esta razón chamanes, brujas, yerberos, curanderos y demás individuos que trabajan ritualidades se unieron a esta organización para continuar ejerciendo su oficio.

Por último, las opiniones varían respecto al futuro del movimiento. Algunos consideran que es la espiritualidad que más se practicará en un futuro, mientras que otros consideran que es una espiritualidad con fines holísticos. También llega a ser considerado como un movimiento 'parareligioso' debido a que es un movimiento comparable con los sistemas religiosos a pesar de su rechazo a la institucionalización. También se considera que se ha expandido efectivamente a lo largo del mundo debido a su presencia en librerías, universidades y ofici-

nas. Finalmente, se prevé que su rechazo a la institucionalización le asegura un número de seguidores en el futuro, debido a la posible falta de compromiso que esto significa. Cualquiera que sea el impacto en un futuro, no podemos negar el fuerte impacto actualmente, específicamente en la manera en que se experimenta la espiritualidad, la pertenencia y la puesta en práctica, tanto en rituales como en la ética del individuo.

### 2.3.2 El yoga en América Latina

Al yoga se le ha analizado generalmente a la luz de un discurso científico y biomédico; uno de los ejemplos es la GFU, organización que construyó un tipo de yoga transnacional postural al que le añadieron el discurso anatómico y biomédico. Contrariamente, también es practicado como una suerte de ritual anclado a una religión individual. Es complicado encontrar información sobre la expansión del yoga en el continente, debido a que la mayoría de las fuentes lo abordan como elemento de otras religiones (budismo e hinduismo). Por esta razón, son pocos los textos que lo estudian desde una perspectiva académica analizando su propia identidad. Por esta falta de información han surgido debates cuestionándose si el yoga es una religión, una terapia, un hobby o una actividad física (Catalfo 2007).

Para un mejor entendimiento del fenómeno de la llegada del yoga a América Latina, Roberto Serafim Simões establece cinco etapas: i) los líderes esotéricos que construyeron su forma de yoga en torno a una concepción personal, más que como una iniciación con gurús o maestros dedicados a la disciplina; ii) un choque cultural entre lo esotérico, por parte de los líderes esotéricos y lo originalmente hindú que planteaban yoguis formados en India; iii) estos yoguis comienzan a fundar escuelas en América Latina: iv) búsqueda de un agrupamiento de las escuelas de yoga en el continente y así, la formación de una misma identidad (es aquí donde reluce el elemento religioso del yoga); y v) disputas entre la búsqueda de una identidad espiritual y la secularización liderada por organismos gubernamentales, y entre los yoguis tradicionalistas y los yoguis que abrían su práctica a los sincretismos.

Simões apunta que el yoga era parte de la religión hindú ancestral de la India y era considerado como una de las seis dársanas y su característica principal es la total obediencia a los preceptos religiosos hindúes. En sus inicios, el yoga moderno en América Latina nunca estuvo en referencia al hinduismo. Según el autor, esto se debió más que a cuestiones ideológicas, a una barrera cultural idiomática que

impidió que los gurús llegaran a fundar instituciones en el continente. Al respecto comenta que "esto no detuvo a que el yoga se expandiera en países de Sudamérica; al contrario generó creencias, gurús y sistemas de prácticas sincréticas para los nativos y elementos cristianos, haciendo que algunas expresiones del yoga fueran únicas" (Simões 2019, 3).

### *2.3.2.1 Primera etapa (1900-1965)*

Según Simões, las primeras raíces del yoga en el continente se encuentran en 1900. Entre 1899 y 1900 se tiene registro de que Katherine Augusta Westcott Tingley fundó en la Habana Cuba, la primera academia de yoga en América Latina: la cual llevó por nombre la Academia de Raja Yoga. Su objetivo era ofrecer una práctica desde perspectivas esotéricas como teosofía, martinismo, rosacruz y masonismo. Posteriormente, entre 1925 y 1947, el francés Léo Alvarez Costet de Mascheville fundó en Uruguay el Grupo Independiente de Estudios Esotéricos (GIDEE), donde proponía al yoga, al budismo, a la astrología y a los estudios de la cábala como caminos para el desarrollo espiritual. Después, Cesar della Rosa fundó la International Mystic Assotiation (AMO) en Uruguay, pero también se le confiere la fundación de federaciones de yoga en Argentina entre 1936 y 1941. Finalmente, Serge Raynaud de la Ferrière fundó la Gran Fraternidad Universal (GFU) en Venezuela en 1948.

Como se puede leer, el yoga estaba anclado al esoterismo y al MNA. En su proceso de establecimiento en el continente nunca funcionó independientemente de asociaciones del MNA, al contrario, se mantuvo como una terapia o un ritual de los centros esotéricos. Los personajes anteriormente mencionados tenían nula relación con el hinduismo. Serafim apunta que "no fueron los indios ni los representantes legitimados de cualquier tradición conocida o escuela de yoga históricamente probada quienes llevaron al yoga en el primero momento a tierras latinoamericanas" (Simões 2019, 4).

### *2.3.2.2 Segunda etapa (1965-1973)*

Según lo indicado en la página de Yogananda Harmoni, el gurú visitó México en 1929 para ofrecer lecturas y conocer al presidente Emilio Portes Gil (http://yogananda harmony.com/yogananda-history-chapter-1). A pesar de este importante crucial, fue hasta 1950 cuando comenzó el proceso de establecimiento del yoga en el continente. A pesar de que, para este segundo periodo de establecimiento, las escuelas de los yoguis anteriormente mencionados ya llevaban 17 años en el

continente, fueron los mismos latinoamericanos formados en la disciplina quienes trajeron un yoga más anclado a sus elementos culturales hindúes. En 1987, la colombiana Luz Fanny Vargas, llevó el estilo de anaisayoga a su país después de un trabajo conjunto con gurús tibetanos, budistas e hinduistas en India.

Por otra parte, el chileno Don Benjamín Guzmán, quien se instruyó desde 1918 a 1928 a partir de cartas enviadas por el yogui Sri Janárdana, miembro de la orden Suddha Dharma Mandalam (SDM), lo avaló para llevar por nombre Sri Vayera Yogui Dasa y le permitió inaugurar organizaciones religiosas en Chile, Brasil y Uruguay, como parte de la SDM. Posteriormente, en 1967, el brasileño Ignez Novaes Romeu, después de un viaje a India donde se instruyó bajo el estilo de yoga de kaivalyadhama propuesto por Swami Kuvalayananda, arribó a su país para comenzar con las primeras prácticas vistas bajo la luz de perspectivas biomédicas. En este mismo periodo, en un viaje que hizo a India en 1973, la brasileña María Helena de Bastos Freire conoció a Sri. K. Pattabhi Jois.

Durante este periodo, bastantes yoguis arribaron al continente con una formación más arraigada a la cultura hindú. Fueron estos yoguis quienes comenzaron una reinterpretación y traducciones del yoga clásico en el continente. Hasta ese momento, lo que se conocía sobre la disciplina en el continente había sido gracias a las enseñanzas orales de la primera generación que se formó en los centros esotéricos. Durante este segundo periodo de establecimiento, a pesar de que no estaba completamente desarrollado en tierras el continente, ya era percibido por el catolicismo como "una cuestión preocupante", como menciona el sacerdote Francisco Sampedro Nieto en su libro *Sectas y otras doctrinas de la actualidad* (1992).

### *2.3.2.3 Tercera etapa (1970-1980)*

El contacto de los primeros líderes esotéricos con los yoguis formados en la India detonó la discusión entre estilos de yoga practicados. Lo que provocó que desde 1970 se desarrollara un movimiento sudamericano en busca de la regularización del yoga: cómo practicarlo y quienes están permitidos a enseñarlo. Es por esta razón que conferencias, fundaciones y congresos de yoga comienzan a llevarse a cabo a lo largo del continente. Simões apunta que "las escuelas y organizaciones de yoga hindú comienzan a percibir el interés occidental en su religiosidad que comienza con Vivekananda" (Simões 2019, 6).

En 1970, Devanand Saraswati Ji Maharaj, funda la Sociedad Internacional de Desarrollo Divino en Nicaragua. En 1972, Shrii Shrii Ananda Murti funda en Paraguay, la Ananda Marga Yoga Society. Por otra parte, en 1974, Sri Ramesh

y José Luis Pallaviccini Norori, fundan en México la Sociedad Internacional de Realización Divina Centro Cultural Yoga Devanand —institución que será estudiada más adelante—. Luego, en 1975 se funda el ashram Satyananda en Brasil de la mano de Satyananda, discípulo de Sivananda. Posteriormente, en 1976, Swami Vishnudevananda, funda en Uruguay la Divine Life Society (DLS). El yoga que se esparció en este periodo estuvo más relacionado con escuelas de gurús de India y comenzaron a establecer el camino para la construcción del yoga en el continente.

### *2.3.2.4 Cuarta etapa (1980-1990)*

Simões apunta que: "entre 1980 y 1990, el yoga gana gran popularidad e incorpora fuertemente sus prácticas rituales, confundiéndose con prácticas físicas, técnicas terapéuticas o actividades religiosas" (Simões 2019, 7). En este periodo, en Brasil el Conselho Federal de Educadores Físicos (CONEF) estableció al yoga como una práctica exclusivamente física, lo que impidió que los yoguis pudieran formar nuevos seguidores con sus propias perspectivas.

En el caso de México, el día internacional del yoga está mediado por el Instituto Nacional del Deporte (INDEPORTE) (Adrián Muñoz 2016), lo que significa, similar al caso de Brasil, una secularización de yoga. Las instituciones públicas y deportivas se sirven del elemento físico del yoga para utilizarlo como una disciplina secular. En México el Consejo Nacional de Normalización y Certificación de Competencias Laborales (CONOCER) es un organismo que busca, entre otras disciplinas, evaluar la práctica del yoga y que, de la misma manera que en Brasil, solo permite que la práctica sea supervisada por un profesor que obviamente lo propone como una práctica estrictamente física.

Por su parte, la comunidad de yoguis del continente —movimiento del que hablé anteriormente—, sostiene que el yoga no puede ser mediado por ninguna institución gubernamental debido a su carácter espiritual. Es importante mencionar esta disputa entre gobierno y seguidores de la práctica porque subraya la búsqueda por el "espíritu" del yoga, por parte de sus practicantes quienes abogan que el yoga no es exclusivamente una disciplina física y buscan la construcción de una identidad a partir de la disciplina. Otro de los objetivos de este movimiento fue reunir todas las instituciones, centros, federaciones y confederaciones dedicadas a la disciplina. De esta manera, en 1936 en Uruguay, Cesar della Rosa fundó la primera Federación Latinoamericana de Yoga. Por otra parte, en 1940 en Argentina, la Federación de Yoga fue fundada por della Rosa y Leo Costet. Estas dos

instituciones fueron los primeros intentos de juntar todos los organismos bajo una misma perspectiva.

En 1975 en Brasil se fundó la Asociación Internacional de Profesores de Yoga (AIPY) por parte de María Helena de Bastos Freire. Estas federaciones nunca alcanzaron los objetivos que se tenían propuestos, por lo que en 1985, el argentino Fernando Estevez Griego (o Swami Maitreyananda), formó la Unión de Yoga de Latinoamérica (UYL) que tenía por objetivo agrupar estas instituciones anteriormente mencionadas, bajo una misma organización internacional donde formarían parte países como Argentina, Brasil, México, Chile, Colombia, Uruguay, Cuba y Quebec. Su primer congreso de yoga se realizó en 1987 y fue el primero de muchos congresos que logró la institución.

### *2.3.2.5 Quinta etapa (1990-Actualmente)*

Los viajes a lugares sagrados de la India, así como la venta de artículos de yoga como tapetes, libros, CD's, DVD's, funcionaron como un nuevo vínculo para adentrarse en la disciplina. Esto provocó una tensión entre los yoguis más ortodoxos y los yoguis quienes permitían una apertura a las combinaciones de elementos de otras denominaciones religiosas con el yoga. En el caso de México, La Tienda del Yogui es ejemplo de esto porque comenzar a vender artículos de budismo, yoga y religiones asiáticas, lo que provocó que muchas personas se acercan a ellos preguntando sobre si daban clases de yoga. En este periodo, los distintos motivos por los que se comienza a practicar —una manera de ritual, como ejercicio físico, a manera de terapia alternativa, o simplemente hobby— comienzan a ser más notorio. Desde las formas más tradicionales de yoga comenzó una tendencia a resignificar sus textos clásicos con el objetivo de rescatar su originalidad desde perspectivas modernas.

Simões comenta que: "el yoga, anteriormente considerado una *darshana* o una 'escuela filosófica' ortodoxa hindú, parece ser ahora una combinación de terapia para la relajación en la que la ciencia, más que el hinduismo, es mostrada como la legitimadora de su discurso en las sociedades modernas" (Simões 2019, 8). Sería lógico asumir que los estilos que surgieron en este periodo están exentos de su carácter espiritual, pero como se mencionó anteriormente a partir de los planteamientos de De Michelis, incluso los estilos más seculares mantienen un aspecto sagrado ya sea en referencia a textos, dioses o lugares sagrados, o bien, se comienza a considerar como sagrado aspectos seculares como el cuerpo y la belleza.

### *2.3.2.6 Comentarios finales*

Dos tendencias construyeron al yoga en América Latina. La primera surge a partir de los primeros yoguis que trajeron la disciplina al continente, quienes estaban más abiertos a los sincretismos y combinaciones de la práctica con otros elementos. La segunda línea, que corrió por parte de los primeros yoguis latinoamericanos formados en India, es más tradicionalista y ortodoxa, y busca rescatar su esencia desde re-intereptaciones de sus textos sagrados. El proyecto que buscaba conjuntar a todas las escuelas de yoga en el continente falló por sus objetivos demasiado optimistas, pero demostró que existe una variedad y diversidad de maneras para practicarlo en territorio latinoamericano.

Es necesario señalar que el desarrollo del yoga en América Latina ha tenido sus particularidades. Simões comenta que: "el yoga pudo haber sido construido sin la fuerte influencia, como sucedió en Europa y Estados Unidos, de renombrados gurús internacionales tales como Iyengar, Jois y Sivananda, entre otros, porque desarrolló en América Latina sus propias características e intensas disputas entre las distintas denominaciones con distintas innovaciones que no pueden encontrarse en otras partes del mundo" (Serafim, 2019: 9). Más adelante corroboraremos este planteamiento del autor.

## 2.3.3 El yoga en México

La llegada del yoga a México está estrictamente relacionada con el MNA. Una de las claves para este entendimiento es la presencia de la Gran Fraternidad Universal (GFU) en nuestro país. Institución que arribó a la Ciudad de México en los años 50s y a Guadalajara en los años 70s (Gutiérrez, 1996). Llegó en estos años debido a que José Manuel Estrada Vázquez, comenzó a impartir una serie de conferencias en centros espiritistas del país y paulatinamente, las conferencias y las propuestas del doctor comenzaron a ser una propuesta práctica. En el estudio de 1996 que Gutiérrez Zúñiga realizó en la ciudad de Guadalajara, ubicó una serie de instituciones identificadas como centros del MNA entre las que resaltan ISKCON (Internacional Society for Krishna Consciousness), grupos de Meditación Trascendental, Orden Rosacruz, sociedades teosóficas, Siddha Yoga y Soka Gakkai.

De estas instituciones ISKCON, Meditación Trascendental y Siddha Yoga ofrecen yoga dentro de sus actividades, por lo que podemos establecer que desde 1970, según lo declarado por la autora, la disciplina tenía presencia en Guadalajara. De igual manera, Mario García, director de Yoga RAM, declaró que desde 1970 aproximadamente, la institución ha formado centros en América Latina,

pero específicamente en la Ciudad de México comenzó a ofrecerse desde 1960, cuando comienza el proyecto de yoga de la GFU para el público general. El discípulo de Manuel Estrada, Luis Murguía Alarid, consideraba su práctica beneficiaba a la salud y a la consciencia de los individuos y a partir de estas ideas, convence a su gurú para ofrecer las clases de yoga a los miembros de la institución y al público en general.

Otra razón para desarrollar el proyecto fue que consideraban que era muy complicado que las personas viajaran hasta los ashrams para practicar yoga. Es así como se inaugura una sucursal de la GFU en la CDMX llamado "Instituto de la Ferrière" en la calle de Buenavista 8. Su propuesta consistió en que la disciplina llegara a ser ofrecida al público en sus centros espirituales, donde un profesor certificado guiara la clase. A la par del centro de Buenavista 8, en la colonia Roma Norte inauguraron otros centros, uno de ellos en la calle Durango 262 que cerró sus puertas poco después de haberse inaugurado y donde actualmente se encuentra un terreno vacío. Otra sucursal se inauguró en la calle de Monterrey 241, donde actualmente está ocupado por la Federación Mexicana de Yoga Universal, la cual, además de declarar que son la primera escuela de yoga en México, expide certificaciones con base en los acuerdos del CONOCER.

Manuel Estrada fundó en 1967 el Centro Cultural "Aurobindo" en la avenida Insurgentes Sur 226, donde inicialmente solo daba conferencias sobre temas relacionados a la GFU, pero paulatinamente se fue definiendo el trabajo en tres proyectos principales: un comedor vegetariano, una librería esotérica y clases de yoga. Debido a que comenzó la afluencia de gente, se rentó también el espacio continuo: Insurgentes Sur 228 exclusivamente para las clases de yoga y se unieron los dos espacios. Estos dos locales funcionaron hasta 1985, que fue cuando comenzó la crisis económica del país, compraron el espacio de Tabasco 310, donde actualmente se encuentran, y se mudaron hacia allá. Actualmente, el local de la avenida Insurgentes Sur 226 está ocupado por la famosa "Pulquería Insurgentes", mientras que el número 228 está vacío.

Debido a que consideraron un éxito el proyecto de yoga al público, se creó un comité para que se pudieran crear institutos de yoga adheridos a la GFU; obviamente funcionando como asociación civil, como lo es actualmente Aurobindo. De esta manera, se crea el Departamento Nacional de Yoga que se encargó de evaluar y mantener actualizada a la práctica. De esta institución surgió en 1970 la Escuela de Profesores de Yoga, donde se comenzaron a instruir a personas para que pudieran ofrecer una clase completa, en vez de que el gurú, que originalmente

era el encargado de la enseñanza, guiara la sesión. Lo que provocó que se modificará la dinámica de la enseñanza: de la dinámica de gurú-discípulo, se transforma en un primer momento a gurú-profesor y posteriormente a profesor-alumno. Con el paso del tiempo, los profesores crearon su propia institución: el Colegio de Profesores de Yoga.

### *2.3.3.1 La Gran Fraternidad Universal*

La Gran Fraternidad Universal, o mejor conocida por sus siglas como la GFU, se fundó en 1948 en Venezuela, pero actualmente tiene incidencia en países como Perú, Chile, Colombia y México. Nació por el trabajo conjunto entre Serge Raynaud de la Ferrière y José Manuel Estrada. Se considera que de la Ferrière fue el fundador de la institución, mientras que Manuel Estrada fue el cofundador. La asociación está motivada en perspectivas espirituales derivadas de una gran variedad de religiones y movimientos como: el hinduismo, el budismo, el vegetarianismo, el esoterismo, el espiritismo, la masonería, el gnosticismo y la teosofía. Se declaran una institución que busca difundir la salud y la consciencia a la sociedad, por lo que sus sucursales funcionan como asociaciones civiles sin fines de lucro.

Fue hasta el siglo XXI que se convirtió en un referente para el MNA gracias a su propuesta de una nueva relación con el planeta a partir de perspectivas ecológicas y formas de salud alternativa que fueron bien recibidas por los buscadores espirituales. Su fundador arribó a Venezuela siendo conocedor de distintas tradiciones esotéricas de Europa y religiones orientales como hinduismo y budismo; pero también por sus supuestas misiones como bodhisattva, porque estaba convencido de que la nueva espiritualidad y el nuevo mesías de la Era de Acuario resurgirían en el continente americano (Siegel 2014). Al comparar su fecha de nacimiento con la de Jesucristo a partir de cálculos astrológicos, se convenció de que él sería el siguiente mesías de esta nueva y dorada era.

Publicó cerca de 60 circulares y 100 textos, principalmente sobre yoga y astrología, pero también abordó tópicos sobre biología, psicología, filosofía y ciencias sociales. Se atrevió a trabajar estos temas gracias a sus supuestos títulos en estas disciplinas que, como plantea Pamela Siegel, no se tienen registro de ellos (Siegel 2014). Realizó la conjunción entre el trabajo espiritual y el discurso científico porque creía que la nueva Era de Acuario significaría la relación armoniosa entre religión y ciencia.

Dos líneas de acción guían el trabajo actual de la GFU: i) estudios sobre los temas fundamentales de la asociación y el establecimiento de comunidades

basadas en una forma de vida utópica y orientalizada conocidas como ashrams, donde el objetivo principal es el desarrollo de la espiritualidad; y ii) el ejercicio de disciplinas como la astrología, el esoterismo, el yoga, la meditación y el vegetarianismo a través de cursos y conferencias. También trabajan en proyectos sobre paz y salud en conjunto con instituciones como la Cruz Roja. El primer ashram se fundó en 1949 en Venezuela y llevó por nombre "El Limón" (Gutiérrez, 2019).

Gutiérrez Zúñiga apunta que: "sus escuelas permanentes y sus colaboraciones en eventos culturales públicos con exhibiciones, y seminarios en distintas disciplinas sobre espiritualidad y salud alternativa, crearon espacios para la convergencia y circulación entre iniciados y quienes solamente estaban interesados] (Gutiérrez 2018, 2). A pesar del catolicismo ferviente que caracteriza a las sociedades latinoamericanas, como se acaba de mencionar, la GFU ha sido bien recibida en el continente. Esto se debió principalmente por las actividades y proyectos sociales y culturales en los que participaba la asociación donde se servían del carácter físico y laico del yoga, para poder llevar a cabo actividades públicas con el principal objetivo de realizar una sesión de yoga.

Al principio, la organización estaba altamente inspirada en ideales asiáticos como el hinduismo y budismo; sin embargo, con el paso del tiempo y principalmente por el fortalecimiento de su arraigo en suelo latinoamericano, comenzaron a trabajar con conceptos de tradiciones indígenas. Este trabajo, además de la formación de seguidores del MNA, creó circuitos que sirvieron para conocer sobre la evolución de la institución y para la creación y reproducción del movimiento. Gutiérrez Zúñiga propone analizar a la GFU no como una asociación aislada, sino como un movimiento espiritual que ha fundado instituciones derivadas de las ideas originales de su fundador.

A pesar de que ha llegado a haber escisiones por conflictos acerca de la autenticidad de los fundamentos de de la Ferrière, la asociación en general funciona como una empresa que unifica un trabajo espiritual alternativo en América Latina. La primera escisión estuvo relacionada con Manuel Estrada, quien en 1969 se separó de la organización original para fundar la Línea Solar; pero mucho tiempo después, José Marcelli Nolli, discípulo de Manuel Estrada, cambió el nombre a Red Cultural GFU y mantiene su sede en México. Por su parte, la asociación fundadora estuvo liderada por Juan Víctor Mejías, Alfonso Gil Colmenares y David Ferriz Olivares, y fue llamada "Fundación Dr. Serge Raynaud de la Ferrière" o coloquialmente conocida como la "Línea Lunar".

A pesar de que ambas asociaciones surgen del mismo proyecto de la GFU, el contacto entre ellas es muy esporádico en eventos u ocasiones en las que llegan a convivir. Según Raúl Arredondo, se ha intentado comenzar nuevamente un trabajo conjunto, pero no se ha podido concretar debido a las constantes descalificaciones hacia Manuel Estrada por parte de "los lunares". Es importante señalar esta escisión porque ambas asociaciones tienen entendimientos distintos sobre el yoga. Mientras que la "Línea Lunar" ofrece clases de yoga exclusivamente en los ashrams, en la Línea Solar surgió el proyecto de ofrecer clases al público en general. Otra diferencia importante es que la Línea Solar continuó trabajando en Caracas, mientras que la Línea Solar mudó su sede a México.

Otra escisión corrió a cargo de Domingo Díaz Porta, seguidor de la Línea Solar, quien fundó en 1977 la Mancomunidad de la América India Solar (MAIS), la cual tiene por objetivo distanciarse de la influencia de las religiones asiáticas y conferir mayor peso a las tradiciones indígenas de América. Al mismo tiempo, José Rafael Estrada Valero (JREV) fundó la Línea Solar del Sur, que trabaja actualmente en México, específicamente en un centro que lleva por nombre Instituto de Desarrollo Humano Yoga RAM, donde su actual director Mario García, ratificó que el estilo de yoga que trabajan es el creador por su fundador. Finalmente, David Férriz Olivares, uno de los miembros fundadores de la GFU, rompió relaciones con la asociación original y fundó Magna Fraternitas Universales en Perú. Estos cismas han servido para la expansión de la asociación en países latinoamericanos y europeos.

# Capítulo III

# El yoga en la colonia Roma Norte

La colonia Roma Norte es una de las treinta y tres colonias que conforman a la alcaldía Cuauhtémoc de la Ciudad de México. Al norte colinda con la colonia Juárez, al oeste con la colonia Centro, al sur con la Roma Sur y el Centro Urbano Benito Juárez y al este con la colonia Condesa. Según los datos del INEGI, hasta el 2017, en la alcaldía Cuauhtémoc habitan 545,884 personas, de las cuales 27,412 son habitantes de la colonia Roma Norte (INEGI 2017). Esta colonia se caracteriza principalmente por ser una zona de múltiples servicios, tanto de alimentos y esparcimiento —antros y bares—, como belleza; además, y como se demostrará a lo largo de la investigación, también es una zona de pluralidad religiosa.

Es conveniente recordar al lector que esta investigación sienta sus bases sobre una serie de conceptos fundamentales para tratar de comprender el fenómeno religioso en América Latina, uno de ellos es el mercado religioso. Lo subrayo, no porque sea el de mayor importancia, sino porque puede llegar a ser confuso encontrar que entre la serie de instituciones comprendidas como religiosas, se encuentre una librería, centros de terapias alternativas y una tienda de artículos orientales donde también se practica yoga.

Uno de los entendimientos del mercado religioso es que es un proceso donde lo considerado como religioso y espiritual comienza a funcionar como mercancía; pero uno de sus aspectos de primordial importancia es que, a pesar de que funcione de esta manera, el creyente continúe experimentando su religión dentro de esos espacios. Por ello, sin duda, el buscador espiritual podrá experimentar lo religioso en alguna conferencia dentro de la librería, durante la práctica de reiki en el centro terapias alternativas o bien, practicando yoga en La Cueva del Yogui.

## 3.1. La situación religiosa de la colonia Roma Norte

Desde la conquista de América, el catolicismo funcionó como elemento de unidad cultural y social para los individuos. Pero en los últimos años, la hegemonía del catolicismo ha disminuido paulatinamente. Muchos investigadores han identificado a los años cincuenta como la década en la que comenzó el descenso de católicos, debido principalmente a la creación del mercado de religiones que introdujo NMR al continente (de la Torre 2018; Bastian 2004). El panorama general del continente refleja esta situación, pero es necesario señalar un par de particularidades. De la Torre, apoyándose en los estudios del Pew Research Center, afirma que Brasil es el país con mayor número de católicos, mientras que Uruguay presenta menos de la mitad de la población católica y un 37% de población no religiosa.

Además, continúa la autora, "en la mayoría de los países de América Latina, el campo religioso no funciona bajo las leyes de un mercado abierto, debido al trato preferencial que se le otorga a la iglesia católica y a la constante estigmatización de las minorías religiosas evangélicas, cultos populares, cosmovisiones indígenas y de origen afro" (de la Torre 2018, 164). Por último, se ha presentado un aumento de grupos evangélicos y pentecostalismos, así como una desinstitucionalización de las creencias religiosas. Esta última situación implica que las creencias y las prácticas no estén sujetas a alguna institución, recinto o iglesia, y que la identidad religiosa no supone la identidad del individuo. Justamente el yoga se encuentra dentro de las dinámicas de las prácticas desinstitucionalizadas.

Se han mencionado estos puntos debido a que, como veremos enseguida, la colonia Roma Norte comparte características con el continente: es una región donde convive la diversidad religiosa. Para analizar este territorio, se creó un mapa de religiones con base en la metodología de la etnografía y el acercamiento, tanto a la zona, como a las instituciones. El mapa tiene como fin mostrar los recintos religiosos y los altares que se encuentran en los límites de la colonia, con énfasis en los espacios que ofrecen clases de yoga —por esta razón se mencionan gimnasios, sin que sean organizaciones religiosas *per se*—.

El mapa se llevó a cabo entre septiembre del 2019 y marzo del 2020 e hice uso de la herramienta de Google Maps para realizarlo. En la bibliografía se puede encontrar la liga para ingresar a él. Por último, se optó por establecer ocho categorías para un mejor estudio del fenómeno religioso: a) altares y santuarios populares, b) centros de fe católica, c) centros del MNA, d) centros de terapias

alternativas, e) centros de congregaciones cristianas, f) centros de prácticas budistas, g) centros de congregación judía y h) estudios de yoga.

### 3.1.1. La diversidad religiosa en la colonia Roma Norte

A continuación, haré un recorrido por los centros, recintos, instituciones y demás tipos de organizaciones religiosas que encontré durante la etnografía de la colonia. Como era de esperarse, debido a la mayoría católica que aún pervive en México, existe un gran número de altares y santuarios religiosos de santos, vírgenes y demás figuras católicas. Debido a su considerable cantidad, comenzaré a describir este tipo de destellos religiosos urbanos.

#### *3.1.1.1 Altares y santuarios populares*

En la categoría de "altares y santuarios populares" consideré todo tipo de estructuras que contuvieran estampas o figuras del culto a cualquier santo, virgen o figura religiosa. Del total de altares dentro de esta categoría, se puede notar una mayoría dedicados a la virgen de Guadalupe, ya sea porque es la única figura o estampa dentro del altar o por ser la más importante dentro de él. Es por esto por lo que decidí subcategorizar esta categoría en: i) altares a la virgen de Guadalupe y ii) altares a otras figuras de fe católica. En esta última subcategoría se consideran todas las estructuras que estén dedicadas a cualquier otra figura de culto católico u otra denominación religiosa.

Debido a que los altares no tienen una organización particular, sería necesario realizar una investigación etnográfica para conocer su origen; pero como no son nuestro objeto de estudio, bastará señalar que no dependen de ninguna institución religiosa sino de una organización de tipo individual, familiar o comunitaria, y pueden originarse por el fallecimiento de un individuo, al pago de una manda o para el cuidado de la zona. Como se acaba de mencionar, la mayoría de los altares son dedicados a la virgen de Guadalupe, a lo que se le conoce como guadalupanismo. Según Rodolfo Soriano, una de las bases que mantienen este culto es la importancia cultural de la virgen y que "son resultado de complejas experiencias personales, familiares o comunitarias de personas que saben poco de los problemas que enfrentan y de la manera en que se articulan las soluciones a estos problemas" (Soriano 2018, 242).

Por esta razón, es lógico suponer que la mayoría de los altares corresponden a familias o individuos en particular. Con lo referente a comunidades, como menciona Soriano, tres de los altares encontrados se encuentran en bases de taxis; sería

lógico suponer que tienen como objetivo salvaguardar y proteger a los individuos de este oficio. Es necesario señalar que algunos de estos altares también contenían otros elementos relativos al sistema de creencias católico como figuras de San Judas Tadeo o de Cristo, pero para esta subcategoría se tomaron en cuenta aquellos donde la virgen tuviera mayor presencia, ya sea por su tamaño o por el enfoque de decoración que tenía.

Dentro de la colonia existen treinta y siete altares dedicados a la virgen de Guadalupe, establecidos a lo largo del territorio. Se puede notar mayor presencia al norte de la alcaldía, a partir de la avenida Álvaro Obregón, pero el incremento es muy sutil. Es lógico suponer que esto se debe a que al norte se encuentra la colonia Juárez, una zona más popular en comparación de la Roma Norte y, por lo tanto, la presencia de católicos es mayor. Es así como podemos afirmar los planteamientos de Rodolfo Soriano cuando menciona que puede haber mexicanos que se identifiquen como guadalupanos más que como católicos, y aunque el culto tiene mayor presencia en zonas rurales, en las zonas urbanas no desaparece.

Los altares con principal devoción a San Judas Tadeo u otros santos católicos, se establecieron dentro de la subcategoría de "altares a otras figuras de fe católica". En total son once los altares, figuras y estampas que se consideraron dentro de esta subcategoría. Hay altares a San Judas Tadeo, San Benito Abad, San Juan Caballero, San Miguel Arcángel, Cristo y José, Cristo Crucificado, el Sagrado Corazón de Jesús, la Virgen de San Juan de los Lagos, ángeles, cruces y oraciones. En total fueron cuarenta y siete altares y santuarios encontrados, de los cuales treinta y seis entran dentro de la subcategoría de "altares a la virgen de Guadalupe" y once se consideran dentro de la otra subcategoría de "altares a otros santos de fe católica".

### *3.1.1.2 Centros de fe católica*

En la categoría de "centros de fe católica" consideré a las iglesias y templos dedicados al culto católico. Dentro de este listado se encuentran la Rectoría de Nuestra Señora de Fátima, la Parroquia de Nuestra Señora del Rosario, la Arquidiócesis Primada de México, la Parroquia de la Sagrada Familia y la Rectoría Francisco Javier Romita. Por consiguiente, se registraron cinco instituciones católicas: dos parroquias, dos rectorías y una arquidiócesis.

También consideré al Albergue Guadalupano, a pesar de no ser propiamente una institución religiosa, sino que se dedica únicamente al cuidado de niños sin hogar. Lo tomé en cuenta dentro de esta categoría por ser una institución dirigida por la iglesia católica y su enfoque en el elemento mariano. Aunque contiene

una capilla en su interior, el culto público a la virgen no es su objetivo principal. Por último, también integré a la Librería San Ignacio porque se dedica a la venta de libros de temas católicos, desde Biblias hasta títulos contemporáneos sobre la religión. Por lo tanto, fueron siete elementos en total que registré dentro de esta categoría, y por su cantidad, la segunda que se aborda.

### *3.1.1.3 Centros del MNA*

El MNA tiene sus bases en tres principios: una protección y conexión con la naturaleza o ecología, seguimiento de los planteamientos de escuelas científicas o filosóficas que simpatizan con el discurso espiritual, y un linaje de tradiciones mágico-religiosas (Gutiérrez, 2018b). No existe una única organización que represente al movimiento, por lo que se toman en cuenta al conjunto de organizaciones que tengan características similares para definirlo. Es sumamente heterogéneo y, por lo tanto, difícil de categorizarlo.

El movimiento se opone a la construcción de una institución y sus fines son terapéuticos, espirituales o para la paz. Se relacionan con otras religiones seculares para llevar a cabo proyectos en conjunto. Debido a la amplia pluralidad existente, pueden encontrarse organizaciones que entran dentro de las lógicas capitalistas hasta las que critican al sistema y se oponen al mismo. Cristina Gutiérrez Zúñiga señala que "estas tradiciones provenientes de lugares exóticos o del pasado precristiano de Occidente, suelen representarse como afines a novísimas teorías psicológicas y de las llamadas investigaciones de frontera, conformando una amalgama discursiva que apela tanto a la legitimidad y racionalidad del conocimiento científico como a la sabiduría profunda del conocimiento ancestral" (Gutiérrez Zúñiga 2018, 423).

Esto apunta a que el MNA es una manera de experimentar la espiritualidad en oposición a la religión institucionalizada y en busca nuevas prácticas religiosas desde la experiencia individual. Se identifica con el proceso cosmopolita porque aquí se concentran la mayoría de sus centros. En México, algunas organizaciones del movimiento han tratado de desenterrar el pasado prehispánico y cultural indígena con las cuales han nutrido su discurso y principios.

En esta categoría de "centros del MNA", se consideraron un gran número de agrupaciones y establecimientos que ofrecen servicios de tarot, tales como Rayo Astral, Lashkmi, Boutique Esotérica Piscis, Casa del Mandala, Tarots del Mundo y un local sin nombre sobre la avenida Álvaro Obregón donde se anunciaban este tipo de servicios. También se registraron las tiendas o bazares que dedicados a la

venta de objetos relacionados con el movimiento como: Padma Bazar, Foro Yug y Elfos. Otros centros que se registraron fueron el Templo Catemaco Veracruz, Tabernaculo Espiritual "Nueva Alianza con Dios" y Mindbody Pilates, instituciones que manejan un discurso sobre las conexiones del cuerpo con lo espiritual, o bien, proponen nuevas formas de espiritualidad. En total son doce instituciones que conforman a esta categoría.

