

## Capítulo Suplementario acerca de la Humanología

### Introducción

#### El porqué de este capítulo

A través de los 20 años desde la publicación original del libro “El maestro de la Era de Acuario”, el mundo ha visto varios cambios culturales en relación a las percepciones de las diferentes orientaciones e identidades sexuales. Hemos trascendido el concepto “tradicional” de la identidad sexual binaria de macho y hembra, así como el de la atracción estrictamente heterosexual. Este capítulo busca re-esquematizar la información yóguica ancestral contenida en este libro (particularmente el capítulo 19) sin un sesgo heterosexual.

La intención de ésta sección NO es cambiar de ninguna manera las enseñanzas de Yogui Bhajan ni disputar los principios yóguicos antiguos. Lo que sí necesitamos hacer es actualizar el lenguaje para que quede claro que la práctica del Kundalini Yoga es inclusiva y abierta para todas las personas; y también, necesitamos explorar como los principios fundamentales pueden ser ampliados para aplicarse a situaciones que no fueron planteadas cuando se entregaron tales enseñanzas. Nuestro principio fundamental, basado en las enseñanzas de Yogui Bhajan, es que todos los seres humanos tienen el mismo potencial infinito, y que todos merecen igualmente nuestro amor, compasión y servicio. Como maestros/as de Kundalini Yoga debemos aceptar a todos/as sin prejuicios. Como dijo Yogui Bhajan (citado al principio del manual del “Maestro de la era de Acuario”, página iii), “No hay identidad para ti, excepto tu identidad espiritual.”

Esencialmente, Yogui Bhajan no abordó las cuestiones relacionadas al LGBT de manera particular; es decir, las abordó de la misma manera en que abordó todas las identidades del ego. Si se interponía al que tú seas tú, la desafiaba. Él enseñó que las huellas de homosexualidad en la psique son el resultado de la relación con la madre, pero lo mismo es cierto para todos— en cualquier punto del espectro de sexualidad o género. Enseñó acerca de las polaridades de la sexualidad humana, pero llegó a creer que estas mismas polaridades que describió en las relaciones heterosexuales pueden ser aplicadas a las relaciones homosexuales. Reconoció que cada mujer tiene un hombre por dentro, y que cada hombre igualmente tiene una mujer. La expresión humana del género depende del balance masculino y femenino dentro del individuo.

Durante los 35 años que enseñó en Estados Unidos, su postura acerca de la homosexualidad fue evolucionando. Llegó a verla simplemente como una más de las expresiones humanas de identidad, amor y sexualidad. Y finalmente, a pesar de tus etiquetas personales- gay, heterosexual, negro, blanco- su enseñanza última siempre fue esta: “Simplemente, se tú mismo.”

Esta pregunta se hace y es contestada detalladamente en el material de entrenamiento para maestros de Kundalini Yoga en las páginas 183-187 del Curso de Nivel II “Ciclos de vida y estilos de vida” (versión en inglés):

“A veces nos preguntan si un individuo gay o transgénero puede ser maestro de Kundalini Yoga. La respuesta es, por supuesto, ‘Sí’. Yogui Bhajan nunca hizo distinciones o consideró ese tipo de categoría: todos los seres humanos tienen el mismo potencial para el honor y la corrupción, punto.

(...)

A veces nos preguntan cosas técnicas como si varios mudras, que utilizan el lado izquierdo o el derecho de formas diferentes para hombres y mujeres, necesita ser cambiado para individuos en distintos puntos del espectro de identidad sexual. Yogui Bhajan nunca comentó o dio alguna regla general al respecto. Sí reconoció que el género dominante dentro de la persona puede no corresponder con el género físico de su cuerpo. También enfatizó que ¡incluso en la experiencia común de género, en la que una persona con cuerpo masculino se siente “hombre”, la psique de éste será por lo menos un 40% femenina, y vice versa para la mujer! En otras palabras, él veía al género como una dimensión que varía en su mezcla y proporción de individuo a individuo.

(...)

