



Queridas/os,

Ante las recientes denuncias, acusaciones e información que está saliendo a la luz sobre el comportamiento de Yogi Bhajan, desde nuestras escuelas y como formadoras de Kundalini Yoga Prem queremos compartir lo siguiente:

Repudiamos todo tipo de abuso de poder, falta de respeto y uso de la violencia en cualquier ámbito. Consideramos altamente inmoral que alguien se aproveche del estado de apertura y sensibilidad dentro de cualquier comunidad.

Apoyamos el movimiento de esclarecimiento que está surgiendo sobre distintos maestros espirituales y en concreto sobre Bhajan, pues consideramos que es fundamental la transparencia de quienes se sitúan en roles públicos o elegimos como guías. Es imprescindible que aflore todo lo que estaba escondido. Debemos ser visibles en nuestra reprobación para influir de modo que estos abusos y acciones sectarias nos encuentren advertidos y no vuelvan a suceder.

Aunque para nosotras Bhajan nunca fue un gurú, y estamos desvinculadas de sus organizaciones, nos sentimos unidas a las profesoras, profesores y practicantes de Kundalini Yoga de todas las escuelas, así como a las personas que en estos momentos estén sufriendo desorientación, tristeza y dolor.

Que el perdón más profundo nos llegue a todos para sanar y que la vida prospere con toda la transformación necesaria.

### **Sobre la técnica**

En nuestra opinión la variedad y combinación de técnicas yóguicas que manejamos en Kundalini Yoga son muy valiosas y solo hay que usar el discernimiento para llevarlas a la práctica con honestidad. Ni la inmoralidad de Bhajan, ni la de ningún maestro, es más poderosa que tu relación íntima con la práctica. Sabemos que su presentación del Kundalini se envolvió en un manto de confusión e inexactitudes técnicas y filosóficas que pueden ser iluminadas y subsanadas. Separando lo uno de lo otro nos queda lo más valioso. Nosotras sentimos que desde hace tiempo estamos recorriendo este camino de esclarecimiento.

Hace unos diez años, nos desligamos de 3HO, KRI y sus formaciones, porque no nos sentíamos afines a una manera de funcionar que considerábamos cerrada y dominante. Desde entonces hemos estado investigando no solo en la técnica de Kundalini Yoga como lo enseñó Yogi Bhajan, sino también buscando otros exponentes y desarrollando una metodología propia. Hemos afinando la comprensión fisiológica y el rigor de la técnica, profundizando en el trabajo energético y en la filosofía yóguica a través de las fuentes clásicas y hemos encontrando pilares que nos parecen más firmes sobre los cuales sostener la experiencia de esta práctica. También hemos depurado la técnica de las kriyas que queremos seguir practicando, y con el tiempo, hemos abierto nuestro sexto sentido para crear series y meditaciones propias.

Con esto queremos decir que el Yoga no es exclusividad de una organización ni de un maestro, sus fundamentos pertenecen a la humanidad. Apoyamos el Yoga libre, atado únicamente a la disciplina y experiencia de cada practicante, con inspiración pero sin dogmas y sin gurús, que es transmitido de profesor/a a estudiante de manera sencilla y sin pretensiones. El yoga del siglo XXI es nuestro.

Que la verdad lleve luz a todos los rincones y que esta crisis nos deje más libres y unidos.

### **Siri Tapa, Isa Solana y Fedora Fonseca**

Formadoras de Kundalini Yoga Prem y directoras de Gobinde Yoga y de Happy Yoga Central



Posdata a nuestras/os alumnas/os tituladas/os:

Podrás acceder a nuestros nuevos manuales para que puedas estar al día de nuestras investigaciones y propuestas. Ponte en contacto con tu escuela, y pregunta el modo.