### *3.1.1.4 Centros de terapias alternativas*

En la categoría de "centros de terapias alternativas" se tomaron en cuenta a instituciones que ofrecían servicios como reiki, acupuntura, alineación de chakras y reflexología, tales como Boutique "La Divina", Instituto de Estética y Belleza y El Chino. Asimismo, se registraron instituciones como ALADEH y Orientación Holística, que se dedican a la creación de programas para la superación personal desde la espiritualidad. Estas instituciones no reproducen los discursos o las técnicas de la medicina occidental. En general, sus características son: tratan de establecer una conexión entre el cuerpo y el universo, retoman planteamientos de la filosofía holística y utilizan tecnología de baja calidad dentro de sus servicios.

Van de la mano con la expansión del MNA debido a su fin terapéutico del mismo y porque están concentrados en centros urbanos cosmopolitas. Es más, se considera que son un despliegue de las formas del MNA, por lo que no son independientes de las perspectivas religiosas, sino que retoman bastantes de sus planteamientos para construir su arco argumentativo. Es necesario señalar que, a pesar de las singularidades, muchos de estos centros se caracterizan por retomar perspectivas de religiones antepasadas como el ritualismo indígena o tradiciones ascéticas, en el caso del yoga.

### *3.1.1.5 Centros de congregaciones cristianas*

Para construir la categoría de "centros de congregaciones cristianas", consideré dos aspectos principales: instituciones y un pequeño móvil de publicidad de Testigos de Jehová que se coloca todos los días sobre el camellón de Álvaro Obregón esquina con la avenida Insurgentes. Las instituciones que conforman esta categoría son: Iglesia Universal del Reino de Dios, Iglesia Presbiteriana Coreana de México, Iglesia Pentecostal "Dios es Amor", Comunidad F.A.R.O e Iglesia Cristiana "La casa del alfarero". En total son seis elementos de esta categoría, de las cuales, la gran mayoría son instituciones.

### *3.1.1.6 Centros de prácticas budistas*

Registré tres instituciones dentro de la categoría de "centros de prácticas budistas": Budismo Kadampa, Casa Tibet México y Centro Budista de la Ciudad de México —que por su oferta de clases de yoga, también se considera dentro de la categoría de "yoga"—. Todos estos centros, provienen de la comunidad Mahayana. A pesar de que comúnmente se cree que el Mahayana es una ramificación del budismo, Donald S. Lopez señala que más bien es una comunidad que se encargó de reformular algunos de los planteamientos del budismo clásico de la India. Por otra parte, actualmente, la comunidad Mahayana es la más extensa a nivel internacional (Lopez 2009).

### *3.1.1.7 Centros de congregación judía*

En la categoría de "centros de congregación judía" integré solamente dos instituciones: Sinagoga Monte Sinaí y el Centro de Documentación Judío en México. La primera es un centro dedicado al culto, mientras que la segunda, como se lee en el nombre, una institución dedicada a la investigación de la religión judía en el país.

### *3.1.1.8 Yoga*

Aunque es la segunda categoría con más instituciones dentro de la colonia, comentaré las instituciones que ofrecen yoga hasta este momento, porque su análisis es uno de los principales objetivos de mi investigación. Para un mejor análisis de ellas, decidí establecer cinco subcategorías: i) recintos religiosos y espirituales, ii) estudios de yoga, iii) gimnasios, y iv) otras instituciones. Es así como la categoría se refiere a las instituciones donde se ofrecen clases, diplomados, talleres, certificaciones u otro tipo de práctica de yoga.

Las instituciones que entran dentro de la categoría de "recintos religiosos y espirituales" tienen la característica de ser instituciones que manejan un discurso de espiritualidad dentro del cual se utiliza al yoga para nutrirlo. Los institutos que entran dentro de esta categoría son: Centro Budista de la Ciudad de México (CBCM), Centro Cultural Aurobindo (CCA), El Arte de Vivir (TAOL por sus siglas en inglés). En la subcategoría de "estudios de yoga" consideré a las instituciones donde el fin principal era ofrecer clases de yoga; estas instituciones Yoga RAM y Paramani Yoga.

En la categoría de gimnasios consideré a los sitios donde claramente el objetivo es ejercitar el cuerpo a partir del uso de aparatos y utensilios, pero también con

clases de diferentes tipos; es aquí donde se incluye al yoga. Dentro de la categoría integré a las instituciones de AEON CF Training y Gimnasio Roma. Finalmente, en "otras instituciones" registré a Tres Cero Tres, institución de corte feminista que tiene como fin ofrecer clases sobre estos temas y La Cueva del Yogui, tienda que en un primer momento se dedicó a la venta de figuras y adornos de la religión hinduista, pero que, por la exigencia del público, se comenzó a dedicar también a las clases de yoga. A continuación, profundizo en todas las instituciones que acabo de mencionar. (Ver tabla 1).

| Categoría | Subcategoría | Denominación | Ubicación |
|---|---|---|---|
| **Altares y santuarios populares** | Altares a la Virgen de Guadalupe | Imagen de la Virgen de Guadalupe | Calle Tapachula #56ª |
| | | Imagen de la Virgen de Guadalupe | Avenida Álvaro Obregón#123 |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Chihuahua #94 |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Jardín Pushkin |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Colima #112 |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Tabasco #32 |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Avenida Plaza Villa Madrid |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Durango #47 |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Callejón Romita |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Guaymas #40 |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Puebla esquina con Avenida Veracruz |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Avenida Veracruz #42 |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Avenida Plaza Villa Madrid |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Avenida Chapultepec #235 |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Avenida Oaxaca cuchilla con calle Sinaloa |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Mérida esquina con Avenida San Luis |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Mérida #43 |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Puebla esquina con calle Flora |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Jalapa esquina con calle Chihuahua |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Avenida Yucatán cuchilla con calle Coahuila |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Querétaro esquina con calle Tonalá |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Plaza San Pedro |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Jalapa esquina con calle Durango |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Salamanca #2 |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Guadalajara #54 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Altares y santuarios populares** | Altares a la Virgen de Guadalupe | Altar a la Virgen de Guadalupe | Calle Guadalajara esquina con primera cerrada Guadalajara |
| | | Imágenes de la Virgen de Guadalupe y San Judas Tadeo | Calle Tapachula #59 |
| | | Imágenes de la Virgen de Guadalupe y San Judas Tadeo | Calle Querétaro #102A |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe y San Judas Tadeo | Avenida Chapultepec esquina con Avenida Insurgentes |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe y San Judas Tadeo | Avenida Chapultepec #376 |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe, San Judas Tadeo y Cristo Crucificado | Calle Morelia #71 |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe, San Judas Tadeo y Cristo Crucificado | Calle Morelia #71 |
| | | Imágenes de la Virgen de Guadalupe, San Judas Tadeo, Dios y Jesús y Cristo de Corcovado | Calle Orizaba #202 |
| | | Altar a la Virgen de Guadalupe, San Judas Tadeo, Virgen de San Juan de los Lagos y Cristo Crucificado | Calle Guanajuato #133 |
| | Altares a otras figuras de fe católica | Altar a San Judas Tadeo | Calle Chiapas #105 |
| | | Altar a San Judas Tadeo | Avenida Chapultepec esquina con calle Jalapa |
| | | Imagen de San Judas Tadeo | Calle Frontera esquina con calle Querétaro |
| | | Imagen de San Juan Caballero | Calle Colima #45 |
| | | Imagen de San Juan Caballero | Calle Colima #280 |
| | | Altar a la Virgen de San Juan de los Lagos | Avenida Yucatán #85 |
| | | Imagen del Sagrado corazón de Jesús | Callejón Romita |
| | | Imágenes de Santos | Avenida Chapultepec #19 |
| | | Imágenes de ángeles | Calle Colima #208 |
| | | Imágenes de muchos santos | Calle Colima #208 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Centros de fe católica** | Parroquias | Parroquia de la Sagrada Familia | Calle Puebla #144 |
| | | Parroquia de Nuestra Señora del Rosario | Calle Cuauhtémoc #185 |
| | Rectoría | Rectoría de Nuestra Señora de Fátima | Calle Chiapas #107 |
| | | Rectoría Francisco Javier Romita | Plaza romita #30 |
| | Arquidiócesis | Arquidiócesis Primada de México | Calle Durango #90 |
| | Librerías | Librería San Ignacio | Calle Orizaba #40BIS |
| | Albergue | Albergue Guadalupano | Calle Coahuila #155 |
| **Centros new age** | Tarot | Lectura de Tarot | Avenida Álvaro Obregón #155 |
| | | Rayo Astral | Calle Colima #33ª1 |
| | | Lashkmi | Avenida Chapultepec #336 |
| | | Boutique Esotérica Picis | Avenida Chapultepec #93 Local #9 |
| | | Casa del Mandala | Calle Salamanca #39 |
| | | Tarots del Mundo | Avenida Oaxaca #71 |
| | Tiendas | Padma Bazar “Pureza espiritual” | Calle Colima #66 |
| | | Foro YUG | Avenida Chapultepec #522 |
| | | Elfos | Monterrey #145 |
| | Otras | Templo de Catemaco Veracruz | Calle Querétaro #87 |
| | | Tabernáculo Espiritual “Nueva Alianza con Dios” | Avenida Chapultepec #5482 |
| **Centros de terapias alternativas** | X | Boutique “La Divina” | Monterrey #139 |
| | | Instituto de Estética y Belleza | Avenida Oaxaca #30 |
| | | El Chino | Calle Puebla #327 |
| | | Asociación Latinoamericana de Desarrollo Humano (ALADEH) | Calle Colima #422-A |
| | | Orientación Holística A.C | Calle Colima #422 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Centros de congragación cristiana** | Evangélicos | Comunidad F.A.R.O” | Calle Puebla #92 |
| | | Iglesia Cristiana “Casa del Alfarero” | Calle Puebla #292 |
| | Otros | Iglesia Universal del Reino de dios | Avenida Yucatán #160 |
| | | Cruz de color gris | Calle Querétaro esquina con calle Tonalá |
| | Pentecostales | Iglesia Pentecostal “Dios es Amor” | Calle Durango #10 |
| | Presbiterianos | Iglesia Presbiteriana Corana de México | Calle Guanajuato #168 |
| | Testigos de Jehová | Carrito de publicidad | Avenida Álvaro Obregón esquina con calle Monterrey |
| **Centros de prácticas budistas** | Orden Triratna | Centro Budista de la Ciudad de México | Calle Jalapa #94 |
| | Orden Kadampa | Budismo Kadampa | Calle Jalapa #113 |
| | Orden Tibetana | Centro Tíbet México | Calle Orizaba #93 |
| **Centros de congregación judía** | Sinagogas | Sinagoga Monte Sinaí | Calle Querétaro #110 |
| | Centros | Centro de Documentación Judía de México | Calle Córdoba #238 |

Tabla 1.
“Oferta religiosa en la colonia Roma Norte”. Creación personal a partir de los datos obtenidos durante la investigación.

## 3.2 Recintos religiosos y espirituales

### 3.2.1 Centro Budista de la Ciudad de México (CBCM)

Deniss Philip Edward Lingwood, quien posterior a su ordenación budista obtendría el nombre de Sangharákshita, es el fundador de la Orden Budista Triratna (OBT). En el 2015 se escribió una tesis en la ENAH sobre el estudio del habitus de los seguidores del CBCM, basándome en sus presupuestos puedo explicar que desde sus 20 años se dedicó a la vida ascética en el sur de la India, viviendo de limosnas y estableciéndose en ciudades por momentos para el estudio y la meditación. Fue ordenado por distintas tradiciones budistas. Su nombre de ordenación significa "el protector de la Sangha" —la sangha es una de las tres joyas del budismo—. Su primer libro *Panorámica del Budismo*, fue publicado en 1957.

Según la página web del CBCM, su trabajo consistió principalmente en la difusión del *dharma* (https://budismo.org.mx/quien-es-sangharakshita/). Durante los años 60s, como ya se había comentado anteriormente, en occidente creció el interés por las religiones y filosofías orientales, principalmente el budismo y el hinduismo. Pero la barrera cultural no permitía que las personas interesadas, principalmente académicos, se informaran sobre esto. Por esta razón, Sangharákshita fue el personaje ideal para llevar esta información a occidente. Ser monje y manejar el inglés, eran las mejores características que tenía para lograr esto. Es así como regresa a Inglaterra el 12 de agosto de 1964 (Rosas Vega 2015).

Era claro que había regresado a un Londres distinto al del final de segunda guerra mundial. La creciente contracultura, el movimiento hippie, la poesía beat, las revoluciones rojas y las primaveras que comenzaban a surgir en todo el mundo, daban cuenta de una nueva perspectiva sobre el mundo, una nueva oportunidad de paz que buscaba la nueva generación de jóvenes. Tal vez este panorama esperanzador haya motivado al monje inglés para regresar a su país de origen y comenzar la OBT. Su objetivo era quedarse solo por un año, pero alargó su estancia hasta quedarse definitivamente. Después de realizar un viaje de despedida a la India "el 6 de abril del mismo año se reunieron alrededor de 24 personas, en uno de los cuartos del sótano de la tienda "otiental" de nombre Sakura perteneciente a Emile y Sara Boin de la calle Monmuth en el centro de Londres; se recitó una ceremonia que él escribió expresamente para dedicar el Altar y Recinto de Meditación Triratna de los Amigos de la Sangha Occidental" (Rosas Vega 2015, 52)

Este evento es considerado como la ceremonia inaugural del grupo Sangharákshita y amigos. Su nombre posteriormente se transforma a Friends of the

Western Buddhist Order (FWBO) —o en español: Amigos de la Orden Budista Occidental (AOBO)—. Este nombre se mantuvo hasta 2010 para posteriormente convertirse en la OBT. Bajo este nombre, Sangharákshita buscaba que las personas que se acercaran a la orden tuvieran siempre el objetivo de cambiar sus vidas. Las sociedades budistas anteriormente establecidas en Londres tenían una mirada occidental sobre el budismo y no consideraban a la transformación de vida, lo que diferenciaba a la OBT de las demás comunidades budistas.

El atractivo de la OBT era que Sangharákshita no tenía idea de cómo mantener la orden, pero al mismo tiempo comenzaba a formar parte de la contracultura sesentera: probó el LSD, dejó crecer su cabello y se involucró sexualmente con seguidores de la orden. Este modo de vida atrajo principalmente a jóvenes y ahí encontraron a la meditación, el silencio y el dharma. Este acercamiento provocó que muchas personas comenzaran a buscar un modo de vida budista y no solamente una participación pausada, lo que significó las primeras ordenaciones. La primera ordenada fue Sara Boin en el año de 1968.

Para 1972, la orden su mudó a una vieja fábrica abandonada en la calle Balmore de Highgate y a partir de ese momento comenzó a funcionar el Centro Budista de Archway, el primer centro de la OBT. Fue aquí donde la orden se consolidó y fue seguida por un proceso de expansión que logró su arribo a nuevas ciudades de Inglaterra y posteriormente a otros países como Nueva Zelanda, Australia y Estados Unidos. Cabe resaltar que Sangharákshita consideraba que la OBT era una manifestación de Avaloikestavara en su forma de mil brazos, donde cada uno de los miembros de la OBT significaba un brazo con un particular instrumento para ayudar al beneficio del mundo.

### *3.2.2.1 Arribo a América Latina y México*

La OBT está establecida en más de 25 países y tiene alrededor de 100 centros. El primer país hispanohablante al que arribó fue España, donde en 1990 se fundó Centro Budista de Valencia, "posteriormente en Latinoamérica, se registra la apertura del Centro Budista de Mérida (Venezuela), el siguiente país sería México." (Rosas Vega, 2015: 62) . Mauricio Díaz, quien posterior a su ordenación en las instalaciones de Guhyaloka —el centro de retiros para hombres— obtendría el nombre de Upekshamati, fundó el Centro Budista de la Ciudad de México (CBCM).

Tres años después a su ordenación, en su casa comienza a funcionar la OBT en México, donde se ofrecían sesiones de meditación budista. Posteriormente, los

Imagen 1. "Centro Budista de la Ciudad de México".
Fuente: Elaboración propia con la herramienta de Google Maps.

fines de semana rentaba un salón en la casa de cultura Reyes Heroles ubicada en la alcaldía Coyoacán, donde trabajaron de manera itinerante. Luego, cerca del Parque de los Viveros, en un lugar conocido como "La Casa Azul", se consolida el CBCM. Desde su inauguración impartieron clases de yoga dirigidas por Isabel Beteta, amiga del fundador; pero también se daban clases y cursos de meditación, tai-chi y retiros. Debido a la alta demanda y al poco espacio que tenían para albergar el número creciente de seguidores, en 2001 se mudan al número 94 de la calle Jalapa de la colonia Roma Norte (Imagen 1).

En el mismo año en que se mudaron a la Roma Norte "se ordena a la primera Dharmacharina mexicana: Dh. Jñana Dakini, la OBT México para el momento del estudio contaba con 17 monjes ordenados y 30 personas más entre hombres y mujeres enfrascadas en el proceso de ordenación" (Rosas Vega, 2015: 64). A pesar de que las actividades del CBCM comenzaron en Coyoacán, en el número 29 de la calle Francisco Sosa —conocido como el Anexo del CBCM—, la sede principal es la de la colonia Roma Norte. Pero en el 2012 se registró el CBCM de Coyoacán en el número 72 de la calle Felipe Carrillo Puerto

Dentro de la institución, los profesores que tienen mayor importancia son Jñana Dakini —la primera ordenada de México y fundadora de Yoga Espacio—, Dharmapriya, Viriakirty y Patmabandu —quien anteriormente era el gerente del centro—. Todos ellos valoran y deciden la plantilla de profesores que tendrá el centro. Por otra parte, los textos que sigue la institución son los escritos por San-

gharákshita, como *El Buda*, *El Dharma*, *El Sangha* y *La Panorámica del Budismo*. Además, proponen al vegetarianismo como régimen alimenticio, debido al primer principio budista de no violencia.

Como se puede notar, las sedes del CBCM se han establecido principalmente en dos alcaldías de la ciudad: Coyoacán y Roma Norte. Debido a que estas alcaldías suelen ser de las más caras para vivir y han estado sufriendo un fuerte proceso de gentrificación, es claro que el acceso al CBCM y por ende a su yoga, está limitado por las ubicaciones de los centros y los precios que no suelen ser accesibles para la población madia o baja.

### *3.2.2.2 Retiros de yoga*

Los retiros que ofrece el centro suelen realizarse en septiembre, diciembre y durante las vacaciones de verano. Hay dos tipos de retiros: los de meditación y los de yoga. Los retiros de yoga consisten en una clase de 7 a 9 de la mañana, seguida por el desayuno, posteriormente un descanso y luego otra sesión de 12 a 2 de la tarde. Le sigue una hora de la comida y posteriormente una última sesión de 17 a 19 horas y la cena. Cierran los días con prácticas devocionales conocidas como pujas. En este tipo de retiros las meditaciones duran aproximadamente 30 minutos, mientras que en los retiros de meditación las sesiones suelen ser más extensas.

### *3.2.2.3 El yoga en el CBCM*

Los estilos de yoga que ofrecen son: yoga para principiantes, yoga para intermedios, yoga restaurativo, vinyasayoga, iyengaryoga, yogakids y clases abiertas donde cualquier persona puede participar. También, cada año hay formación de maestros con Dharmapriya. A pesar de la variedad de estilos de yoga, el objetivo de la institución es la enseñanza de la meditación budista, y por esta razón, también hay muchos cursos y talleres al respecto.

La profesora Satyasuri imparte iyengaryoga, vinyasayoga y yoga restaurativo bajo el método de David McAmmond. Dentro de sus clases se llegan a realizar cantos hinduistas con el fin de trabajar los chakras superiores. Debido a que el principio de los chakras superiores es contrario a los planteamientos de la orden Triratna, los restringieron porque, como se comentó anteriormente, el objetivo del centro es la enseñanza budista y llega a haber confusión entre los seguidores sobre las distintas tradiciones como hinduismo, budismo y taoísmo. A la profesora le sugirieron que los mantras que pronunciara fueran únicamente los budistas, a lo que accedió porque también considera necesario no crear este tipo de confusiones

De acuerdo con Satyasuri, hay una idea generalizada de que el yoga es un método indirecto para concentrar la mente, mientras que la meditación centrada es el método directo en el que se pueden encontrar estados de conciencia diferentes al ordinario. La profesora no está de acuerdo con esta postura porque considera que el yoga también es un método directo con el cual se llega a una alteración de la conciencia y permite el acceso a partes del cuerpo desconocidas, lo que también implica una conciencia corporal.

Es claro que su práctica implica un esfuerzo físico que se necesita realizar a la par de un estado mental positivo, de exploración e investigación de la mente, más no de competencia. Según la profesora, la impaciencia, la inquietud y la competencia no son parte del yoga porque de ninguna manera se podría equiparar con un deporte. El objetivo de la disciplina, continúa Satyasuri, es el autoconocimiento a partir de la percepción del cuerpo, y debido a que el cuerpo y la mente están íntimamente relacionados, no se puede concebir uno sin el otro. Es así como la profesora concluye que si el yoga se realiza sin la filosofía adecuada y con fines simplemente físicos, caería en un fortalecimiento del ego, la soberbia y la arrogancia.

Satyasuri encuentra relación entre el yoga y la profesión de una religión, que en su caso es el budismo. A pesar de que hay practicantes que se acercan al yoga por distintos motivos, la profesora comenta que se llegan a lograr vínculos entre el yoga y la espiritualidad por el hecho de que durante la sesión se crea contemplación, concentración y estados mentales positivos que recaen en el cuerpo. Además, la profesora subraya que el óctuple camino del ashtangayoga —yama, niyama, ásana, pranayama, dharana, dhyana y samadhi— es un camino que conduce a la realización espiritual a partir de la meditación.

Los rasgos *fitness* que suelen ser asociados a la disciplina, continúa la profesora, suelen ser egoístas, superficiales y para fortalecer la idea mundana de belleza; y a pesar de que se practique de esta manera, se llega a encontrar concentración, paz y calma. Las tres características de la existencia que plantea el budismo —anatman, anitya y duhkha— muestran el objetivo con el que se practica dentro del centro. Bajo esta postura se respeta el fenómeno del cuerpo al cultivarlo para la salud y la transformación de la mente. Pero se tiene en cuenta la existencia del sufrimiento, entendido como insatisfacción en la vida.

Es así como la profesora considera que si el yoga se practica bajo estas tres características de la existencia, el resultado será diferente porque se gozará de las ásanas al encaminarlas a la transformación de la mente y no se quedará solamente en la idea de un ejercicio corporal. De esta manera, en lugar de que el yoga fortalezca

la soberbia y la presunción, ayuda a construir la noción de que el individuo es un fenómeno en constante cambio. Por estas razones, el yoga se debe acompañar de la filosofía adecuada.

### 3.2.2 Centro Cultural Aurobindo (CCA)

El Centro Cultural Aurobindo (CCA) se inauguró el 21 de marzo de 1967 como una sede de la Gran Fraternidad Universal (GFU). Como ya se había comentado anteriormente, la GFU es una asociación fundada en 1948 por Serge Raynaud de la Ferrière donde se combinan distintas perspectivas espirituales tales como hinduismo, budismo, vegetarianismo, esoterismo y mesianismo, con el objetivo de la difusión de la salud alternativa, ecología y conciencia social.

Dentro de las actividades de la organización se encuentran el yoga, el esoterismo, la meditación y el vegetarianismo. A pesar de sus inspiraciones asiáticas —hinduismo y budismo, principalmente— y debido a su arraigo en América Latina, comenzaron a trabajar a partir de conceptos tradicionales indígenas, al grado de llegar a impartir clases de yoga-maya-tolteca en algunas de sus sedes mexicanas. Sus sedes internacionales se encuentran en Venezuela, Perú, Chile, Colombia y EE. UU, lo que significa que la institución funciona como una asociación transnacional bajo planteamientos espirituales.

Como también se comentó anteriormente, la GFU ha sufrido distintos cismas desde su creación. El CCA pertenece a la Red Cultural GFU creada por José Marcelli Noli. A su vez, la Red Cultural GFU es parte de la Línea Solar, lo que significa que también se adhieren al menos en principio a la vertiente desarrollada por Manuel Estrada. En la entrevista que realicé a Raúl Arredondo, profesor del centro, comentó que uno de los objetivos de la Línea Solar es abrir las puertas para la práctica del yoga fuera de los *ashrams* con el objetivo de que la disciplina llegara a la población en general, y que la Línea Lunar tiene objetivos contrarios con la disciplina. Es necesario subrayar el hecho de que ambas partes se encuentran en una situación de conflicto y los comentarios de Raúl lo demuestran claramente, pues la Línea Lunar tiene un proyecto llamado Yoga y Yoghismo donde los objetivos son similares a su contraparte (https://granfraternidaduniversal.org/yoga-y-yoghismo/).

Actualmente en el CCA ofrecen clases de hathayoga, kundaliniyoga, yoga de la risa[29], yoga-maya-tolteca, gnanayoga, vinyasayoga y tantrayoga —estos dos úl-

[29] Laughter yoga o yoga de la risa es un claro ejemplo de yoga transnacional anglófono.

timos estilos de yoga se ofrecen únicamente dentro de los cursos de formación—. Pero también ofrecen un estilo de yoga conocido como "yoga de la GFU" que consiste en i) gimnasia psicofísica, ii) ducha con agua fría, iii) relajamiento, iv) gnanayoga[30] —charlas sobre algún tema del yoga—, v) 40 minutos de *ásanas*, y vi) 10 minutos de *trataka* —ejercicios con los ojos—.

El centro hace una distinción entre sus adherentes en función de si han recibido una iniciación formal. A quienes la han recibido les llaman escuela interna; quienes no lo han recibido se llama escuela externa. Para adherirse a la escuela interna es necesario cumplir con ciertas normas: no consumir drogas —tabaco, alcohol y demás— y mantener una dieta ovolactovegetariana. El no consumo de drogas se debe a que se busca que el individuo "esté limpio" y así pueda tener sensibilidad en el presente, mientras que la dieta ovolactovegetariana implica eliminar el consumo de carne, pero sin abandonar la leche y los huevos.

La mayoría de los instructores de yoga que dan clases dentro del centro son parte de las de las escuelas internas. Para esta formación en yoga se deben cursar cuatro diplomados: i) bases quinestésicas y anatómicas del yoga, ii) bases energéticas del yoga, iii) bases mentales del yoga, y iv) bases espirituales del yoga. Cada diplomado tiene una duración de 18 meses, lo que significa que llevaría un total de 6 años para cumplir con la formación. Actualmente no expiden ninguna certificación en yoga, pero actualmente están buscando poder ser parte del programa CONOCER de la Secretaría de Educación Pública (SEP) o de la Secretaría del Trabajo (ST).

Por otra parte, en las escuelas externas se busca una participación pausada de los alumnos, es decir, pueden no comprometerse como tal con la institución. En esta escuela se ofrece un taller llamado "Taller de desarrollo total" donde lo que se pretende es el estudio de la salud física, emocional, mental y espiritual. Estos practicantes no iniciados también reciben cursos de diferentes terapias alternativas como: cábala, cosmo-biología, hidropatía, masaje, acupresión, cocina vegetariana y medicina naturista. Todos los cursos están enfocados al desarrollo de la salud física, emocional, mental y espiritual.

---

[30] Con toda seguridad se refiere a lo que comúnmente se denomina jñanayoga, o disciplina del conocimiento.

Imagen 2 "Centro Cultural Aurobindo".
Fuente: Elaboración propia con la herramienta de Google Maps.

Es claro que la influencia de de la Ferrière en el CCA es fuerte, pues los textos que recuperan de él son: *Los Grandes Mensajes*, *Yug Yoga Yoghismo*, *El Arte en la Nueva Era*, *El Libro Negro de la Francmasonería* y *Yudo y Artes Marciales*. El objetivo de estos textos es plantear un yoga para occidente y eran una propuesta de unión entre ciencia y religión. Pero también se consideran a otros autores como José Manuel Estrada, de quien rescatan sus textos de *Enseñanza Viviente* y *Mis Comunicados* —como tal, no fueron escritos por él, sino que son un recopilatorio de sus conferencias—, donde plantea la transformación de la conciencia a través de distintas disciplinas como el yoga. Por último, otros autores destacados dentro de la institución son: Domingo Díaz Porta —quien tenía un interés particular en las culturas prehispánicas—, José Marchelli Noli, José Michán Amiga y Carlos Michán Amiga.

### *3.2.1.2 Retiros y congresos*

Dentro de la institución se realizan retiros y congresos. En los retiros se hace un viaje a un *ashram*, a Cuautla, Morelos o Coatepec, Veracruz. El objetivo de los retiros es vivir la experiencia del yoga, la dieta ovolactovegetariana y la convivencia con la naturaleza. Se realizan dos o tres veces al año dependiendo de las posibilidades de la institución.

Anteriormente, durante el periodo de dirección de Manuel Estrada, que duró hasta 1982 —que fue el año de su fallecimiento—, se realizaban congresos anuales con todos los integrantes del centro, donde invitaban a distintas instituciones para charlar sobre los temas de la institución. Pero, debido a que en esos momentos no contaban con un *ashram*, estas reuniones se realizaban en un hotel Oaxtepec que terminaba funcionando de esta manera. Actualmente, sus congresos consisten en charlas entre profesores para actualizar y promover sus técnicas, y reuniones para el estudio de las nuevas propuestas.

### *3.2.1.3 El yoga en el CCA*

Una frase célebre de Aurobindo es "el yoga no es una forma de hacer, sino es una forma de ser". Esto significa que dentro del centro entienden al yoga como una filosofía para la vida y como una propuesta para el desarrollo humano y la plenitud. Esta plenitud es entendida como la posibilidad de transformación del ser humano. Con el yoga, la transformación se lograría a partir de las ásanas, la meditación y el pranayama, obteniendo así una mayor capacidad de conciencia y una mejor relación con el medio ambiente.

Respecto a los objetivos del yoga, el profesor Raúl Arredondo comentó que se puede utilizar con un fin en específico: terapéutico, mental, espiritual o físico, pero señaló que al ser así, perdería su sentido y tal vez así no se podría hablar como tal de yoga. Por otra parte, respecto a la relación entre el yoga y la religión, comentó que ambos conceptos tienen los mismos significados: unir —ambos procedentes del sánscrito *yuj* y del latín *religare*, respectivamente—. A esta unión la entienden como la conexión del individuo consigo mismo y entre el individuo y el universo.

Dentro del centro no proponen la profesión de alguna religión, de hecho, abren las puertas para que personas de distintas religiones se acerquen con el fin de unir a la religión con la ciencia que, según ellos, paulatinamente tiene más compatibilidad. Es así como al yoga lo entienden como una herramienta que ayuda a mejorar la salud de los individuos en cuatro niveles: salud física, emocional, mental y espiritual.

### 3.2.3 Sociedad Cultural Yoga Devanand (SCYD)

Swami Guru Devanand Saraswati Ji Maharaj, quien era discípulo de Mauna Swami, fundó en Nicaragua la Sociedad Internacional de Realización Divina. En México, sus discípulos Sri Ramesh y José Luis Pallaviccini Norori fundaron la So-

ciedad Cultural Yoga Devanand en 1974 como una institución dedicada al yoga. Desde sus inicios se relacionaron sincréticamente con el catolicismo al declarar que Cristo es parte del quinto chakra, o sea un estado de verdad, amor y armonía (Simões, 2019)

Devanand creó el estilo de mantra-yoga-meditación que consta de 50 *ásanas* básicas y que tiene como objetivo lograr una meditación profunda y constante con ayuda de sonidos mántricos. Anteriormente, la institución se encontraba en el número 119 de la calle de Puebla, pero debido a que el terremoto del 2017 afectó el local, tuvieron que cambiarse al número 120, sencillamente frente al local que ocupaban anteriormente. Además de estar presentes en la CDMX, también tienen sedes en los municipios de Pátzcuaro, Peribán y Los Reyes, Michoacán. Dos centros en Jalisco, uno en Guadalajara y otro en Chapala. Uno en Acapulco y otro en la capital de Aguascalientes. También están presentes en los estados de Chiapas, Estado de México, Guanajuato y Puebla (https://mantrayogameditacion.org/mexico/). Sus sedes internacionales se encuentran en Brasil, Nicaragua, Colombia, Perú, Venezuela, Honduras, Puerto Rico, Estados Unidos, Guatemala, Honduras y República Dominicana. (https://yogadevanand.tripod.com/id19.html).

La clase de meditación, que es abierta al público y sin costo, se imparte los domingos por la mañana y antes de la meditación se realiza una sesión de yoga. No tienen horarios establecidos para las clases de yoga, sino que se adaptan a las

Imagen 3 “Sociedad Cultural Yoga Devanand”.

Fuente: Elaboración propia con la herramienta de Google Maps.

posibilidades de los alumnos. La institución entiende al yoga como un elemento cultural más que como una práctica espiritual, es por eso el señalamiento en el nombre de la institución. Por esto mismo, también abren las puertas para la práctica de distintos estilos dentro de sus instalaciones porque consideran que su enseñanza debe ser libre.

Se da la libertad de que los profesores impartan su propia clase de yoga e incluso la profesora Erika está formada en la GFU. Ella imparte los estilos de hathayoga y ashtangayoga. A pesar de que la institución entiende al yoga como un elemento cultural, la profesora sostiene que debido a que dentro de la práctica se abordan temas de superación personal y de armonía, la disciplina llega a tener tintes espirituales.

### *3.2.4.2 Retiros y convenciones*

Su manera de enseñanza se basa en la transmisión de maestro-discípulo, a esto le llaman legado "shivaista", aunque no resulte claro que está relacionado con la tradición shivaista. El personaje más conocido de este linaje es Shanka, creador del monismo. La institución no expide ninguna certificación porque el legado shivaista se opone a la creación de reglas dentro del yoga y porque consideran que la enseñanza está guiada por el mantra; es decir que el maestro es el mantra.

A pesar de que no expiden ninguna certificación en yoga, ofrecen retiros que se realizan principalmente en el *ashram* Devanand ubicado en Michoacán. Se suelen realizar en semana santa, mitades de septiembre e inicios de diciembre. Los retiros consisten en la realización de ayuno, silencio y sesiones de 90 minutos de meditación con una hora de descanso. La meditación es guiada por el sonido mántrico que posee cada individuo porque creen que cada persona vibra con su propio sonido mántrico.

Aproximadamente a las 10 a.m., realizan una sesión de hathayoga que dura alrededor de una hora y media, y posteriormente comen. Los alimentos que ofrecen son miel, limón al gusto y agua porque creen que son los únicos alimentos que necesita el cerebro para meditar. Por último, en la institución de la CDMX también se realizan "mini retiros" en algún sábado a la mitad de cada mes. Se realizan durante todo el día y tienen por objetivo lograr nueve horas constantes de meditación.

También ofrecen congresos que se suelen realizar en algún espacio alquilado para el evento. Los fines de los congresos es difundir la práctica del mantra-yo-

ga-meditación, el hathayoga, el pranayama, el vegetarianismo, la importancia de tener un maestro o gurú espiritual y la relación entre la ciencia y el yoga. Actualmente, solamente se ha realizado una conferencia en modalidad en línea en San Miguel de Allende. Finalmente, cada jueves se realizan sesiones sobre los temas con los que trabaja la sociedad en las que participan los directores y profesores de cada sede. Estas sesiones han tenido alcance internacional gracias al uso de plataformas digitales para las videollamadas.

### *3.2.3.1 El yoga en la SCYD*

Devanand escribió los textos *Libro de Hathayoga* y *Nacidos Para Triunfar*, títulos donde plantea al yoga como una unidad y recomienda su uso. El legado de Devanand se considera como una filosofía más que como una religión; es por esto por lo que dentro de la institución se acepta la pluralidad y diversidad religiosa. En esta misma sintonía, y como ya se había comentado, también se respetan y se aceptan los diferentes estilos de yoga.

Esta postura entre la nula relación entre el yoga y la religión, también la comparte la profesora Erika. En gran medida esto se debe a que considera que una religión es básicamente devocional y el hathayoga y el ashtangayoga no son así. Incluso comenta que ha dado clases a sacerdotes católicos. Pero señala que el kundaliniyoga tiene aspectos de religión porque durante su práctica se realizan cantos a deidades hindúes, lo que implica una devoción.