Como yoguis, debemos ser conscientes de que las enseñanzas del yoga, la unión y la polaridad son universales y que no rechazan o restringen la expresión creativa de la polaridad en la sexualidad, personalidad, o temperamento. Hay temas únicos en muchos grupos sociales, religiosos y políticos que no son abordados directamente por el Kundalini Yoga simplemente porque esas preguntas no son ni el enfoque ni la experticia de estas enseñanzas. En el repertorio de las enseñanzas de Kundalini Yoga no hay temas especiales, ni una serie de kriyas designadas específicamente para individuos a lo largo del espectro sexual, ya que todos/as somos influenciados/as por la misma energía, principios y leyes de consciencia. Todos/as somos bienvenidos. A todos/as somos servidos/as por nuestra propia consciencia- y la consciencia que resulta de estas prácticas apoya a cada uno/a a dar lo mejor de sí dentro de sus propias vidas y en la sociedad como un todo.”

Las siguientes citas reflejan la postura de Yogui Bhajan acerca del impacto poderoso y universal de la madre en el desarrollo de su hijo o hija.

“En el desarrollo infantil, no es que alguien esté sentado ahí, tome un pedazo de carne como tierra o barro, le ponga algunas hierbas, y lo limpie. Así no es como un niño/a se desarrolla. El niño/a se desarrolla bajo cierta frecuencia del campo electromagnético, en los procesamientos de las neuronas de la madre, y en su sistema circulatorio y su sistema nervioso. Todo eso permite que el niño/a se desarrolle y le da forma a sus características— determina si va a ser sereno/a, tranquilo/a, hermoso/a, maravilloso/a, loco/a, santo/a, u horrible. El campo electromagnético de la madre

determina si alguien será un/a criminal, si alguien será una prostituta, si alguien será gay, si alguien será exitoso/a, si alguien será un fanático/a, si alguien será un embustero religioso. Cualquiera sea el patrón del campo electromagnético, este vivirá en el niño/a. Si construyes una casa de seis recámaras, no será una casa de nueve recámaras ni una casa de tres recámaras. Si no construyes una recámara o un baño, no es la culpa del ingeniero ni del diseñador. Es el error del dueño/a si la casa no tiene una recámara o un baño. El periodo desde la concepción del niño/a hasta el parto es un asunto de lo más sutil; es extremadamente sensible...”

“¿Porqué a algunos de ustedes les gusta bailar y otros no quieren bailar en absoluto? ¿Porqué algunos de ustedes quieren beber todo el tiempo y otros no? ¿Porqué algunos de ustedes son escapistas y otros no lo son? ¿Alguna vez has pensado en la respuesta de estas preguntas? ¿Porqué hay gente gay y otros que no lo son? ¿Porqué hay gente alta y gente baja? Existe una respuesta para todas estas preguntas, pero no me preguntes a mí. Pregúntale a un/a experto/a en horticultura; él/ella te dirá que si la semilla es así, es puesta de este modo, y si la temperatura es ésta, entonces va a crecer de esta manera.”

“Nadie es gay, nadie es lesbiana, nadie es prostituta, nadie es ladrón, nadie es rey, nadie es presidente, nadie es actor, nadie es rico, nadie es pobre- todo es el resultado de los circuitos que seguimos. Y eso es la suma total del juego de la vida. El juego es establecido desde el ciento veinteavo día en la matriz de la madre hasta el día del parto. El resto es entrenamiento. ... El yoga reconoció esto como una ciencia. Esto es lo que el Sutra yóguico dice: “El ser humano nace a imagen de Dios; no existe nada bueno o malo.”

Debe quedar claro con estas citas y el material de enseñanza que las identidades sexuales y de género son vistas como parte del orden natural y no son sujetas a un juicio moral o social. En la corte del corazón todos somos juzgados como seres humanos primero y por nuestras acciones en segundo lugar. Todos estamos aquí para florecer, compartir y elevar a través de nuestras identidades únicas, así como a través de nuestros espíritus universales.

### **¿Sigue siendo relevante el estudio de las diferencias entre lo masculino/femenino?**

Absolutamente! Sin importar como son expresados en un individuo, todos/as tenemos energías tanto masculinas como femeninas por dentro. Entender estas energías y como la interacción de esta polaridad particular se expresa dentro de nosotros/as y en nuestras relaciones puede ser de gran ayuda para expandir nuestro autoconocimiento y nuestra habilidad de navegar conscientemente nuestras relaciones. Más allá de cómo la polaridad se expresa en tu ser, como maestro de Kundalini Yoga es importante entender la variedad de formas en las que otras personas experimentan esa polaridad— para que así puedas servir al infinito dentro de ellos/as y apoyar su camino hacia el yoga— vivir sin ser afectado por las polaridades.

