

## RESEÑAS

LAIA VILLEGAS y ÓSCAR PUJOL (2017). *Diccionario del yoga. Historia, práctica, filosofía y mantras*. Barcelona: Herder, 300 pp.

En una atractiva publicación a dos tintas y acompañada de profusas ilustraciones, los autores Laia Villegas y Óscar Pujol brindan un material nuevo en materia de yoga. A todas luces, el yoga constituye una enorme fuente de inspiración y motivos para producir libros y otro tipo de productos, por lo que resulta difícil hallar material serio y valioso en español, ya que una cantidad importante de las publicaciones es de carácter publicitario o propagandístico.

El *Diccionario del yoga*, como anuncia el título, pretende ser ante todo un glosario extendido de términos relacionados con la práctica y el pensamiento yóguicos, pero es más que eso. La organización del contenido no imita la ordenación habitual de un diccionario. El volumen consta de cuatro partes; a saber: *i*) Breve historia del yoga, *ii*) La práctica del yoga, *iii*) La filosofía del yoga, y *iv*) Mantras.

La primera parte (conformada por varios, pero cortos capítulos) hace un recuento muy somero y conciso de la evolución del yoga, desde la antigüedad hasta el presente. Da espacio a aspectos tanto de práctica corporal como de reflexión filosófica. Termina por destacar la importancia de la escuela del hathayoga y busca poner de relieve algunas de las continuidades. Se trata de una sección bien documentada y de información fiable.

El segundo apartado se enfoca en la práctica y culmina con un pequeño glosario sobre el tema. En verdad, esta práctica se refiere básicamente a nociones y aspectos relacionados con el hathayoga y no con otras variantes: posturas (*āsana*), técnicas varias para el control respiratorio (*prāṇāyama*, *bandha*, *mudrā*) y técnicas higiénicas, aunque las últimas (*krīyā*) no suelen aparecer en los textos hathayóguicos más tempranos. Ésta es, quizá, la parte más atractiva del volumen para un público general,

pues dedica varias páginas a la descripción de posturas físicas. Para tal efecto, el libro brinda ilustraciones, la nomenclatura de la postura, su traducción al castellano y las fuentes textuales donde se le menciona. Sin duda, es la sección más práctica del libro y la que posiblemente más disfrutarán los ejecutantes.

Aunque las posturas constituyen uno de los aspectos más socorridos e identificables del yoga en la actualidad, no siempre fueron parte esencial del hatha, lo cual queda demostrado con el hecho de que los autores sólo citan dos fuentes: *Hāthayoga-pradīpikā* (ca. 1500) y *Gherāṇḍa-sambhitā* (siglos XVI-XVII), obviando otras más tempranas. El lector apreciará que varias posturas no están acompañadas de una fuente textual (por ejemplo, *adhomukhāsva-āsana*, *makara-āsana*, *sarvāṅga-āsana*, o *trikoṇa-āsana*, entre muchas otras). Tampoco se hacen comentarios acerca de la debatible historia de la serie conocida como “saludos al sol” (*sūrya namaskāra*). Sería pertinente aclarar estos puntos (lo que de todas formas no cancela los beneficios de una práctica corporal) en aras de producir una percepción más profunda acerca de la evolución y la longevidad/innovación de algunas prácticas yóguicas.

Por otro lado, debido a la disposición editorial de las partes II y III, los autores hacen una tácita homologación del yoga patañjálí y el hathayoga, dos corrientes en realidad distintas entre sí. Dicha identificación es más bien de reciente manufactura, producida sobre todo por Swami Vivekananda y otros en la segunda mitad del siglo XIX. Aquí faltó un poco de mirada crítica que brinde al lector una comprensión más definida de las diferencias entre la filosofía del *Yogasūtra* y la práctica del hathayoga.

La parte III se concentra en presentar la filosofía yóguica. En realidad, se trata de una sola postura filosófica, la de Patañjálí según se expone en su famoso *Yogasūtra* (siglos II-IV). El corazón de este apartado es la traducción de esta obra. Debido al carácter pragmático del *Diccionario*, la traducción está acompañada del texto sánscrito, una transliteración al alfabeto latino y una explicación lexical de cada uno de los aforismos. La idea es que el simpatizante no sólo tenga acceso al contenido, sino que además pueda pronunciar (y recitar) el texto. Para ello, en el sitio de la editorial hay un audio disponible con

una recitación en la voz de Kaustubh Desikachar. Desikachar es nieto de Tirumalai Krishnamacharya, uno de los padres del yoga moderno, y con ello el *Diccionario* evidencia una clara simpatía no sólo por una forma de yoga (un yoga físico), sino también por una de sus escuelas.

En realidad, la parte lexicográfica del volumen es poco en contexto: se reduce a un glosario final en la parte II y dos glosarios más en la parte III, uno de carácter general y otro enfocado al *Yogasūtra*. Resulta un poco sobrado que un mismo segmento contenga dos glosarios. Quizá el segundo podría haberse colocado al final del libro entero, o bien convertido en una parte adicional en la estructura del texto. En todo caso, la descripción de cada una de las voces y entradas registradas en los glosarios es correcta y de fácil comprensión, señal del conocimiento filológico de los autores. Asimismo, la transliteración es pulcra.

Se debe tener en cuenta que el *Diccionario del yoga* está destinado a un público concreto. No se trata ni de un estudio erudito, ni de un libro de divulgación general; antes bien, está dirigido a practicantes, en particular de las escuelas denominadas ashtanga o hathayoga. Eso explica la organización del material, la edición y la presentación. Se objeta que el “yoga” del título en la portada se refiere en realidad a una manera particular de concebir el yoga y el *Yogasūtra*; a saber: un hathayoga contemporáneo de tipo *vinyāsa*, iniciado con Krishnamacharya. Como sea, eso no desmerita el contenido ni el cuidado del libro. Se agradece que una publicación de corte general se preocupe por ofrecer un producto no sólo útil, sino además serio y cuidadoso, y que se encomiende dicha labor a especialistas en el campo.

ADRIÁN MUÑOZ  
*El Colegio de México*