El régimen alimenticio que sugieren dentro de la sociedad es el vegetarianismo porque consideran que ayuda para la práctica del yoga y la meditación. En la entrevista que realicé a Javier, director la Sociedad, subrayó que esto no era imposición, sino que era una sugerencia. No se impone porque creen que el individuo, al tomar conciencia de sí mismo, llegará por convicción al no consumo de carne.

Las personas que la profesora Erika considera de crucial importancia para el yoga son: Serge Raynaud de la Ferrière, José Manuel Estrada, Swami Guru Devanand, el maestro Visvanath, los profesores del linaje de Paramahamsa Yogananda, Sancharacharya, Siddharta Gautama y el Yogui Ramacharaka. Además de los títulos de Devanand, también considera al *Yug Yoga y Yoghismo* de de la Ferrière, como un libro fundamental para la disciplina; pero hace la aclaración de que es complicado entender los planteamientos del libro si no se tiene una previa formación en yoga.

La institución entiende al yoga como la ciencia de autorrealización que busca la unidad integral entre alma individual y el alma universal. Dentro de la práctica

se trabaja la mente con el objetivo de eliminar el sufrimiento que consideran que es provocado por ella misma. Por esta razón, al aclarar la mente también buscan que el individuo logre lucidez, paz, salud mental y que tome las decisiones correctas; todo con el fin de eliminar el sufrimiento.

Los fines del estilo de mantra-yoga-meditación son la salud física, la salud emocional y la salud mental; creen que al combinar estos tres tipos de salud se logra un crecimiento espiritual. Uno de los fines del crecimiento espiritual es la paz, que al lograrse se obtiene una mejor relación con la naturaleza. En esta sintonía, este estilo de yoga no tendría fines únicamente físicos porque si se practicara de esta manera se estaría cayendo en la cultura física, los aerobics, el deporte o el contorsionismo. Es así como el último fin del estilo de yoga que proponen es el control mental.

### 3.2.4 El Arte de Vivir (TAOL)

El Arte de Vivir o The Art of Living por su nombre en inglés, es un movimiento espiritual a favor de la diversidad religiosa y jurídicamente está constituido como una organización no gubernamental. Fue inaugurado en 1959 por Sri Sri Ravi Shankar con el objetivo del uso del yoga y la meditación para aliviar el estrés y los problemas sociales. Su líder tiene distintos premios por los trabajos sociales de la institución, entre los que se encuentran reconocimientos por parte de la Universidad de Asunción de Paraguay, la Universidad de Buenos Aires y la Universidad Nacional de Córdoba, ambas en Argentina; así como del gobierno de Brasil, quien le dio la Medalla Tiradentes (Cordeiro, 2015).

Sus áreas de acción son la "la resolución de conflictos, la eliminación de la pobreza, el empoderamiento de la mujer, la rehabilitación de los prisioneros, el acceso a la educación, las campañas en contra del trabajo infantil, las acciones a favor del medio ambiente y la sustentabilidad" (Cordeiro 2015, 1). También ayudan en catástrofes humanitarias, como por ejemplo el terremoto de 2017 en México, y durante la pandemia de COVID-19, ofrecieron cursos gratuitos sobre alivio del estrés para el personal de salud.

Cuentan con "alrededor de 350 millones de seguidores en todo el mundo, de los cuales un millón se encuetran en América Latina" (Cordeiro 2015, 1). En el continente, su líder es la periodista Beatriz Vasquez Goyaga y está establecida en Buenos Aires. Argentina es el país con más centros: 72 en total, pero también tiene trabajos en países como Bolivia, Chile, Colombia, Paraguay, Perú, Uruguay,

Venezuela, Brasil y México (Cordeiro, 2015). A nuestro país arribó en 2004 y comenzaron a impartir clases de yoga de ásanas[31] desde 2009.

La institución considera al hathayoga, karmayoga, ashtangayoga, bhaktiyoga, gnanayoga y rajayoga, como caminos del yoga; y el ashtangayoga cuenta con ocho patas: yamas, niyamas, ásanas, pranayama, pratyahara, dharana, dhyana y samadhi. La escuela de yoga de ásanas lleva por nombre Sri Sri School of Yoga, en donde ofrecen hathayoga y un estilo creado por su fundador que lleva por nombre srisriyoga, que combina características del hathayoga y del ashtangayoga. El formato de la clase de este estilo de yoga es: inicio, fin, postura y contra-postura. Este es el formato que generalmente se respeta, pero algunos profesores llegan a recomendar terapias alternativas a la institución como el temazcal para complementar su práctica.

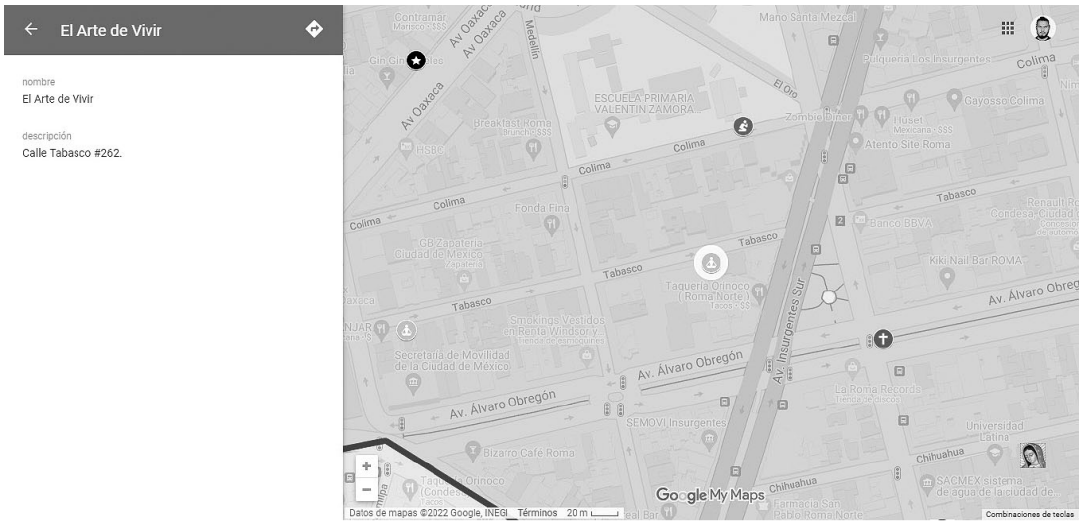



Imagen 4 "The Art of Living".
Fuente: Elaboración propia con la herramienta de Google Maps.

En TAOL ofrecen la certificación de la Indian Yoga Association, donde justo la Sri Sri School of Yoga es institución miembro. Esta certificación está de la mano con el gobierno de India. En esta escuela principalmente siguen los planteamientos del fundador, quien escribió el texto de *Ashtavakra Gita*. Pero también retoman textos como las *Upanishads*, el *Yogasutra* de Patañjali, *Bhakti Sutra*, *Bhagavad*

[31] Hago esta aclaración de "yoga de ásanas" porque dentro de la institución el yoga se maneja en dos dimensiones: filosofía y ásanas.

*Guita* y *Yoga Vasistha*. En las entrevistas que realicé a profesores de la escuela, comentaron que otro libro esencial para la disciplina es la *Autobiografía de un Yogui* de Yogananda y personajes como Shankar Acharya y Maharishi.

Proponen el vegetarianismo como régimen alimenticio porque creen que la alimentación es un punto esencial para lograr los caminos del yoga. Como tal, no proponen la profesión de alguna religión o creencia y abren las puertas para que individuos de distintas identidades religiosas ingresen a la institución. A pesar de que no proponen la práctica de una religión en particular, tienen relación con otras instituciones religiosas; por ejemplo, han participado en convenciones interreligiosas en el Vaticano y han tenido reuniones en el Centro Hebreo Argentino.

### *3.2.4.1 Retiros*

Dentro de la institución practican los retiros de silencio que tienen como objetivo calmar y aclarar la mente. Duran el rededor de cuatro o cinco días. Aquí practican una meditación llamada "hueco y vacío" creada por su fundador, que se basa en el principio de que cada individuo construye una percepción de sí mismo a partir de su forma de vida y los pensamientos que crea, de los cuales muchos de ellos son negativos, y el objetivo es sanarlos con momentos de tranquilidad. También realizan sesiones de srisriyoga, técnicas de respiración y servicio, como por ejemplo mantener el lugar limpio.

Generalmente el retiro comienza a las seis de la mañana con una sesión de 45 minutos de srisriyoga, seguida por 30 minutos de técnicas de respiración, posteriormente 30 minutos de meditación y después el desayuno vegetariano. Enseguida se realizan charlas sobre el trabajo mental, a lo que le sigue la comida, una meditación de descanso, charlas y por último se cantan mantras. Por su parte, en los congresos de la institución, de la misma manera se realizan charlas sobre temas como el yoga, la salud, la meditación y la ética en los negocios.

### *3.2.4.2 El yoga en TAOL*

Entienden al yoga como una práctica holística que une, bajo el término *yuj*, al cuerpo, la mente y el espíritu. También como una práctica espiritual —a lo espiritual lo entiende como la conexión del individuo consigo mismo— que conduce hacia la felicidad y elimina el sufrimiento. Consideran que ha sido mal interpretado y aplicado, porque se ha popularizado como una práctica exclusivamente física; y consideran que rebasa lo corporal, lo que implica un estado de conciencia

más elevado, que tiene similitudes con lo religioso. También creen que puede llevarse más allá de la sesión o la clase, o sea al comportamiento y los pensamientos de la vida cotidiana; es por esto por lo que creen que es una forma de vida.

Los fines que proponen con la práctica del yoga son espirituales, corporales, mentales y emocionales, y cada uno se puede lograr por separado si la persona así lo desea; sin embargo, la mayoría de las personas se acercan para practicarlo con objetivos corporales. Creen que estos fines que se logran individualmente, pueden repercutir en un nivel social logrando paz, armonía y tranquilidad.

Durante las entrevistas que realicé, noté que realizan analogías entre aspectos de distintas denominaciones religiosas. Por ejemplo, el director Mariano hizo la analogía entre el trabajo de Jesucristo, que consideraba que se dedicaba principalmente al amor, y Buda, quien comentó que se dedicó principalmente al silencio. Por su parte, la profesora Luciana explicó que de joven se desapegó de la iglesia católica, pero cuando comenzó a practicar yoga, se reconectó consigo misma y encontró de nuevo la espiritualidad que de niña estaba representada por Jesucristo; conexión que le ayudó a conectarse de mejor manera con la divinidad en la que cree. Y es por esto por lo que considera que la divinidad puede ser nombrada de distintas maneras: Buda, Allah, Ganesha, Shiva o Jesús, fueron algunos de los ejemplos que puso. Estas analogías demuestran los diálogos interreligiosos que se plantean dentro de la institución.

## 3.3 Estudios de yoga

### 3.3.1 Instituto de Desarrollo Humano "Yoga RAM"

El Instituto de Desarrollo Humano (IDH) "Yoga RAM" es una institución fundada por José Rafael Estrada Valero y se definen como una asociación deportiva de más de 40 años de trayectoria en la enseñanza del yoga y cursos para el desarrollo humano (https://idhyogaram.org/nosotros/). Además de la CDMX, también tienen sedes en Monterrey y Guadalajara; mientras que sus sedes internacionales se encuentran en países como Argentina, Perú, Chile, Ecuador, Colombia, Venezuela, EE. UU y Suiza. Su fundador fue discípulo de José Manuel Estrada, fundador de la Línea Solar de la GFU. Se separó de él para fundar The Global Foundation, organización dedicada al desarrollo humano. Es por esta razón que Yoga Ram tiene relaciones con la GFU, pero no tiene trabajos en conjunto debido a la escisión que hizo de ella.

Dentro de la institución se retoman algunos textos como *Bhagavad Gita*, *Yogasutra*, *El Libro de la Felicidad*, *La Esencia del Amor* —estos dos últimos de su fundador—, *Yug Yoga y Yoguismo*, *El Arte en la Nueva Era*, *Los Grandes Mensajes*, *Propósitos Psicológicos* y *El Libro Negro de la Francmasonería* de Serge Raynaud de la Ferrière. A pesar de las relaciones de algunos de estos textos con las religiones de India, se pronuncian como una institución sin relaciones lo religioso.

Los estilos de yoga que ofrecen son hathayoga —que consideran que es el estilo tradicional y por lo mismo el esencial—, poweryoga y vinyasayoga. También ofrecen clases de meditación y taichí. Estrada Valero creó un sistema basado en el hathayoga, mismo que sigue la institución. Son un centro evaluador del CONOCER, lo que significa que ofrecen la certificación de profesor del hathayoga y profesor de poweryoga desde el 2014. Todos los profesores de la institución cuentan con esta certificación.

#### *3.3.1.1 Congresos y eventos*

Realizan retiros anuales que consisten en días de práctica de yoga y meditación en el ashram de Nuevo León llamado "el ashram del maestro Rafael" y duran aproximadamente una semana. También, anualmente realizan un congreso internacional con los países en los que tienen sedes con el objetivo de realizar clases de yoga en un ambiente relajado, y convivencias en las que se platica sobre el progreso de cada institución. Además, en el día internacional del yoga realizan un taller en conjunto con la colonia Roma Norte llamado Taller de Para la Paz y la Educación

Imagen 5 “Instituto Yoga RAM”.
Fuente: Elaboración propia con la herramienta de Google Maps.

que tiene como fin ofrecer clases de yoga y cursos de autorrealización de manera gratuita a la comunidad. Suelen realizarlo en algún parque cerca del centro.

### *3.3.1.2 El yoga dentro de la institución*

La institución entiende al yoga como una forma de vida encaminada a la salud y el bienestar individual. Esta disciplina, junto con los demás cursos de meditación y taichí, buscan ofrecer una alternativa de salud para los practicantes. Pero el desarrollo espiritual y el vegetarianismo no son objetivos propios de la institución, esos temas los maneja Ordo Auri, una orden espiritual asociada a la institución. Al desarrollo espiritual lo entienden como la práctica de valores y virtudes.

El profesor Marco comentó que el estilo de yoga que ofrece retoma elementos de distintas religiones, como por ejemplo el incienso del budismo y la oración del catolicismo (entendido como los mantras). Pero lo que lo distingue, continúa él, es que se practica sin un dogma, lo que lo permite practicarlo y utilizar sus beneficios sin el aspectos religioso. Esta declaración denota lo que señala Altglas sobre el rechazo a lo religioso y la tecnificación de la práctica. En esta misma sintonía, dentro de la institución pueden practicar al yoga con fines físicos, emocionales, espirituales o mentales. Por esta razón, lo entienden como una herramienta que permite actuar de mejor manera en la vida.

### 3.3.2 Paramani Yoga

Paramani Yoga se inauguró en septiembre del 2014. Ofrecen clases de hathayoga, yoga restaurativo, fisiónyoga —estilo de yoga que se explicará más adelante— y meditaciones con cuencos tibetanos de metal. Generalmente, las sesiones de yoga comienzan y terminan con una meditación con el fin de contactar con los cuerpos del individuo —físico, espíritu y mente—. La profesora Elena apunta que la meditación es el elemento espiritual de su yoga porque tiene como objetivo que el individuo acepte lo irremediable.

Ella tiene una certificación de primer nivel por parte de la maestra Amosky en Anusara Yoga, una escuela norteamericana. También tiene una certificación de Yoga Expansión, institución liderada por Laila Kuri. Por último, cuenta con la certificación por parte de Fisión Yoga llamada "Fisión-yoga: tronco y extremidades". Su gurú personal es Gurumayu Chidvilasananda, quien es parte del linaje de Siddha Yoga, y fue gracias a esta institución que conoció la manera en que el yoga se relaciona con la espiritualidad.

Por otra parte, Fanytza es una profesora de yoga que trabajó en Paramani dando clases de hathayoga, tiene la certificación de la Federación Mexicana de Yoga (FMY) en conjunto con la Comisión Nacional del Deporte (CONADE) y por Yoga Espacio, donde conoció a los profesores Jñana Dakini y Kavindu y cómo dar las clases a través del dharma. Primero se acercó al budismo y a la meditación y posteriormente al yoga, específicamente al yoga restaurativo porque sufría de una lesión en la rodilla. La práctica le ayudó a conectar consigo misma a nivel físico y mental. Este encuentro del yoga a través budismo le demostró que ambas disciplinas están estrechamente conectadas por ser prácticas espirituales.

Dentro de la institución, explica Elena, no ofrecen la instrucción de ser vegetariano, sino que lo consideran como una búsqueda personal y como parte del proceso del yoga porque se cree que el practicante simpatizará con este régimen alimenticio a partir de la práctica constante. Pero llegan a dar recomendaciones alimenticias a ciertos practicantes con algunos padecimientos, por ejemplo, para quienes tienen reumas se les recomienda evitar los lácteos, pero generalmente sugieren evitar harinas, lácteos y azúcar, porque consideran que pueden producir enfermedades crónicas.

Los profesores que Elena considera cruciales para la disciplina son Swami Muktananda y Bhagaván Nityananda. De la misma manera, los textos que considera importantes son: de B.K.S Iyengar *Luz Sobre el Yoga* y *Luz Sobre el Pranayama*;

Imagen 6 “Paramani”.
Fuente: Elaboración propia con la herramienta de Google Maps.

de Gurumayi Chidvilasananda *Yoga de la Disciplina*, el *Yogasutra* de Patañjali, *El Gran Libro de la Meditación* de Ramiro Calle y el *Bhagavad Guita*, traducido por Fernando Tolá.

### *3.3.2.1 Fisión-yoga*

Según Elena, los fines del yoga se pueden experimentar en diferentes niveles, pero el que se experimenta inmediatamente, debido a las ásanas, es el físico. La directora comentó que al yoga se le llega a considerar como un conocimiento que aún no está acabado porque actualmente se le ha sumado el conocimiento de la, principalmente con planteamientos de distintas disciplinas como la medicina, anatomía y fisiología. Fue así como se creó el estilo de fisión-yoga.

Este estilo une a la fisioterapia y la osteopatía con el yoga con el objetivo de ofrecer una práctica más cuidadosa en referencia a los padecimientos de cada practicante y teniendo en cuenta que algunas posturas pueden llegar a lastimar a ciertos practicantes. Consideran que el hathayoga está condicionado por la edad, la salud, la fuerza y la elasticidad, lo que complica su práctica en algunas las personas; por esta razón, el fisión-yoga se orienta principalmente a quienes tienen problemas de salud como hernias discales, desalineaciones, y dolores crónicos.

Es así como está orientado a aliviar los padecimientos de sus practicantes. El objetivo es que lo practiquen quienes cuentan con un diagnóstico médico y algu-

na enfermedad de estas. El maestro de fisiónyoga, de acuerdo con ese diagnóstico, ofrece una sesión orientada a solucionar ese padecimiento con el fin de aliviarlo por completo, o bien, sobrellevar los malestares y dolores. Pero a la par, exigen ciertas prácticas diarias en el hogar, para que el objetivo se logre. El tratamiento dura aproximadamente tres meses, pero siempre depende del padecimiento de cada persona.

### *3.3.2.2 El yoga en Paramani*

Para definir al yoga, la directora recupera la definición que aparece en el *Yogasutra* "el yoga es el cesar de las fluctuaciones de la mente". Ella lo define como una disciplina que ayuda a contener el ruido mental y canalizar la energía individual hacia lo positivo, lo que ayuda al practicante porque considera que el individuo llega a sufrir más por sus pensamientos que por sus acciones. De esta manera, continúa la directora, as estrictamente práctico porque todas sus características —ásanas, pranayama y meditación— exigen una praxis.

También apunta que es una *darshana*, o sea una de las filosofías del hinduismo. Hay estilos, continúa ella, principalmente en India, que se practican como religión; pero en occidente, los estilos más practicados están alejados de la religión y están enfocados principalmente en el aspecto físico. También considera que está estrechamente relacionado con el budismo porque los ocho preceptos del budismo son similares a los ocho pasos del ashtangayoga y ambos tienen como fin la eliminación del sufrimiento. Finalmente, señala que llega a ser considerado como una filosofía al relacionar al practicante con la espiritualidad.

Respecto a la espiritualidad, comentó que el yoga llega a ser considerado como una práctica mística-espiritual que originalmente proponía la búsqueda de la experiencia mística como un camino hacia la iluminación, pero muchos practicantes niegan este aspecto. Pero independientemente de esto, Elena considera que ayuda a que el practicante profundice en su espiritualidad o religión personal. Respecto a la raíz *yuj*, la profesora comenta que la entiende como la unión entre el cuerpo, la mente y el corazón, y ayuda a la transformación física y espiritual.

Es así como a partir de la unión de estos elementos, considera ella, se genera una experiencia espiritual porque el individuo se reconoce como es: un ser humano con potencial infinito de transformación y que puede lograr un estado de conciencia más elevado. Pero, señala que a pesar del constante trabajo físico que se realiza, no es un ejercicio sino una práctica espiritual porque a la par se trabaja la mente con la meditación.

En fin, Elena comentó que el yoga es una disciplina que ayuda a olvidar el pasado, a sanar sus secuelas y canalizarlas de manera positiva para mejorar el futuro. También ayuda a alinear la mente, el cuerpo y el espíritu y así llegar a experimentar momentos de éxtasis porque al final de una sesión de yoga se logra la felicidad. Es por esto por lo que retoma la frase de Iyengar de que el yoga se tiene que adaptar al practicante, no el practicante al yoga.

## 3.4. Gimnasios

### 3.4.1 AEON CF Training

Los *millennials* —quienes actualmente tienen entre 25 y 40 años— son la generación con menos afiliación a alguna organización religiosa (Thurston y ter Kuile 2014). Eso no significa la desaparición de las prácticas religiosas, sino el surgimiento de un nuevo escenario donde la experiencia religiosa se practica en disciplinas seculares como el CrossFit, los conciertos musicales y las reuniones familiares (Thurston y ter Kuile 2014). A pesar de que la búsqueda de la experiencia religiosa rebasa los límites de las iglesias y recintos espirituales, muchos de los *millennials* siguen creyendo en la existencia de Dios en un sentido judeo-cristiano, pero se resisten a participar activamente dentro de una organización religiosa (Layman 2015). Estas dos características —la creencia en Dios y el rechazo a la institucionalidad—, son la base de la tendencia de buscar la experiencia religiosa fuera de los límites de las instituciones y es así como llega a encontrarse en actividades y organizaciones seculares.

Como se acaba de mencionar, el CrossFit es una de las comunidades seculares en las que se llega a experimentar la religiosidad buscada. El CrossFit es un deporte que combina disciplinas como la halterofilia, la gimnasia y el atletismo, pero en alta intensidad. Aun así, la característica particular de este deporte no son los extenuantes ejercicios que llegan a hacer vomitar a sus practicantes, sino la comunidad que se construye en el box —nombre con el que designa al gimnasio donde se trabaja—. Aquí, el trabajo tiene como base a la empatía, el *fitness* y la transformación individual.

Las series de ejercicios realizadas son conocidas como WODs por su nombre en inglés: Work of the Day. Estas actividades que siempre están supervisadas por un entrenador tienen por objetivo "dejar todo ahí", o sea que los ejercicios funcionen como un suspiro de la vida cotidiana y que sanen alguna herida causada; es así como se va construyendo la comunidad. Incluso si el entrenador llega a sospechar que una persona "se está guardando algo", insistirá hasta que lo cuente (Rumi y Landa 2016).

Este deporte suele atraer a personas con problemas de autoestima en búsqueda de reconocimiento, objetivo que se logra inmediatamente gracias a que la comunidad recibe calurosamente a sus nuevos integrantes y porque comparten el mismo objetivo: lograr un cuerpo musculoso sin importar el sufrimiento que

pueda costar. El sufrimiento es relacionado a la mejoría, entre más se sufre más se progresa. ( Imagen 7).

### *3.4.1.1 El box AEON*

A pesar de que este deporte es considerado como una de las comunidades actuales en las que se funda la religiosidad, no es tema de la tesis profundizar en esto. Me limitaré entonces a describir a AEON CF TRAINING, box de la colonia Roma Norte y donde se practicaba yoga. El box comenzó a funcionar desde el 2015, pero cerraron en 2021. A pesar de esto, gracias a la profesora de yoga Paula Llaguno, pude tener contacto con Luis, el director del box.

Las clases de yoga comenzaron a impartirse al tercer año de su inauguración: en el 2018. El estilo de yoga que practicaban era vinyasayoga. Como los ejercicios del CrossFit son de alta exigencia, puede que llegue a ser confusa la introducción del yoga dentro de sus prácticas. Pero el objetivo que tenían con el yoga era realizarlo como un complemento para la recuperación posterior a los ejercicios, debido a que generan mucha tensión muscular y las ásanas ayudarían a aliviar la inflamación muscular gracias a sus estiramientos y a la relajación corporal.

La profesora Paula se formó en la Escuela de Entrenadores (EDEN), donde conoció a Marta Cantú, profesora especializada en hathayoga, vinyasayoga y yo-

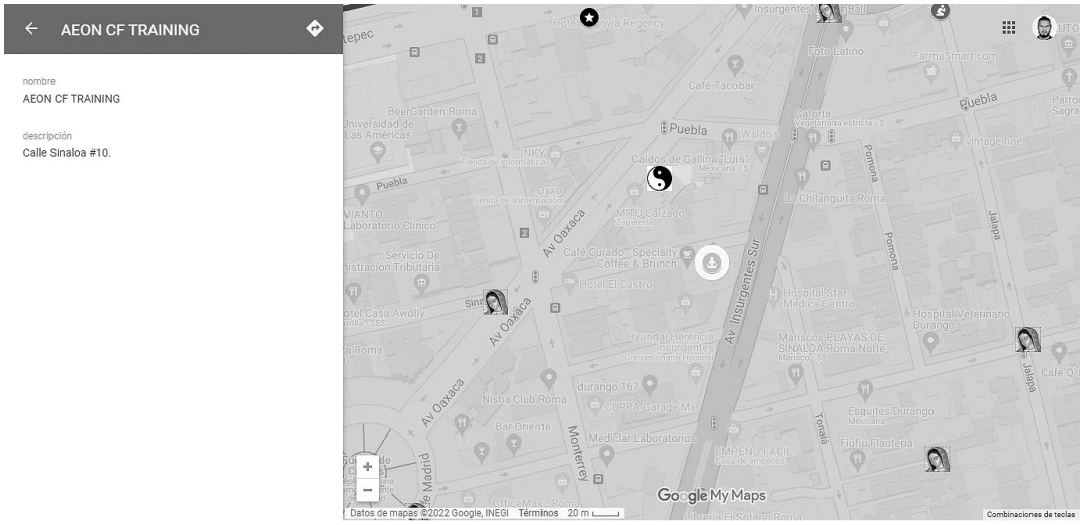



Imagen 7 “AEON CF Training”.
Fuente: Elaboración propia con la herramienta de Google Maps.

ga-terapéutico, y de quien recupera muchas de sus enseñanzas. Los profesores que Paula considera cruciales para el yoga son: B.K.S Iyengar, Pattabhi Jois, Krishnamacharya, Indra Devi y Swami Sivananda. A la par, los textos que considera de importancia son: El *Rig Veda*, el *Yogasutra*, el *Bhagavad Guita*, el *Shivasamhita*, las *Upanishads*, el *Hatha-yoga-pradípik*a y el *Mahabarata*.

### *3.4.1.2 Actividades en AEON*

Los *training camps* som actividades al aire libre que consisten en ejecutar las series del crossfit en un ambiente natural. Aunque no tenían fecha establecida, sino que se organizaban a partir de las posibilidades de los practicantes, se llegaban a realizar cuatro veces al año. Los lugares a los que llegaron a ir eran Chapultepec, el parque Gandhi, Valle de Bravo y Cuernavaca. Al final de los ejercicios, al igual que en el box, se realizaba una sesión de yoga.

A estos eventos se llegaba a invitar a practicantes de otros box que anteriormente habían conocido en competencias. Esto denota el sentido de solidaridad y comunidad que tienen los practicantes del CrossFit, a pesar de los eventos competitivos y el desafío entre los participantes de la disciplina. Para estos eventos competitivos establecían un régimen alimenticio de alto rendimiento, pero estaba dirigido únicamente hacia los atletas que participaban en él. Esta propuesta alimenticia no tenía ninguna relación con el yoga.

### *3.4.1.3 El yoga en AEON*

El yoga se utilizaba para la recuperación física del deportista, principalmente para estirar los músculos y lograr equilibrio —que es de suma importancia porque les ayuda a trabajar la fortaleza—. En palabras del director, era practicado "superficialmente" porque no tenían acercamiento a ciertos términos como por ejemplo los nombres de las ásanas y tampoco a la literatura especializada. A pesar de esa superficialidad, al ver el desempeño de los deportistas, la profesora Paula fue realizando progresivamente ásanas de mayor dificultad física.

Sin embargo, la profesora comentó que la disciplina tiene relaciones con el hinduismo y budismo, o sea que es una práctica que mezcla características de ambas religiones; es por esto por lo que la considera como una práctica espiritual para el cuidado físico y espiritual. A pesar del constante trabajo físico que implica, continúa ella, se trabaja también lo espiritual y por ello no es únicamente una práctica física. Finalmente, la profesora señala que a pesar de la variedad de estilos de yoga, el objetivo es que el practicante sea capaz de realizar sus actividades bajo

relación entre él y el universo, y que estén dirigidas al bien común. Aquí, el *yuj* implica la unión entre los individuos con el universo.

## 3.4.2 Gimnasio Roma

El gimnasio o *gym*, como comúnmente se le dice, es un espacio donde se realiza ejercicio físico utilizando diversas máquinas, accesorios y artículos deportivos. Actualmente, muchos de los gimnasios están equipados con salones donde se practican deportes, disciplinas y distintas clases relacionadas a la gimnasia y la calistenia. Como se mencionó en la sección anterior, diversas personas afirman que realizar ejercicios en estos espacios es una forma de actividad espiritual, pero no me ceñiré en esa teoría, sino que únicamente analizaré la manera en que se practica del yoga dentro de estos espacios.

El Gimnasio Roma se inauguró en 1990 y comenzaron como una cadena de gimnasios con sedes en la calle Orizaba y en la alcaldía Azcapotzalco, pero actualmente debido principalmente a la competencia entre gimnasios, solamente funciona la sede de la colonia Roma Norte. Para acudir al gimnasio es necesario pagar una mensualidad de $300. La mensualidad solía costar $500, pero debido a que tuvieron que cerrar durante un año por decreto oficial, disminuyeron el precio de la mensualidad.

Imagen 8 “Gimnasio Roma”.
Fuente: Elaboración propia con la herramienta de Google Maps.

Desde 1993 comenzaron a dar clases de yoga porque el director Rodolfo se dio cuenta de que la disciplina se estaba popularizando, lo que confirmó al comenzar las clases. Actualmente también ofrecen otras clases como aerobics, zumba, gimnasia reductiva, pilates, hip-hop, tap-tap, ballet, tango, salsa y baile africano. Todas estas clases, incluyendo el yoga, están incluidas dentro de la mensualidad del gimnasio. No es forzoso tomarlas, sino que cada persona, además de utilizar las máquinas y los accesorios, puede acudir a cualquiera de ellas.

### *3.4.3.1 Las clases de yoga en el Gimnasio Roma*

El estilo que ofrecen es el hathayoga y está dirigido por el profesor Salvador, quien señaló que, a pesar de que nunca le pidieron censurar algún aspecto religioso o espiritual en la clase, los censuró porque el gimnasio no es el lugar apropiado para practicar el yoga en su totalidad, sino que solamente se debía ocupar de las ásanas y el aspecto físico. Es por esto por lo que en sus clases se eliminan los aspectos religiosos y espirituales.

El profesor tiene la certificación de CONOCER de hathayoga para principiantes. Se decidió por esta certificación porque considera que en México la mayoría de los practicantes son principiantes. También considera que la mayoría de las personas que inician en la disciplina, ya sea para practicarlo o para formarse, solamente conocen las ásanas y desconocen sus demás aspectos como la meditación y la respiración. También tiene la certificación de Yoga Espacio, donde conoció a Jñana Dakini, profesora de quien aprendió que la práctica está estrechamente relacionada con el budismo.

Su formación, sumada con los talleres y retiros del CBCM, le ayudaron a llegar a la conclusión de que los profesores más importantes para la disciplina son Patáñjali, Buda, Krishnamacharya, Iyengar, Pattabhi Jois y Desikachar. A la par, los textos que considera pilares para la disciplina son: *Bhagavad Guita*, *Yogasutra*, *Luz Sobre Yoga* y *Hatha-yoga-pradipika*.

### *3.4.3.2 El yoga en el Gimnasio Roma*

A pesar de que entiende que el yoga es una disciplina en donde se trabaja lo espiritual y lo físico, el director Rodolfo lo maneja como un deporte Por su parte, el profesor Salvador tiene en cuenta que el origen del yoga es espiritual, pero en occidente puede ser un *fitness*. Respecto a su origen, recupera la frase expresada por el primer ministro de la India en la inauguración del Día Internacional del Yoga: “el yoga es el mejor regalo que pudo haber hecho la India a la humanidad” (Olazábal 2014).

Gracias a su formación, Salvador considera que el yoga es un camino espiritual y por lo tanto no puede tener fines únicamente físicos, sino que engloba al trabajo físico, mental, emocional y espiritual; es por esto por lo que lo considera como el puente entre el cuerpo y el espíritu. También señala que el yoga y la meditación son aspectos inseparables porque su finalidad es el *samadhi*, estado que considera que puede alcanzarse únicamente a través de procesos meditativos. Para describir a la disciplina retoma el segundo sutra de Patáñjali "yoga es la completa cesación de las modificaciones de la mente" (León Herrera 1977, 85).

Por otra parte, gracias a su formación en Yoga Espacio donde conoció las relaciones entre el yoga y el budismo, señala que las principales enseñanzas de la disciplina son el respeto y la inclusión, mismas que considera que se deben llevar a cabo en la vida cotidiana. Es por esto por lo que cree que se crean distintos estilos de yoga dedicados a distintas poblaciones: para embarazadas, para niños, para ancianos y para prisioneros —por poner unos ejemplos—. Por último, señala que actualmente el yoga es una industria y pone el ejemplo de Bikram, quien generó riqueza con sus clases.

## 3.5 Otras instituciones

### 3.5.1 Tres Cero Tres

Tres Cero Tres se inauguró en 2015 y desde su apertura comenzaron a ofrecer clases de yoga en estilos como iyengaryoga, ashtangayoga, hathayoga, vinyasa-yoga, yoga-flow, yoga para principiantes y yoga-restaurativa —que según Rosa, la directora de la institución, era más como una combinación entre el yoga y el movimiento restaurativo—. En 2020 cerraron sus puertas, pero pude contactar con la directora, con la profesora Carolina y una practicante de la institución que muy amablemente me dieron las facilidades para realizar las entrevistas necesarias para la investigación.

Además del yoga, impartían otras clases como danza contemporánea, dance hall, hip-hop, técnicas de equilibrio, pilates, danza afrolatina, autodefensa feminista para mujeres y otros cuerpos en peligro, y talleres de movimiento con perspectiva de género por feministas decoloniales. Uno de los ejes teóricos y base de la institución era el feminismo, por esta razón muchas de los clases, talleres y diplomados se guiaban bajo estos planteamientos (Imagen 9).

La postura de la institución era hacia la diversidad del movimiento a partir de la práctica de diferentes técnicas de movimiento, por lo tanto, se invitaba a los

Imagen 9 “Tres Cero Tres”.
Fuente: Elaboración propia con la herramienta de Google Maps.

alumnos a que practicaran distintas clases que había dentro de la institución y que no se enfocaran solamente en una. También buscaban que sus practicantes se iniciaran en el feminismo, por esa razón se ofrecían talleres teóricos, fiestas y eventos feministas para que la comunidad conociera al movimiento. Según la directora, muchas alumnas se volvieron feministas a partir del encuentro con el espacio.

Las personas y textos que la profesora Carolina considera importantes para la tradición y práctica del yoga son: *Luz Sobre el Yoga* de Iyengar, *Yogasutra* de Patáñjali, Pattabhi Jois por ser una de las pocas profesoras de yoga, Krishnamacharya porque llevó el yoga a occidente, y Dharmamitra porque es de los pocos profesores que siguen con vida. Pero también rescata un par de textos sobre anatomía y yoga como: *Yoga Anatomy* de Lesly Kaminoff y *Your Body Your Yoga* de Bernie Clarke.

