Manifiesto Samyama

Compasión y cooperación en la enseñanza de yoga

Cultura y liderazgo contemporáneo para yogis

Diana Naya

samyama

www.samyamayogaibiza.com

Querido lector/a.

Te doy la bienvenida a la lectura de este manifiesto. Escribí este texto originalmente en inglés en 2017 para involucrar a la comunidad internacional de profesores de yoga en Ibiza. Mi deseo era crear espacios para el encuentro, la conversación y la conexión con la intención de crear una cultura colectiva que honrara lo individual, fortaleciendo nexos y abriendo puertas para crecer juntos.

Este texto es original y, frente a otras cosas que he escrito, no he recibido inspiración del exterior. Es un texto nacido de sensaciones, intuiciones, deseos y voluntades íntimas. Es mi declaración de intenciones y propósitos. Es mi mapa personal, me guía en asuntos menores y mayores, y me ayuda a filtrar mis decisiones y acciones.

Os invito a leerlo y tomar tiempo para reflexionar. La tradición del yoga se basa en la indagación y la reflexión, desde ese prisma queremos encontrarnos con el conocimiento y con nosotros mismos.

MANIFIESTO SAMYAMA

1. Un cuerpo, muchas células.

· Como profesora y educadora de yoga me reconozco como una célula única, especializada y con talento, que pertenece a un sólo cuerpo. Ese cuerpo está formado por todos los educadores y profesores de que están divulgando la sabiduría del Yoga, creando una cultura y un legado para las siguientes generaciones.

· Soy consciente de que un cuerpo funciona de manera óptima gracias a las cohesión, coherencia, cooperación y autenticidad de cada una de sus células.

· Mi creencia es que la misión de este cuerpo es servir, dando forma e inspirando al mundo a través de pensamiento, palabra y acción.

· Reconozco mi poder para transformar y afectar al mundo. Creo que como profesores estamos aquí para recordarnos los unos a los otros cada día este objetivo colectivo de transformación y servicio. Para mí, este objetivo es una prioridad y está por encima de mis objetivos personales de éxito individual. Yo sé que el éxito verdadero está en la salud y la riqueza de la comunidad.

2. Sobre habilidades, desarrollo y conocimiento.

· Me declaro totalmente responsable de mis habilidades presentes, de la situación de mi carrera y de mi desarrollo profesional actual. A pesar de la normalización social de la victimización y de la queja elijo niveles elevados de pensamiento y emoción para mejorar y agradecer mi situación presente.

· La mejor manera en la que puedo servir a la comunidad es encontrando mi propia voz y compartiendo de manera auténtica mis conocimientos. Otros profesores pueden ser una referencia de estilo o de sabiduría, pero ninguno de ellos puede ver con la misma claridad que yo cuál es mi camino. Por ello, disfruto de escuchar a otros profesores sin dejar de atender a mis convicciones y valores personales. La diferencia de opiniones y perspectivas no es más que la diferencia de interpretaciones, no ha de ser fuente de luchas o conflictos.

· Estoy feliz de revisar mi enseñanza y mis suposiciones cada día. Mantener mi conocimiento y mis habilidades al día a través de la indagación y el estudio es mi obligación. No debo verlo como una elección sino como una responsabilidad que tengo con esta comunidad de profesores y estudiantes.

· Pongo mi afán en aprender, no en ser perfecta. Sé que hay muchos espacios ciegos en mi experiencia y mi conocimiento. Por ello me mantengo humilde, honrando y respetando la diversidad de escuelas y enseñanzas. Para mí, un profesor que sólo respeta su propia manera de ver el yoga o la enseñanza no es un verdadero profesor pues carece de la inocencia, la humildad y la integridad que forman parte de las enseñanzas más profundas del yoga.

· Acepto los celos, el miedo y la envidia como parte de la experiencia humana. Elijo sentirlos sin alimentarlos. Trabajo a diario en ordenar y limpiar mi mente para mantenerme por encima de los pensamientos que me separan o enfrentan a los demás.

3. Compartiendo el yoga.

· Deseo hacer el yoga accesible a todo el mundo, honrando siempre cada contexto y a cada alumno.

· Mi intención es compartir las experiencias y el aprendizaje que me han servido a mí, ayudando a los que me rodean a encontrar sus propias inspiraciones, formaciones o recursos educativos.

· Los alumnos tienen derecho a su libertad y a tomar decisiones en su evolución y práctica. Mi compromiso es ofrecer cuanto conocimiento intelectual y práctico sea necesario en cada caso. Elijo no ser opaca, ocultista o misteriosa respecto al origen y las fuentes de mi conocimiento. La búsqueda de poder personal falta a la ética del yoga y de la educación.

· Estoy dispuesta a compartir la profundidad de los valores y la filosofía del yoga sin expectativas respecto a cuánto cada alumno quiere comprometerse con estos valores. Acepto el grado de compromiso e implicación de cada persona sin juicios ni arrogancia.

4. Ética, intención, conciencia.

