

Karma Pelden (Ramón).



Mis queridos e inolvidables amigos de India, Ranja y Guru Prasad, ya partidos, me calificaban de “urban monk”, y nos reíamos de ello, pero ahora, muchos años después me veo ubicado en dicho arquetipo. Mi necesidad vital es soledad, espacio y silencio, que al fin y al cabo son sinónimos.

Mi incursión en el mundo del yoga comenzó a los 18 años, no en el yoga físico que se ha vuelto sinónimo de yoga, sino en el Gnana-yoga, el yoga del conocimiento. Descubro los Upanishads, el Guita, los autores de la Teosofía. Me deslumbra Jiddu Krishnamurti, y entro en contacto con las prácticas de Swami Muktananda.

El siguiente paso importante en mi vida tiene lugar en mi estancia en Atlanta en 1982; allí entro en el hatha-yoga, incursiono en el vegetarianismo, y me inicio en las terapias manuales.

Posteriormente decidí continuar mi entrenamiento en esta última disciplina, y continuo mi formación de la mano del profesor Phillip Legostajev en Caracas, en su clínica y escuela de “Masajistas terapéuticos” en el año 1984.

Hacia 1986 me inicio en el masaje bioenergético y los trabajos de Lowen, en la “Escuela de Bioenergía de Caracas”.

Entrenamiento en masaje muscular profundo, dictado por Radonna Patterson, en el “Instituto de danza de Caracas”.



Luego parto en 1992 a mi primera estancia en India.



Allí tuve mi primer contacto directo con el ayurveda e incursioné en el masaje Ayurvédico en el sur de India en el instituto de Kalaripatayu, en Trivandrum.

Y continué mi entrenamiento en Tailandia, en el masaje tradicional Tailandés, en el templo de Wat Po en Bagkok, allá por el año 1992.



Seguí con el masaje tradicional con hierbas, con la entrañable “mama Lek”(quien falleciera en el 2013), que regentaba un estudio de masaje, el Lek Chaia, en el patio de un templo en el norte de Chiang Mai, famoso con los viajeros a esas tierras.



Enseñaba una particular modalidad llamada “toque de nervios” (Jap-Sen) que consistía en aplicar presión con movimientos circulares de las líneas Sen, (parecidas a los meridianos de la medicina China) urgando entre tendones y tejidos blandos.

Conocí luego al monje budista Asokananda (Harold Brust 1955-2006), quien en 1992 realizaba sus enseñanzas en un bello entorno en las montañas habitadas por la tribu de los Lahu, clases que comenzaban a las 5 de la mañana en una amplia cabaña de bambú que usaba para ello y arrancaba con una sesión de hatha yoga, seguida por una sesión de meditación.

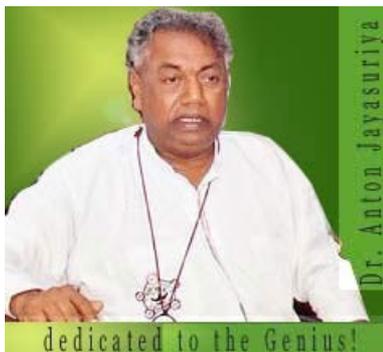


Terminábamos antes de la caída del sol, en medio de la selva después de haber viajado a través de las líneas Sen, estiramientos y manipulaciones con rodillas, codos y manos, y charlas sobre el Sutra del diamante.

Además en Chiang Mai tomé el entrenamiento en Thai Facial y Tratamiento corporal en el Int'l Training massage school y Thai Foot Reflexology en Loi Kroh School.



También participé en el “Acupressure Point Workshop” con Amnat Khunchamnan.



De aquí salté a Sri Lanka, otro hermoso país Asiático, donde practiqué acupuntura con el popular y afectuoso doctor Anton Jayasuriya (1930-2005) en el hospital de Kalubowila en Colombo, cursos informales de Ayurveda en “Ayurvedic Teaching Hospital – Borella” y asistí al World Congress of Oriental Medicines and Complementary Medicines” 1992.

Y ese ciclo termina en Jersey, en las Islas del canal, donde me entrené con la Doctora Diana Mossop en su instituto de Phyto biophysics, remedios vibracionales y drenaje linfático.



En 2004 regreso a mi segunda estancia en India.

En Pune me entrené en ayurveda y algunas técnicas ayurvédicas puntuales tales como el shirodara y el “Chavutti Thirumal” masaje efectuado enteramente con los pies originario del estado de Kerala, en el Lotus Ayurvedic Healing Academy.

Tomé clases privadas de ayurveda al igual que en Coimbatore y Hyderabad.

Reiki Master Usui.

Nivel I y II, 1999.

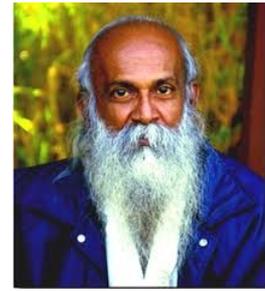
Ana Maria Colominas

Nivel III.