### *3.5.1.1 Cursos y diplomados*

Además de las clases que se acaban de mencionar, también ofrecían cursos de formación en anatomía y biomecánica vivencial para profesores para que pudieran compartir el conocimiento en sus respectivos centros educativos —la profesora Carolina fue una de las creadoras de este curso—, diplomados sobre filosofía de la India, clases de mantras con profesores como Adrián Muñoz y Roberto García y cursos mensuales sobre diversos temas. Todos los cursos seguían la línea del feminismo y el movimiento corporal. En cada curso y diplomado se invtiaba a profesores especializados en sus temas con el objetivo de conocer los conceptos en su contexto y situación específica. Finalmente, también realizaban fiestas con temas feministas donde participaban artistas realizando sus performances.

### *3.5.1.2 Yoga-danza*

Carolina enseñaba vinyasayoga, pero como anteriormente se había desmarcado de algunos principios del yoga, el estilo que impartía no era como tal vinyasayoga sino una combinación entre este estilo y la locomoción —*animal-flow* es su equivalente en inglés—, al que llamaba movimiento funcional. Gracias a que siempre le dieron libertad de cátedra y nunca censuraron algún elemento de su práctica, pudo impartir sin problemas su creación personal.

Así como Carolina, los demás profesores de yoga en Tres Cero Tres estaban formados por diferentes escuelas, y como la apuesta de la institución siempre fue hacia la diversidad, se llegaban a combinar y crear estilos de yoga como yoga-danza, el cual fue una propuesta de dos profesoras de la institución: una que era coreógrafa y de la escuela del ashtangayoga y la otra bailarina y de vinyasayoga.

Como se pueda observar, yoga-danza es un estilo que puede incorporarse dentro de los llamados neoyogas —del cual hablaré más adelante— donde la propuesta de las profesoras era enriquecer al yoga con aspectos de la danza como el movimiento libre y la improvisación.

Detrás de esta propuesta se encontraba la negación del origen militar y de nobleza que tenía el yoga, a partir de la utilización de la improvisación que caracteriza a la danza; de esta manera, el *mat*[32] ya no era una limitante. A esto se suma que consideran que los estudios de yoga suelen encasillar mucho al movimiento y es por esto por lo que proponen diversificar sus posturas y sus movimientos junto con la improvisación de la danza para crear frases de movimiento —concepto que proviene de la danza—.

### *3.5.1.3 El yoga en Tres Cero Tres*

Dentro de la institución entendían al yoga como una práctica corporal con una tradición propia a la que respetan. También, como un conjunto de preceptos y estrategias espirituales, físicas, alimenticias y sociales para conseguir una vida plena y sana; es decir que la disciplina rebasa de la sesión de ásanas. No promovían ninguna religión o proponían algún régimen alimenticio, pero tampoco negaban las distintas identidades religiosas o regímenes alimenticios que pudieran seguir los practicantes. De esta misma manera, respetaban la filosofía, la práctica y la cultura de las diversas clases que ofrecían. Respecto al yoga, respetaban su tradición y aceptaban los diferentes estilos existentes. Pero al no pronunciarse por una sola filosofía, se declaraban en contra de la no totalidad de ellas.

Uno de los objetivos era que los practicantes pudieran asistir a distintas clases porque consideraban que al cuerpo se le encasilla muy fácilmente y por ello era necesario que los practicantes pudieran comprender y practicar distintas disciplinas para obtener sus beneficios. El yoga, como práctica individual dentro de la institución, invitaba a la introspección y al autoconocimiento, mismos objetivos que tienen algunas religiones a pesar de que muchas veces no se cumplan. Y a pesar de que consideraban que el yoga no es una religión, hubo alumnos afiliados a religiones distintas a la hinduista que no se sentían cómodos entonando mantras porque la mayoría de ellos hacen alusión a algunos elementos de esta religión. Por esta razón, la profesora Carolina optó por cantar mantras que no hicieran alusión

---

[32] Con *mat* —concepto en inglés— me refiero al accesorio que se coloca en el suelo para practicar yoga. En México comúnmente se le dice tapete.

a algún elemento de esta religión, como: "Lokah Samasta Sukhino Bhavantu", "Om Shanti Om" y "Om Hari Om".

De esta manera, consideraba que es necesario eliminar todos los elementos religiosos de la práctica, a pesar de sus orígenes hinduistas, porque llega a conflictuar a muchos practicantes, lo que muchas veces significa que su alejamiento y porque actualmente, continúa la profesora, pierde el sentido. Por último, también comentó que debido a que el panteón hinduista contiene muchos dioses, el practicante puede confundirse ante esta diversidad.

Respecto al yoga con fines únicamente físicos, la profesora considera que se puede practicar de esa manera, pero siempre enganchará al practicante porque los demás elementos —la respiración y la atención constante— son atractivos y ofrecen momentos de relajación. Contrariamente, considera que el yoga puede ser practicado únicamente como una disciplina espiritual, pero tiene limitaciones porque al no concebir al movimiento corporal, no permite relacionar al individuo con su cuerpo. Considera que el cuerpo puede ser un instrumento para la autoexploración y el autoconocimiento.

### 3.5.2 La Cueva del Yogui

En 2011, La Cueva del Yogui comenzó a funcionar como una tienda en línea en una sala de un departamento de la Colonia del Valle, donde vivían Isaac y su esposa, los directores de la tienda. Posteriormente, en 2013 comenzaron sus actividades en un local de la colonia San Miguel Chapultepec junto a un estudio de yoga. Fue hasta 2016 cuando se mudaron a la colonia Roma Norte donde actualmente siguen funcionando. Comenzaron a vender únicamente productos de meditación, pero como desde ese entonces llevaban por nombre La Cueva del Yogui, por clara asociación las personas comenzaron a preguntar por productos de yoga. Lo que provocó que los directores comenzaran a practicar yoga porque querían conocer los productos que estaban por vender.

Actualmente tienen trabajos en conjunto con el centro Loseling, la Casa Tíbet México y Lama Gursam. Venden principalmente artículos de yoga como *mats*, ropa, bloques, aros y cinturones. También venden adornos relacionados de yoga, budismo e hinduismo como colgantes y manteles. Algunos de los artículos religiosos que venden son japamalas —collar usado para recitar mantras—, estatuas de figuras como Buda Shakyamuni, Shiva, Ganesha, Lakshmi y Hanuman; bancos de meditación, altares, campanas y cuencos. A pesar de que muchos de estos elementos suelen estar relacionados al budismo e hinduis-

mo, muchas personas que los adquieren suelen adquirirlos para utilizarlos a manera de adornos (Imagen 10).

Debido a los directores son budistas, siempre presentan a los japamalas dentro de la tradición indo-tibetana. Es así como todos los productos a la venta tienen una fuerte influencia del budismo tibetano de Chokyi Nyiama Rinpoche porque la tienda toma como base a esta religión. Sin embargo, como lo mencionó Isaac, llegan a tropicalizar los artículos que se venden, es decir que facilitan su acceso para que los clientes los entiendan y no los rechacen por su aspecto religioso.

### *3.5.2.1 Clases que imparten*

Comenzaron a impartir clases de yoga por solicitud de los clientes quienes preguntaban si también impartían clases. Se les facilitó comenzar con las clases porque al estar en el ambiente, pudieron conocer a muchos maestros de yoga. El estilo que ofrecen es vinyasayoga, impartido por el profesor Ricardo. A pesar de que durante las clases no se haga mención, el yoga que imparten está fuertemente influenciado por religiones como budismo o hinduismo. Esta influencia religiosa no se transmite porque ese no es su objetivo, muchas veces solo la utilizan a manera de información para completar la clase.

Además del yoga, también dan clases de meditación basada en el balance de emociones, la atención plena y, al igual que el yoga, sin afiliación religiosa. A

Imagen 10 “La Cueva del Yogui”.

Fuente: Elaboración propia con la herramienta de Google Maps.

pesar de esto, Isaac, quien también imparte la clase de meditación, realiza meditaciones con connotaciones religiosas relacionadas al japamala y los mantras. Para sus clases utiliza principalmente el texto de *Lam Rim Chen Mo*, pero lo presenta de una manera laica porque no menciona al budismo sino solamente conceptos como la meditación analítica, la impermanencia, la interdependencia, el amor, la compasión y la ecuanimidad. Pero para sus clases también retoma planteamientos de investigadores como Richard Davidson y Daniel Goldman, quienes, desde las neurociencias, buscan conocer los efectos de la meditación en el cerebro.

### *3.5.2.2 Eventos y festivales*

El Buena Vibra Fest es un festival creado por la Cueva del Yogui que tiene fines holísticos y se realiza anualmente. Lleva diez años de presentarse con el objetivo de presentar diferentes proyectos relacionados a la salud, el bienestar y las terapias alternativas. Algunas de sus actividades son la venta de productos, clases, talleres y presentaciones de diversos temas. Las tiendas y los organismos que se presentan suelen trabajan en el ámbito de los masajes, la psicoterapia, el reiki y la lectura del tarot.

Se han presentado en diferentes lugares de la CDMX como en la colonia del Valle, Insurgentes, Interlomas, Coyoacán y la colonia Roma Norte, que es donde más se han presentado por cercanía al lugar. Surgió de la idea de crear un festival con una fuerte difusión y una propuesta interesante, pues Isaac comentó que anteriormente habían participado en otros festivales donde no les agradaba ni la logística ni la propuesta.

### *3.5.2.3 El yoga en La Cueva del Yogui*

Dentro de la institución consideran que el yoga tiene una fuerte influencia del budismo, pero su enseñanza y su práctica no exige una formación religiosa, sino que se puede practicar únicamente con fines físicos. Esto implica que Ricardo presente al aspecto religioso únicamente como elemento informativo. Por esta razón también se hace la especificación de que el yoga que se practica no está relacionado a algún tipo de espiritualidad o religiosidad, sino que es únicamente físico. La institución entiende al yoga como una técnica que permite la unión —yuj— entre el cuerpo, la mente, espíritu, que crea propiocepción en el cuerpo y que permite la conexión con las creencias religiosas de cada practicante. Pero Ricardo comenta que, aunque se practique como una forma de ejercicio o de manera espiritual, los objetivos son los mismos (Tabla 2).

| Denominación | Nombre del centro | Estilos de yoga que ofrece | Ubicación |
|---|---|---|---|
| **Recintos religiosos y espirituales** | Centro Budista de la Ciudad de México | Yoga para principiantes<br>Yoga para intermedios<br>Yoga restaurativo<br>Yoga para personas de la tercera edad<br>Yoga para niños<br>Vinyasayoga<br>Iyengaryoga | Calle Jalapa #94 |
| | Centro Cultural Aurobindo "Excelencia Humana" | Hathayoga<br>Kundaliniyoga<br>Happy-ypga<br>Yoga-maya-tolteca<br>Gnanayoga<br>Vinyasayoga<br>Tantrayoga | Calle Tabasco #310 |
| | Sociedad Cultural Yoga Devanand | Hathayoga<br>Ashtangayoga | Calle Puebla #120 |
| | El Arte de Vivir Sede Roma | Hathayoga<br>Gnanayoga<br>Bhaktiyoga<br>Karmayoga<br>Srisrioyoga | Calle Tabasco #262 |
| **Escuelas de yoga** | Instituto Yoga RAM | Hathayoga<br>Poweryoga<br>Vinyasayoga | Calle Medellín #201 |
| | Paramani | Hathayoga<br>Fisión-yoga<br>Yoga restaurativo | Avenida Sinaloa cuchilla con calle Guadalajara |

| Denominación | Nombre del centro | Estilos de yoga que ofrece | Ubicación |
|---|---|---|---|
| **Gimnasios** | AEON CF Training | Vinyasayoga | Calle Sinaloa #10 |
| | Gimnasio Condesa | Hathayoga | Calle Puebla #289 |
| **Otras instituciones** | Tres Cero Tres | Iyengaryoga<br>Ashtangayoga<br>Hathayoga<br>Vinyasayoga<br>Yoga-flow<br>Yoga para principiantes<br>Yoga restaurativo | Calle Puebla #303 |
| | La Cueva del Yogui | Vinyasayoga | Calle Chiapas #54 |

Tabla 2 "Centros de yoga en la colonia Roma Norte".
Creación personal a partir de los datos obtenidos durante la investigación.

# CAPÍTULO IV

## La práctica del yoga en la colonia Roma Norte

*"He claimed at once that I was a great 'Bodhisattva',*
*meaning 'great wise being' or 'great wise angel',*
*and that I was ornamenting this world with my sincerity"*
*- The Dharma Bums, Jack Kerouac.*

En la primera sección de este capítulo expondré los datos obtenidos en la hoja de datos generales. En la siguiente hablaré sobre los motivos de los entrevistados para practicar yoga, el tiempo que llevan practicando y los estilos clásicos o de *neoyoga* que practican. En la tercera parte analizaré el conocimiento que tienen sobre la disciplina y lo que significa yoga para ellos. En la última sección comentaré los cambios en la vida que han experimentado posterior a su práctica, si consideran que el yoga es una religión o tiene relaciones con alguna forma religiosa, y si su yoga puede funcionar como una suerte de ritual.

## 4.1 Conociendo a los sujetos de estudio

En el capítulo anterior analicé a la situación religiosa de la colonia Roma Norte, pero me detuve para desarrollar las características de las instituciones donde ofrecen clases de yoga: sus planteamientos que las configuran, sus demás actividades —religiosas o seculares— y sus entendimientos sobre la disciplina. En este capítulo profundizaré en los practicantes, quienes considero que son los más importantes de la investigación porque ellos son los buscadores espirituales que mantienen relación con la disciplina y desarrollan ciertas actitudes respecto a ella.

En un primer momento tenía como objetivo contactar y acercarme a todos los centros que ofrecían clases o sesiones de yoga dentro de la colonia Roma Norte, pero este objetivo se vio truncado. En principio, algunas instituciones no me dieron las facilidades para poder acércame a ellos, incluso me recomendaron que no debía de realizar la investigación en ese momento, uno de esos centros fue el Centro Naturista Tao. Por otra parte, los centros de Blanco Yoga y Centro Ganesha no me permitieron el acceso por la restricciones sanitarias oficiales, pero fueron muy amables en el poco contacto que tuve con ellos.

Debido a la misma situación, las cadenas internacionales de gimnasios como SmartFit y Sports World limitaron sus actividades, lo que implicó que suspendieran las clases por decreto oficial. Esto mismo sucedió con el Colegio Mexicano de Terapeutas Profesionales y Enfermería Holística A.C, que está estrechamente relacionado con la CONAISPA, institución evaluadora de clases de yoga mediante la SEP y el programa CONOCER.

Los centros de Motion Fitness Lab, Longe do Mar Capoeira y PILARES vivieron una situación más complicada porque no solo suspendieron las clases, sino que cerraron por completo. Por ello, no pude contactar con ellos y no supe si fue un cierre temporal o definitivo. De cualquier manera, espero que logren de nuevo su estabilidad económica para que este y/o sus siguientes proyectos. Esta misma situación comparte el gimnasio AEON CF, pero gracias a que contacté a tiempo con ellos, pude realizar las entrevistas pertinentes.

Por último, es necesario señalar que a pesar de que la organización de Self Realization Fellowship México es un centro religioso donde se rinde culto a Yogananda, figura que sin duda fue importante para la tradición y práctica del yoga a nivel mundial, no me acerqué a ellos porque no daban clases de yoga de *ásanas*. Considero que es una institución sumamente interesante, pero sería trabajo de otra investigación profundizar en ella bajo una perspectiva similar a esta investigación: cómo es el trabajo espiritual de los seguidores de la institución y sus

relaciones con lo secular. Sin más, en las siguientes secciones introduciré a los practicantes de yoga de la colonia Roma Norte, quienes son de suma importancia para la investigación.

### 4.1.1. Aspectos generales

A continuación, mencionaré algunos aspectos generales para conocer a los entrevistados: edad, sexo, nacionalidad, estado civil, escolaridad, empleo-ocupación, si tienen hijos o no, estado de salud e ingreso mensual. Estas categorías nos ayudarán a definir a los practicantes de yoga en el territorio estudiado. También, podremos refutar o confirmar algunas de las teorías anteriormente expuestas sobre las características de los yoguis.

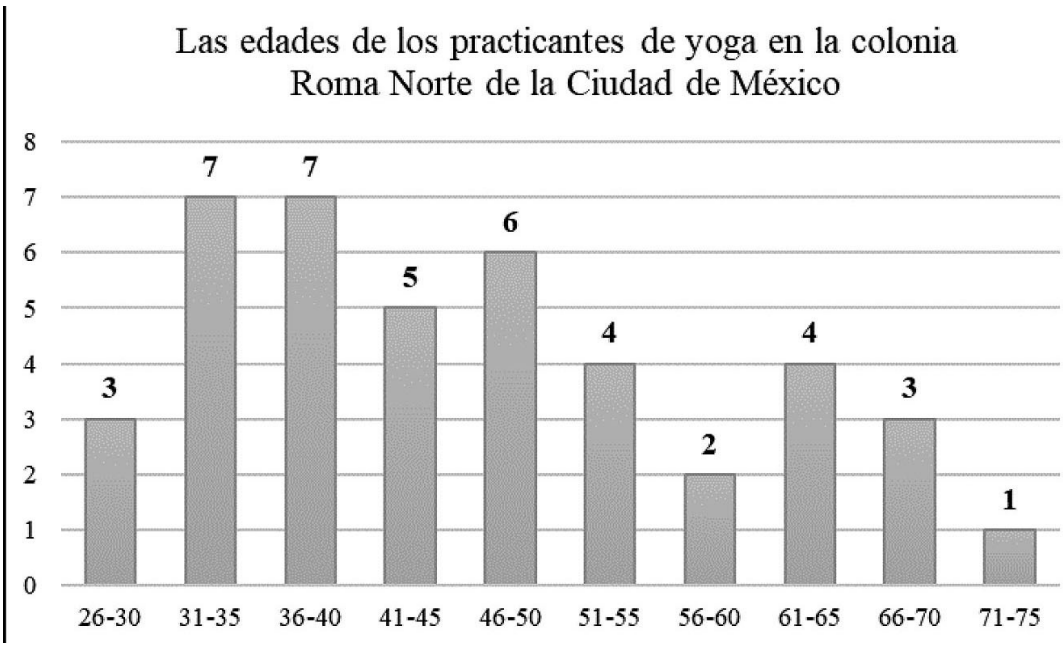
Es necesario tomar en cuenta un par de cuestiones. En esta sección hablaré sobre todos los entrevistados, mientras que a partir de la sección 4.2 hablaré únicamente de los practicantes. Es así como se construirá paulatinamente el objeto de estudio, pues no es lo mismo un practicante con fines religiosos en algún recinto religioso a uno que lo practica a manera de *fitness* en un gimnasio, debido a que las relaciones con la disciplina no son las mismas a partir los planteamientos de cada institución.

#### *4.1.1.1 Edad*

El primer aspecto por analizar es la edad, y para esta sección consideré a tres generaciones: i) generación y o *millennials* que son quienes nacieron entre 1995 y 1981, por lo que en el año 2021 tienen entre 26 a 40 años; ii) generación x, nacidos entre 1980 y 1961, y actualmente tienen entre 41 a 60 años; y iii) los *baby boombers* quienes nacieron entre 1960 y 1946 y actualmente tienen de 61 a 75 años. Del total de entrevistados 17 son *millennials*, 17 de la generación x y 8 *baby boomers*. Como lo comenté en el capítulo anterior, los *millennials* son la generación que tiende a practicar alguna forma de espiritualidad diferente a la familiar. Entre este tipo espiritualidades es claro que se encuentra el yoga, o incluso llegan a considerar como propuestas espirituales a disciplinas seculares como el crossfit.

Es necesario anotar que, contrario a la concepción general de que la generación x y los *baby boomers* no tienden a la práctica de este tipo de disciplinas o sencillamente no tienen el acceso a los NMR, la Gráfica 1 demuestra lo contrario. Si sumamos el número de personas de la generación x y los *baby boomers*, resultaría un total de 25 personas, una cantidad considerable teniendo en cuenta que la población tiende a ser pequeña o nula.

Es complicado hacer proyecciones hacia el futuro, pero a partir de esta gráfica y conociendo el panorama actual de las religiones en México, sería lógico suponer que el número de practicantes de yoga y el número de practicantes de los NMR aumentará porque los recintos donde se practican estas religiones están en potencial aumento. Muchos de los entrevistados llegaron a mencionar que estaban de acuerdo con su incremento dentro de la colonia, pero otros comentaron que esto provoca una disciplina más elitista debido a los altos precios que se establecen para tomar las clases.(Gráfica 1).




Gráfica 1 "Edad". Fuente: elaboración propia a partir de los datos obtenidos en las entrevistas realizadas a los practicantes de yoga en la colonia Roma Norte.

Para crear la Gráfica 1 decidí incluir a todos los grupos poblacionales que entrevisté —directores, profesores y practicantes— porque todos tomaban clases de yoga, lo que los podría incluir en el grupo de practicantes, pero debido a sus cargos decidí separarlos. En el CBCM solo una practicante es *millennial*, mientras que las demás entrevistadas, incluyendo a la profesora Satyasuri, son de la generación x. Debido a que el CCA fue la institución en donde pude entrevistar a más personas, se pueden hacer dos comentarios al respecto: i) tres personas se encuentran en la población *millennial*, cuatro son *baby boomers* y otros cuatro de la generación z;

y ii) la alumna más joven del centro tiene 34 años, mientras que la mayor tiene 69 años, por lo que podría decir que en el CCA hay una amplia gama de edades entre los practicantes.

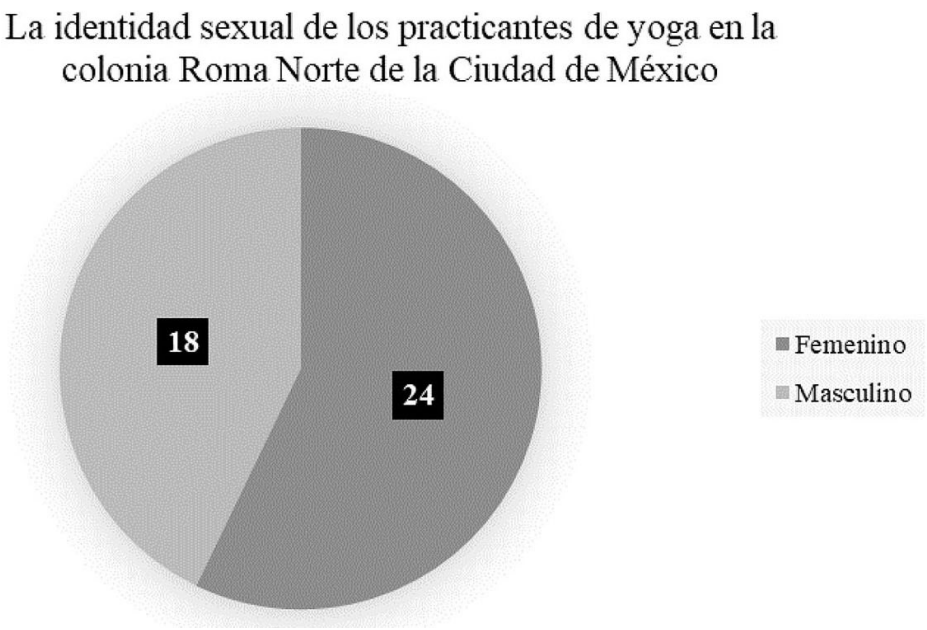
Por otra parte, en la SCYD la alumna que entrevisté es *millennial*, mientras que el director y la profesora pertenecen a la generación x. En TAOL la mayoría son *millennials* y solamente la alumna es de la generación x. En Yoga RAM dos entrevistados son *millennials*, el director es de la generación x y un alumno pertenece a los *baby boomers*. El Gimnasio Roma y Paramani son instituciones que únicamente contienen población de la generación x y *baby boomers*. Los tres entrevistados de AEON únicamente son *millennials*, lo que significa que es la institución con la población más joven. Finalmente, la mayoría de los entrevistados de Tres Cero Tres son *millennials*, solo uno es de la generación x, y sucede exactamente lo mismo con La Cueva del Yogui.

La edad de los directores es variada, no corresponde solamente a una generación. Contrario a lo que se podría pensar, hay más profesores de la generación x que *millennials*: ocho son de la generación x y cinco *millennials*, y solo un profesor es *baby boomer*. Entre los practicantes hay un total de ocho *millennials*, cinco de la generación x y seis *baby boomers*. A pesar de que hay diferencias de edades entre los practicantes, no es demasiada si tomamos en cuenta que la mayoría son los *millennials* y si comparamos esta generación con la generación x donde solamente hay tres personas de diferencia, mientras que con los *baby boomers* únicamente hay dos personas de diferencia.

#### *4.1.1.2 Sexo*

Los estudios con perspectiva de género han propuesto una serie de conceptos y categorías para poder comprender la amplia diversidad en la identidad sexual y de género de los individuos. A pesar de que en esta investigación no profundizaré en estos aspectos, es suficiente mencionar que tomaré como identidad sexual o sexo a la manera en que los individuos se identificaron a partir de sus características biológicas y de roll social. En la hoja de datos generales, respecto a este tema se colocaron las opciones de "femenino, masculino y otro ¿cuál?" y ninguna persona optó por la opción de otro, lo que me permite poder hablar desde una perspectiva binaria —hombres y mujeres— más no heteronormativa.

Como se puede observar en la Gráfica 2, hay una mayoría notoria de mujeres; ellas representan el 57% (siendo 24 personas), mientras que los hombres representan el 43% (18 personas). Retomando un poco la perspectiva de género y el




Gráfica 2 "Sexo". Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en las entrevistas realizadas a los practicantes de yoga en la colonia Roma Norte.

combate a los roles de género, es necesario mencionar que existe una concepción popularizada de que el yoga, debido a que es practicado mayormente por mujeres, es una práctica exclusiva de ellas, por lo que hay hombres que no la practican. Por esta razón no sería extraño llegar a escuchar comentarios como que practicar yoga es exclusivo de mujeres; una idea realmente estúpida. (Gráfica 2).

La mayoría de las instituciones están dirigidas por hombres, solo dos de ellas, Paramani y Tres Cero Tres eran dirigidas por mujeres. En el caso particular de Tres Cero Tres únicamente pude entrevistar a una directora, pero la dirección estaba guiada por dos mujeres. En el caso de Paramani, la escuela fue fundada por Elena, quien también era profesora del centro. Había otros profesores, pero en la actualidad solamente ella imparte las clases en línea. Contrario a lo que se podría suponer, las clases de yoga no son impartidas únicamente por mujeres, pues pude entrevistar a ocho profesoras y seis profesores. La diferencia radical entre sexos se encuentra en los practicantes: de estos diecinueve, catorce son mujeres y cinco son hombres.

Todas las personas que entrevisté del CBCM, Paramani y Tres Cero Tres fueron mujeres; todo lo contrario con La Cueva del Yogui donde todos los entrevistados fueron hombres. Del CCA seis entrevistados fueron mujeres y cinco hombres,

de este total hay dos profesores y dos profesoras; pero la diferencia notoria se encuentra en los practicantes: hay cuatro alumnas y solamente dos alumnos. En la SCYD pude entrevistar a tres personas donde únicamente el director es hombre y el resto mujeres. Por otra parte, en TAOL entrevisté al mismo número de hombres y mujeres: dos. De los cuatro entrevistados de Yoga RAM, solo hubo una alumna. De los tres entrevistados en el box AEON, solamente hubo una mujer, y lo mismo sucedió en el Gimnasio Roma.

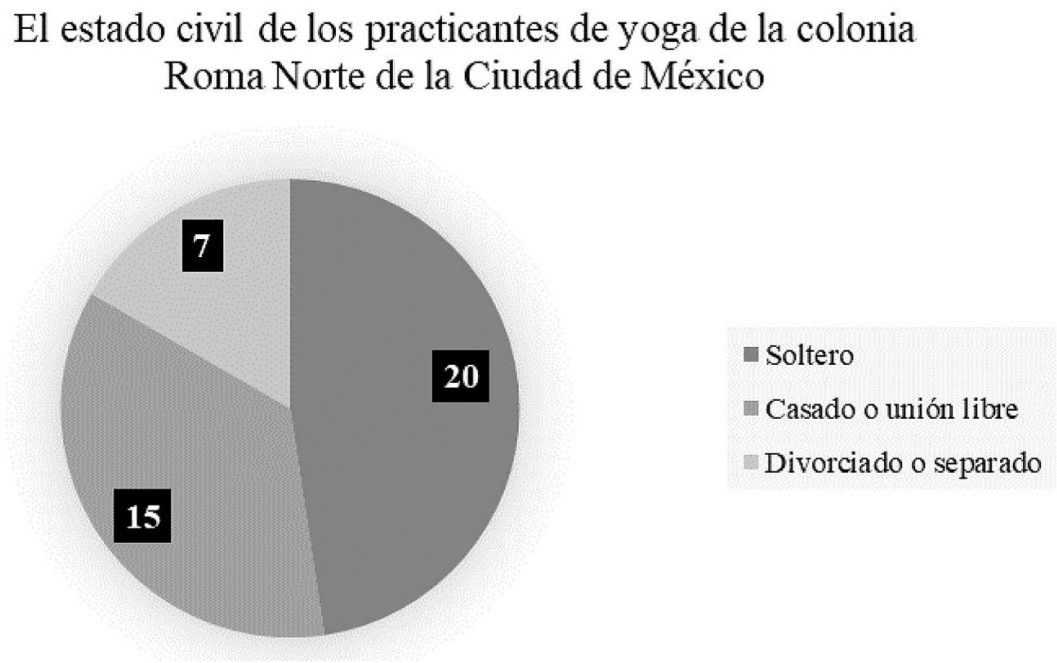
### *4.1.1.3 Nacionalidad*

En comparación con otras colonias de la Ciudad de México, en especial las más populares como la Agrícola Oriental o las tres secciones de Leyes de Reforma, la colonia Roma Norte se caracteriza principalmente por sufrir un proceso de gentrificación, lo que la coloca como un territorio de servicios como restaurantes, bares, gimnasios y parques. Por esta razón es común observar a población extranjera entre sus habitantes, aunque la mayoría continúan siendo mexicanos. Entre esta población extranjera se encuentran principalmente latinoamericanos provenientes de países como Argentina, Venezuela y Colombia. Esto también se puede confirmar por los entrevistados para esta investigación.

Como se comentó en el capítulo anterior, la institución de El Arte de Vivir tiene su sede principal en Buenos Aires, Argentina, pero también tiene trabajos en otros países de América Latina. Es por esta razón que su director y los profesores que entrevisté son de este país del cono sur, mientras que la alumna es mexicana. Por otro lado, en la institución de Tres Cero Tres pude entrevistar a una profesora de origen venezolano. De esta manera, podríamos decir que a pesar de que la gran mayoría de los practicantes de yoga en esta colonia son mexicanos, existe una pequeña diversidad de naciones principalmente por TAOL.

### *4.1.1.4 Estado civil*

Si queremos conocer a los sujetos de estudios, considero que es necesario conocer su estado civil. Durante las entrevistas, respecto a esta pregunta se dieron cinco categorías a contestar: soltero, casado o unión libre, divorciado o separado y viudo. Debo hacer una anotación necesaria aquí: a pesar de que se puso la opción de viudo, ninguno de los entrevistados contestó esa opción, por esto no aparece en la Gráfica 3, más no hubo una censura de datos. Como se puede ver en la Gráfica 3, entre la población soltera (veinte personas) y la población casada o en unión libre (quince personas) hay una diferencia de cinco personas. Cada una representa




Gráfica 3 "Estado civil". Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en las entrevistas realizadas a los practicantes de yoga en la colonia Roma Norte.

el 47% y 37% respectivamente, mientras que la población divorciada, la menos poblada de los tres grupos de población, representa el 17% (solo siete personas). (Gráfica 3).

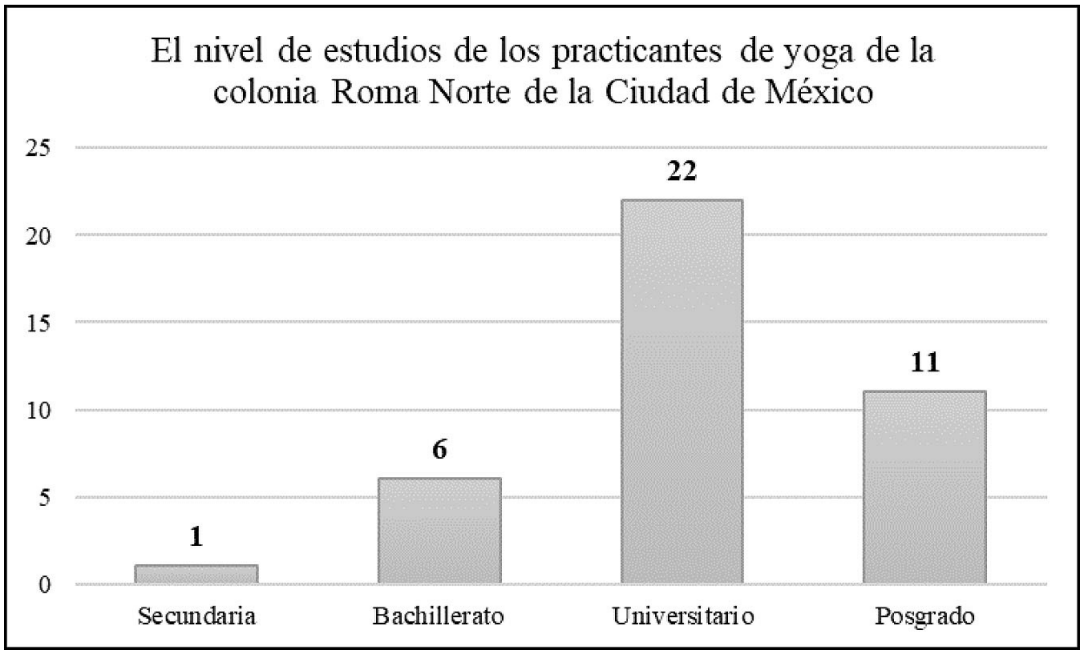
En el CBCM la mayoría de las entrevistadas se declararon como solteras y solamente la profesora Satyasuri y otra alumna están casadas o en unión libre. En el caso del CCA, de los once entrevistados, la mayoría son casados o en unión libre, cuatro son solteros y el resto divorciados. En la SCY se encuentran los tres tipos de estado civil, cada uno a una persona entrevistada. En TAOL hay una mayoría solteros y únicamente la profesora Luciana está casada o en unión libre, así como la alumna que está divorciada. En el caso de Yoga RAM, dos entrevistados están casados o en unión libre y el resto divorciados. Por otra parte, toda la población de Paramani, AEON y el Gimnasio Roma está soltera; todo lo contrario con La Cueva del Yogui donde todos los entrevistados se declararon casados o en unión libre. Finalmente, en Tres Cero Tres, únicamente la directora está soltera y el resto casadas o en unión libre.

### *4.1.1.5 Nivel de estudios*

En la hoja de datos generales, respecto a la pregunta de escolaridad, se plantearon seis opciones: sin instrucción, primaria, secundaria, preparatoria o bachillerato, universitario y posgrado. De nuevo necesito aclarar de que ningún entrevistado contestó la opción "sin instrucción" por lo que la eliminé de la gráfica. Como se puede observar en la Gráfica 4, solamente una persona estudió hasta la secundaria, seis hasta el bachillerato, veintidos personas cuentan con nivel universitario y el resto, once personas, concluyeron un posgrado.

La población con estudios universitarios representa el 52% de los entrevistados, mientras que la que tiene estudios de posgrado un 26%. De esta manera, el grupo con educación universitaria es notoriamente mayor a los demás (si sumamos ambos rubros resultaría un total de 78%). Por lo tanto, la mayoría de los entrevistados cuentan con el capital cultural y económico necesario para concluir una carrera universitaria e incluso un posgrado.