Por ejemplo, el honrar a la energía femenina divina, el Adi Shakti, está perdido en muchas culturas modernas. El entender, respetar y fortalecer este lado de la polaridad nos ayuda a todos/as, de cualquier género u orientación sexual.

Así como estudiamos las tres gunas y los cinco tattvas para mejor entendernos a nosotros mismos y al mundo, necesitamos intentar ver la polaridad de la divinidad femenina y la divinidad masculina sin nuestros prejuicios culturales. Últimamente, queremos mantener ambos aspectos fuertes y balanceados, usando cada uno cuando necesitemos, sin estar limitados por un solo modo de ser.

Mantener el enfoque en la energía masculina y la energía femenina, en vez de en macho y hembra, es probablemente la manera más fácil de leer el capítulo de Humanología en el texto del “Maestro de la Era de Acuario”. En casi todos los casos en que el libro diga “hombre”, reemplázalo mentalmente con “energía Masculina” y “mujer” con “energía Femenina”. La enseñanza de Yogui Bhajan acerca de como todos/as tenemos los dos aspectos por dentro, y que incluso el hombre más estereotípico tiene 40% de energía femenina, es un concepto muy radical y puede ser una enseñanza poderosa para ayudarnos a enfocarnos en que todos somos iguales por dentro y quitarle el énfasis a lo que se expresa por fuera.

¿Cuáles son algunas de las características de la energía divina masculina y femenina? La energía masculina que tenemos dentro es proyectiva, iniciadora, enfocada, linear. El aspecto femenino dentro de todos/as nosotros/as nos da sensibilidad, intuición, expansión, la capacidad de nutrir, y el pensamiento multidimensional y no lineal. Necesitamos ambos conjuntos de cualidades para ser seres humanos felices de alto desempeño; necesitamos honrar y respetar los dos para tener una sociedad saludable. Ninguna energía es mejor o peor que la otra- simplemente son diferentes.

Reconocer que existen estas dos energías nos da una perspectiva muy diferente en las conversaciones típicas de igualdad del género. Sí, tanto la energía masculina como la femenina son igualmente divinas, e igualmente importantes- ¡pero no son lo mismo! Una persona con mucha energía masculina brinda una perspectiva distinta en una situación que alguien con mucha energía femenina.

### **De todas formas, ¿qué es LGBT?**

Para aquellos que no estén familiarizados con la abreviación o sus componentes, LGBT es un acrónimo para Lesbianas, Gays, Bisexuales y Transgéneros. Comúnmente también incluye otras orientaciones sexuales e identidades de género, tales como Queer, Intersexuales o Disidentes, y a veces las iniciales también se extienden, como por ejemplo LGBTQI. LGBT se ha vuelto una auto-designación muy popular, usada por la mayoría de los centros comunitarios y los medios en los Estados Unidos de América y varios otros países.

Puede haber muchas definiciones para cualquiera de los términos como “lesbiana”, o “queer”, y la siguiente lista no es de ninguna manera ser restrictiva, completa ni detallada. Es simplemente una introducción para cualquiera que no esté familiarizado/a, y debe ser usada sabiendo que puede haber individuos que se identifiquen a sí mismos de otra manera.

**Lesbiana**– Mujer que siente amor romántico y atracción sexual hacia otras mujeres. Puede también ser usado para expresar identidad sexual o comportamiento sexual sin importar la orientación sexual, por ejemplo, una persona puede identificarse como lesbiana y ser célibe y otra puede identificarse como heterosexual y ocasionalmente tener relaciones sexuales con otras mujeres.

**Gay**– Adjetivo que describe a cualquiera, pero particularmente a los hombres, que están románticamente y sexualmente atraídos a miembros de su propio sexo. El término también puede ser usado para expresar identidad sexual o comportamiento sexual sin importar la orientación sexual, como por ejemplo, una persona puede identificarse a sí mismo como un hombre gay y puede permanecer célibe u ocasionalmente tener relaciones sexuales con mujeres.

**Bisexual**– Atracción romántica o sexual hacia tanto hombres como mujeres, o incluso hacia personas de cualquier sexo o identidad de género.

