

Invitan a una interesante conferencia sobre diferentes técnicas de Yoga

12/09/2024

**DIFERENCIAS ENTRE
HATHA YOGA
Y RAJA YOGA**

**SEPTIEMBRE
SÁBADO 14
17:30 HS**

SOCIEDAD TEOSÓFICA SAN RAFAEL AV MITRE 557 2604671554

SOCIEDAD TEOSÓFICA SAN RAFAEL AV MITRE 557 2604671554

ingreso libre y gratuito

The poster features a central illustration of a woman with long dark hair, wearing a white tank top and dark blue pants, sitting in a meditative lotus position with her eyes closed. Behind her is a large, stylized lotus flower with orange and yellow petals. To the left of the woman is a circular logo with a blue border, containing a white triangle with a female symbol (♀) and a small 'Om' symbol at the top. The text is arranged in a clean, sans-serif font, with the title in large, bold letters. The background is a light beige color with faint leaf patterns.

El yoga es una disciplina que incluye una práctica física, mental y espiritual diseñada para tener una buena vida y cuyo

fin último es alcanzar el samadhi (liberación, paz, felicidad). Lo practican millones de personas en todo el mundo. Hay diferentes técnicas para practicarlo, y al respecto brindará una conferencia en nuestro departamento el Dr. Patricio Asenjo, médico formado en la Universidad Nacional de Cuyo, con un máster desarrollado en España sobre homeopatía. En diálogo con FM Vos (94.5) y con Diario San Rafael, el Dr. Asenjo explicó que el hatha yoga es muy tradicional y particular de la India. A principios del siglo pasado, Krishnamacharya, un maestro de yoga consideró que debía adaptar esa disciplina a la gente, por lo que generó una especie de escuela, y varias personas muy influyentes lo llevaron a otros continentes. “El yoga que nosotros practicamos viene de la India y se adapta a ejercicios muy propios de esa época en Europa”, señaló y agregó que “se produjo una especie de simbiosis entre un yoga que era tradicional y la gimnasia, y de esta manera se fue transformando en lo que mal-llamamos hatha yoga”. Sobre este amplio tema, el médico brindará una conferencia mañana sábado a las 17.30 en la sede local de la Sociedad Teosófica (Av. Mitre 557). “Vamos a charlar un poco de este aspecto del yoga; vamos a comentarlo, es como un intercambio que hacemos, y también vamos a hablar sobre otro aspecto que es el del raja yoga, que es la parte del camino espiritual propiamente dicho que tiene el yoga”, expresó.

Formación académica

Si bien el Dr. Asenjo es médico formado en la UNCuyo, decidió hacer un máster en Valencia, España, sobre medicina homeopática. En ese sentido, explicó: “Creo que ‘transité’ la medicina tradicional, pero nunca me sentí afín con la parte farmacéutica, química de la medicina tradicional. Entonces cuando terminé la carrera, buscaba algún posgrado que fuera universitario y encontré en Valencia. Para allá me fui y viví como 15 años en España”. “Creo que hay mucho más, porque la persona es un individuo completo, o sea, creo que no sólo somos un cuerpo, considero que hay un cuerpo, un alma y un

espíritu, entonces no se puede trabajar sólo con el síntoma, y en el futuro es algo que se va a ir viendo”, resaltó.