En el CBCM la mayoría cuenta con posgrado, solamente la profesora y otra alumna tienen un nivel universitario. En el CCA la mayoría tiene un nivel universitario, dos cuentan con posgrado y dos con el bachillerato. Lo mismo sucede

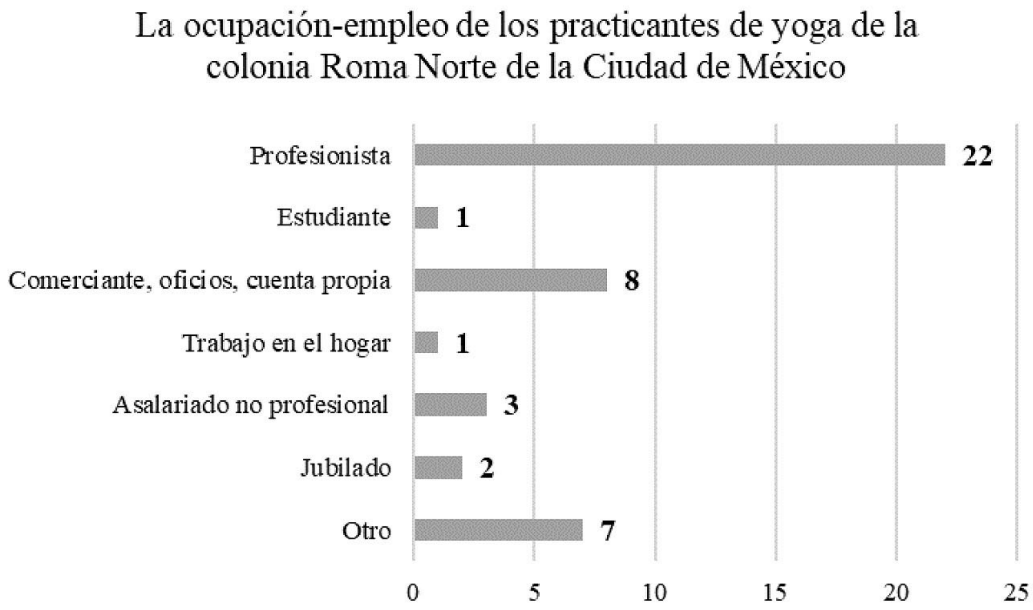



Gráfica 4 "Escolaridad". Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en las entrevistas realizadas a los practicantes de yoga en la colonia Roma Norte.

con la SCYD donde la mayoría cuenta con el nivel universitario y el resto con un posgrado. De igual manera, el nivel universitario es la mayoría en TAOL y la diferencia la hace el director quien cuenta con el bachillerato. En el caso de Paramani, la mayoría tiene el bachillerato y únicamente la directora cuenta con nivel universitario. Todos los entrevistados de AEON y La Cueva del Yogui cuentan con el nivel universitario. Por otra parte, en el Gimnasio Roma hay población con nivel bachillerato, universitario y posgrado. Finalmente, en Tres Cero Tres la mayoría son universitarias y la diferencia la hace la alumna quien cuenta con posgrado.

### *4.1.1.6 Empleo-ocupación*

Fue un tanto complicado abordar el aspecto del empleo-ocupación porque a pesar de que busqué acoplar los posibles tipos de empleos en ocho categorías generales (desempleado, profesionista, estudiante, comerciante/oficios/cuenta propia, trabajo en el hogar, asalariado no profesional, jubilado) siete entrevistados escogieron la última opción de "otro", lo que diversificó y puntualizó cada empleo. Por ello decidí agrupar estas formas específicas de empleo en esta última opción —como se puede observar en la Gráfica 5— y desarrollar y comentar cada una en esta sección. De nuevo, nadie respondió la categoría de desempleado, por lo que fue eliminada.




Gráfica 5 "Empleo". Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en las entrevistas realizadas a los practicantes de yoga en la colonia Roma Norte.

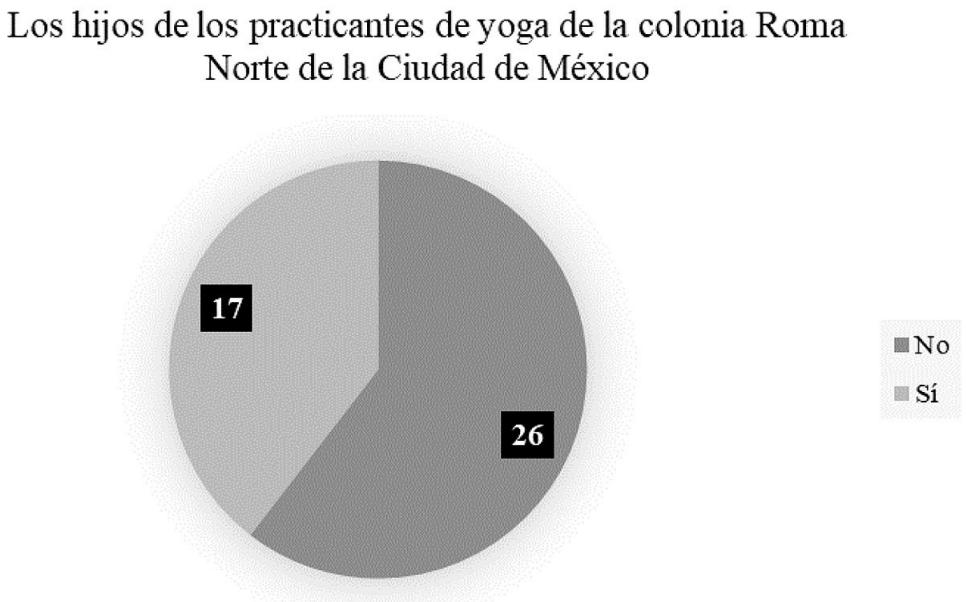
Con la Gráfica 5 es claro que la opción de profesionista fue la más poblada, resultando un total de veintidós personas, o sea un 52% del total. Es necesario comentar que el estudiante que figura en la gráfica es Paula, profesora de AEON, quien comentó que a la par de su trabajo, continúa estudiando. La segunda categoría más poblada son los comerciantes, oficios o cuenta propia, representando un 19% de la muestra.

En la tercera categoría más poblada se encuentran quienes eligieron la opción de otro, siete personas, o sea el 17% de la población. Entre las opciones que dieron para esta categoría están las de: empresario, gestor cultural, independiente, maestro y maestra de yoga, y servicio. Esta última persona que comentó sobre el servicio señala que se encuentra en un momento de su vida donde realizaba trabajos sin esperar una remuneración económica. Las últimas tres categorías son asalariado no profesional (tres personas, un 7%), jubilados (dos personas, un 5%) y únicamente una persona es trabajadora del hogar (2% del total).

En el caso del CBCM, la mayoría son profesionistas y el resto trabajan por cuenta propia. De igual manera, en el CCA la mayoría son profesionistas, otro entrevistado eligió la opción de jubilado, otro comerciante, otra por cuenta propia y el resto optó por la opción de otro donde se encuentran empleos como administrador, independiente y maestra de yoga. En la SCYD se encuentran tres opciones: cuenta propia, profesionista y empresaria. Hay un patrón común entre las instituciones de TAOL, Yoga RAM, Paramani, AEON y Gimnasio Roma: la mayoría de ellas contiene más población profesionista, pero las diferencias son, en el caso de Paramani y Gimnasio Roma un asalariado no profesional, en TAOL uno que declaró estar en época de servicio, en Yoga RAM un jubilado, y un trabajador por cuenta propia en AEON. En Tres Cero Tres se encuentran tres tipos de trabajadoras: por cuenta propia, gestora cultural y trabajo en el hogar; lo mismo que en La Cueva del Yogui donde hay un comerciante, un maestro de yoga y un profesionista.

#### *4.1.1.7 Hijos*

Para conocer a los sujetos de estudio también tomé en cuenta si el entrevistado tenía hijos. Para esto realicé una pregunta con solo dos opciones de respuestas "¿Tiene hijos?" Sí o No. No profundicé en el número de hijos, las razones por las que decidieron tener o no, o si tienen planes de tener los. En la Gráfica 6 se puede observar que la mayoría de los entrevistados no tiene hijos: veintiséis personas que son el 61% del total, mientras que diecisiete personas sí tienen hijos, siendo un



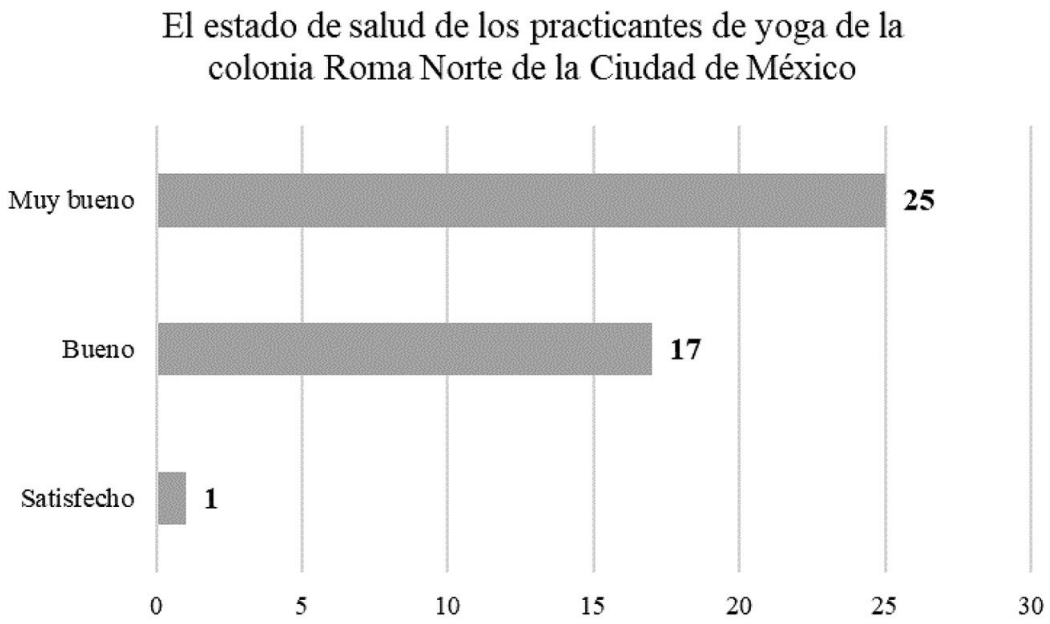

Gráfica 6 "Hijos". Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en las entrevistas realizadas a los practicantes de yoga en la colonia Roma Norte.

40% del total. En el caso del CBCM, AEON y el Gimnasio Roma, ninguno de los entrevistados tiene hijos. Mientras que, en el CCA, la SCYD, TAOL, Paramani, Tres Cero Tres y La Cueva del Yogui hay población con y sin hijos. Finalmente, todos en Yoga RAM tienen hijos.

### *4.1.1.8 Estado de salud*

A los entrevistados también les pregunté sobre su estado de salud con la pregunta "¿Cómo evalúa su estado de salud?" y se dieron cinco opciones por contestar: muy bueno, bueno, satisfecho, malo y muy malo. Como se puede observar en la Gráfica 7, solamente se colocaron las categorías de muy bueno, bueno y satisfecho porque las demás —malo y muy malo— no fueron contestadas por ninguno de los entrevistados. Se puede observar una notable mayoría en la categoría de "muy bueno" (veinticinco personas en total, población que representa el 59%), mientras que la siguiente es la de "bueno" (diecisiete personas, lo que sería un 40%) y solamente una persona contestó que evaluaba su estado de salud de manera satisfactoria.

Es muy probable que la mayoría de los entrevistados haya optado por responder que tienen una salud muy buena por la práctica del yoga, pues como se




Gráfica 7 "Salud". Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en las entrevistas realizadas a los practicantes de yoga en la colonia Roma Norte.

mencionó anteriormente, la práctica ofrece el salud física, espiritual, emocional y mental. Es necesario anotar que todos los entrevistados de TAOL y de Yoga RAM contestaron que tenían una salud muy buena, mientras que en el CCA la mayoría contestó que buena, solamente cuatro contestaron que tenían un muy buen estado de salud.

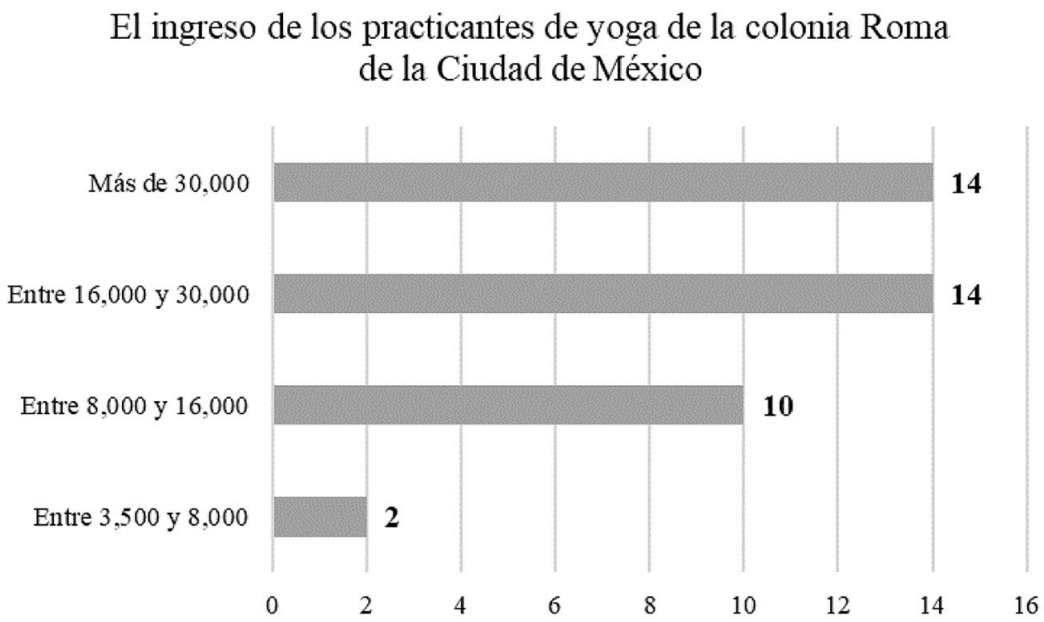
Algunos entrevistados contestaron en un primer momento que tenían una salud "muy buena", pero después titubearon un poco y optaron mejor por "buena" y agregaron que no se puede escapar de resfriados de temporada. Más adelante profundizaré en estos datos respecto a la pregunta sobre los cambios en la vida después de haber comenzado a practicar yoga, porque lo que buscaba con esta pregunta era saber si cambiaron de régimen alimenticio o adoptaron rutinas que anteriormente no llevaban, situación que está estrechamente relacionada con el estado de salud.

### *4.1.1.9 Ingreso mensual*

De las 42 personas que entrevisté, dos prefirieron no contestar la pregunta sobre el ingreso mensual; obviamente respeté su decisión y no insistí en ello. Por esta

razón, en esta categoría solo consideraremos a cuarenta personas, de las cuales catorce tienen un ingreso mensual mayor a 30,000 MXN, lo que significaría el 35% del total de la muestra. Otros catorce tienen un ingreso de entre 16,000 y 30,000 MXN. Como la cantidad de estos dos grupos poblacionales es la misma, me permitiría concluir que el 70% de los entrevistados (veintiocho personas) son de una clase social alta.

En la siguiente categoría se encuentran quienes tienen un ingreso de entre 8,000 y 16,000 MXN, o sea diez personas que representarían el 26% del total. A esta población le asignaré el nombre de clase media. Finalmente, quienes tienen un ingreso de entre 3,500 y 8,000 MXN solamente son dos personas, o sea el 4%. A esta población la clasificaré como clase baja. Muchos índices apuntan que el ingreso mensual y el número de hijos dan a conocer la clase a la que se pertenece, pero para esta investigación me limitaré a considerar únicamente el ingreso sin relación a otro aspecto.




Gráfica 8 “Ingreso”. Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en las entrevistas realizadas a los practicantes de yoga en la colonia Roma Norte.

## 4.2 Los motivos, el tiempo y los estilos

En esta sección en adelante abordaré las preguntas abiertas que hice en la segunda parte de la entrevista, la cual constó de 21 preguntas referentes a la práctica del yoga de los entrevistados. Pero en esta sección en específico comentaré los motivos que los llevaron a comenzar a practicar yoga, el tiempo que llevan practicándolo, los estilos de yoga que practican y han practicado, y el conocimiento que tienen respecto a la disciplina. En su investigación, Elizabeth De Michelis encontró una serie de motivos por los que los practicantes se acercan a la disciplina, los cuales son: por salud y bienestar, para desarrollar fuerza corporal, para obtener poder y siddhis, y para lograr crecimiento espiritual.

Para abordar el tema, decidí iniciar con los motivos que tuvieron para acercarse a la disciplina y particularmente a la institución en la que lo practican, con el objetivo de conocer qué era lo que conocían de la disciplina antes de comenzar a practicarla y así poder tener una noción sobre la concepción popular que se tiene sobre ella; y con el mismo objetivo, comentaré el tiempo que lleva cada entrevistado practicándola. Para cerrar la sección comentaré los estilos más practicados, lo que ayudará a retomar las hipótesis anteriormente expuestas sobre los estilos más populares y conocidos en occidente, además de que también demostrará qué tan comunes son los llamados *neoyogas*, estilos donde al yoga se le combina con disciplinas seculares como la acrobacia, la risa y la danza, por poner algunos ejemplos.

### 4.2.1 Los motivos por los que se acercaron a practicar yoga

Para construir esta primera sección sobre las razones que motivaron a los entrevistados a practicar yoga, durante las entrevistas se hicieron tres preguntas en referencia a esto: i) ¿por qué decidiste comenzar a practicar yoga?, ii) ¿persisten esos motivos o han cambiado?, y iii) ¿por qué escogiste esta institución para practicar yoga? Además de los objetivos anteriores, también buscaba conocer en qué medida estos motivos se han cambiado o transformado, y saber las razones por las que escogieron su institución para practicarlo, teniendo en cuenta que dentro de la colonia se encuentran más de diez instituciones donde se ofrecen clases.

#### *4.2.1.1 Recintos religiosos y espirituales*

Durante los años 2000s era común poder observar breves sesiones de yoga en programas matutinos de televisión de paga. Lo que propició que muchas personas conocieran la disciplina y sus características. Es necesario señalar que en este tipo de programas, así como en las clases de yoga en oficinas (Arce 2018), por poner

unos ejemplos, se sirven de su carácter secular para presentarla independiente de la religión y solamente hacen algunas breves anotaciones sobre su promesa de autorrealización y al desarrollo de la espiritualidad; es así como se presentaba con valores como la salud mental y corporal, la belleza y un nuevo discurso sobre la espiritualidad. A pesar de que sin duda muchas personas conocieron a la disciplina gracias a estos programas, en esos momentos era complicado encontrar alguna institución donde se ofrecieran estas clases.

Por esta razón, en ese momento el CBCM era uno de los pocos lugares que contaba con estas clases, por lo que sería lógico suponer que esta práctica es uno de sus principales atractivos. Fue de esta manera como Edith conoció la práctica, y comenzó a practicarlo para lidiar con las crisis existenciales y porque quería conocer a fondo a la meditación y el budismo; pero eligió particularmente al centro por la cercanía a su hogar. Comentó que en un primer momento lo que la motivó a continuar con la práctica el trabajo físico, pero ahora entiende que no es una actividad únicamente para mantenerse en forma, sino que junto con la meditación y la filosofía budista se realiza a la par un trabajo mental; es así como considera que la meditación es el motivo que actualmente la mantiene practicándolo.

Es lógico suponer que es muy común que los individuos se acerquen al yoga de manera pragmática para practicarlo a manera de gimnasia. De esta misma manera, Gladis comenzó a practicarlo en el gimnasio "Sport City" para complementar su rutina de ejercicio, pero posteriormente se unió al CBCM porque desde la adolescencia se había interesado por la meditación y la religión budista, y fue así como comenzó una práctica de meditación-yoga-budismo. Actualmente, la disciplina le ha permitido encontrarse consigo misma, con su cuerpo, ha desarrollado concentración y comenta que el yoga es un reto de "crecimiento espiritual y crecimiento en mi capacidad de conocer a mi cuerpo y a mi mente" (Gladis, comunicación personal al autor, 3 de mayo del 2021).

Por su parte, Joss se acercó a la disciplina por inquietudes espirituales, emocionales y de encuentro con el ser, y escogió al CBCM porque considera que ahí trabajan cuidadosamente con el cuerpo. En un primer momento, Mafer se acercó al centro por los cursos sobre budismo y meditación, y posteriormente comenzó a practicar yoga por una promoción de clases para principiantes que decidió tomar junto con una amiga. Actualmente continúa su práctica porque le gustan los profesores del centro, quienes le han ayudado a desarrollar su salud integral a nivel holístico (mente-cuerpo-emociones).

Es así como podemos observar que existen diversas y diferentes maneras de acceso al yoga y hasta aquí podemos mencionar tres vías: el ejercicio físico, la práctica de la meditación y el trabajo espiritual. Pero quienes en un principio se acercaron por el trabajo físico, señalan que no fue la manera más pertinente, sin embargo, no la eliminan, pero la meditación y el trabajo espiritual adquieren más importancia.

Continuando con el acercamiento por temas físicos, Graciela, alumna del CCA, comenzó a practicarlo para mejorar el aspecto físico, pero ahora lo practica porque comenzó a desarrollar conocimiento interno, intuición y mejoró su salud, y es así como llegó a considerarlo como un estilo de vida. Entró al CCA porque considera que la institución no tiene ninguna relación con la religión, lo que le permite desarrollar una realización interna. En esta declaración es clara la negación de la religiosidad, actitud que describe Altglas que se desarrolla dentro del exotismo religioso.

Algunas personas se acercan por curiosidad sobre estilos particulares del yoga, como Soco, quien entró al CCA para practicar yoga de la risa y al comenzar a practicarlo notó mejoría en su calidad de sueño, pudo apaciguar el estrés y sintió liberación, y en sus palabras: "todos los viernes que iba a practicar las clases regresaba a mi casa super bien, super feliz, entonces dije 'claro, esto funciona', entonces por eso continué" (Soco, comunicación personal, 12 de julio del 2021).

Por su parte, Rocío pensaba que el yoga trataba solamente de meditación, pero al comenzar a practicarlo en un gimnasio por invitación de una amiga, notó que también incluía ásanas y trabajo de respiración. Decidió continuar, pero en un espacio diferente al gimnasio porque le alteraba, y fue así como entró al CCA, lugar donde encuentra tranquilidad, le es agradable y el precio de las clases son accesibles. De una manera similar, Enrique junto con un amigo comenzaron a investigar sobre lugares donde ofrecieran yoga y, por invitación de una amiga, entró al CCA. Es así como comenzó a practicarlo por curiosidad, pero ahora continúa por gusto.

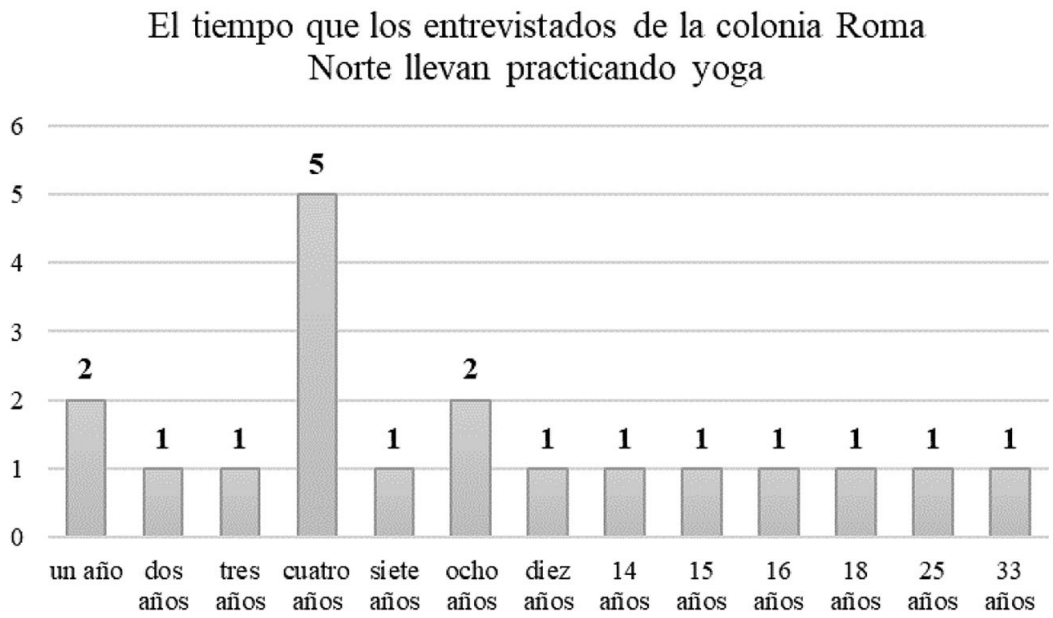
Erick comentó que su unió al CCA por casualidad, debido a que cerca de ahí estaba construyendo un inmueble y durante su trabajo se percató de un anuncio sobre las clases de yoga, y decidió acercarse porque "estaba muy desesperado porque las cosas no salían bien […] fue precisamente por un ataque yo creo de ansiedad, de nervios, de impotencia" (Erick, comunicación personal, 26 de julio del 2021). Al comenzar con sus clases le agradó la práctica, se sintió físicamente mejor y el enojo, la ansiedad y la desesperación desaparecieron. Actualmente continúa practicándolo porque así cuida su salud, la disfruta y se siente diferente. Debemos

tener presentes esta sensación de cambio al final de la sesión porque la eficacia es una característica del ritual y significa que mi hipótesis sobre que el yoga funciona como una suerte de ritual es correcta.

En una misma sintonía, Lucero conoció al yoga en un momento complicado de su vida y en sus palabras: "fue algo muy bueno que me dio la visión de ver cosas que no veía, que estaba como muy atorada en ellas y me abrió muchos panoramas" (Lucero, comunicación personal, 30 de julio del 2021). Comenzó a manera de ejercicio físico, pero posteriormente, el camino espiritual, las nuevas experiencias que vive en yoga de la risa, el ejercicio que se realiza durante la sesión, la meditación y la introspección fueron las razones que la motivaron a continuar con la práctica. Se acercó al CCA porque estaba en búsqueda de lugares para practicarlo donde no lucraran con él y los precios fueran accesibles, y en una estación del Sistema de Transporte Colectivo Metro encontró un anuncio del CCA y posteriormente acudió al comedor vegetariano, le gustó el espacio y los profesores, y decidió por quedarse.

Respecto al acercamiento puntual al CCA relucen una serie de motivos particulares. Algunos niegan la religiosidad del centro, otros se acercan por curiosidad sobre estilos de yoga particulares, algunos más por invitaciones directas, por cercanía a su hogar y por anuncios publicados en la lugares concurridos de la ciudad. Sería lógico suponer que la mayoría de las personas se acercan a practicar yoga a los recintos religiosos porque buscan practicar el yoga desde un tipo de yoga transnacional anglófono doctrinal, pero estas declaraciones nos demuestran que el acercamiento se debe sencillamente a que estos espacios se encuentran cerca de sus hogares. Esto denota el acercamiento pragmático a la disciplina al ignorar su carácter religioso.

Jazmín, alumna de la SCYD, comenzó a practicar yoga para aliviar el estrés, romper con la rutina, y se acercó a la SCYD por cercanía a su lugar de trabajo. Por otra parte, Fernanda de TAOL comenzó a practicarlo porque le parecía una disciplina que ofrecía tranquilidad, pero actualmente continúa porque la utiliza para lograr la introspección. Entró a TAOL porque le gusta y le parece bastante digerible el estilo que creó Ravi Shankar. Es así como podemos observar una serie de motivos distintos a los comentados anteriormente: alivio del estrés y romper la rutina. De nuevo el acercamiento por cercanía al hogar se hace presente, pero también es necesario subrayar que la facilidad con la que se entiende el estilo de sri-sri-yoga, denota la domesticación que ha sufrido la disciplina al querer hacerla familiar y para el público occidental.




Gráfica 9 "Tiempo". Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en las entrevistas realizadas a los practicantes de yoga en la colonia Roma Norte.

Como lo comenté anteriormente, era lógico suponer que el principal motivo por el que los practicantes ingresan a los recintos religiosos sería por el trabajo espiritual y/o religioso, pero la domesticación y el pragmatismo juegan un papel importante y podemos notar que son pocos los individuos quienes se acercan por estos motivos o por interés a la religión, como el budismo. De esta manera, siguiendo los planteamientos de Altglas, podemos notar que el acercamiento se debe en gran medida a la familiarización que se ha hecho de ciertos estilos de yoga, lo que los hace fáciles de entender y niegan su religiosidad.

### *4.2.1.2 Escuelas de yoga*

En un momento de su vida, Charlie comenzó a buscar, lo que en sus palabras sería "algo profundo que me llenara por dentro" (Charlie, comunicación personal, 22 de julio del 2021). No tenía claro qué sería, pero estaba seguro de que debía ser algo espiritual o filosófico. Por esta razón, primero se acercó a las religiones orientales como el budismo e hinduismo porque sabía que eran diferentes a las de las religiones occidentales, y así llegó a Yoga RAM. Al iniciar con el yoga, comenzó a notar cambios en su cuerpo y decidió continuar, pero ahora con un cambio de régimen alimenticio. Cree que la disciplina fue un pretexto para adentrarse a una

forma de vida más amplia que le ayudaría a logar beneficios como mejorar su salud física, experimentar tranquilidad y disfrutar las cosas sencillas de la vida.

Por otra parte, Zurith que también es alumna de Yoga RAM, comenzó a practicarlo porque atravesaba problemas con su pareja, lo que le provocó un estado emocional decayera y una sensación de desesperación; lo que la llevó a buscar ayuda para sentirse mejor y poder afrontar la situación. Fue así como comenzó a practicar yoga y acudir a sesiones de psicoterapia. Cree que el destino la llevó a la institución porque al comenzar a buscar las clases, se encontró con este estudio donde se sintió muy cómoda con el trato de los profesores hacia los alumnos. En un principio los precios le parecieron altos, pero gracias a su proceso psicoterapéutico, lo consideró como una inversión que le beneficiaría a nivel emocional-mental y que también le permitiría desarrollar crecimiento espiritual. Al comenzar con su práctica y gracias a la respiración consciente, de inmediato notó sensaciones en su cuerpo y sus emociones, lo que la llevó a comenzar a formarse como profesora de yoga.

Por su parte, la alumna Sol de Paramani, comenzó a practicar hathayoga a sus 25 años por curiosidad. Lo que le interesó durante la práctica fueron el cuidado del cuerpo y la conexión de cuerpo-mente-espíritu. Escogió Paramani simplemente por cercanía a su hogar. Ahora que lo continúa practicando, lo considera como una terapia integral que mediante las ásanas logra la conexión anteriormente mencionada, pero también logra cuidar su cuerpo. De nuevo podemos observar que una de las razones por las que se acercan a los estudios de yoga es la cercanía al hogar, pero lo motivos que imperan son la curiosidad por las religiones orientales y el trabajo emocional que se realiza durante las sesiones.

### *4.2.1.3 Gimnasios*

La razón principal por la que Daniel se unió al box de AEON fue para practicar crossfit, pero al final de la sesión, al igual que muchos de los miembros, tomaba la clase de yoga y fue así como tuvo su primer contacto con la práctica. Continuó con esta rutina de ejercicio porque buscaba enriquecer sus actividades físicas con una disciplina que le ayudara con los estiramientos y la flexibilidad. En sus palabras: “soy de la idea de que entre más cosas hagas de varias disciplinas, pues vas a tener una formación, una condición y una preparación física más integral, no solamente enfocado en una cosa” (Daniel, comunicación personal, 23 de abril del 2021). En esta declaración es claro el acercamiento pragmático que tuvo hacia el yoga, primero al considerarlo únicamente como una manera de ejercitar el cuerpo, pero también al unirlo a una rutina de ejercicio.

Antes de llegar a Gimnasio Roma, Refugio practicó diversos deportes desde muy temprana edad hasta sus 40 años, edad en la que comenzó a considerar que era mejor empezar a practicar ejercicios de menos exigencia física como los aerobics, lo que la motivó a acercarse a los gimnasios y fue ahí donde conoció al yoga. Escogió este gimnasio por cercanía a su hogar y porque puede practicar un estilo de hathayoga combinado con pilates. En los gimnasios podemos observar que el acceso a la disciplina es indirecto, es decir que inician practicando alguna rutina, posteriormente conocen al yoga y lo comienzan a practicar a manera de ejercicio físico; pero la cercanía al hogar continúa siendo un punto clave.

#### *4.2.1.4 Otras instituciones*

Montse se acercó al yoga porque quería desarrollar flexibilidad, consciencia corporal y poder tener un momento para practicar la meditación. A pesar de que tenía otros centros más cercanos, comenzó a ir en Tres Cero Tres porque el espacio, las profesoras y los demás practicantes le dieron "muy buena vibra" (Montse, comunicación personal, 14 de julio del 2021). Actualmente lo practica porque obtiene retos físicos con las ásanas.

Por su parte, Valentín comenzó a practicarlo porque tuvo una crisis emocional, motivo por el cual un amigo lo invitó a practicarlo. Posterior a este primer acercamiento decidió continuar con la disciplina porque obtiene salud física que mejora su resistencia, su respiración y su condición física; pero también trabaja la salud emocional, como el manejo de la emociones y la concentración. Escogió La Cueva del Yogui por cercanía a sus trayectos entre hogar y trabajo. Como podemos observar, la cercanía y el agrado por la institución persisten como motivos principales para acercarse a las instituciones.

#### *4.2.1.5 Comentarios finales sobre los motivos*

A manera de conclusión sobre los motivos que acercan a las entrevistados a las instituciones, debo comentar que el más común es la cercanía, pero también resaltan otros motivos como la curiosidad por un estilo particular. Respecto a los motivos para practicar el yoga, algunos entrevistados se acercaron por invitación o por curiosidad y les parecía que así podían aliviar el estrés. Hubo quienes tenían conocimiento sobre la disciplina y sabían que así podían trabajar la meditación.

Los momentos complicados que tuvieron que afrontar los entrevistados, son muy comunes, lo que hace pensar que el trabajo emocional es lo más popular de

la práctica. Muchos comenzaron a practicarlo para complementar y continuar su rutina de ejercicio, pero posteriormente les atrajeron más sus demás aspectos como la meditación. Finalmente, pocos se acercaron por inquietudes espirituales

#### *4.2.1.6 El tiempo que los entrevistados han practicado yoga*

Para conocer cuánto tiempo llevan los entrevistados practicando la disciplina, sencillamente se les preguntó "¿Cuánto tiempo llevas practicando yoga?". En el CBCM la mayoría de las yoguis llevan más de cinco años practicándolo, incluso hubo quien lo ha practicado desde hace 33 años, y solo una de ellas comenzó hace un año. Debido a que el CCA fue la institución donde pude entrevistar a más practicantes, el tiempo que llevan practicándolo es variado, hay quienes llevan tres años hasta quienes llevan 15 años de práctica constante. Del resto de recintos sagrados, una practicante apenas lleva dos años, mientras que la otra lo ha practicado sostenidamente por 25 años.

La mayoría de los practicantes de los estudios de yoga superan los cinco años de práctica, pero hubo quienes declararon que antes de llegar a Yoga RAM primero lo practicaron en otras instituciones como Nam Yoga y el CBCM; lo que resalta la característica del bricolaje, es decir que se puede ser parte diferentes instituciones por poco tiempo y posteriormente migrar entre ellos. En los gimnasios el tiempo de los practicantes varía demasiado: desde un año hasta 16 años sostenidos. Finalmente, en el resto de la instituciones, los dos practicantes superan los cuatro años de práctica constante. En la gráfica 9 se pueden observar estos datos y que la mayoría lleva cuatro años practicándolo.

### 4.2.2 Los estilos practicados

Para descubrir cuáles son los estilos más practicados por los entrevistados, realicé dos preguntas al respecto: "¿Qué estilos de yoga has practicado?" y "¿Qué estilos de yoga practicas actualmente?". En el capítulo anterior desarrollé los estilos que ofrece cada institución, pero es necesario comentar que no todos los entrevistados practican todos los estilos que ofrece su institución. Por lo que en esta sección me limitaré a comentar las respuestas que dieron ante estas preguntas.