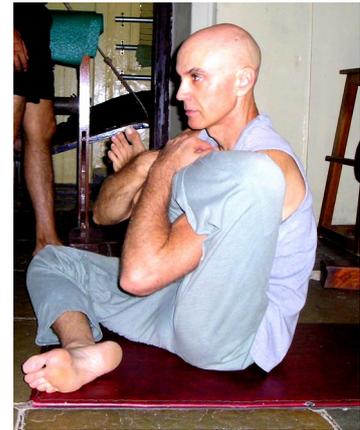
S. Rubens 2005.

Volviendo al yoga, seguí mi práctica personal en los años 80 con la Gran Fraternidad Universal.

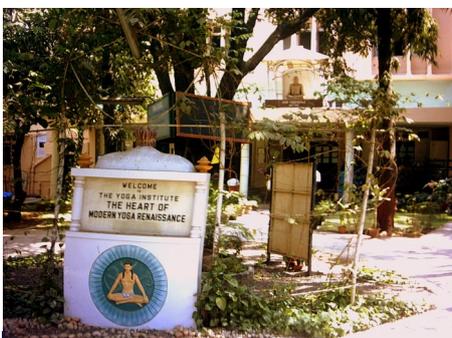
En 1992 en el ashram de Kriya yoga y el Instituto de naturopatia y yogaterapia creados por Sadguru Babaji, Yogi S.A.A. Ramaiah (Yogiar) (1923-2006) en Kanadukathan, donde me formé en Kriya yoga e inicié mi incursión en la yoga terapia en el “K. B. Y. S. College of Yoga Therapy and hospital” en Athanoor, Tamil Nadu, sur de India.



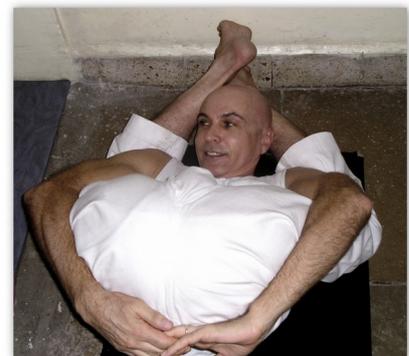
En Pune me entrené en la “Academy of yoga” en dicha ciudad a cargo de Sir Dharmaving Singh, discípulo de Iyengar.



Tuve el honor de poder asistir al muy reconocido “Iyengar Yoga study” regentado por Yogacharya B.K.S. Iyengar (1918-2014), uno de los mayores, innovadores e influyentes yogis de nuestro tiempo.



Y no muy lejos de allí en Mumbai, en la “Escuela de yoga de Santa Cruz”.

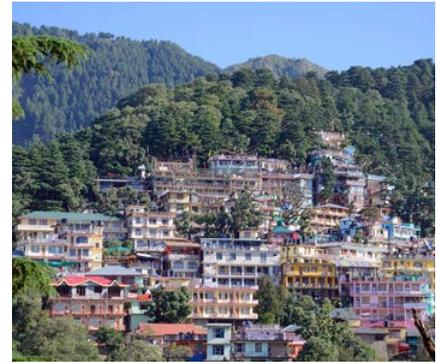


Rumbo al sur fui a la exhuberante ciudad de Mysore, donde practiqué con el yogacharya Venkatesh en Atma-Vikasa.

Luego al norte, en Dharamsala, en el valle de Kangra, sobre las pendientes de los montes Dhauladar, ciudad donde se estableciera el gobierno Tibetano en exilio en 1960.



En medio de esos parajes me entrené en el “Iyengar Himalayan Yoga Institute” con Sharat Arora, en una pendiente montañosa llena de cedros del Himalaya.



Fue en este centro, donde ocurrió uno de esos encuentros mágicos que suceden en nuestras vidas de cuando en vez, pues aquí encontré a dos personajes muy especiales, entrañables e importantes en mi vida, Jiang y su esposo Pedro.

Un poco mas abajo, en el estado de Uttaranchal, fui a la ciudad de Dehra Dum, al “Yog-Ganga centre for yoga Studies”, donde meticulosamente imparten



clases el matrimonio Rajiv y Chanchani Swati, discípulos de Iyengar.



Una casa encuadrada en un colorido y florido jardín en el Valle Doon a los pies de los Himalayas.

Cuarenta y cinco kilómetros hacia el sur, llego a Rishikesh, ciudad situada en las estribaciones del Himalaya que atrae miles de peregrinos y turistas cada año.

Acompañada del Ganges es conocida como la puerta del Himalaya, y se encuentra a 25 km de otra ciudad sagrada, Haridwar.



En el Omkarananda Ashram está Usha Devi, una maravillosa persona e inmejorable profesora de yoga, discípula del maestro Iyengar, y bajo cuya precisa batuta permanecí durante el 2005.



En El “Ashram Parmath Niketan”, tomé el curso para profesores con Karin O'Bannon (Senior Iyengar Teacher).



No muy lejos de allí, me formé también en el “Yoga Study Center” del bramachari Rudra Dev, uno de los mas reconocidos y experimentados profesores de la linea de Iyengar, en un entrañable y rústico estudio, justo a la margen del Ganges.



Y nuevamente al sur, esta vez a Belgaum, una ciudad en el estado de Karnataka, donde me entrené en

yogoterapia en el “Shrikant Institute”, con el yogacharya Abhai Keste discípulo de Iyengar en el 2007.