· Minimizar a otros atenta contra las reglas éticas de un verdadero profesor.

· Juzgar a los demás no les ayudará a mejorar e interfiere en mi habilidad para comunicarme con amabilidad, compasión y claridad. Elijo mantenerme abierta a las necesidades de los alumnos y consciente de mis propias emociones en cada momento.

· Desde mi perspectiva, la conciencia comunitaria pone su énfasis en nuestra capacidad para darnos apoyo los unos a los otros en las transiciones. Como profesores todos tenemos miedos, dudas y zonas débiles. En nuestra vulnerabilidad se encuentra nuestro poder para transformarnos. Nuestra debilidad no nos hace débiles sino conscientes de la humanidad común y nos favorece la empatía. Ser valientes y compartir esta vulnerabilidad nos acerca los unos a los otros y al corazón del Yoga, y así servimos más y mejor.

· Es mi creencia que hay suficiente para todos y que compartir aumenta de manera natural nuestra salud, riqueza y éxito, tanto individual como comunitario.

5. Valores fundamentales, yoga verdadero, pertenencia.

· Estoy feliz de romper los patrones en mi mente y en mi corazón que me dan una sensación de fragmentación y separación. El yoga habla de unión, conexión y totalidad.

· Le deseo una larga vida al Yoga y a mí misma como profesora. Trabajo para la longevidad de esta tradición y mi propia longevidad como profesora. Antes de llevar a cabo mis acciones considero los efectos globales de las mismas en el largo plazo más que en las recompensas inmediatas personales.

· El poder del Yoga es mucho más fuerte que el poder de "mi yoga". Estoy dispuesta a reconocer que este poder no es mío, aunque se expresa a través de mi. Es una sabiduría amplia y colectiva sobre la que no tengo posesión personal, pero a la cual pertenezco.

****

Sobre el significado de la cooperación en una comunidad de educadores de yoga

· Apropiarse del modelo de pensamiento del Manifiesto Samyama puede ser un proceso lento. No es difícil, pero es diferente. En cierto modo choca con las directrices y modelos de una sociedad individualista con predominancia de mensajes de miedo y competitividad. Estoy

dispuesta a honrar los ritmos y traducir estas ideas a mi propio lenguaje y sentimiento mientras asumo los compromisos que representa.

· La creación de cultura requiere tiempo, dedicación, intención y paciencia. Nuevos hábitos y comportamientos son necesarios para que nazca una nueva profesora.

· Cuando cooperamos no sumamos nuestras partes, al unir las partes nos convertimos en algo nuevo.

· El propósito de una comunidad de profesores incluye apoyar a los nuevos profesores en su desarrollo de destrezas y en la superación de los desafíos de esta profesión. Damos la bienvenida a cada nuevo miembro, deseándole lo mejor y ayudando en lo que nos sea posible.

· La humildad y la tolerancia son cualidades imprescindibles para la salud de este movimiento. No hay jerarquía humana ni categorías en esta profesión, sólo diferentes estados de desarrollo en el nivel de experiencia y conocimiento. La pureza y la inocencia son territorio de todos.

· Una comunidad, o cuerpo de profesores, es un espacio creativo, no un espacio de seguidores. Cada célula tiene inteligencia y capacidad para tomar sus propias decisiones, sin olvidar nunca que su comportamiento afecta a toda la comunidad. Por esa razón elegimos actuar con responsabilidad y visión de futuro.

· La voluntad y la actitud son las raíces de nuestra fuerza como comunidad. Todos los miembros de una comunidad necesitan tiempo para reflexionar sobre el equilibrio correcto entre libertad y compromiso.

· La madurez espiritual nos dará la valentía para crecer a partir de nuestras raíces y expandir las ramas del árbol del Yoga.

· La empatía es la herramienta fundamental para entendernos unos a otros, incluso si no estamos de acuerdo. La diversidad de opiniones es señal de salud y de riqueza.

· Una comunidad no absorbe a sus individuos ni su camino personal. La comunidad nos recuerda que podemos refinarnos y mejorarnos en solitario así como a través de la interacción con nuestros pares.

· El confort de navegar en solitario es obvio. Aún así decidimos tomar parte de nuestro tiempo, energía, recursos y disponibilidad para pensar de una manera multidimensional, superando la conciencia limitada individual para sumergirnos en la conciencia colectiva que nos une los unos a los otros de manera atemporal.

· Una comunidad aspira a crear cultura y representar a esa cultura con sus acciones. La comunidad es consciente de su poder y lo usa para mejorar y embellecer el mundo.

*

¿Qué cultura queremos crear?
¿Cuál creemos que es nuestra misión como profesoras/es y educadoras/es de yoga?

Diana Naya
Ibiza Septiembre 2017

ww.samyamayogaibiza.com
diana@samyamayogaibiza.com

Comparte tus ideas y sensaciones conmigo si te apetece.

Si lo quieres compartir por favor toma tiempo para citar su origen.
Muchas gracias.