Edith, del CBCM, comentó que "no me sé los nombres porque son nombres como difíciles, pero cuando los oigo, los reconozco […] porque no son nombres comunes" (Edith, comunicación personal, 1ro de mayo del 2021), o sea que solamente sabe que en el CBCM se practican dos: uno para desarrollar flexibilidad, dar tono muscular y tener fuerza; y el otro para ejercitarse a manera de cardio. Este

comentario denota el rechazo y la molestia hacia ciertos aspectos del yoga, en este caso al idioma sánscrito, y sobre esto Altglas comenta que el yoga tiene mas éxito cuando se le presenta sin sus aspectos hindúes. Gladis y Mafer practican hathayoga y vinyasayoga, solo que Mafer también ha practicado iyengaryoga. Finalmente, Joss ha practicado siddhayoga, ashtangayoga, bikramyoga e iyengaryoga. Actualmente practica vinyasayoga, anusarayoga, yin-yoga, hathayoga y kundaliniyoga.

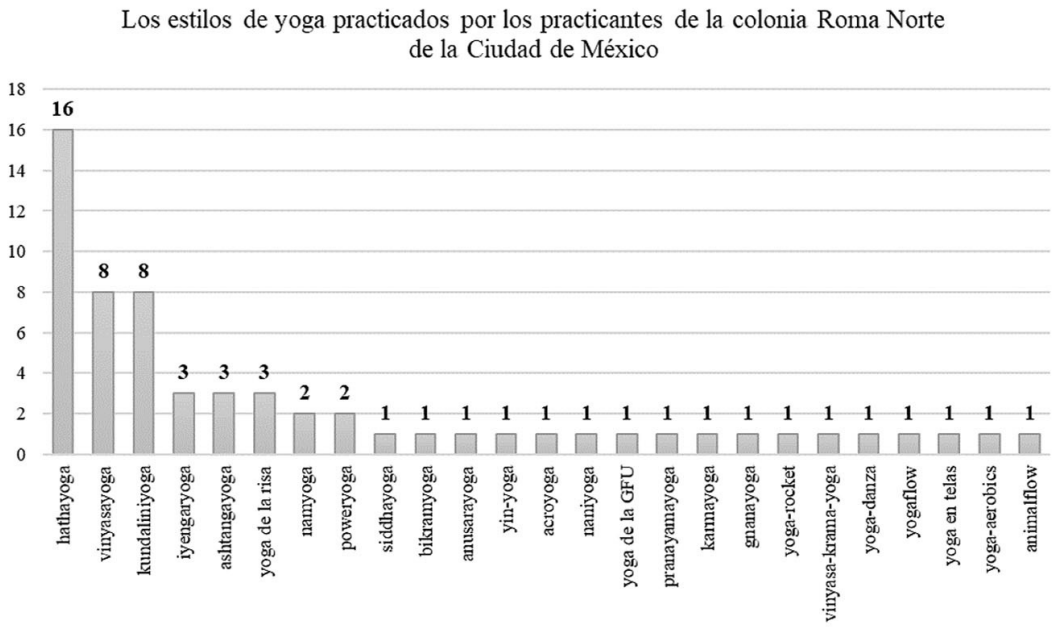
Soco ha practicado hathayoga y kundaliniyoga, pero actualmente solo practica namyoga y yoga de la risa. Enrique practica hathayoga en el CCA, pero también toma clases de acroyoga en YouTube[33]. Graciela ha practicado hathayoga, vinyasayoga y nani-yoga, pero actualmente solo realiza prácticas de hathayoga y vinyasayoga. Erick ha practicado el yoga de la GFU, kundaliniyoga, pranayamayoga y hathayoga, y actualmente, al igual que Rocío, solamente practica hathayoga y kundaliniyoga. Lucero ha practicado yoga de la risa, hathayoga y kundaliniyoga, y en la actualidad solamente ashtangayoga porque realiza una certificación en ese estilo.

Jazmín únicamente ha practicado hathayoga. Fernanda ha practicado ashtangayoga, pero actualmente solo practica hathayoga y comentó que "dentro del hathayoga obviamente tomo distintas clases como una que le llaman yoga-flow, que es un poquito más fluida, y una que le llaman poweryoga que es un poco más de resistencia y un poco más fuerte por las posturas" (Fernanda, comunicación personal, 17 de julio del 2021); lo que significa que, como lo comenté en el capítulo anterior, el hathayoga de TAOL tiene ramificaciones en otros estilos, pero se maneja como una estilo con diversas modalidades.

---

[33] Este comentario denota que durante la pandemia, el yoga sufrió una fuerte modificación respecto a su práctica, pues se abrieron las puertas para que el practicante pudiera realizarlo sin la necesidad de la enseñanza de un maestro en una clase, y se comenzara a practicar de manera individual. De la enseñanza de gurú-discípulo, se pasó a gurú-alumno, y bajo esta modalidad, la práctica es totalmente autogestiva. No se sabe qué repercusiones tendrá esta manera de practicarlo porque es justo en este momento cuando se está surgiendo; sería necesaria una investigación para conocer el caso a profundidad.

Charlie únicamente ha practicado hathayoga, karmayoga[34] y gnanayoga[35]. Zurith ha practicado namyoga, kundaliniyoga, iyengaryoga, vinyasayoga y rocket-yoga, y actualmente practica hathayoga, poweryoga y vinyasa-krama-yoga. Ella comentó que muchos de estos estilos los ha practicado durante su curso formación con el objetivo de notar las diferencias entre ellos. Sol solamente ha practicado hathayoga. Similar a Edith, Daniel no conoce el nombre del estilo de yoga que practicaba en AEON, pero seguramente era vinyasayoga porque era el estilo que ofrecía la profesora Paula. Refugio practica hathayoga y kundaliniyoga. Mafer ha practicado kundaliniyoga, vinyasayoga y el estilo que comibna al yoga con animal-flow, que creó la profesora Carolina. Finalmente, Valentín mencionó que solamente ha practicado vinyasayoga y hathayoga.




Gráfica 10 "Estilos". Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en las entrevistas realizadas a los practicantes de yoga en la colonia Roma Norte.

---

[34] Una especificación de Yoga RAM, al igual que en TAOL, es que no todos los yogas son posturales, sino que se pueden llevar a la práctica cotidiana o como lo comentan los practicantes "más allá del mat". Este estilo de yoga es entendido como una manera de realizar servicio social, por lo que no es postural y se enfoca en las acciones. Podríamos entender a este estilo como un tipo de yoga transnacional anglófono doctrinal.

[35] Al igual que el estilo comentado anteriormente, este no es un estilo postural, sino que es una forma de meditación. Por esta razón podríamos entenderlo como un yoga transnacional anglófono meditacional.

### *4.2.2.1 Los estilos de neoyoga practicados*

Como se planteó en el primer capítulo, el yoga es un fenómeno tan complejo que ha provocado la creación de muchos estilos, por lo que la palabra de yoga "se trata más de un término que engloba cualquier cantidad de perspectivas filosóficas, prácticas físicas y métodos meditativos, todos los cuales pueden o no ser compatibles" (A. Muñoz y Martino 2019, 189). La mayoría de los estilos creados actualmente funcionan más como un tipo de yoga transnacional anglófono postural, es decir que las ásanas es lo que más se trabaja.

Podremos englobar a estos estilos dentro del término de "neoyoga" por su carácter novedoso que sorprende con sus combinaciones, muchas veces con elementos seculares. Por poner un ejemplo: a la par de que en México se ha creado un estilo llamado yoga-maya-tolteca, en un estudio de Estados Unidos se está practicando un estilo de yoga con cachorros. Al respecto, los autores Muñoz y Martino apuntan que "tampoco debe obviarse el hecho de que los neoyogas son principalmente desarrollos globales, es decir, no indios, en tanto que no derivan ni dependen de linajes, centros, textos o tradiciones autóctonas del sur de Asia" (A. Muñoz y Martino 2019, 190).

Es así como se han creado muchos y diversos estilos de *neoyoga*, por lo que es lógico pensar que es un fenómeno en constante ramificación. Como ejemplo tenemos a kundaliniyoga, que a pesar de que hace referencia a la terminología del shaktismo, fue creado por Yogi Bhajan. Otros estilos se nombran primero por el nombre del creador y posteriormente la locución de yoga, algunos ejemplos son: bikramyoga, forrest-yoga; creados por Bikram Choudhury y Ana Forrest, respectivamente. Estos estilos pertenecen al hot-yoga, que consiste en realizar sesiones en cuartos de entre 35 o 42 de temperatura. Contrario a esta propuesta está el yin-yoga creado por Paulie Zink con el objetivo de realizar ásanas de manera lenta y sin demasiado esfuerzo físico.

Entre los demás estilos podemos mencionar al yoga-restaurativo dirigido a personas con dolencias físicas y emotivas. El acroyoga que busca combinar acrobacia y yoga, por lo que constantemente se usan más de dos personas para realizar las ásanas. Por otra parte, el namyoga fue desarrollado por Michael Levry en 2006. Es necesario señalar que este estilo "no tiene ninguna vinculación con el Naam Yog Sadhana Mandir, un templo ubicado en la ciudad india de Mathura, y que está vinculado con la tradición sant, especialmente con Tulsidas Maharaj (conocido por sus seguidores como Jai Gurudev), un líder político y religioso activo durante la década de 1970" (A. Muñoz y Martino 2019, 226). El objetivo de este estilo es conjuntar la espiritualidad de occidente y oriente para la paz.

En 1990 surgió el estilo de yoga de la risa que busca provocar y sostener una risa a fin de sanar y contentar al practicante. Los autores comentan que "la poca ortodoxia —por así decirlo— del yoga de la risa es indicador de la creación de expresiones cada vez más innovadores, pero también cuestionadas" (Muñoz y Martino 2020, 227). A partir de estos estilos anteriormente desarrollados, comenzaré a exponer los estilos de *neoyoga* que practican o han practicado los entrevistados, con el fin de conocer qué tanta popularidad tiene en México y su opinión respecto a ellos.

Ninguna de las entrevistadas del CBCM ha practicado algún estilo de estos, e incluso algunas ni siquiera conocen algún estilo similar. Soco, quien es practicante del yoga de la risa, conoce una propuesta de una maestra de kundaliniyoga de practicar este estilo bajo los efectos de la marihuana. Enrique ha practicado acroyoga, estilo que retoma las posturas de la acrobacia y la gimnasia olímpica y las combina con las ásanas del yoga con el objetivo de lograr un equilibrio físico, y él mismo comentó que es un estilo "muy occidental".

Lucero comentó que en una ocasión realizó una sesión de yoga-danza en el evento de Wanderlust[36]. Zurith ha practicado yoga-rocket, estilo similar al ashtangayoga y al vinyasayoga, pero más dinámico. Sol practicó yoga en telas en un gimnasio de la colonia del Valle. Daniel no ha practicado ninguno de estos estilos, pero confesó que le gustaría. Finalmente, Refugio ha practicado yoga-aerobics y está interesada en practicar yoga-danza.

### *4.2.2.2 Comentarios finales sobre los estilos de yoga*

Como se puede observar en la gráfica 10, el hathayoga es el estilo más practicado, lo que afirma el presupuesto De Michelis de que es el estilo más popular en occidente. Es más, solo tres de los entrevistados no lo han practicado. Los siguientes estilos más practicados son vinyasayoga y kundaliniyoga. Posteriormente se encuentran los estilos de iyengaryoga, ashtangayoga y yoga de la risa; y lo particular en esta situación es que, el yoga de la risa es el estilo de *neoyoga* más practicado. Posteriormente, los estilos de namyoga y poweryoga son los que menos se repiten y finalmente, el resto de los estilos solo han sido practicados por uno de los entrevistados, lo que demuestra que no son tan populares.

---

[36] Wanderlust es un festival a manera de festival musical y de corte alternativo donde se practican disciplinas como meditación, relajación, música y yoga de manera masiva.

## 4.3 Entre el yoga y los practicantes

A continuación, a partir de las preguntas de las entrevistas, comentaré cuál es la manera en que los practicantes se relacionan con el yoga, es decir qué fuentes de información, principalmente textos, ha llegado a consultar; y a qué personajes, en su mayoría maestros y gurús, consideran fundamentales para la tradición yogui. El objetivo es conocer cuáles son los textos y personajes más populares y cómo sus planteamientos influyen en la manera en que practican yoga actualmente. Finalmente comentaré el significado que la disciplina tiene para los entrevistados, con el objetivo de conocer las actitudes que tienen frente a ella.

### 4.3.1 Lo que conocen de la disciplina

Para construir esta sección me basé en dos preguntas de la entrevista: "¿Podrías mencionar 5 nombres de personas que consideres cruciales para la tradición y práctica de yoga?" y "¿Podrías mencionar 5 títulos de obras que consideres cruciales para la tradición y práctica de yoga?". Realicé estas preguntas con el objetivo de conocer cuáles eran las fuentes que en su mayoría consultaban los practicantes y cómo incidían en la manera en que lo practicaban. De ninguna manera busqué evaluar este conocimiento que tenían, mi objetivo era simplemente conocer la manera en que interpretan la información con la que cuentan.

#### *4.3.1.1 Recintos religiosos y espirituales*

Edith no tiene información sobre personas o títulos sobre yoga, conoce más libros sobre budismo y meditación, temas que sin duda influyen en su práctica. Por su parte, Gladis solamente mencionó dos libros que considera fundamentales: *Yoga Diet: How to Energize Your Yoga Practice and Nourish Your Body for Optimal Health and Happiness* (2015) de Olivia Summers y *Los músculos clave en el hathayoga* (2008) de Ray Long. Joss mencionó como personas cruciales a Krishnamacharya, Iyengar, Muktananda, Nityananda y Pattabhi Jois; y como textos importantes *Gherandasamhita*, *Bhagavad Guita*, *Yogasutra*, *Upanishads*, *Hatha-yoga-pradípika* y los *Cantos de Milarepa*.

Mafer mencionó a Iyengar como persona importante porque considera que fue quien sentó las bases para el yoga postural, pero no mencionó ningún libro porque "las cosas que yo he leído de yoga no las he leído en el sentido como histórico sino más a lo mejor un poquito psicológico o más en esta conexión con los chakras y eso […] de los libros que yo tengo, que yo he leído, todos son así ya sabes 'principios del yoga' o 'yoga para bajar el estrés' o sea este tipo de

cosas, no como algo muy específico" (Mafer, comunicación personal, 3 de mayo del 2021).

Soco comentó que una persona importante para el yoga de la risa es el doctor Madan Kataria, autor del libro *Yoga de la Risa* (2002), y para el estilo de namyoga es el doctor Michael Levry, quien escribió *La Alquimia de las Relaciones Amorosas* (2000). Por su parte, Enrique solamente mencionó como personas importantes a Patáñjali, Gandhi y de la Ferrière porque "fue como el que, hasta donde tengo conocimiento, trajo el yoga a México" (Enrique, comunicación personal, 20 de julio del 2021).

Graciela mencionó al maestro de la Ferrière y a sus libros *Los propósitos psicológicos* y *Las 84 posturas de la tradición yoghi*, también al maestro José Michan Amiga y Manuel Estrada y su libro de *Mis comunicados*. Finalmente, Lucero recuperó a Pattabhi Jois por haber desarrollado el estilo de ashtangayoga, y a los dioses Shiva, Ganesha, Lashkmi y Buda —no especificó qué Buda, pero es muy posible que sea Siddharta Gautama porque es el Buda—; y como textos mencionó: *El manual del perfecto yogui*, *Los 8 pasos del budismo* y *La ley de la atracción*. Confesó que aprende más con videos de YouTube que con libros.

Para contestar esta pregunta, Jazmín comentó que "no he entrado como a la parte de la doctrina, yo lo he tomado como una actividad […] no he entrado al estudio de libros" (Jazmín, comunicación personal, 21 de abril del 2021), y confesó que no se ha acercado a los libros porque "es que justo como es solamente una actividad física para mí, no me he metido como a estudiar los textos porque en la escuela tienes como dos rubros y, hasta donde lo he entendido, hathayoga es más como una actividad más física que no va como unida a una parte religiosa" (Jazmín, comunicación personal, 21 de abril del 2021). Esta postura claramente demuestra el acercamiento pragmático hacia la disciplina.

Fernanda considera como cruciales los *Yogasutra* de Patáñjali, *Autobiografía de un Yogui* de Yogananda, a Sri Sri Ravi Shankar por su manera sencilla de explicar los sutras y a Jaggi Vasudev alias Sadhgurú, pero también considera algunos textos como el *Bhagavad Guita*, los *Upanishads* y el *Ashtavakra Guita*.

### *4.3.1.2 Estudios de yoga*

Charlie mencionó como personas importantes al maestro Ram, a Buda Amitabha, a Jesucristo y a Rafael Estrada Valero, y comentó que "para mí estos cuatro personajes llenan la línea de espiritualidad en el mundo a partir de sus enseñanzas y de todo esto puedo, en mi concepto, derivar el resto de las prácticas de búsqueda que

son similares y cercanas" (Charlie, comunicación personal, 22 de julio del 2021). Zurith rescató a Srivatsa Ramaswami, autor del libro *Yoga para las tres etapas de la vida* porque lo considera importante para el estilo de vinyasa-krama-yoga, a Iyengar por ayudar a sus alumnos con el uso de accesorios como props y sillas para lograr ciertas ásanas, al texto de André van Lysebeth *Encyclopédie yoga. Hathayoga, toutes les ásanas pas à pas* y *El corazón del yoga: desarrollando una práctica personal* de T.K.V Desikachar. Sol solamente mencionó a Iyengar, Patáñjali y Pattabhi Jois.

### *4.3.1.3 Gimnasios*

Daniel no recordó ni personas ni libros, pero se mostró inconforme porque, en sus palabras "de las cosas que ahorita me estoy dando cuenta es que en todos los lugares donde he practicado yoga y eso, pues llegas y te ponen a hacer tus ejercicios, movimientos y todo eso, pero no te cuentan de dónde viene o porqué lo estás haciendo, cuál es el sustento o la base de todo eso, pues no te lo explican; solo se sabe que se llama yoga y que se hace así y es espiritual, pero ya más allá no. Al menos donde yo he practicado no me tocó que me enseñaran nada de eso y pues obviamente yo tampoco he investigador ni nada" (Daniel, comunicación personal, 23 de abril del 2021). Refugio solamente mencionó a Patáñjali porque declaró que "como tengo mi trabajo, nada más me dedico a tomar la clase de yoga, no tengo tanto conocimiento de quiénes fueron los maestros" (Refugio, comunicación personal, 15 de julio del 2021).

### *4.3.1.4 Otras instituciones*

Montse únicamente mencionó a Yogui Bhajan. Mientras que Valentín recuperó a los *Yogasutra* de Patáñjali y *El árbol de la vida* de Iyengar porque "Patáñjali que es quien estructura esta ramificación del yoga y el maestro Iyengar porque tiene una interpretación de Patáñjali y nos lleva a conocer más de la conexión de la ásana con el tema espiritual del yoga" (Valentín, comunicación personal, 25 de julio del 2021); de esta manera, estos dos profesores funcionarían como los ejes centrales que sigue.

### *4.3.1.5 Comentarios finales sobre lo que conocen de la disciplina*

Es clara la actitud de malestar y rechazo al mencionar que la práctica es únicamente una actividad física y al no mostrar interés en los textos sagrados donde se encuentran la mayoría de los principios de la disciplina. Pero respecto a este último tema en particular, es necesario mencionar que muchos de los practicantes y

no únicamente del CCA, mencionaron a de la Ferrière, sus discípulos y sus libros como fundamentales para el yoga, lo que demuestra que la GFU jugó un papel importante para la arribo, expansión y arraigo de la disciplina en América Latina. Finalmente, era de esperarse que muchos de los practicantes hicieran referencia a manuales y libros populares que se enfocan en las ásanas y aspectos como la nutrición y la alimentación, por poner algunos ejemplos.

### 4.3.2 ¿Para ti qué significa el yoga?

El título de esta sección fue la pregunta con la que cerré la entrevista y con la que buscaba entender el significado que tenía el yoga para los practicantes. De alguna manera introduce al siguiente capítulo porque planteo un par de declaraciones de los entrevistados relacionadas a la religiosidad o gimnasia.

#### *4.3.2.1 Recintos religiosos y espirituales*

Edith describe al yoga como una actividad que junto con la filosofía budista —que para ella se resume en la paciencia, la amabilidad, prescindir del ego y la solidaridad— logra beneficios para la mente como la atención consciente, la concentración y evitar pensamientos y sentimientos desagradables, a la par de que se desarrolla un aprendizaje constante sobre el cuerpo, la respiración y la mente.

Joss comentó que el yoga logra que los individuos tengan autoconocimiento, sean más amorosos, respetuosos y libres; esta libertad está encaminada hacia el agradecimiento y la solidaridad, no hacia el egoísmo o el abuso. Señaló también que no es una forma de gimnasia o de terapia, sino que es sinónimo de libertad. En su opinión, el yoga en México está concentrado en nichos de poder que fomentan mayoritariamente su aspecto postural junto con valores como el fisicoculturismo, el consumismo, la competencia y, en sus palabras "encuentros donde vas a comprar y vas a ver a maestros de marca mundial solo por el marketing. En México está secuestrado por varias élites" (Joss, comunicación personal, 5 de mayo del 2021).

Para Mafer, el yoga es la puerta para el bienestar y el autoconocimiento que tiene como fin lograr relaciones personales saludables. Su trabajo está enfocado en el individuo, pero no en un sentido egoísta sino con fines de bienestar y así poder ser solidario y evitar relacionarse con otros individuos de manera agresiva[37]. Se

[37] En la entrevista, Mafer utilizó la expresión de "relaciones tóxicas", pero decidí cambiarla por agresivas porque actualmente está de moda la locución de tóxico/a para referirse a una situación dañina para la persona.

logra también salud física, pero no se debe únicamente a las ásanas sino también por el trabajo mental, porque la yogui señaló que las emociones afectan al cuerpo, y al mejorarlas, se logra bienestar integral.

Gladis considera que la disciplina permite, a través del trabajo corporal, controlar los pensamientos, los sentimientos y tener autoconocimiento. Al combinarlo con el budismo y modificar su régimen alimenticio, pudo lograr tranquilidad, empatía y generosidad consigo misma y su entorno. Como podemos observar, las practicantes del CBCM consideran que el principal beneficio que obtienen con el yoga es el trabajo mental, pero es necesario señalar que la mayoría considera que es necesario combinarlo con la filosofía budista, lo que nos hace pensar que los estilos de yoga que se practican dentro del centro pueden encasillarse dentro de las formas de yoga transnacional anglófono doctrinal y meditativo.

Por su parte, Soco considera que el yoga es una práctica que, a la par de que se ejercita el cuerpo, permite la comunicación entre el individuo con su cuerpo, sus sentidos y sus emociones. Pero, tiene una queja al respecto: "en el namyoga todo te cuesta en dólares y considero que debería ser más accesible" (Soco, comunicación personal,12 de julio del 2021). Esto denota lo cara y por lo tanto lo inaccesible que se está volviendo la práctica. Rocío sencillamente comentó que es una práctica complementaria para su vida.

Para Lucero es un estilo de vida dentro —con la práctica de ásanas— y fuera —con las acciones cotidianas— del mat. Enrique considera que tiene muchos beneficios, pero podrán notarse solo si se practica durante largo de tiempo porque así se podrán obtener sus demás beneficios, además de los corporales. Comentó que "todas las cosas que quieres corregir en tu persona, lo puedes hacer a través del yoga: físicas, mentales, emocionales, controlar tus sentimientos y controlar pensamientos, y el requisito básico es la disciplina" (Enrique, comunicación personal, 20 de julio del 2021). Entre los beneficios que menciona están: desarrollar la introspección, potenciar las habilidades al corregir los defectos, mejorar el autoestima, encontrar sentido a la vida, disfrutar profundamente de todas las situaciones, empatía y el desarrollo la consciencia plena.

Erick señaló que es una forma de vida que ayuda donde se obtiene paz interior. Declaró que "el yoga se ha convertido en una práctica con la que lucran muchas personas, especialmente en la Condesa, aquí en Polanco, donde son lugares muy bonitos, muy bien acondicionados, pero ya cuando tomas las clases, la esencia para mí de lo que es el yoga es diferente porque […] el yoga no es llegar y hacer ásanas porque te puedes lastimar" (Erick, comunicación personal, 26 de julio del

2021). Insiste en que sin calentar el cuerpo previamente, el cuerpo puede lastimarse o incluso desgarrar, y estos dolores musculares pueden alejar a las personas de la práctica.

Para Graciela, es un práctica que mejora la calidad de vida. Ayuda a desarrollar autoconocimiento y posibilita lograr los objetivos personales. Declaró que "lo que yo quiero compartir es que, si todos los seres humanos o todas las personas que vivimos aquí en la tierra hiciéramos yoga, nuestro mundo cambiaría: empezaríamos a amar más a la naturaleza, a escuchar más los cantos de los pájaros y a observar más a nuestro alrededor" (Graciela, comunicación personal, 22 de julio del 2021). Como se puede observar, algunos practicantes del CCA se oponen a que se lucre con la práctica al alzar sus precios porque la hacen inaccesible, y consideran que todos deberían tener acceso a él.

Jazmín señaló que es una actividad integral que rebasa lo físico porque incluye el control de los pensamientos, los sentimientos y, si se cree en ello, en lo espiritual. Señaló que muchas personas encuentran estos beneficios en distintas disciplinas, pero ella lo encontró aquí. Considera que su raíz etimológica que significa unión implica el vínculo entre los diferentes aspectos del individuo —físicos, mentales y emocionales—, lo que genera un crecimiento personal. Y agregó que "habría que diferenciar que el yoga lo puedes hacer como una actividad física […] pero el yoga viene como de la mano de otro tipo de religiones" (Jazmín, comunicación personal, 21 de abril del 2021). Y a pesar de que la SCYD tenga un corte hinduista. hay personas que, como ella, lo practican prescindiendo del contenido religioso a manera de filosofía o de ejercicio físico. En los comentarios de Jazmín es claro el rechazo a la religiosidad de la disciplina.

Fernanda considera que es un camino espiritual donde se trabajan ásanas-meditación-respiración, y se logra introspección, a la cual define como un estado de paz, tranquilidad y completitud. Comparte la idea de que la disciplina va más allá del mat al lograr beneficios cotidianos en las relaciones interpersonales. Por último, comentó "que no importa si alguien nos dice 'yo solo hago yoga de gimnasio', dices 'ok no me importa porque es la puerta' y yo digo 'que padre que exista' porque paulatinamente la misma persona se va dando cuenta que el yoga no es aerobics, ni clase de estiramientos, ni solamente para que te ayude a cargar pesas, sino el trabajo de la conciencia" (Fernanda, comunicación personal, 17 de julio del 2021). A pesar de que se opone al acercamiento pragmático, su argumento sigue en la línea del rechazo a la religiosidad al considerarlo como una técnica para la autorrealización.

### *4.3.2.2 Estudios de yoga*

Para Charlie, el yoga es un estilo de vida que permite disfrutar de la existencia y ser solidarios. Comparte la idea de llevar sus planteamientos más allá del mat, o sea a las acciones cotidianas. Gracias a la práctica constante y al contacto con su maestro espiritual, que conoció dentro de la institución, pudo llenar el vacío espiritual que anteriormente experimentaba. Por su parte, Zurith considera que con la disciplina se logra la introspección y superar las dificultades individuales. Declaró que: si "fuera algo que se practicara desde pequeños, creo que habría más humanos conscientes, si se practicara desde un nivel no solo físico sino en verdad desde un nivel más espiritual alejado de la religión" (Zurith, comunicación personal, 23 de julio del 2021).

Sol lo entiende como una práctica integral donde se trabaja cuerpo-mente-espíritu y ofrece tranquilidad. Declaró que "prefiero ir al yoga que irme a una sesión con el psicólogo, también a veces prefiero ir al yoga que ir con el quiropráctico" (Sol, comunicación personal, 17 de mayo del 2021), y aunque ha tenido que acudir al quiropráctico, con la disciplina ha podido tener cuidado del cuerpo. Le agrada que el número de estudios de yoga aumenten porque permite su acceso, aunque muchas veces los precios de las clases aumenten. Como se comentó anteriormente, escogió a Paramani por sus precios accesibles y añade que "estoy a favor total de que, en las escuelas, incluso desde que empiezan desde la primaria, así como llevan sus clases de deporte y de música, integren como esta parte del yoga" (Sol, comunicación personal, 17 de mayo del 2021) porque le parece esencial que el niño logre conexión con el cuerpo y con su entorno que, en su opinión, no se enseña en muchas familias.

### *4.3.2.3 Gimnasios*

Para Daniel es una disciplina integral enfocada en el máximo bienestar del cuerpo y el alma, y en sus palabras "independiente de la religión, yo creo que es más como una herramienta que, ya depende de cómo lo apliques, es algo que te va a complementar o te va a servir para otra cosa" (Daniel, comunicación personal, 23 de abril del 2021). Refugio comentó que es la mejor manera para comenzar el día porque desarrolla energía y ánimo, y declaró que "creo que es lo que más puedo recomendar a quien quiera vivir bien y estar sano" (Refugio, comunicación personal, 15 de julio del 2021).

### *4.3.2.4 Otras instituciones*

Montse comenzó a practicar yoga como un deporte, pero después de continuar así por varios años, cambió su opinión y ahora lo considera como una necesidad básica porque ha logrado beneficios físicos y emocionales, y comentó que "si no practico yoga durante un periodo de tiempo, de uno a dos meses por cualquier razón, me siento mal físicamente, o sea lo veo así como esa necesidad de bañarse" (Montse, comunicación personal, 14 de julio del 2021). Al practicarla se siente feliz, tranquila y realizada, y por esto busca la manera de ser constante

Al principio no estaba totalmente convencida de practicarlo, pero al ser constante pudo obtener sus beneficios, y comenta que "la verdad es que ha sido padrísimo y sí me ha cambiado completamente el día a día porque hasta en mis partos utilizaba meditaciones, utilizaba estos mantras, entonces es algo que lo vas metiendo a tu día a día y está chistoso" (Montse, comunicación personal, 14 de julio del 2021). Finalmente comentó que, gracias a las clases en línea, ha podido practicarlo junto con su hijo, lo que la hace pensar que "tal vez si desde niños nos inculcaran toda esta parte de tal vez una clasecita sencilla en el kínder o en la primaria, o sea muchas personas tal vez hoy en día llegarían a conocerse un poco más físicamente y utilizaría tal vez otras técnicas de meditación. Entonces siento que son tantos los beneficios que no estaría mal inculcarlo después en algún plan de estudios de niños" (Montse, comunicación personal, 14 de julio del 2021).

Finalmente, para Valentín es un trabajo para la introspección que tiene beneficios espirituales y personales. Señaló que "la verdad es que el yoga, lejos de ser una religión, lejos de ser un aspecto de hinduismo es una disciplina para la humanidad, no es exclusivo para la India" (Valentín, comunicación personal, 25 de julio del 2021). Pero no niega el aspecto religioso al señalar sus relaciones con la creencia en dioses y energías. Es así como sus beneficios repercuten en el ámbito laboral y las relaciones personales, y ayuda para que el practicante pueda superar cualquier problema.

## 4.4 El yoga como religión y ritual

En las entrevistas a practicantes se hizo la pregunta de "¿Profesa alguna religión o creencia?" con el objetivo de conocer si el entrevistado formaba parte de alguna religión o bien no practicaba alguna por lo que se podría identificar como "sin religión". A partir de esa breve pregunta, surgieron comentarios interesantes como quienes eran católicos pero no iban a misa cada domingo o incluso quienes afirmaron que su religión era la humanidad; declaraciones que afirman la hipótesis de que actualmente la pertenencia religiosa rebasa los límites institucionales, sino que cada individuo, a partir de recursos de religiones tradicionales, NMR, MNA o elementos seculares a su alcance, construye su religión personal.

Otra pregunta que realicé fue "¿Consideras que tu religión sea contraria a la práctica del yoga?", con la que tenía por objetivo conocer qué tanta relación hay o qué tan cómodos se sienten los entrevistados entre sus creencias y las clases de yoga a las que asisten. Adelantando un poco los resultados de la pregunta, algunos comentaron que hay diferencias porque se identifican como católicos y esa religión lo prohíbe, pero como no cumplen con todos los deberes religiosos de su religión, pueden practicarlo sin ningún problema.

Si comparamos los datos de esta investigación con los resultados de la Red de Investigadores del Fenómeno Religioso en México (RIFREM), puedo hacer un par de comentarios. El catolicismo es la religión más practicada en ambas encuestas, lo que significa que persiste su hegemonía, aunque, como lo comenté a lo largo de la tesis, se encuentra en paulatino declive. La población sin religión en el RIFREM representa un 4.7% del total, la cual es mayor a la población que practica "otras religiones" (0.1%) y donde se encuentran religiones como budismo, espiritismo e hinduismo; religiones que son más mucho más comunes en mi investigación por sus estrechas relaciones con el yoga (RIFERM, 2016).

### 4.4.1 Los cambios en la vida después de haber comenzado a practicar yoga

Para introducir esta sección del último capítulo decidí utilizar las respuestas a las preguntas "¿Has notado cambios en tu vida después de que comenzaste a practicar yoga?" y "¿Has notado un distinto cuidado de tu cuerpo después de que comenzaste a practicar yoga?" porque las hice con el objetivo de conocer los cambios de régimen alimenticio de los practicantes, la migración religiosa o cambios mínimos como tener una distinta visión de la vida. Sin duda, estos comentarios se podrían colocar como respuestas que refuerzan la hipótesis de por qué el yoga es una

forma de religión, pero decidí colocarlas aquí por el peso que noté en el régimen alimenticio vegetariano, que más allá de ser una postura política o ecológica a favor de la vida animal, considero que es una postura que surgió de las religiones budista e hinduista, y hasta ahorita continúa siendo así (Sordi, 2018).

### *4.4.1.1 Recintos religiosos y espirituales*

Los cambios que Edith notó al comenzar a practicar yoga fueron principalmente respecto a la adquisición de un estado de la tranquilidad que le ha ayudado a superar los problemas cotidianos. Es así como la meditación que acompaña a la disciplina, la ayuda a tranquilizar la mente y eliminar el sufrimiento; como por ejemplo, al practicarla y lograr tranquilizarse, puede mejorar un mal día. Ella mantenía un ritmo de vida agitado, lo que la motivó a acercarse a la disciplina y lo primero que trabajó fue la mente, por lo que pensó que también era necesario tener un cuidado sobre el cuerpo, pero se le dificultó porque no estaba acostumbrada a realizar ejercicio y constantemente se lastimaba. Actualmente le alegra y le motiva poder realizar ciertos ásanas gracias a la práctica constante porque se nota un progreso en el aspecto físico.

Gracias a la dicotomía yoga-meditación, Gladis ahora puede entender y escuchar a su cuerpo. Por ejemplo, anteriormente practicaba deporte y había días en los que se sentía cansada y aun así practicaba su rutina, o sea que no se permitía días de descanso; situación que cambió con el yoga, pues al conectar con su cuerpo, descansó los días en los que lo necesitaba. Sumando al budismo dentro de la dicotomía anterior, comentó que se animó a cambiar su régimen alimenticio al veganismo, lo que impactó en su cuerpo, en su sensación de bienestar, en su felicidad y en su disponibilidad de practicarlo porque percibe que su cuerpo es más liviano. A su régimen alimenticio lo nombra como "de respeto, porque para mí, el haberme hecho vegana implica respeto hacia los seres vivos, hacia los seres sintientes y respeto hacia mi cuerpo" (Gladis, comunicación personal, 3 de mayo del 2021).

A Joss, el yoga le ha ayudado a trabajar su verdadera personalidad, pero sin abandonar sus raíces religiosas; en sus palabras: "desde los 17 años me acerqué, pero no me separé nunca de mi religión ni de mis creencias, al contrario" (Joss, comunicación personal, 5 de mayo del 2021). También comentó que la disciplina le ayudó a modificar aspectos de su ser, no exclusivamente del cuerpo.

Mafer declaró que anteriormente tendía a enojarse fácilmente, pero gracias al budismo-yoga-meditación, logró tener conciencia de sus emociones, sensaciones

y en general de su mente, lo que le permite eliminar las emociones negativas para que no la gobiernen y así pueda responder asertivamente. Después de años de practicarlo, es más cuidadosa en la manera en que trata su cuerpo porque se dio cuenta que anteriormente lo juzgaba y lo maltrataba en cuanto a pensamientos, y actualmente tiene en cuenta que puede hacer muchas cosas por ella y lo aprecia. También notó que el trabajo de ásanas puede ser exhausto, pero aun así continuó con su práctica diaria y su cuerpo respondía, por lo que comenzó a desarrollar elasticidad y fuerza.

