

A vida e o Yoga de Sri Krishnamacharya

Tirumalai Krishnamacharya nasceu em 18 de novembro de 1888 em Mysore, sul da Índia, numa família que tem suas raízes no famoso sábio indiano do século nove Nathamuni, autor do *Yogarahasya* e o primeiro professor da linhagem de Gurus Vaishnavas.

24/04/2002 · 5 mins de leitura



Tirumalai Krishnamacharya nasceu em 18 de novembro de 1888 em *Mysore*, sul da Índia, numa família que tem suas raízes no famoso sábio indiano do século nove *Nathamuni*, autor do *Yogarahasya* e o primeiro professor da linhagem de *Gurus Vaishnavas*.

O *Yogarahasya* (*A essência do Yoga*) é um dos mais importantes textos da história do *Yoga*. Foi escrito há mais de mil anos e, infelizmente, há cerca de mil anos desapareceu da herança do *Yoga*. Uma das mais incríveis histórias da vida de *Sri Krishnamacharya* está relacionada à redescoberta desse importante texto de *Nathamuni*. Com apenas 16 anos de idade, numa peregrinação até o local sagrado onde *Nathamuni* havia recebido esses ensinamentos, *Krishnamacharya* teve uma importante revelação. O que aconteceu lá é descrito a seguir pelo próprio *Krishnamacharya*, muitos anos após o fato.

‘Quando eu tinha 5 anos meu pai me iniciou à prática de *Yoga*. Quando ele disse que nossa família se originou de *Nathamuni*, o *Yogi* que recebeu o ensinamento de *Nammazvar* (um legendário santo que desde o nascimento manifestou qualidades divinas), eu decidi visitar seu local de nascimento. Mas meu pai não permitiu porque estávamos morando muito longe desse local (chamado *Alvar Tirunagari*).

Quando eu tinha 10 anos meu pai morreu. Eu estava sozinho. Alguns anos depois, eu tive algumas rúpias (moeda indiana) para fazer a viagem até uma região próxima ao local desejado. De lá caminhei 32 quilômetros até *Alvar Tirunagari*. Cheguei na porta do templo exausto. Havia um homem velho sentado próximo à entrada. Eu perguntei a ele onde poderia encontrar *Nathamuni*. Sorridente, ele apontou seu dedo e disse: ‘Vá até o bosque de mangueiras; lá ele estará sentado com seus discípulos’. Com grande excitação eu atravessei o Rio *Tamraparni*, me senti completamente cansado e

cai. De repente, me vi em um bosque de mangueira na presença de três sábios. Me prostrei e pedi a eles que me instruissem no *Yogarahasya*. Eles inclinaram a cabeça. O sábio sentado no centro começou a recitar os versos. Ele tinha uma voz musical.

Após algumas horas eu acordei e olhei ao redor. Não havia bosque e também não havia sábios. Eu estava sentado em frente à entrada do templo. O velho homem ainda estava lá. Ele me perguntou: 'Você recebeu as instruções do *Yogarahasya*? Entre e ofereça suas preces a *Nammazvar*!'.

Eu entrei no templo, caminhei ao redor da árvore sagrada (com mais de dois mil anos de idade), me prostrei 108 vezes, recebi a *prasadam* (colocação ritual de uma cobertura ornamental prateada do altar sobre a cabeça do devoto), e saí do templo para agradecer o velho *Brâmane*. Ele não estava lá. Eu comecei a lembrar de sua feição. Que coincidência! Ele se parecia exatamente como o sábio que estava sentado no centro do bosque.

Eu soube, então, que o velho *Brâmane* que eu tinha encontrado não era outro senão o próprio *Nathamuni*'.

Krishnamacharya recebeu sua primeira instrução em sânscrito e *Yoga* de seu pai, antes de se tornar aluno no *Brahmatantra Parakala Mutt*, uma das mais conhecidas e respeitadas escolas *Brahmanes*. Matriculado aos 12 anos, ele estudou os textos védicos e aprendeu os rituais védicos enquanto simultaneamente estudava no *Royal College of Mysore*. Aos 18 anos se mudou para *Benares*, onde estudou sânscrito, lógica e gramática na universidade. De volta a *Mysore*, *Krishnamacharya* recebeu uma completa base de *Vedânta* de *Sri Krishna Brahmatantra Swami*, diretor do *Parakala Mutt*. Então, foi ao norte novamente para estudar *Sámkhya*, o sistema filosófico mais antigo da Índia, no qual o *Yoga* está fundamentalmente embasado. Em 1916 viajou aos Himalayas onde, no pé do Monte *Kailash*, encontrou seu professor, *Sri Ramamohan Brahmachary*, um *Yogi* erudito que estava vivendo com sua família próximo ao lago *Manasarovar*, no Tibete.

Krishnamacharya ficou mais de sete anos com esse professor, que exerceu grande influência no rumo que ele tomou em sua vida, dando a ele a grande tarefa de espalhar a mensagem do *Yoga* e de usar suas habilidades como curador e alguém capaz de auxiliar os doentes. Conseqüentemente, *Sri Krishnamacharya* não seguiu uma carreira acadêmica, mas retornou ao sul, onde estudou *Ayurveda*, o sistema médico tradicional indiano, e a filosofia *Nyáya*, uma escola védica de lógica. **Em 1924 ele retornou a Mysore, onde o Rei, um regente progressista, deu a ele a oportunidade de abrir uma escola de Yoga. O próprio Rei era um de seus alunos mais entusiastas. De**

1933 a 1955 Krishnamacharya ensinou Yoga na escola e escreveu seu primeiro livro, *Yoga Makarandan (Segredos do Yoga)*.