Las personas transgénero son personas que tienen una identidad de género o una expresión de género que difiere al sexo que se les “asignó” al momento de nacer (usualmente basado en los genitales del bebé). Lo opuesto al transgénero es el cisgénero, que describe a personas en las que coinciden su identidad de género y el sexo que se les asignó en el nacimiento. Otras identidades que caben dentro de este término son el género fluido y el género queer.

**Queer**– Un término que abarca a las minorías sexuales y de género que no son heterosexuales o cisgénero. Las identidades queer pueden ser adoptada por aquellos que rechazan las identidades de género tradicionales y buscan una alternativa a la etiqueta “LGBT” que sea más amplia, menos conformista y deliberadamente ambigua. Hay otras identidades que caben bajo este término, como el pansexualismo. Por favor nota que “queer” es una palabra reivindicada que se usó para denigrar a las minorías sexuales, así que si tú no te identificas como tal, úsala con delicadeza.

Intersexual– Anteriormente llamados hermafroditas (término que ya no es aceptado porque puede estigmatizar y confundir), la intersexualidad se refiere a aquellos con variaciones en sus características sexuales que no caben en las nociones binarias típicas de macho o hembra.

## Capítulo 19- Humanología

Esta sección ofrece un intento de actualizar y expandir cada sub-sección de este importante capítulo.

### a. El Poder de la Madre

Todos tienen una mamá biológica, y las enseñanzas yóguicas acerca del impacto de la salud y la psique de la madre en el/la infante en desarrollo son importantes. La mamá biológica tiene el impacto más fuerte en el/la niño/a durante el embarazo.

Después del parto, las familias vienen en todas las formas y tamaños, incluyendo parejas del mismo sexo, familias uni-parentales, familias multi-generacionales, y varias otras formas. Las enseñanzas de Yogui Bhajan acerca del inmenso impacto de la madre en la crianza de los niños (después del parto e idealmente después de los 40 días) se aplican para el cuidador principal, ya sea la madre biológica, el padre, padres adoptivos de cualquier género, etc. Dado que todos tenemos energías masculinas y femeninas por dentro, los padres deben ser conscientes de exponer a sus hijos/as a ambas polaridades, de fomentar las dos dentro del niño/a y de ayudarlo/a a desarrollar estrategias efectivas y conscientes para interactuar con gente de todas las expresiones de género.

### b. Viviendo esta encarnación como un hombre o como una mujer

La ciencia del Kundalini Yoga y el Tantra Yoga Blanco está basada en la ley de las polaridades. Presupone que toda la creación nace de la polaridad entre la energía no-manifiesta y la energía manifiesta. Esto se desarrolla en todos los aspectos de nuestras interacciones como seres espirituales teniendo una experiencia humana. La expresión de género es otra manifestación de estas polaridades. La identidad de género existe en un continuo con la polaridad masculina en un extremo y la femenina en el otro. La mayoría de nosotros existimos en un espectro dentro del pequeño rango del 60/40 al 40/60 de energía masculina a femenina... incluso los hombres y mujeres más “estereotípicos”. Por lo tanto, somos más bien parecidos-no distintos- los unos a los otros. En el punto central de esta gama hay una expresión de identidad de género no binaria- gente que se relaciona con su género de una manera todavía más fluida, viéndose a sí mismas como a la vez masculinos y femeninos, o como ninguno de los dos. Como vivimos en un mundo de polaridades,

y el Kundalini Yoga está basado en estas polaridades, todavía no tenemos la consciencia para entender estas enseñanzas desde una perspectiva no binaria.

Yogui Bhajan enseñó que las características masculinas se relacionan con ciertos cambios en el útero- el baño ácido. Es una pregunta interesante, y todavía no respondida, si el baño ácido de los varones se manifiesta de forma diferente en los/as niños/as LGBTQ. Hay evidencia científica que muestra que la presencia o ausencia de testosterona en los fetos y el fluido amniótico está ligada al desarrollo de los genitales y eventualmente también de la orientación sexual. Sin embargo, la investigación al respecto sigue inconclusa.

Aunque no lo sabemos definitivamente, el baño ácido puede ser menos prominente en ciertas personas- permitiéndoles expresar ambas polaridades más tarde en su vida (o expresar una identidad que sea diferente a la de su sexo biológico). El tener la flexibilidad como padres y miembros de la comunidad para responder al sentido fluctuante de género le ayudará al niño/a a permanecer auténtico/a en sus experiencias como ser humano- sin importar la causa.