Soco comentó que ha logrado tener más claridad mental, además de que su cuerpo y su estado de ánimo mejoraron. La dicotomía de yoga-meditación, le enseñó a procurar su cuerpo y sus emociones, lo que la llevó a mejorar su alimentación, pero sin cambiar de régimen alimenticio. Rocío comentó que físicamente ha desarrollado flexibilidad, y emocionalmente: alegría y tranquilidad. Respecto a la alimentación, solamente disminuyó la ingesta de carnes y lácteos con el objetivo de lograr un cuerpo alcalino, pero sin apoyarse en algún tipo de dieta o régimen alimenticio.

Enrique sencillamente comentó que se siente mejor consigo mismo. Gracias a las ásanas, desarrolló consciencia corporal porque sus sensaciones son más precisas y la conexión con el cuerpo es más profunda —en el sentido de poder detectar específicamente qué partes del cuerpo está trabajando, llegan a lastimar y se están trabajando—. La vida de Graciela cambió radicalmente porque comentó que anteriormente, debido a su relación con la iglesia, era temerosa, tímida e insegura; pero decidió abandonarla y actualmente es segura de sí misma porque llegó a controlar la timidez y actúa con más libertad. Cambió su régimen alimenticio al vegetarianismo, lo que significó que adelgazara, desarrollara flexibilidad, mejorara su salud y se sinitera con la posibilidad física de realizar diversas actividades.

Con el yoga, Erick logró estados de tranquilidad y de paz al eliminar los sentimientos de enojo y la ansiedad. Gracias al estilo de yoga de la GFU, logra experimentar un cambio de energía corporal y una claridad mental al contacto con el agua —recordemos que este estilo exige un baño con agua al tiempo antes de comenzar la clase—. También ha desarrollado flexibilidad, músculos más firmes y mejoró su oxigenación, lo que le permite pensar con claridad y experimentar estados de paz.

Por su parte, Lucero notó cambios físicos generales como el mejor funcionamiento de los organismos, específicamente del estómago, porque ya no es tan propensa a enfermedades intestinales como antes. Considera que la práctica se puede llevar fuera del mat, como por ejemplo a la alimentación y al cuidado

personal, lo que para ella significó evitar los dolores de espalda que la mayoría de los oficinistas tienen. Dentro de la sesión de yoga de la risa hay una práctica de reírse de los problemas cotidianos como el exceso de trabajo, las discusiones laborales o problemas en el transporte, y esto le ha ayudado a que esas situaciones no le afecten. También comentó que, si la práctica se tomara únicamente como un deporte, de igual manera beneficiaría porque se ejercita completamente el cuerpo. Respecto al régimen alimenticio comentó que ahora es ovolactovegetariana, pero esta decisión se debió en gran medida a su postura en contra del maltrato animal, pero también por la práctica del yoga y por el daño que estos alimentos causaban en su cuerpo.

Jazmín mejoró el cuidado del cuerpo al desarrollar consciencia sobre él, pero también mejoró el manejo de las emociones: anteriormente era impaciente y explosiva, y ahora es más tranquila gracias a que con la respiración consciente desarrolló concentración y así aprendió a manejar el estrés. Finalmente, Fernanda pudo migrar al vegetarianismo sin esfuerzo y comenzó a evitar los alimentos rajásicos[38] y consumir los sátvicos[39] para lograr ligereza y mejorar su práctica de ásanas.

De igual manera ha podido enfrentarse de una manera tranquila, ecuánime, positiva y alegre ante las situaciones difíciles; lo que le ha ayudado también a sentirse feliz y en paz consigo misma. Al querer acompañar al yoga con las ciencias de la salud, se acercó al texto del *Ayur Veda* y trató de llevar a la práctica ciertos planteamientos como mejorar la alimentación y las horas de sueño. Con relación a la parte emocional comentó que ha logrado equilibrar sus emociones, principalmente la felicidad y la tristeza, y señaló que "me siento mejor, mucho más estable y sí me río, pero no mucho". (Fernanda, comunicación personal, 17 de julio del 2021).

### *4.4.1.2 Estudios de yoga*

Charlie comentó que ahora vive más tranquilo, feliz y despierto, lo que le permite aprovechar las oportunidades de la vida para apreciarlas y vivirlas más intensamente. Logró mejoría física porque consiguió que sus intestinos se desinflamaran al disminuir sus niveles de estrés y mejorar su alimentación. Cambió su régimen alimenticio al ovolactovegetarianismo, lo que lo llevó a aumentar el consumo de vegetales, pero también abandonó el consumo de alcohol y de cigarro; comentó

---

[38] Alimentos pesados como los guisados muy condimentados o las carnes rojas
[39] Alimentos que mejoran la salud y evitan las enfermedades.

que esta decisión fue por convicción propia al lograr tener la claridad de decidir lo que le conviene y poder tener la voluntad para lograrlo.

El primer logro que obtuvo Zurith con el yoga fue abandonar las relaciones innecesarias y comenzó un proceso de cambio de vida en el que incluye su objetivo actual de ser profesora de yoga. En general el yoga mejoró su situación emocional, aún no adopta totalmente el régimen vegetariano, pero se encuentra en proceso de alimentarse y beber agua de manera regular, así como evitar las carnes y el consumo desmesurado de alcohol. Por último, Sol notó beneficios mentales, espirituales y físicos porque mantiene a su cuerpo fortalecido y evita malestares al tener consciencia sobre él.

#### *4.4.1.3 Gimnasios*

Daniel comenzó a desarrollar flexibilidad y control sobre su cuerpo, lo que le ayudó a notar una mejoría física. Los aspectos de la meditación como el silencio y la concentración mejoraron su percepción sobre sí mismo y su alrededor. Debido a que constantemente ha estado practicando ejercicio, considera al yoga como una práctica extra que le ayuda a ser una persona integral. No adoptó algún régimen alimenticio particular, sino debido al crossfit, ya seguía ciertos cuidados alimenticios. Por otra parte, Refugio mejoró la conexión consigo misma y desarrolló confianza para enfrentar las situaciones cotidianas. A pesar de que la práctica incidió en su cuerpo y su salud, siempre ha mantenido una alimentación saludable gracias a la educación familiar que le enseñó a evitar los refrescos y los alimentos altos en gracias; por lo que no modificó su régimen alimenticio.

#### *4.4.1.4 Otras instituciones*

Montse disminuyó los niveles de estrés y así pudo evitar malestares físicos como contracturas, caída del pelo y canas en el cabello. Comenzó a practicarlo porque buscaba lograr flexibilidad y en ese momento su profesor le sugirió abandonar los lácteos y los quesos. Aprovechó esta oportunidad para mejorar su alimentación y trató también de abandonar el consumo de carnes, pero tuvo que retomar el pescado porque abandonar inmediatamente las carnes le provocó anemia. Fue así como mantuvo esta alimentación hasta que comenzó a amamantar a sus hijos, pues su doctor le sugirió retomar el consumo de estos alimentos.

Señaló que el estilo de kundaliniyoga le ayudó a experimentar paz interior y de igual manera la meditación le ha ayudado a canalizar emociones, conocerse a sí misma y saber qué ásanas necesita para mejorar su cuerpo. Finalmente, Valentín

comentó que está en proceso de cambiar sus hábitos y la manera en qué aborda ciertas situaciones cotidianas. Pero algo que logró de inmediato fue escuchar a su cuerpo, y fue así como comenzó a abandonar el consumo de alcohol y las carnes, y mejorar su alimentación al aumentar el consumo de agua, frutas, verduras y cereales. Declaró que no cambió su régimen alimenticio porque no le convence del todo ser vegano.

### 4.4.2 El yoga como una forma de religión

Para construir esta sección retomé las respuestas de las preguntas "¿Consideras que tu religión o creencia se deba a la práctica de yoga?", "¿Consideras que tu religión o creencia sea contraria a la práctica de yoga?", "¿Consideras que tu religión o creencia se haya cambiado, transformado o modificado después de que comenzaste a practicar yoga?", "¿Consideras que la práctica del yoga te acerque a la espiritualidad?" y "¿Para ti qué es la espiritualidad?" Como se puede leer, todas las preguntas están enfocadas en conocer las relaciones entre el yoga y la religión del entrevistado. Enseguida comentaré sus respuestas.

#### *4.4.2.1 Recintos religiosos y espirituales*

Antes de comenzar a practicar yoga, Edith ya se había alejado del catolicismo porque no compartía algunos de sus principios, y comentó que "justo a raíz del no encontrar sentido en la religión convencional bajo la cual nacimos en occidente, es que el yoga, la meditación y el budismo hacen sentido" (Edith, comunicación personal, 1 de mayo del 2021). Es así como su religión se transformó después comenzar a practicarlo porque le dotó un sentido distinto a su vida. Se identificó como "casi-budista", por lo que el yoga sería un elemento de su religión.

Gladis no considera que su religión budista se deba al yoga porque desde la prepa estaba interesada en ella, lo que la llevó a adentrarse en ella, pero debido a la posterior carga laboral lo abandonó y lo retomó hasta que se unió al CBCM, mismo momento en el que comenzó con el yoga. Con la filosofía budista pudo darle sentido al yoga porque comentó que calmar la mente, o sea que los pensamientos no dominen al cuerpo, le permite realizar las ásanas. En cuanto a Joss, opinó que ni siquiera es necesario hacer la distinción entre yoga y religión, y fue así como comentó que al comenzar a practicarlo sintió un enriquecimiento de su religión católica.

El estudio del budismo le ayudó a Mafer a conectar con lo espiritual, con la creencia en algo superior y a alejarse de las instituciones religiosas; en sus palabras

"no creer en un Dios a través de la iglesia o a través de un templo, sino a través de la práctica, a través de la ética, a través de todos estos conceptos que se pueden unir en el camino tanto de lo católico como de lo budista" (Mafer, comunicación personal, 3 de mayo del 2021). Se identificó como católica, y comentó que no la considera contraría a la práctica de yoga porque podría verlo "como una práctica para mover el cuerpo, o sea así como ir al gimnasio, por decirlo así, como para ejercitarme. Entonces para mí no están peleadas y no depende una de la otra ni nada por el estilo" (Mafer, comunicación personal, 3 de mayo del 2021). Fue gracias a la disciplina que conoció la existencia de algo superior en lo que puede creer independientemente de la institución y así concluyó que lo primordial de su religión son las intenciones con las que realizas las acciones, pero sin estar mediadas por la coacción y el castigo del ser superior.

Al iniciar con su práctica de yoga, Soco comenzó a creer en un dios interno con el que puede comunicarse. Se identificó como sin religión, pero comentó que en el yoga encontró la posibilidad de creer en un dios interno. Fue así como comenzó a dotarle de sentido a algunos principios como Dios, Jesucristo y los Santos; lo que le ayudó a cambiar su percepción religiosa. La disciplina la acerca a la espiritualidad porque con ella comenzó a desarrollar actitudes con referencia a lo religioso como empatía, amor, la conexión con su alrededor y la no-violencia. También fue por ella que decidió acercarse a las mascotas y ahora se hizo de cuatro gatos adoptados.

Rocío comentó que el yoga complementa y fortalece sus valores, sus creencias y su postura de no practicar ninguna religión. Por su parte, Enrique no encuentra relación entre su religión católica y el yoga, pero comentó que "ambas van por valores conocidos como honestidad, confianza, sinceridad, pero las formas de llegar a esos valores son totalmente diferentes" (Enrique, comunicación personal, 20 de junio del 2021). Practica la religión católica, pero comentó que no es como lo dicta la iglesia porque el yoga le propició ciertos aspectos como la divinidad interna, que no se encuentran en el catolicismo y por lo tanto son contrarios a ella. De esta manera, su práctica lo acercó a la espiritualidad porque logra armonía consigo mismo, tranquilidad ante situaciones complicadas y armonía con él y para los demás.

Anteriormente Graciela era católica, pero abandonó la religión porque se sentía sometida y engañada, y ahora practica lo que ella llama "la humanidad", donde el principal elemento es el diálogo y la divinidad interna. Al cambiar de religión y conocerse a sí misma, comenzó a sentirse libre y pudo eliminar los miedos que tenía. El yoga la acerca a la espiritualidad, lo que para ella es poder tener respuestas

sobre la vida y declaró que "la espiritualidad no es como lo creemos muchos que se habla de religión, aquí es el conocimiento de mi ser para llegar a conocerme yo: de dónde soy, a qué vengo y quién soy" (Graciela, comunicación personal, 22 de julio del 2021).

Erick se identificó como católico, pero para él, el yoga y la religión son aspectos distintos que ni siquiera tienen características en común; pero tampoco los considera totalmente opuestos porque "yo que soy católico creo que los sacerdotes deberían incluso sugerir a los fieles de vez en cuando tomar una clase de yoga" (Erick, comunicación personal, 26 de julio del 2021) y gracias a la disciplina ha podido percibir una energía diferente al entrar a una iglesia. Considera que, si se profundiza en la meditación, se puede tener un acercamiento a la espiritualidad —entendida como la conexión entre el yo interno y la realidad terrenal— y comentó que recurre a ella cuando necesita relajarse.

Lucero practica dos religiones: espiritismo y catolicismo —su religión de nacimiento—, pero señaló que no es tan dedicada a esta última religión. El yoga ha reforzado ciertas creencias como en un ser divino, en energías, en su yo interior, en el karma, y también algunos valores como el autoestima y la empatía. Respecto a la creencia de recursos provenientes de distintas fuentes religiosas en una religión personal comentó que "creo que puedes creen en todo lo que tú creas necesario. Yo creo que cada religión lo expresa de diferentes maneras" (Lucero, comunicación personal, 30 de julio del 2021). Finalmente, considera al yoga como uno de los posibles vínculos para acercarse a la espiritualidad, que para ella son las energías que pueden sentirse, pero no son visibles.

Aunque Jazmín se identifica como católica, no cumple con su religión como lo estipula la iglesia. A pesar de que considera que el yoga incita al crecimiento personal y se puede experimentar la iluminación y desarrollar ciertos valores, no encuentra relación con su religión porque para ella es simplemente una actividad física sin relación a lo sagrado. Es por esto por lo que su religión se mantiene intacta porque, en sus palabras, "soy creyente de un Dios y a lo mejor se coincide con el católico, pero es como que vas tomando lo que te sirve de cada cuestión. O sea, a lo mejor al final hay cosas que se contraponen y que como católico dirían que no, pero al final justo lo que vas haciendo es ir tomando como ese conocimiento de vida" (Jazmín, comunicación, 21 de abril del 2021).

Fernanda no practica ninguna religión, pero por muchos años practicaba simultáneamente el catolicismo y el yoga. Al seguir practicando el yoga, comentó que se acercaba paulatinamente a la espiritualidad. Su filosofía y la meditación la

ayudaron a reformular muchos aspectos y conceptos católicos como, por ejemplo, la vida llena de culpas, pues entendió que no somos culpables sino seres de amor. Por otra parte, las ásanas y el pranayama la acercan a la espiritualidad, que para ella es la conexión consigo misma. Finalmente, considera posible incursionar en el yoga practicando cualquier religión.

### *4.4.2.2 Estudios de yoga*

Charlie se identificó como católico, pero el yoga reforzó algunos aspectos de su religión como el acercamiento y contacto con lo superior; lo que lo relaciona aún más a ella. Esta postura se nutre con su creencia de que todas las religiones tienen una misma base, por lo que el yoga y cualquier religión no podrían ser contrarias. Para él, lo espiritual significa la conexión con lo superior y el yoga es el vínculo con ello.

Para Zurith, quien se identificó como sin religión, el yoga es universal porque "mucha gente cree o piensa que el yoga viene del budismo o del hinduismo y la realidad es que el yoga no tiene religión, no tiene estatus social, es algo que creas en lo que creas lo puedes practicar […] va más allá de cualquier religión" (Zurith, comunicación personal, 23 de julio del 2021). Pero la disciplina le permite la conexión con un ser superior y comentó que la conexión puede ser posible hacia cualquier tipo de deidad. Es así como considera que el yoga se relaciona con lo espiritual prescindiendo de lo religioso; y para ella lo espiritual es el contacto con el yo interior y con lo superior.

A pesar de que Sol se identificó como sin religión, no encuentra relación entre su práctica del yoga y lo religioso porque sencillamente considera al yoga como una práctica para el bienestar físico y mental sin relación con lo religioso. Es así como sus beneficios inciden únicamente en lo físico "porque el hathayoga son estiramientos, te acomoda, es como una terapia del quiropráctico, pero es una auto-terapia que te la das tú; además es mental, para mí también el yoga es como ir a la terapia con el psicólogo (Sol, comunicación personal, 17 de mayo del 2021).

### *4.4.2.3 Gimnasios*

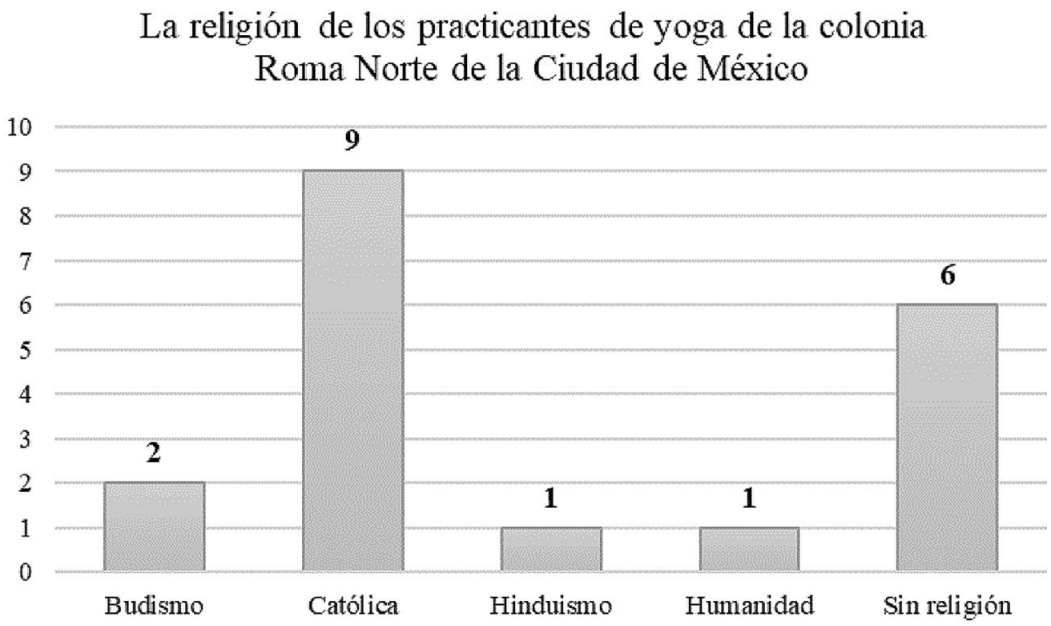
Daniel no practica ninguna religión, pero confesó que cree en cosas superiores que están más allá del entendimiento humano. Considera que el yoga posibilita explorar entre creencias y religiones para poder llegar a alguna que satisfaga al buscador, por lo que cree que está relacionada con lo religioso porque funciona "como una herramienta para conocer más y tener otro cristal para ver las cosas y

sobre todo ver hacia adentro; como estar en paz y concentrado" (Daniel, comunicación personal, 23 de abril del 2021). Comentó que la práctica lo acerca a lo espiritual, o sea a algo que no tiene explicación, pero se puede experimentar su presencia y tiene la función es dar sustento emocional al creyente.

Refugio, ni siquiera encuentra relación entre el yoga y lo religioso, por lo que su religión católica no se ve afectada de ninguna manera. Pero sí cree que la disciplina permite el acercamiento a la espiritualidad porque ayuda a conocer al cuerpo y la mente, teniendo en cuenta que, para ella, la espiritualidad es el acercamiento a lo interior del sujeto para lograr estados de paz, tranquilidad y luz.

### *4.4.2.4 Otras instituciones*

Montse se identificó como católica y señaló que puede haber contradicción entre su religión y el yoga desde una perspectiva institucional, pero a ella no le ha causado conflicto porque cree que el ser humano es espiritual por naturaleza y que todas las religiones comparten la misma base. Comentó que "al inicio mi mamá me decía 'es que no, te vas a volver budista' y no sé qué tantas cosas, y yo le decía 'a ver, al final de cuentas es un ejercicio, es como si me dijeran que si corres tienes




Gráfica 11 "Religión". Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en las entrevistas realizadas a los practicantes de yoga en la colonia Roma Norte.

que ser satanista', no sé" (Montse, comunicación personal, 14 de julio del 2021). Por último, comentó que el yoga la acerca a la espiritualidad, es decir al autoconocimiento y el contacto con lo superior.

Finalmente, Valentín comentó que, con la práctica del yoga, su religión se transformó en un sentido de desarrollo espiritual, entendido como un acercamiento con su poder superior o el dios persona. Declaró que cualquier persona puede tener contacto con su poder superior y por esta razón cree que a él lo ha acercado al dios cristiano, y agregó que "esta parte del yoga, la verdad es que me dio una transformación más allá de lo que las sagradas escrituras manifiestan como complementos" (Valentín, comunicación personal, 25 de julio del 2021).

### 4.4.3 El yoga como una forma de ritual urbano contemporáneo

Para construir esta sección me basaré en las respuestas que los entrevistados dieron de las siguientes preguntas: ¿Consideras que el yoga se diferencia de las demás actividades que realizas? ¿Qué es lo que lo diferencia? ¿Con qué regularidad practicas yoga? ¿En qué horario? Como se puede leer, las preguntas buscan detectar las características principales que los entrevistados encuentren, sin tenerlo en cuenta, del ritual: ritualización, ejecución y repetición. A continuación, se comentarán las respuestas.

#### *4.4.3.1 Recintos religiosos y espirituales*

Edith señaló que su práctica de yoga es un ritual porque exige preparación para comenzar la sesión y debe mantenerse concentrada durante toda la clase. Necesita preparase porque solo así logra atender las indicaciones de la clase, y debido a son a las 9:30 a.m., su preparación consiste en levantarse por lo menos una hora antes de comenzarla, lavarse la cara y los dientes, cepillarse el cabello porque le estorba durante las ásanas, si desayuna consume algo ligero como un yogurt, vestirse con la ropa adecuada, alistar el espacio y colocar el mat, realizar un ligero calentamiento, y en ocasiones lee un poco sobre budismo para estudiarlo y relajar la mente. Señaló que es un ritual porque entiende a las clases como un espacio único donde puede suspender el estrés que produce el trabajo y los problemas cotidianos.

Para Gladis, un ritual se encuentra en referencia a lo espiritual y no tiene variaciones, características que no considera que comparte el yoga porque ella simplemente está consigo misma. Respecto a esta conexión, comentó que nunca espera nada de la clase "porque no todos los días uno está en el mejor momento

para hacer yoga, hay días que te sale muy bien y hay días que, por ejemplo, no tienes equilibrio" (Gladis, comunicación personal, 3 de mayo del 2021).

Contrario a esta postura, Mafer considera que sí puede funcionar como un ritual porque "es un momento para mí, es un momento para estar conmigo, es un momento para explorar lo que hay en ese momento en mi mente [...] es como si fuera un ritual de amor propio, por decirlo así, es un ritual para mí, para estar bien" (Mafer, comunicación personal, 3 de mayo del 2021). Pero también porque al terminar la clase experimenta una transformación en sus emociones, por ejemplo, si inicia enojada puede terminar tranquila. Esto denota el carácter de eficacia en lo sagrado del ritual.

Por su parte, Soco considera al yoga sencillamente como una clase, pero no niega que para algunos pueda funcionar como un ritual. En cuanto a Rocío, ella entiende por ritual a una actividad constante, y si fuera así, siempre se realizarían las mismas ásanas, situación que no sucede porque siempre varían y en cada clase se plantean objetivos diferentes. Enrique comentó que, a pesar de que exige actividad física, no es una forma de gimnasia sino un estilo de vida donde se puede experimentar la conexión individual en sentido de lo que se siente y lo que se piensa, lo que significa que es una actividad privilegiada por la permanencia y la formalidad.

De igual manera, Graciela considera que a pesar de que exige actividad física, es distinto al *fitness* porque también se trabaja la espiritualidad. Erick señaló que se puede diferenciar de muchas maneras, pero principalmente por el trabajo mental que le permite superar momentos de ansiedad, estrés y enojo. La práctica cotidiana hizo que paulatinamente se fuera volviendo parte de su vida, tanto que siente una ausencia cuando no lo practica. Lucero comentó que el yoga tiene la particularidad de ayudar a nivel físico, emocional y mental, y es así como se logra una conexión entre el yo y su entorno. Lo practica diario por la certificación que está realizando, pero también "las respiraciones trato de mantenerlas todo el día porque me ayudan muchísimo para todo" (Lucero, comunicación personal, 30 de julio del 2021).

Para Jazmín, el yoga "es como dedicarme el tiempo para desapegarte de todo el trabajo, de todas las problemáticas que traes y entonces dedicarte un momento para ti" (Jazmín, comunicación personal, 21 de abril del 2021). Es así como la práctica le ayuda a aliviar tensiones, a eliminar las turbulencias mentales y a conectar con el cuerpo. Fernanda lo considera como ritual porque exige preparación y repetición. La preparación debe ser con honor y respeto, desde escoger el lugar donde colocar el mat hasta mentalmente. Respecto a la repetición comentó que

"no es que lo practiques una vez cada quince días, sino que es algo que vas necesitando día a día y forma parte de un ritual diario de la vida" (Fernanda, comunicación personal, 17 de julio del 2021).

### *4.4.3.2 Estudios de yoga*

Charlie comenzó a practicar el yoga como una actividad extra, pero actualmente lo considera como una guía para el resto de sus actividades gracias a la conexión con lo espiritual que logró y porque le ofrece tranquilidad para poder relacionarse de una manera más cordial con su entorno. Comentó que "todos los días hago algo, hago un poco de ejercicio, hago meditación y ya ejercicios de posturas de yoga hago poco, pero he venido aprendiendo que en cualquier situación que estoy, puedo estar practicando yoga" (Charlie, comunicación personal, 22 de julio del 2021); esto posibilita que lo practique continuamente, al igual que las respiraciones.

Zurith sencillamente comentó que la particularidad del yoga es la conexión con el cuerpo que se logra mediante el pranayama, lo que ayuda a conectar con el cuerpo y resistir las ásanas. Por su parte, Sol afirmó que es un ritual porque exige preparación que para ella consiste en elegir un lugar en donde colocar el mat, encender un incienso, encontrar un momento tranquilo y realizar una meditación inicial.

### *4.4.3.3 Gimnasios*

Daniel comentó que, aunque el yoga tenga similitudes con actividades como pilates o calistenia, se diferencia por el trabajo espiritual. Finalmente, Refugio entiende por ritual a la rutina y en este sentido, las clases siempre son diferentes debido a la diversidad de ásanas, lo que ayuda a lograr paulatinamente una mejoría física y a la vez posibilita realizar otras con mayor exigencia física como la garudasana[40].

### *4.4.3.4 Otras instituciones*

Más que al yoga, Montse considera a la meditación como ritual porque comentó que con ella "me sentía como mucho más estable, sabía canalizar mucho mejor mis emociones, entonces sí he notado como muchas mejoras en varios aspectos de mi vida del día a día con la práctica" (Montse, comunicación personal, 14 de julio del 2021). O sea que para ella la ritualización del yoga es por la eficacia y la repetición que implica la meditación.

---

[40] Postura del águila

Por último, Valentín considera que la particularidad del yoga es el trabajo energético, la concentración, la respiración, la conexión con el cuerpo y la consciencia en el cuerpo a través de las ásanas; y comentó que "si tú vas al gym pues lo que estás haciendo es fortalecer tu cuerpo, o sea fortalecer el músculo y te enfocas en eso; pero en yoga no es eso, experimentas lo energético, concentrarte en la respiración, te va guiando y vas conociendo a tu cuerpo y a ti" (Valentín, comunicación personal, 25 de julio del 2021). De nuevo, el elemento espiritual como aspecto de la ritualización del yoga se hace presente.

# Conclusiones

A principios del 2020 comencé a recorrer con mirada etnográfica la colonia Roma Norte y solamente pude contactar con un par de instituciones que quería estudiar. Fue por esto por lo que decidí contactar mediante mail o teléfono a la instituciones restantes. Como lo comenté al inicio del tercer capítulo, muchas de ellas detuvieron por completo sus actividades e incluso algunas de ellas cerraron. Pero también hubo un par de instituciones que tuvieron cierto recelo con mis objetivos y me llegaron recomendar, de manera pasiva-agresiva, que no realizara mi investigación porque no era el momento adecuado.

El objetivo de la etnografía era adentrarme en las escuelas y poder realizar entrevistas de acercamiento con los practicantes y así poder conocer quiénes se mostraban interesados en realizarla y quienes se mostraban indiferentes a ella; lo que me ayudaría a comprender qué tan abiertos estaban a realizar una investigación con ellos sobre la manera en que su práctica de yoga se relaciona con su religión. Es necesario recordar que, como lo comenté a lo largo de la tesis, bastantes alumnos rechazan los aspectos religiosos de la práctica y solamente retoman sus aspectos físicos.

Pero este no era el único objetivo que tenía con las entrevistas informales. También buscaba conocer todo lo que envolvía a la institución: cómo era el recibimiento, la atención y el espacio en los centros espirituales, en comparación con los box de crossfit donde, sin duda, es un espacio envuelto en gritos de esfuerzo por completar la secuencia de ejercicios y se muestran imágenes de reconocidos fisicoculturistas, que son radicalmente distintas a las estampas del Buda Shakyamuni que cuelgan en las paredes de los pasillos del CBCM. Sin embargo, otro fin que tenía con la etnografía era inmiscuirme en alguna clase de yoga, ya sea por invitación o pagando por ella. Con esto buscaba conocer cómo se desarrollaba la sesión: qué comentarios expresaban los alumnos y qué temas planteaban los profesores.

Gracias a la descripción que realicé sobre las instituciones, es muy lógico suponer que en el CBCM se hablara principalmente sobre la meditación y cómo evitar el sufrimiento; mientras que en los gimnasios el enfoque principal era el manejo del cuerpo a partir de las ásanas y los beneficios físicos se podían obtener con ellas. Inmediatamente, esto demuestra una clara distinción en la manera en que se practica la disciplina en los distintos espacios: mientras que el CBCM, sin dejar de lado al trabajo corporal, se enfoca en la meditación como herramientas para eliminar el sufrimiento, los gimnasios, sin abandonar por completo lo espiritual, se ocupan del *fitness*. Fue muy lamentable tener que limitarme a las entrevistas, pero a medida en que las realizaba, notaba que eran muy útiles.

La emergencia sanitaria nos orilló a todos a trabajar cotidianamente de manera virtual, lo que significa que incluso estas prácticas que anteriormente eran exclusivamente presenciales también comenzaron a ser practicadas de esta manera. Debido a que antes a la pandemia había establecido los objetivos de la investigación, de ninguna manera establecí el objetivo de describir y analizar la manera en que se desarrolla una clase de yoga de manera virtual; aunque tengo que confesar que sería muy interesante una investigación al respecto porque estas clases comenzaron a entretejer una nueva manera de enseñanza donde el contacto corporal fue imposible en una disciplina donde el encuentro físico primordial.

## I

Actualmente, la publicidad demuestra que el yoga es comúnmente entendido y practicado como una disciplina únicamente corporal con la que se obtienen beneficios a manera de medicina tradicional para ayudar a curar ciertos malestares y dolores corporales, pero también como una forma de meditación con el objetivo de lograr tranquilidad, alegría y felicidad. Con la entrevistas pude corroborar que los estilos más recurridos son el hathayoga, vinyasayoga, kundaliniyoga, iyengaryoga y el ashtangayoga; mismos que fueron creados con el objetivo del trabajo corporal, realizar medianamente una meditación y una suerte de trabajo espiritual.

Durante las clases, constantemente se hace uso de ciertas palabras en sánscrito y como ejemplo tenemos a las variedad de ásanas. El objetivo de esto es exaltar la parte mística y exótica de la disciplina que está estrechamente relacionada con el desarrollo espiritual, pues como lo mencioné al principio de la investigación, la disciplina inició como una práctica para el crecimiento espiritual con un enfoque

en la meditación más no el cuerpo, pues justo el objetivo era prescindir de él. Otro fin de esto es rendir culto a la ancestralidad de la disciplina, como si su antigüedad y su relación con la tradición hindú le confiriera su eficiencia. No está de más mencionar que el elemento místico también es usado como mercancía, pero no lo muestran como religión, lo que lo hace más atractivo.

Como lo mencioné anteriormente, el proceso de occidentalización que sufrió el yoga provocó que se alejara de su raíz religiosa y se estableciera como una técnica para la autorrealización y el trabajo corporal. De rendir culto a seres espirituales como Shiva Matsyendranath y Goraknath, se transformó en una disciplina con un enfoque particular en la corporalidad, con el objetivo de aliviar malestares físicos, lograr un estado de relajación, realizar una forma de ejercicio físico o poder incluirla en la religión personal gracias a su carácter de técnica espiritual para el bienestar y la autorrealización. Es así como se demuestra que esta práctica se encuentra dentro de las dinámicas del bricolaje, entendido como la selección y utilización de técnicas para su inclusión dentro de la religión personal.

La occidentalización del budismo, gracias en gran medida a Inglaterra como vehículo del proceso, hizo posible que arribara a México y su capital. El CBCM, que sigue los planteamientos de la orden Triratna, incluye al yoga como una práctica auxiliar para la meditación. Pero no se limita a ser practicada en recintos religiosos, sino que también se ofrece en espacios seculares como gimnasios, centros de crossfit, estudios de yoga, escuelas de trabajo feminista y tiendas de artículos orientales. Como lo acabo de mencionar, muchas instituciones que también lo ofrecían cerraron. Entre estas instituciones se encontraban centros de masajes y terapias, escuelas de capoeira e incluso instituciones gubernamentales como PILARES donde, entre la variedad de cursos y certificaciones, también brindaban sesiones de yoga.

Otro de los espacios identificados como religiosos es el CCA. Esta institución es parte de la GFU, organización dedicada al esoterismo, vegetarianismo y el desarrollo espiritual. A pesar de que cumplen todas las características para poder ser considerado como una institución religiosa, niegan serlo al demostrarse como un recinto para la espiritualidad y la ciencia. Es muy importante resaltar este último aspecto porque algunos profesores entrevistados llegaron a definir al yoga como una ciencia. Considero que plantearon esto porque le querían dotar el carácter de verdad, como si automáticamente, gracias a esta concepción, todos sus aspectos que se manejan dentro de él fueran verdaderos. No se pude negar que muchos practicantes comporten esta postura.

Pero mi argumento aquí es demostrar que el yoga funciona como una forma de religión. En sus inicios era considerada como una de las *darshanas* del hinduismo, es decir, como una doctrina que permitía el desarrollo de la religión. Este carácter es el que persistió hasta su universalización, aunque se haya eliminado o transformado por un discurso sutil sobre la espiritualidad. Retomando los planteamientos de Durkheim sobre las características de los sistemas religiosos, podemos decir que dentro del yoga se rinde "culto a sitios sagrados, leyendas y vicisitudes históricas" (Adrián Muñoz 2016, 465), lo que funcionaría como su sistema de creencias. También contaba con una organización particular que serían las comunidades de ascetas, mismos que compartían una ética religiosa que debía ser respetada y entre sus prácticas más comunes se encontraba la meditación y el mismo yoga.

Es así como se demuestra que desde sus inicios era una forma de religión. Pero es forzoso tomar en cuenta la universalización porque muchos de sus aspectos se modificaron, el principal es su acercamiento pragmático. Pero como lo menciona Clarke, llegó a manera de un NMR y MNA que se descontextualizó para poder ser tomado como una técnica. Esto significa que tiene ciertas características como la laicidad, es decir que dentro de las organizaciones se niega el culto a los seres espirituales, pero cada persona puede creer en cualquier dios, incluso el judeocristiano. También, cada creyente se hace cargo de la espiritualidad sin estar mediada por el clero, lo que destaca que esta forma de religión está determinada por los valores neoliberales de responsabilidad en uno mismo. Finalmente, la individualización es su aspecto principal porque cada creyente crea su religión personal donde puede incluir al yoga.

Es necesario mencionar que al arribar como un NMR que previamente sufrió un proceso de occidentalización, fue inevitable su sincretismo con otros elementos religiosos y seculares. Dentro de los religiosos podemos mencionar los valores y las creencias católicas como la posibilidad de que cada individuo creyera, a manera de monoteísmo, en un el dios católico o bien, se combinó con aspectos de las religiones prehispánicas como el temazcal. Por último, y más interesante, es el sincretismo con aspectos seculares donde el que más destaca es la cultura física y la gimnasia y donde la disciplina termina siendo una suerte de pilates que además permite el crecimiento espiritualidad.

