



RUDY MUÑOZ / AGENCIA UNO

EL BIKRAM YOGA ES UN MÉTODO INICIADO EN LA INDIA QUE APUNTA A LA SANACIÓN FÍSICA, PERO TAMBIÉN EMOCIONAL, Y NO SÓLO DE LA PERSONA, SINO QUE DE LA HUMANIDAD, SOSTIENE FABIOLA MOSA.

La odisea de Fabiola Mosa para abrir la primera escuela de Bikram Yoga en su natal Siria

Carlos Ilabaca
carlos.ilabaca@diariollanquihue.cl

No ha sido fácil para la empresaria Fabiola Mosa Shimes poner en marcha su sueño de abrir una escuela de Bikram Yoga en Siria, su país natal. La última vez que visitó la llamada “Ciudad del Jazmín”, Damasco, un bombardeo sobre la Embajada de Irán dañó su residencia cercana, por lo que debió anticipar su retorno a Chile. Ello sin embargo no ha mermado en lo más mínimo su ímpetu por ayudar y ya está planificando una misión humanitaria para llevar medicamentos a Gaza a través

de VicSur, la fundación filantrópica y educativa que encabeza.

En 2023, la hermana de Jack, empresario y presidente del Grupo Pasmal, y de Aníbal, presidente de Blanco y Negro, todos herederos de una tradición comercial iniciada en 1973 por sus padres cuando decidieron cambiar el desierto por la lluvia de Puerto Montt; comenzó a realizar los contactos preliminares para destinar recursos a la construcción de una escuela formativa para niños.

En los últimos dos años no ha parado de viajar y de realizar gestiones con tal objetivo, y así como ha tenido logros,

REVOLUCIONARIO MÉTODO. *Inició gestiones en 2023 y no ha parado de viajar para ultimar todos los detalles del proyecto. Pese a las restricciones económicas, energéticas y al conflicto en medio oriente, es optimista y dice que, como sus hermanos, es una apasionada de su trabajo. “Donde ponemos el corazón, ponemos la vida”.*

también se le han presentado dificultades que ha debido sortear en el camino.

“Con respecto a Siria, cuando yo partí para allá era el año 2023. Fui muy decidida y estuve viajando durante dos años, fui y volví varias veces; hice todo un levantamiento de información y conocimiento de la sociedad siria, porque si bien yo llegué a los 7, 8 años (a Chile), no seguí desarrollando esa cultura, entonces tenía que actualizarme. Realmente fue algo muy conmovedor, más allá de los conflictos que se suscitaban, porque había mucho conflicto, ustedes saben que Siria estuvo totalmente encerrado durante estos últimos

años, no se podía importar nada”, menciona respecto a las severas sanciones económicas que sufrió el país durante el régimen de Bashar al-Asad.

Pero todo cambió en diciembre de 2024, cuando una ofensiva militar realizada en el contexto de la denominada operación militar Alepo logró el control de su capital, Damasco, y motivó la huida de Asad y su familia a Moscú.

DISCÍPULA DE BIKRAM

Fabiola Mosa sostiene que con el cambio de gobierno se han flexibilizado muchas cosas. “Por ejemplo, tú en Siria no puedes llegar y abrir una sala de yoga sin tener permiso del



2004 abrió la primera

escuela de Bikram Yoga en Vitacura, a la que le siguió Tobalaba y Las Condes. En octubre se cumplen 21 años de este hito.

(viene de la página anterior)

gobierno. Y el gobierno, es bien interesante lo que sucede en Siria, porque formó una federación que pudiera cuidar la calidad del yoga, lo que no tenemos acá en Chile, y que es una cosa muy interesante de tocar, porque al no haber una regulación sobre estos temas se está produciendo lo que temía Vishnu Gosh (maestro de Bikram Choudhury, creador del Bikram Yoga), que Occidente echara a perder sus enseñanzas”.

La empresaria fue discípula de Bikram Choudhury y se convirtió en una de las pocas maestras certificadas para enseñar en Chile esta modalidad de yoga, que se caracteriza por practicar sesiones de 90 minutos, en una habitación a 42 grados celsius de temperatura y con 60% de humedad. El Bikram Yoga consta de un total de 26 ejercicios, dos de los cuales son exclusivamente de respiración.

Fabiola llegó a imbuirse en esta disciplina milenaria luego de trabajar con alrededor de dos mil personas a cargo de Recursos Humanos de la cadena de Supermercados Full Fresh, que en 2008 fue vendido al fondo de inversiones Southern Cross. “Yo veía el sufrimiento de la clase trabajadora, las licencias (...) Entonces para eso vino el yoga y cuando lo trajimos a Chile fue por una invitación que me hizo mi amigo Pablo Sándor”, recuerda.

YOGA EN CHILE

A solicitud del también ambientalista, lo acompañó a Nueva York, en Estados Uni-

“Hice todo un trabajo precioso con la gente de Chile y de Siria para generar un material cinematográfico que pudiera ilustrar a la comunidad lo que era esto”.

“Si esto no fuera una fundación que se dedica a ayudar a la humanidad, olvídale, porque desde el punto de vista del lucro no va por ahí”

Fabiola Mosa,
maestra de Bikram Yoga.

2012 se inauguró la escuela

de Bikram Yoga en Puerto Montt. Fabiola Mosa recuerda que la primera clase se realizó el 26 de diciembre.

3 escuelas maneja en la región

Además de la de Puerto Montt, la empresaria administra otras dos en Puerto Varas y Valdivia.