- i. Formas para cumplir nuestro destino como hombre o mujer: Yogui Bhajan enseñó que solo existe una forma para los “hombres” y cuatro formas para que las “mujeres” cumplan su destino. Seva y Bhakti como camino a la liberación están disponibles para todos. Pero, interpretando la esencia de esta enseñanza de Yogui Bhajan, es probablemente más fácil para alguien con una energía más femenina el perfeccionar el yoga del servicio.
- ii. La segunda línea del arco de la mujer- ¿Qué sucede con personas de género fluido? De nuevo, esta quizás es una de esas preguntas interesantes que no podemos responder hasta que la ciencia o nuestra consciencia se desarrollen lo suficiente para poder responder estas preguntas sensibles.
- iii. La enseñanza dice que es más fácil que el niño o la niña establezcan su identidad cuando la madre es estable dentro de su identidad como mujer, y cuando el padre es estable dentro de su identidad como hombre. ¿Qué sucede con parejas del mismo sexo?

El tener dos padres, ambos estables en sus identidades, cualquiera que ésta sea, es lo que será mejor para los niños. Dado que los niños/niñas tendrán ambas polaridades por dentro, el que tengan modelos a seguir que sean consistentes en su energía masculina o femenina los ayudará a desarrollarse de manera balanceada por si mismos- tanto internamente como en sus relaciones con los demás. Pero incluso parejas del mismo sexo exhiben esta polaridad, así que no hay porque preocuparse o pensar que las parejas del mismo sexo serían menos aptas como padres que las parejas heterosexuales.

- iv. La naturaleza primaria del hombre y la mujer

Quizás es mejor reemplazar mentalmente cada instante que el manual diga “varón” u “hombre” con “energía masculina”, y “hembra” con “energía femenina”.

v. La mujer tiene seis “carriles”

Esta sección explica que la mujer tiene 6 carriles mentales y que el hombre solo tiene uno. Quizás una forma de actualizar ésta sección y al mismo tiempo mantener la verdad fundamental subyacente es simplemente decir que, entre más energía femenina tengas, más fácil será lidiar con varias cosas al mismo tiempo.

vi. La mujer piensa en ideas, el hombre en problemas

Similarmente, podemos decir que entre más energía femenina tengas dentro, más posibilidad tienes de pensar en términos de ideas y no de problemas. Sin embargo, más allá de tu sexo físico, o tu identidad de género, puedes tener aspectos de los dos, así que es importante reconocer como operas tú y como operan los demás para ser sensible y consciente.

c. Relaciones

- i. “La mujer quiere que su marido le dé seguridad; el hombre quiere que su mujer lo apoye.” Este sería un tema fascinante para discutir con gente de distintas identidades de género. ¿Es correcto decir que alguien con una energía más femenina, sin importar el género, buscará más bien seguridad y que una persona de polaridad masculina buscará apoyo? Para muchos cisgéneros, estas frases revelan verdades profundas. Entenderlas puede ser de gran ayuda para ver más claramente que está motivando el comportamiento dentro de relaciones de largo plazo.

Si sientes que estas frases no te describen a ti, incluso después de haber aplicado tu conciencia a ellas para ver si quizás sean ciertas en las profundidades de tu inconsciente, entonces simplemente apréndelas como algo que será útil para algunos de tus estudiantes. Es importante recordar que estas frases apuntan hacia tendencias mucho más profundas de lo que en un principio podemos suponer. Está claro que todos queremos tanto seguridad como apoyo. Sin importar nuestra identidad u orientación, todos viviremos días en los que necesitaremos sentir más seguridad que apoyo y vice versa. Esta porción de las enseñanzas de Humanología nos vuelve conscientes de que, por lo menos en los cisgéneros, existen tendencias subyacentes en la profundidad de nuestra mente inconsciente que tienen una gran influencia sobre nuestras elecciones de vida- especialmente en nuestras relaciones íntimas. Querer seguridad o apoyo son simplemente dos de las expresiones de la polaridad energética femenina-masculina. A medida que aceptamos a las personas con su mezcla particular de esas dos energías,



podemos estar atentos a cómo se expresan en este reino de anhelos inconscientes.