Es así como entre los practicantes y los seguidores de los NMR existen aspectos en común, lo que refuerza el argumento de que es una forma de religión. El yo sagrado fue uno de los aspectos más mencionados durante las entrevistas, muchos

comentaron que mediante las ásanas y la respiración lograban conectar con su verdadero yo. Hubo profesores que mencionaron que una práctica constante de yoga ayudaría a que el individuo alcanzara el éxito que buscaba porque gracias a la relajación y la tranquilidad se lograba un mejor desempeño en el empleo.

Muchos también adoptaron el régimen alimenticio del vegetarianismo, teniendo en cuenta que esta práctica sería una manera de ser empático con los problemas sociales como la excesiva producción de carne, el calentamiento global y la violencia hacia los animales. Por último, muchos rechazaron el papel del clero e incluso se opusieron a él argumentando que ellos mismos se hacían cargo de su religión, lo que sugiere una autogestión de lo religioso desde las dinámicas del bricolaje: tecnificación, selección y utilización de recursos religiosos para su religión individual. Finalmente, similar al MNA, cada grupo establece sus principios, aspecto que demostré en el tercer capítulo al comentar la manera en que se entiende la disciplina en cada centro: en los recintos religiosos tiene relaciones con aspectos sagrados, mientras que para los gimnasios es un complemento para la práctica de gimnasia o pilates.

## II

En la última sección del capítulo cuatro demostré cuáles eran las opiniones de los practicantes respecto a la ritualidad del yoga. Algunos comentaron que podía ser así por ciertas características como su importancia o por la preparación que exigía; pero otros comentaron que de ninguna manera podía ser así porque sencillamente era una secuencia de movimientos físicos a manera de rutina de ejercicio. Pero nunca me detuve a explicar por qué consideraba que, en referencia al marco teórico donde recuperé los argumentos de Bell y Rappaport, el yoga funciona como ritual contemporáneo.

Desde mi análisis, el yoga es un ritual por las características en que se practica y porque arroja mensajes respecto a la liturgia y los practicantes. La primera característica del ritual es que es creado por alguien diferente a los participantes. Uno de los principios del Shivasamhita es que el dios Shiva es creador del yoga; respecto a esto, otro argumento sería que la mayoría de los practicantes occidentales practican una disciplina creada por ascetas hindúes ubicados entre la frontera de India y Nepal. Por otra parte, la formalidad entendida como el respeto a las leyes del ritual sería entendido como el acatamiento de lo planteado por el profesor; aquí no funcionaría a manera de leyes sino como instrucciones que se cumplen

por los practicantes, que estaría de la mano de la tercera característica que es la inmutabilidad, es decir que se cumplan esas instrucciones.

Pero si hablamos desde una perspectiva institucional y poniendo los ejemplos de la GFU y El Arte de Vivir, dentro de estas organizaciones se plantean ciertas leyes como abandonar el consumo de carne y drogas —principalmente el alcohol y el cigarro—. Si se toma en cuenta esta perspectiva, la formalidad y la inmutabilidad podrían funcionar a manera de leyes y normas. Por otra parte, la característica de ejecución significa la participación del yogui dentro la sesión, lo que es más que obvio; pero lo que se debe resaltar aquí es la creación de comunidad que se crea a partir de la participación, que en muchas ocasiones también se encuentra bajo términos del utilitarismo.

Finalmente, el yoga moderno también tiene eficacia en lo físico y lo sobrenatural. Muchos practicantes comentaron que con él obtenían diversos beneficios que ya se comentaron como: salud, bienestar, alegría y paz, lo que significaría su eficacia a nivel físico. Por otra parte, teniendo en cuenta el trabajo espiritual y religioso que se realiza dentro de la práctica, mismo que es definido por cada practicante, la eficacia puede ser desde el sentirse bien consigo mismo y encontrar el yo interno, hasta la conexión con algun dios supremo. Hasta aquí solamente he planteado sus características, siguen los mensajes.

Según Rappaport, el ritual funciona como el medio más adecuado para transmitir información mediante dos tipos de mensajes: canónicos, que refieren a la liturgia, y autorreferenciales que comunican el estado del participante. En el caso del yoga, los canónicos refieren a los beneficios que se obtienen mediante las ásanas que pueden ser lograr una meditación profunda o bien, de una manera secular, obtener elasticidad y fortaleza corporal. Pero lo más interesante son los autorreferenciales donde lo que se comunica es que el practicante cuenta con una serie de aspectos para poder acercarse a la práctica, una de ellas es el capital económico.

Finalmente, es necesario comentar su ritualización. Primero es necesario tener en cuenta que la ritualización es privilegiar actividades frente a otras por distintos motivos. El primero es la formalidad, que como se mencionó anteriormente, es el respeto a las leyes del ritual o en este caso a las normas personales, institucionales o del profesor durante la clase. Pero un aspecto de crucial importancia es la repetición y su posterior permanencia como ritual. Para conocer esto, algunas de las preguntas que se hicieron a los practicantes fueron "¿Cada cuánto practicas yoga y en qué horarios?" Las respuestas fueron variadas, pero al final de cuentas, demostraron que la repetición es un aspecto importante.

Hubo cuatro entrevistados que declararon practicarla diario, dos comentaron que entre semana generalmente por las tardes, otros la practicaban tres veces entre semana y pocos solamente una o dos veces entre semana. Es importante mencionar esto porque la mayoría tomaron como referencia temporal a la semana, lo que la hace más constante. La mayoría comentaron que lo practicaban por las mañanas o las noches, lo que significa que están sujetos a los horarios laborales que se manejan en la ciudad y finalmente, hubo quienes comentaron que también lo practicaban los fines de semana para desestresarse de la rutina semanal.

Es así como puedo demostrar que la práctica está enmarcada en un contexto urbano, lo que también denota que el tipo de población que la práctica es cosmopolita, en una situación económica media o media alta y escolarizada. Por este conjunto de razones, sostengo mi argumento de que el yoga es una forma de ritual que es practicado en la capital mexicana como una suerte de ritual urbano contemporáneo.

# Bibliografía


Altglas, Véronique. 2014. *From Yoga to Kabbalah: Religious Exoticism and the Logics of Bricolage*. Nueva York, Estados Unidos: Oxford University Press. https://doi.org/10.15695/hmltc.v39i2.4045.

Arce, Daniela. 2018. "Yoga en las oficinas ¿una solución a la fuga de talento?" *MBA & Educación Ejecutiva*, agosto de 2018. https://mba.americaeconomia.com/articulos/reportajes/yoga-en-las-oficinas-una-solucion-la-fuga-de-talento.

Barrera, Karina H. 2019. "Padre habría renunciado a TV Azteca por 'humillación' a la Virgen de Guadalupe". *SDP Noticias*, el 27 de diciembre de 2019. https://www.sdpnoticias.com/enelshow/television/padre-jose-de-jesus-tv-azteca-sofia-aragon-virgen-de-guadalupe-que-paso.html.

Bastian, Jean-Pierre. 2004. *La recomposición religiosa de América Latina en la modernidad tardía*. *En La modernidad religiosa: Europa latina y América Latina en perspectiva comparada*, coord. Jean-Pierre Bastian. 155-174. D.F: Fondo de Cultura Económica (FCE).

Bell, Catherine. 1992. *Ritual theory, ritual practice*. Nueva York, Estados Unidos: Oxford University Press.

Blancarte, Roberto J. 2001. "Laicidad y secularización en México". Estudios sociológicos XIX: 843–55.

Blancarte, Roberto J. 2004 Laicidad y secularización en México. En *La modernidad religiosa: Europa latina y América Latina en perspectiva comparada* coord. Jean-Pierre Bastian. 45-60. D.F: Fondo de Cultura Económica (FCE).

Burton, Tara. 2018. "CrossFit is my church". *Vox*, septiembre de 2018.

Catalfo, Phil. 2007. "Is Yoga a Religion?" *Yoga Journal*, 2007.

Centro de Investigaciones Sociológicas. 2021. "Barómetro de julio 2021". *Barómetro de julio 2021*, núm. Julio: 1–43.

Clarke, Peter B. 2006. *New Religions in Global Perspective*. Nueva York, Estados Unidos: Routledge.

Cordeiro de Oliveira, Antonio Genivaldo. 2018 "Art of Living". En *Encyclopedia of Latin American Religions*, ed. Henri Gooren. 1-2. Cham: Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-08956-0.

De la Torre, Renée. 2018 "Diversidad Religiosa". En *Diccionario de religiones en América Latina*, coordinador Roberto Blancarte. 161-166. Ciudad de México, México: Fondo de Cultura Económica (FCE).

———. 2006. "Circuitos mass mediáticos de la oferta neoesotérica: new age y neomagia popular en Guadalajara". *Alteridades* 16 (32): 29–41.

Durkheim, Émile. 1997. *Las reglas del método sociológico*. Editado por Ernestina de Champourcín. Distrito Federal, México: Fondo de Cultura Economica (FCE).

——— 2012. Las formas elementales de la vida religiosa. Editado por Héctor. Vera, Jorge Galindo, y Juan Pablo Vázquez Gutiérrez. México: Fondo de Cultura Economica (FCE), Universidad Autónoma de México (UAM), Universidad Iberoamericana (UIA).

Flood, Gavin. 2008. *El hindusimo*. Editado por Miguel José Hagerty. Madrid, España: Akal.

Guber, Rosana. 2011. *La etnografía: Método, campo y reflexividad*. Buenos Aires: Siglo Veintiuno Editores.

Gutiérrez Zúñiga, Cristina. 1996. "Nuevos movimientos religiosos: el New Age en Guadalajara". *Relaciones*. Estudio de historia y sociedad, núm. 65: 89–114.

———. 2018 "Gran Fraternidad Universal". En *Encyclopedia of Latin American Religions*, ed. Henri Gooren. 1-5. Cham: Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-08956-0.

———. 2018 "New age". En *Diccionario de religiones en América Latina*, coordinador Roberto Blancarte. 421-427. Ciudad de México, México: Fondo de Cultura Económica (FCE).

Houtart, Francois. 1997. *Sociología de la religión*. Distrito Federal, México: Plaza y Valdez.

INEGI. 2017. "Anuario estadístico y geográfico de la Ciudad de México 2017". *Anuario Estadístico y Geográfico de los Estados Unidos Mexicanos*, 506. http://dx.doi.org/10.1787/9789264245174-en.

Layman, Tom. 2015. "CrossFit as Church ? Examining How We Gather". *Harvard Divinity Schoool*. https://hds.harvard.edu/news/2015/11/04/crossfit-church-examining-how-we-gather. Consultado el 24 de junio del 2021.

León Herrera, José. 1977. *El Yogasutra de Patañjali*. Editado por Ignacio Prado Pastor. Lima: Gráfica Morsom.

Lopez, Donald S. 2009. *El Buddhismo. Introducción a su historia y sus enseñanzas*. Editado por Ferran Mestanza. Barcelona, España: Editorial Kairós. https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004.

Michelis, Elizabeth De. 1995. "Some comments on the contemporary practice of yoga in the UK, with particular reference to British Hatha Yoga schools". *Journal of Contemporary Religion* 10 (915549865). https://doi.org/10.1080/13537909508580744.

Meditación Trascendental España. "Experiencia personal de un sacerdote católico y la Meditación Trascendental". YouTube, 12 de junio de 2010. Video, 2:04. https://www.youtube.com/watch?v=oYiYMgAF4Gs.

Muñoz, A., y G. Martino. 2019. *Historia mínima del Yoga*. Ciudad de México, México: El Colegio de México (COLMEX).

Muñoz, Adrián. 2016. "¿El yoga o los yogas? Entre la tradición y la taxonomía". *Estudios de Asia y África* LI (2): 465–79.

Office for National Statistics. 2020. "Exploring Religion in England and Wales". *Exploring religion in England and Wales*, núm. February: 1–12.

Olazábal, Victor. 2014. "India crea un viceministerio de yoga". *El Mundo*, el 10 de noviembre de 2014. https://www.elmundo.es/internacional/2014/11/10/5460b844e2704ebd3e8b457a.html.

Palma, Daniel de. 2011. *Upanisads*. Madrid, España: Ediciones Siruela.

Rappaport, Roy A. 2001. *Ritual y religión en la formación de la humanidad*. Editado por Sabino Perea. Madrid, España: Cambridge University Press.

RIFREM Encuesta Nacional sobre Creencias y Prácticas Religiosas en México, 2016. 2017. Informe de Resultados" México: CONACYTCOLEF-CIESAS-Coljal. Disponible en: http://www.rifrem. mx/?publicacion=encuesta-nacional-en-mexico-sobre-creen- cias-y-practicas-religiosas, Consultado 31/05/2018

Rosas Vega, Pedro Federico. 2015. "Cambios en el habitus de los practicantes de budismo dentro de la orden budista Triratna". Escuela Nacional de Antropología e Historia.

Rumi, Julieta, y María Inés Landa. 2016. "CrossFit: Vomitar es un acto con sentido". *Revista Anfibia*, 2016. https://doi.org/10.36627/2619-1369-2020-4-4-284-302.

Sampedro Nieto, Francisco. 1992. *Sectas y Otras Doctrinas En La Actualidad*. Santafé de Bogotá, Colombia: Consejo Episcopal Latinamericano (CELAM).

San Martín Córdova, Ivan. 2018. "Las capillas para las congregaciones católicas religiosas: laboratorios para la innovación arquitectónica". En *Imaginarios de modernidad y tradición. Arquitectura del siglo XX en América Latina*, editado por Catherine Ettinger, 245–59. México: Porrúa, CONACyT.

San Martín, Neldy. 2019. "Morena busca eliminar separación Estado-Iglesia para 'colaborar' en desarrollo social". *Proceso*, el 17 de diciembre de 2019.

Sarbacker, Stuart Ray. 2014. "Reclaiming the Spirit through the Body: The Nascent Spirituality of Modern Postural Yoga". *Interdisciplinary Journal fot the Study of Religious Contact and Transfer* 1 (3): 95–114.

Siegel, Pamela. 2014. *Serge Raynaud de la Ferriere, aspectos biográficos*. Sao Paulo, Brasil: Edición de la autora.

Singleton, Mark. 2013. "Transnational Exchange and the Genesis of Modern Postural Yoga". *En Yoga Traveling: Bodily Practice in Transcultural Perspective*, editado por Beatrix Hauser, 37–57. London, England: Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-00315-3.

Simoes, Roberto. 2018 "Yoga in Latin America". En *Encyclopedia of Latin American Religions*, ed. Henri Gooren. 1-10. Cham: Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-08956-0.

Sordi, Caetano. 2018 "Vegetarianism". En *Encyclopedia of Latin American Religions*, ed. Henri Gooren. 1-2. Cham: Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-08956-0.

Soriano Nuñez, Rodolfo. 2018 "Guadalupanismo". En *Diccionario de religiones en América Latina*, coordinador Roberto Blancarte. 211-216. Ciudad de México, México: Fondo de Cultura Económica (FCE).

Thurston, Angie, y Casper ter Kuile. 2014. "How we gather?" *Harvard Divinity School*, núm. March: 22.

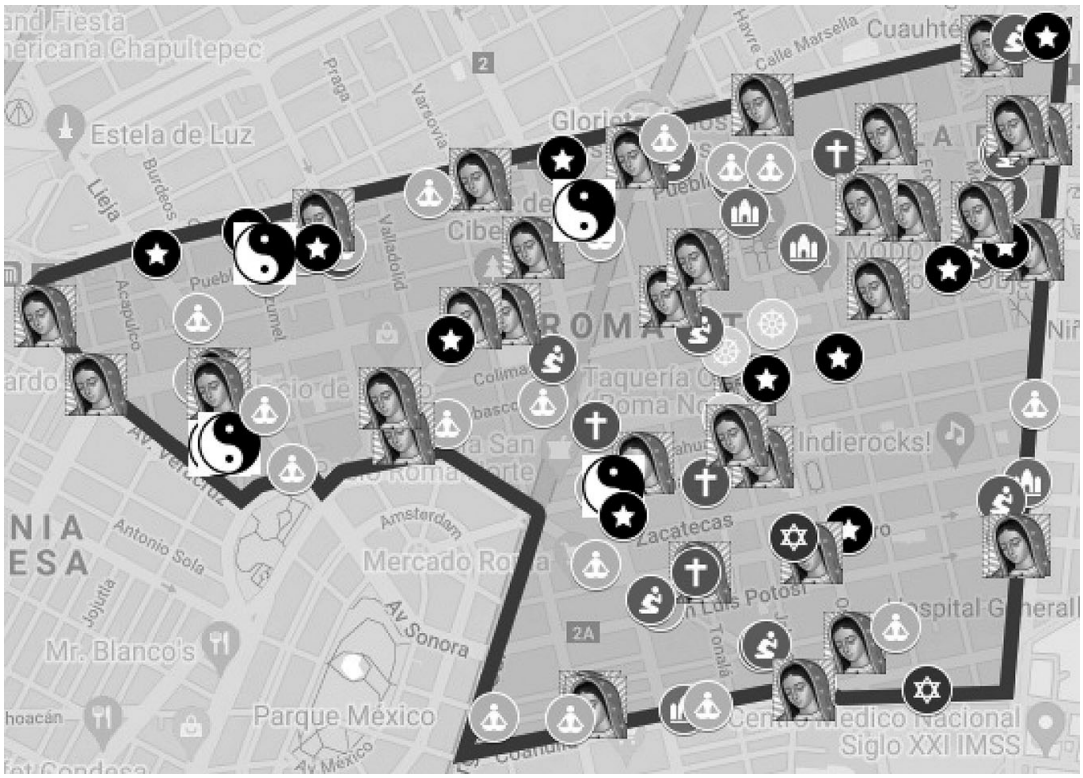
Tola, Fernando, y Carmen Dragonetti. 1978. *Yoga y mística de la India*. Buenos Aires, Argentina: Kier.

Toniol, Rodrigo. 2018 "Terapias alternativas". En *Diccionario de religiones en América Latina*, coordinador Roberto Blancarte. 625-631. Ciudad de México, México: Fondo de Cultura Económica (FCE).

# I

# Anexos

I) Mapa.
Ubicación de los altares y santuarios religiosos, centros de fe católica, centros new age, centros de terapias alternativas, centros de congregación cristiana, centros de prácticas budistas, centros de congregación judía y centros de yoga. Link de acceso: https://www.google.com/maps/d/u/1/viewer?mid=1rrCNQPeCXrirY_PzHK-PP4YJXDDgIv_2i&ll=19.41882949143473%2C-99.16297524141959&z=15



# II
# Ejemplo de la "Hoja de datos generales"

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**
**EL COLEGIO DE MÉXICO (COLMEX)**

Cuestionario sobre la percepción y situación del yoga en la colonia Roma Norte de la ciudad de México.
El presente cuestionario se aplica con la finalidad de obtener información para la realización de una investigación acerca de la **GLOBALIZACIÓN, PERCEPCIÓN Y ADAPTACIONES DEL YOGA EN MÉXICO** y la realización de una tesis que lleva por nombre **YOGA, BUDISMO Y RITUAL URBANO, EL CASO DE LA COLONIA ROMA DE LA CIUDAD DE MÉXICO**. Proyectos que son dirigidos por Adrián Muñoz, profesor-investigador del Colegio de México. El uso de la información obtenida será exclusivamente confidencial, por lo cual se agradecen sus sinceras respuestas.
Instrucciones: marque con una X la opción que considere correcta.

DATOS GENERALES.

| | |
|---|---|
| **1. Edad:** _____<br>**2. Año de Nacimiento:** 19____ | **3. Sexo:** F [ ] M [ ]<br>**4. Nacionalidad**: _____ |
| **5. Estado civil:**<br>a) Soltero [ ]<br>b) Casado o unión libre [ ]<br>c) Divorciado o separado [ ]<br>d) Viudo [ ] | **6. ¿Profesa alguna religión o creencia?**<br>a) No/Sin Religión<br>b) Católica<br>c) Cristianismo<br>d) Budismo<br>e) Hinduismo<br>f) ¿Cuál? _____ |

<table>
<tr><td colspan="2">7. Escolaridad (Máximo nivel alcanzado aunque no hubiera finalizado):<br>a) Sin instrucción [ ] d) Preparatoria o bachillerato [ ]<br>b) Primaria [ ] e) Universitario [ ]<br>c) Secundaria [ ] f) Posgrado [ ]</td></tr>
<tr><td>8. Ocupación-empleo:<br>a) Desempleado [ ]<br>b) Profesionista [ ]<br>c) Estudiante [ ]<br>d) Comerciante, oficios, cuenta propia [ ]<br>e) Trabajo en el hogar [ ]<br>f) Asalariado no profesional [ ]<br>g) Jubilado [ ]<br>h) Otro: _____</td><td>9. Con quién vive:<br>a) Solo [ ]<br>b) Pareja [ ]<br>c) Padre/Madre [ ]<br>d) Hijos [ ]<br>e) Otro familiar [ ]<br>f) Amigos [ ]</td></tr>
<tr><td>10. ¿Tiene hijos?<br>a) Si [ ]<br>b) No [ ]</td><td>11. ¿Cómo evalúa su estado de salud?<br>a) Muy bueno [ ]<br>b) Bueno [ ]<br>c) Satisfecho [ ]<br>d) Malo [ ]<br>e) Bastante malo [ ]</td></tr>
<tr><td colspan="2">12. Aproximadamente ¿Cuál es el ingreso familiar mensual por distintos conceptos?<br>a) Menos de 3,500 [ ]<br>b) Entre 3,500 y 8,000 [ ]<br>c) Entre 8,000 y 16,000 [ ]<br>d) Entre 16,000 y 30,000 [ ]<br>e) Más de 30,000 [ ]</td></tr>
</table>

# III
# Tablas de datos generales por institución

## Centro Budista de la Ciudad de México (CBCM)

| Nombre | Edad | Sexo | Estado civil | Escolaridad | Ocupación | Religión |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Satyasuri | 51 | Femenino | Casada | Universitario | Profesionista | Budismo |
| Edith | 43 | Femenino | Unión libre | Universitario | Cuenta propia | Budismo |
| Gladis | 57 | Femenino | Soltera | Posgrado | Profesionista | Budismo |
| Mafer | 30 | Femenino | Soltera | Posgrado | Profesionista | Católica |
| Joss | 50 | Femenino | Soltera | Posgrado | Cuenta propia | Católica |

## Centro Cultural Aurobindo (CCA)

| Nombre | Edad | Sexo | Estado civil | Escolaridad | Ocupación | Religión |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Rubén | 62 | Masculino | Casado | Universitario | Administrador | Católico |
| Raúl | 63 | Masculino | Soltero | Universitario | Profesionista | Síntesis |
| Marlene | 37 | Femenino | Casada | Universitario | Maestra yoga | Espiritual |
| Elizabeth | 47 | Femenino | Divorciada | Sin instrucción | Independiente | Sin religión |
| César | 53 | Masculino | Soltero | Posgrado | Profesionista | Libre creyente |
| Soco | 57 | Femenino | Divorciada | Bachillerato | Cuenta propia | Sin religión |
| Rocío | 37 | Femenino | Soltera | Universitario | Profesionista | Ninguna |
| Enrique | 44 | Masculino | Soltero | Universitario | Profesionista | Católico |
| Graciela | 69 | Femenino | Divorciado | Bachillerato | Comerciante | Humanidad |
| Erick | 67 | Masculino | Casado | Posgrado | Pensionado | Católico |
| Lucero | 34 | Femenino | Casada | Universitario | Profesionista | Católica y espiritismo |

## Sociedad Cultural Yoga Devanand (SCYD)

| Nombre | Edad | Sexo | Estado civil | Escolaridad | Ocupación | Religión |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Javier | 53 | Masculino | Casado | Posgrado | Cuenta propia | Católico |
| Erika | 46 | Femenino | Divorciada | Universitario | Empresaria | Católica |
| Jazmín | 35 | Femenino | Soltera | Universitario | Profesionista | Católica |

## El Arte de Vivir (TAOL)

| Nombre | Edad | Sexo | Estado civil | Escolaridad | Ocupación | Religión |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mariano | 40 | Masculino | Soltero | Bachillerato | Profesionista | Católico |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Juan | 30 | Masculino | Soltero | Universitario | Profesionista | Católico |
| Luciana | 35 | Femenino | Casada | Universitario | Profesionista | Católica |
| Fernanda | 48 | Femenino | Divorciada | Universitario | Servicio | Sin religión |

## Yoga RAM

| Nombre | Edad | Sexo | Estado civil | Escolaridad | Ocupación | Religión |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mario | 43 | Masculino | Casado | Posgrado | Profesionista | Sin religión |
| Marco | 37 | Masculino | Unión libre | Posgrado | Profesionista | Sin religión |
| Charlie | 62 | Masculino | Divorciado | Posgrado | Jubilado | Católico |
| Zurith | 39 | Femenino | Divorciada | Secundaria | Profesionista | Sin religión |

## Paramani

| Nombre | Edad | Sexo | Estado civil | Escolaridad | Ocupación | Religión |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Elena | 62 | Femenino | Soltera | Universitario | Profesionista | Católico |
| Fany | 45 | Femenino | Soltera | Bachillerato | Profesionista | Budismo |
| Sol | 42 | Femenino | Soltera | Bachillerato | Asalariado no profesional | Sin religión |

## AEON CF TRAINING

| Nombre | Edad | Sexo | Estado civil | Escolaridad | Ocupación | Religión |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Luis | 33 | Masculino | Soltero | Universitario | Cuenta propia | Católica |
| Paula | 25 | Femenino | Soltera | Universitario | Profesionista y estudiante | Sin religión |
| Daniel | 33 | Masculino | Soltero | Universitario | Profesionista | Sin religión |

## Gimnasio Condesa

| Nombre | Edad | Sexo | Estado civil | Escolaridad | Ocupación | Religión |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Rodolfo | 74 | Masculino | Soltero | Posgrado | Profesionista | Católico |
| Salvador | 52 | Masculino | Soltero | Universitario | Profesionista | Sin religión |
| Refugio | 66 | Femenino | Soltera | Bachillerato | Asalariada no profesional | Católica |

## Tres Cero Tres

| Nombre | Edad | Sexo | Estado civil | Escolaridad | Ocupación | Religión |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Rosa | 31 | Femenino | Soltera | Universitario | Gestora cultural | Sin religión |
| Carolina | 47 | Femenino | Casada | Universitario | Cuenta propia | Sin religión |
| Montse | 33 | Femenino | Casada | Posgrado | Trabajo en el hogar | Católica |

## La Cueva del Yogui

| Nombre | Edad | Sexo | Estado civil | Escolaridad | Ocupación | Religión |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Isaac | 39 | Masculino | Casado | Universitario | Comerciante | Budismo |
| Ricardo | 50 | Masculino | Casado | Universitario | Maestro de yoga | Sin religión |
| Valentín | 37 | Masculino | Relación | Universitario | Profesionista | Hinduismo |

# VI
# Anexo Fotográfico

Fotografía 1
"Fachada del Centro Budista
de la Ciudad de México (CBCM)"
Creación propia.

Fotografía 2
"Fachada del Centro Budista
de la Ciudad de México (CBCM).
Creación propia.

Fotografía 3
"Centro Cultural Aurobindo".
Creación propia.

Fotografía 4 "Salón de yoga del CCA". Creación propia.

Fotografía 5
"Detalle del salón de yoga
en el CCA".
Creación propia.

Fotografía 6
"Fachada de la Sociedad
Cultural Yoga Devanand".
Creación propia.

Fotografía 7 “Fachada de El Arte de Vivir”. Creación propia.

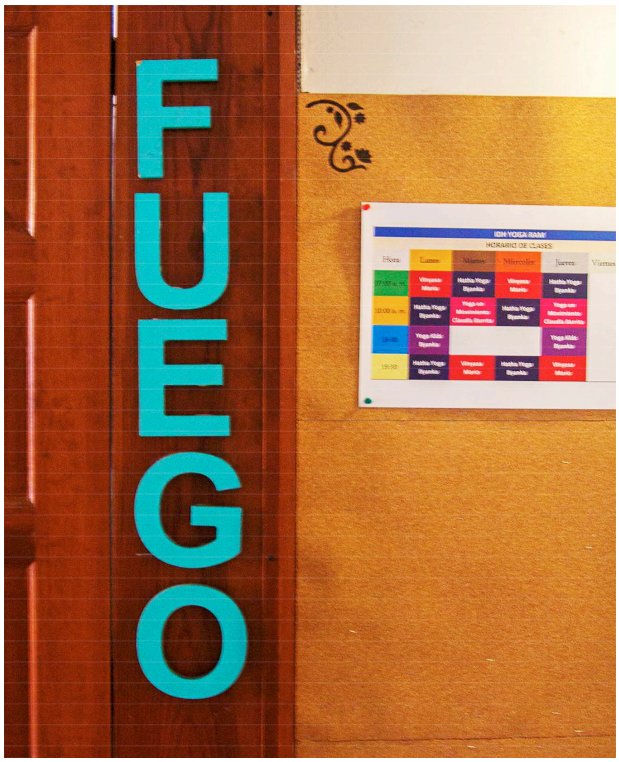
Fotografía 8 “Fachada de Yoga RAM”. Creación propia.

Fotografía 9 “Artículo a la venta en Yoga RAM”. Creación propia.

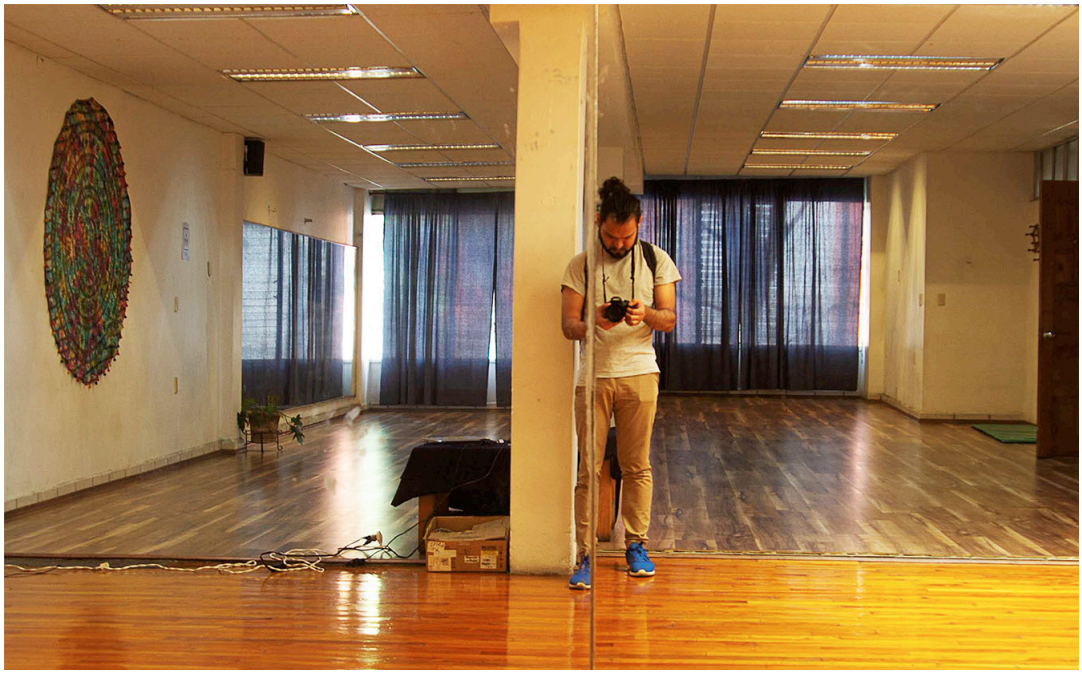
Fotografía 10 “Salón Tierra de Yoga RAM”. Creación propia.

Fotografía 11
"Detalle del Salón Tierra de Yoga RAM".
Creación propia.

Fotografía 12
"Detalle 2 del Salón Tierra
de Yoga RAM".
Creación propia.




Fotografía 13
"Salón Fuego de Yoga RAM".
Creación propia.



Fotografía 14 "Salón Tierra 2 de Yoga RAM". Creación propia.

Fotografía 15
"Detalle del Salón Tierra
de Yoga RAM".
Creación propia.

Fotografía 16
"Salón Agua de Yoga RAM".
Creación propia.

Fotografía 17
"Salón Agua 2 de Yoga RAM".
Creación propia.

Fotografía 18 "Detalle del Salón Agua de Yoga RAM". Creación propia.

Fotografía 19
"Salón Aire de Yoga RAM".
Creación propia.

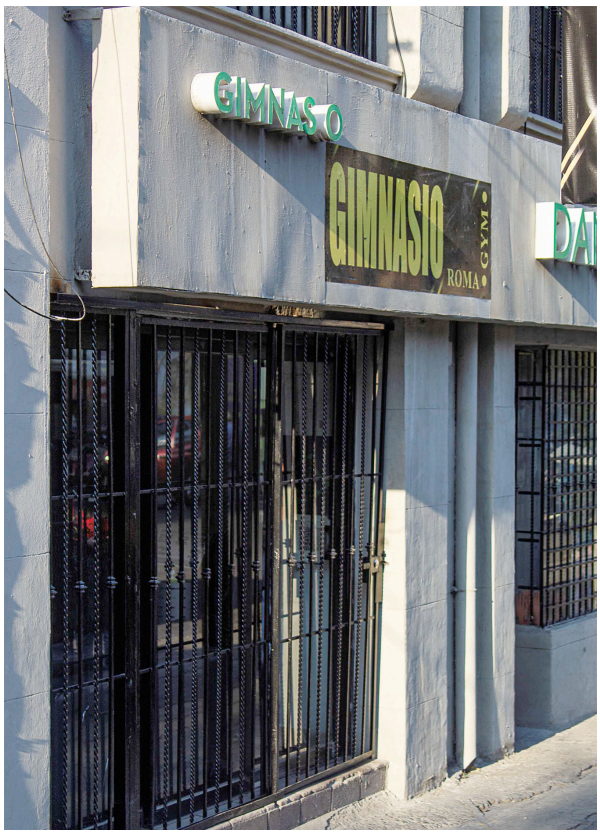
Fotografía 20 "Salón Aire 2 de Yoga RAM". Creación propia.

Fotografía 21
"Detalle del Salón Aire de Yoga RAM".
Creación propia.

Fotografía 22
"Paramani Yoga".
Creación propia.

Fotografía 23
"Fachada de Paramani Yoga".
Creación propia.

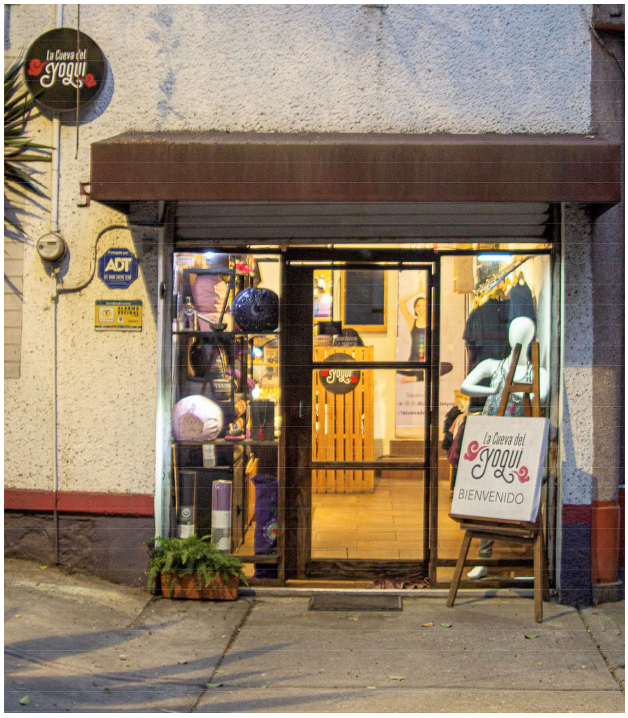
Fotografía 24 "AEON CF". Creación propia.




Fotografía 25
"Gimnasio Roma".
Creación propia.

Fotografía 26 "Fachada del Gimnasio Roma". Creación propia.

Fotografía 27
"Fachada de Tres Cero Tres".
Creación propia.




Fotografía 28
"Fachada de La Cueva del Yogui".
Creación propia.