LA EMPRESARIA DEL BIKRAM YOGA VOLVERÁ EN JULIO A SIRIA PARA ULTIMAR LOS DETALLES DEL PROYECTO QUE COMENZÓ A GESTIONAR EN 2023.

dos, donde se interiorizó acerca del método de Bikram. Entusiasmada, no dudó cuando le invitaron a invertir para replicar la escuela en Chile. En 2004 abrió la primera sala en Vitacura y entonces decidió dejar los supermercados para abocarse por completo al proyecto. Después vino la apertura en Tobalaba y Las Condes (Quinchamal). Siete años más tarde inauguró la primera escuela de Bikram Yoga en Puerto Montt. “La primera clase fue el 26 de diciembre del 2012. Es como el primer amor, no te olvidas nunca”, cuenta con orgullo.

No pasaron dos años y Fabiola ayudó a extender el método a Puerto Varas y finalmente en Valdivia en 2016. Entonces, decidió hacerse cargo de la administración de las tres escuelas en el sur de Chile. “El 16 de octubre vamos a cumplir 21 años en esto”, subraya.

Sostiene que el Bikram Yoga es un método que apunta a la sanación física, pero también emocional, y no sólo de la persona, sino que de la humanidad. Para ello se encuentra enfocada en no alterar ni un ápice las enseñanzas recibidas de su maestro.

“Nosotros, los profesores

certificados, que estamos seriamente metidos en esto, estamos constantemente estudiando y viendo las dolencias que tienen nuestros alumnos y cómo enderezar su columna vertebral y cómo no alterar las enseñanzas. Entonces, mi mensaje a la comunidad sería que este es un método puro”.

DE REGRESO A SIRIA

Entre el 27 de septiembre y el 1 de octubre del año 2023, la Embajada de Chile participó en el evento Rebuild Syria (Reconstruyendo Siria), en el complejo ferial de Damasco. Allí, el gobierno chileno no sólo promovió las posibilidades de intercambio comercial entre ambos países, sino que cobró especial atención el stand desde el cual Fabiola Mosa promovió el Bikram Yoga.

“Cuando estábamos ahí en la feria, con el embajador de Chile en Siria, con el grupo ahí, donde más se aglutinaba la gente era en la embajada de Chile. Pero no preguntando por el turismo, porque la embajada está tratando de mostrar Chile, sus ríos, sus vinos, si hay algún contacto comercial, ese tipo de cosas. Hice todo un trabajo precioso con la gente de Chile y de Siria para generar



ESTE YOGA SE PRACTICA EN UNA SALA CON 42°C Y 60% DE HUMEDAD.

un material cinematográfico que pudiera ilustrar a la comunidad lo que era esto. Y tú sabes que era muy increíble, porque resulta que nadie iba a preguntar por la cosa turística, ellos venían y yo les hacía la demostración, yo estaba ahí totalmente sirviendo a esa humanidad”.

En ese sentido, recalca que “los tres hermanos somos muy apasionados en nuestros trabajos; donde ponemos el corazón, ponemos la vida”.

Una de las principales ba-

rreras que ha encontrado en Siria para implementar su escuela es la disponibilidad energética, pues sólo cuentan con dos horas de energía eléctrica al día.

Aún así, las salas de clases deben ceñirse a estrictos requerimientos de temperatura (42°C), humedad (60%) y limpieza, debe contar con un sistema de purificación del aire y de los Rayos UV. Mientras en Puerto Montt operan con dos estufas a pellet, lograr lo mismo en Siria se convirtió en to-

da una odisea. “Como Siria tenía sanciones, entonces yo tenía que importar una de estas peletas de Turquía, que había todo un proceso y estaba Western Union metido de por medio y toda la cosa, y finalmente no pudo entrar. Se dio vuelta por el lío y perdimos los 3.000 dólares” (...) “Entonces, es un tema que hay que ponerle cabeza y corazón, porque si esto no fuera una fundación que se dedica a ayudar a la humanidad, olvídale, porque desde el punto de vista del lucro no va por ahí”, reflexiona.

ANTÍDOTO PARA ENFERMEDADES

Hoy cuenta con un equipo de ingenieros trabajando en encontrar con el sistema más adecuado. “Tenemos una bodega de experimentación, donde hay estufas a petróleo, placas solares, sistemas alternativos de calor. Es un tema muy grande que yo estoy aprendiendo, porque es fácil hacer un yoga con temperatura en Chile o en occidente, pero hacerlo en el desierto...? Lo curioso es que la gente tiene mucha avidez del yoga”, expone.

Fabiola volverá en julio a Siria para ultimar los detalles del proyecto, aunque reconoce que el avance estará dado tanto por la situación política interna como por el conflicto en medio oriente. Pero defiende que es un proyecto que nunca se ha hecho y que no existe una escuela de yoga con calor en el desierto y en un ambiente de guerra.

Finalmente, sostiene que su motivación no es otra ni menos ambiciosa que sanar a la humanidad. “El antídoto para las enfermedades, tanto físicas como mentales, de todo orden, es este método. Artritis, osteoporosis, de lo que yo me sané. Yo me regeneré columna y cadera, tenía 52% de desgastes a los 25 años. O sea, imagínate el impacto que tuvo mi cuerpo, en mis emociones. Cualquiera puede hacerlo. Entonces, ¿por qué llevar este método? Porque lo que la humanidad necesita es unidad y el yoga quiere decir unidad. Como dice Swami Sri Yukteswar (monje y gurú hindú), en su libro Ciencia Sagrada, el yoga es un método que podría unir Oriente con Occidente”, cuenta con convicción la empresaria.