- ii. Un alma en dos cuerpos- de nuevo, “energía masculina” y “energía femenina” pueden reemplazar las palabras “hombre” y “mujer”. Cualquiera pareja en una relación comprometida de largo plazo puede fusionarse de esta manera. Yogui Bhajan enseñó que en cada relación una persona es el amante y la otra es el bien amado. Poder determinar estos roles crea estabilidad en la relación con el tiempo. Estos roles existen tanto en relaciones heterosexuales como homosexuales. El amante es el dador y el bien amado es el recipiente de los regalos del amante, y la relación puede sufrir problemas si existe confusión sobre estos roles.
- iii. La misma interpretación aplica con los dos siguientes subtítulos, “La mujer regula la relación” y “El hombre actúa como el campo electromagnético de la familia”. Las energías femenina y masculina asumirán respectivamente estos roles polares en la relación. Cada relación puede volverse más fuerte y saludable al identificar como estos arquetipos se manifiestan. Asimismo, se verán beneficiadas al no confundir la “igualdad” con ser “idénticos”. Por supuesto, ambos compañeros son iguales en términos de su contribución, su importancia y su derecho a ser respetados. Sin embargo, es importante no ver o tratar las dos polaridades de masculino y femenino como lo mismo.
- iv. La impresión áurica- Aunque esta sección usualmente genera discusión cuando se introduce en los cursos de formación de maestros (especialmente en gente practicante del poli-amor), también incita varias preguntas para las parejas del mismo sexo. ¿Qué sucede cuando dos mujeres tienen relaciones? ¿Las dos reciben una impresión áurica, o no? ¿Cuándo dos hombres tienen relaciones no sucede la impresión áurica? Mientras esperamos a que la ciencia o yoguis extremadamente sensibles nos ayuden a responder estas preguntas, es bueno que todos recuerden que las relaciones sexuales tienen un impacto más profundo que el que la mayoría de la gente occidental cree. Como seres con 10 cuerpos, es importante ver al sexo como una actividad que nos impacta más allá de nuestro cuerpo físico.

### **Cuestiones más allá del capítulo de Humanología**

Más allá del capítulo de Humanología en el manual del “Maestro de la era de acuario”, existen otras instancias en las que aparece el lenguaje de Hombre-Mujer. Es importante recordar que Yogui Bhajan nunca aclaró como estas tecnologías aplican o como deben ser modificadas para gente con diferentes identidades de género. Puede haber otras interpretaciones y otros modos en los que podemos aplicar específicamente estas

enseñanzas de Yogui Bhajan a transgéneros o gente de género fluido. Esto es simplemente una sugerencia.

A continuación hay varios ejemplos de ejercicios que requieren mudras diferentes para hombres y mujeres. En cada uno, la recomendación es usar cualquier forma del mudra que corresponda a la identidad de género con la que más te identifiques. Esto puede cambiar con el tiempo y puede no siempre corresponder con tu sexo natal, pero no es un cambio casual. Si sientes que tu energía masculina es más fuerte, usa la forma masculina del mudra. Si sientes que tu energía femenina es más fuerte, usa la forma femenina del mudra

- a. Cerradura de Venus
- b. Buddha Mudra
- c. Canto a GRD para armonía rítmica
- d. Meditación de Kundalini Yoga: meditación para el estrés #3 para tu mochila (en “Vitalidad y Estrés)

En resumen, tenemos la bendición de vivir en un tiempo en el que los paradigmas sociales acerca de las orientaciones sexuales y las identidades de género están cambiando rápidamente. Apoyamos y aplaudimos la expansión de amor y aceptación para incluir a todos/as. Las enseñanzas de Yogui Bhajan están basadas en ciencia yóguica antigua, basada en verdades profundas acerca de la experiencia humana. Con el espíritu de ser totalmente inclusivos, tenemos la oportunidad de explorar como esta tecnología funciona con la gente de diferentes identidades sexuales, y como la divina polaridad universal de energía masculina y energía femenina se manifiestan en individuos y relaciones que no fueron específicamente mencionados en las enseñanzas de Yogui Bhajan.

Este capítulo suplementario busca dar un marco a esta exploración y ofrecer algunas ideas acerca de cómo debe ser abordada. Apreciamos la discusión, el debate y el desacuerdo con esta propuesta porque, al fin de cuentas, todos/as somos humanos, y todos/as recibiremos los beneficios de practicar Kundalini Yoga tal como lo enseñó Yogui Bhajan.