Nessa época sua reputação estava se espalhando pelo sul da Índia e além. Os primeiros estudantes ocidentais de *Krishnamacharya* vieram estudar *Yoga* com ele em 1937. Em 1939 e 1940 *Krishnamacharya* recebeu a visita de uma equipe médica francesa que queria verificar a capacidade de um *yogi* experiente deliberadamente parar seu batimento cardíaco. Para *Sri Krishnamacharya*, este exame tão maravilhoso era uma demonstração particularmente aborrecedora, algo que ele se submeteu apenas por se sentir responsável por validar o *Yoga* aos olhos do cético mundo científico.

Logo o interesse e o trabalho de *Krishnamacharya* se voltaram para o tratamento de doentes, utilizando *Ayurveda* e *Yoga* como agentes de cura. Ele se tornou cada vez mais conhecido e, em 1952, foi chamado a *Madras* para tratar um político popular que tinha sofrido um ataque do coração. Finalmente, *Krishnamacharya* se estabeleceu em *Madras* com sua família.

Krishnamacharya nunca viu o *Yoga* simplesmente como uma prática física. Sempre foi mais relacionado a alcançar o que é mais elevado, que para ele era Deus. Assim, **para *Krishnamacharya*, *Yoga* significava ‘dar passos que levam a Deus para se tornar um com Ele’**. Esse caminho exige bastante daqueles que o seguem: uma forte determinação, confiança e a habilidade de manter os esforços constantemente (*abhyása*).

Krishnamacharya ensinou que *Yoga* deve ser adaptado e praticado de acordo com as necessidades, capacidade e aspirações de cada estudante. A relação professor-aluno é considerada essencial para o estudo de *Yoga*, sendo necessária uma relação de amizade e confiança mútua.

Mesmo sendo considerado por muitos como o maior *Yogi* deste século, *Krishnamacharya* nunca reivindicou ter descoberto algo, mas sempre disse: ‘Nada é meu; tudo isso vem de meu professor, ou de Deus’. Além de seus alunos indianos, mais ocidentais vieram a *Madras* para estudar com ele. Em 1976, *T.K.V. Desikachar*, filho de *Krishnamacharya* e um de seus mais próximos discípulos, fundou o *Krishnamacharya Yoga Mandiram*, uma instituição onde o *Yoga* é usado para tratar doentes e onde é ensinado tanto para indianos como para estudantes estrangeiros. *Sri Krishnamacharya* ensinou e inspirou os que estiveram ao seu redor até seis semanas antes de sua morte, em 1989.

De acordo com seu filho, *Desikachar*, o que torna o *Yoga* de *Krishnamacharya* tão único é sua insistência em atender cada indivíduo e sua condição particular. Se nós respeitamos cada pessoa individualmente, isso naturalmente significa que iremos sempre começar de

onde cada pessoa atualmente está. O ponto de início nunca é relativo às necessidades do professor, mas às do estudante. **Isso requer abordagens diferentes, não há apenas uma abordagem para todos.**

Quando jovem, *Desikachar* afastou-se dos ensinamentos tradicionais e seguiu uma educação de estilo ocidental. Ele se formou como engenheiro e foi trabalhar para uma empresa dinamarquesa. Mais tarde, *Desikachar* compreendeu a importância do conhecimento único de seu pai. Deixou a engenharia para trás e estudou com seu pai durante 27 anos até poucos meses antes da morte de *Krishnamacharya*. Apesar de *Krishnamacharya* ter treinado muitos professores durante sua vida, foi para *Desikachar* que ele passou seu conhecimento mais inteira e sistematicamente. O texto de *Yoga* considerado essencial é o *Yoga Sûtra*. *Desikachar* estudou o *Yoga Sûtra* oito vezes com seu pai. O *Yogarahasya* foi também todo ensinado a *Desikachar* de 1963 a 1965.

O professor de *Yoga Mark Whitwell* escreveu sobre *Desikachar*: 'Seus ensinamentos e sua sensibilidade para as necessidades do indivíduo são sempre transmitidos num contexto de sincera amizade e humor'.

Nos últimos anos, *Desikachar* tem sido convidado por seus alunos para dar cursos e participar de conferências de *Yoga* por todo o mundo. Em Junho de 2000, *Desikachar* esteve nos Estados Unidos dando um curso de 4 dias juntamente com seus mais antigos alunos e, atualmente, professores nos EUA: *Gary Kraftsow*, *Martin Pierce* e *Sonia Nelson*. Nesse encontro, *Desikachar* expressou sua preocupação quanto ao *Viniyoga* nos EUA. Ele sente que há um fundamento que está se perdendo e que existe uma expansão horizontal sem aprofundamento vertical. Num poço, numa vasilha larga, a água irá evaporar rapidamente, diz *Desikachar*. Ressaltou que há muito trabalho a ser feito nessa direção.

Traduzido por **Jorge Knak**.

Visite o site do **Anjali – Centro de Estudos de Yoga e Vedanta**, do prof. Jorge Knak, em www.geocities.com/anjalicentro, e visite o site do **Krishnamacharya Yoga Mandiram** em www.kym.org

<https://www.yoga.pro.br/a-vida-e-o-yoga-de-sri-krishnamacharya/>