

YOGA 113



ASOCIACIÓN ESPAÑOLA
DE PRACTICANTES DE YOGA
Miembro de la UEY

HAMSA

*El cisne y
la respiración*

*“El mal de la
impaciencia”*

*¡Hablemos de
la práctica!*

¡Escúchame!

*Una habilidad esencial
que necesitamos
practicar más*

*Rincón de
la lectura:*

*La maestra
de yoga*

*¡Las
imágenes
del encuentro!*

X ENCUESTRO
NACIONAL DE
YOGA AEPY 2024

ÉTICA Y CONCIENCIA
El poder transformador del yoga.

SUMARIO YOGA 113

EDITORIAL _____	3	ENTREVISTAS Y TESTIMONIOS _____	28
NOTICIAS AEPY  _____	5	ESCÚCHAME <i>Por José Antonio Díaz</i>	
FILOSOFÍA Y TEORÍA DEL YOGA _____	9	 LUGARES ESPECIALES _____	31
DESAPEGO AL DESPETAR <i>Por Marisa Barros</i>		ECOFINCA YUN <i>Entrevista a Irene Franco</i>	
PRÁCTICA DEL YOGA _____	11	X ENCUENTRO NACIONAL DE YOGA _____	36
EL MAL DE LA IMPACIENCIA <i>Por Ana del Pino y Rosana García</i>		ÉTICA Y CONCIENCIA	
HAMSA: EL CISNE Y LA RESPIRACIÓN <i>Por Ana M. Mas</i>		 ESPACIO SOCIAL _____	45
YOGA Y CULTURA _____	21	LA AEPY CON LA DANA DE VALENCIA	
CINE Y YOGA:		AGENDA DE ACTIVIDADES _____	47
- <i>El cine en nuestras vidas</i> - Sergio C. y Vicenta S.		YOGA Y COCINA  _____	51
RINCÓN DE LA LECTURA:		GARAM MASALA <i>Por Marta Bort</i>	
- <i>La maestra de yoga</i> - Estela Puyuelo		MERMELADA DE JENGIBRE <i>Por Marta Bort</i>	
POESÍA:		CÓDIGO DEONTOLÓGICO _____	54
- <i>Voces del desierto</i> - Gemma Vidal			

Consejo Editor

Conchita Morera, Esther Roig, Sara Aladrén

Colaboradores

Conchita Morera, Marisa Barros, Ana del Pino, Rosana García, Ana Mas, Sergio Castelló y Vicenta Server, Estela Puyuelo, Gemma Vidal, José Antonio Díaz, Irene Franco, Rosó Menoyo y Marta Bort.

PORTADA: Departamento de Comunicación de la AEPY (Sara Aladrén)

Administración

AEPY: Nil Fabra 36B, entl. 2ª - 08012 Barcelona

Teléfono: 932 374 241 - Fax: 932 378 631

E-mail: info@aepy.org - Web: www.aepy.org

Horario de secretaría: 9 a 13:30 horas (de lunes a viernes)

Secretaría: Judith Monteagudo

DEPÓSITO LEGAL: B-15349-2014

Queridos compañeros,

Comenzamos un nuevo año lleno de esperanza en nuestra querida asociación, donde tendremos muchos proyectos que esperamos sean de vuestro agrado.

En el interior de esta revista tenéis una gran variedad de temas, intentando aportar siempre lo mejor de cada colaborador. Hay temas filosóficos, recetas culinarias que mejoran nuestro bienestar, acorde a la práctica de yoga, pasando por información sobre películas de vídeo o cine que pueden ser interesantes, libros,... y lo más importante, el rincón del socio, donde podéis transmitirnos vuestras opiniones favorables o no, así como todo aquello que consideréis importante para el buen funcionamiento de la revista y la asociación. Un equipo está siempre atento para dar respuesta, lo antes posible, a vuestras demandas.



En los meses venideros tenemos muchos proyectos de talleres de las diferentes delegaciones, que están haciendo un trabajo fantástico para dar a conocer AEPY a todos los que aman y practican Yoga. El equipo de delegados, junto con nuestra coordinadora Vicenta Server, van a continuar en la línea de trabajo que se han trazado hasta ahora, de realizar entre una y tres actividades mensuales, lo que supone un índice de participación que hasta hace poco, no se había cumplido. Todo esto podéis verlo agendado en la página web de aepy.org. Además de los talleres, hay organizados seminarios, masterclases, máster de perfeccionamiento y profundización, etc...

Por otra parte, en noviembre, como ya sabéis, tuvo lugar el Encuentro Nacional de Yoga, en un enclave magnífico como es el Monasterio de Montserrat. Allí disfrutamos de unos días de convivencia, en los que nuestros formadores dieron lo mejor de sí para aportar sus conocimientos a los asistentes. Desde aquí, damos las gracias a todo el comité organizador por su buen hacer.

Otro elemento que destacar ha sido el papel solidario de AEPY con referencia a las tremendas inundaciones que asolaron el Levante de nuestro país. La solidaridad ha sido fundamental en la aportación de ayudas y voluntariado. Esperamos que esto no quede en el olvido y sigamos colaborando siempre con los más desfavorecidos.

Por otra parte, **os comunicamos que los mandatos de Junta Directiva y Comité Pedagógico han llegado a su fin.** Esto significa que deben presentarse nuevas candidaturas, con el objeto de que AEPY siga su funcionamiento de manera adecuada. Estas candidaturas deberán ser aprobadas en la Asamblea General que se celebrará antes del verano y donde los socios tendréis la palabra a la hora de considerar qué representantes queréis que os representen.

La Junta y el Comité actuales se disolverán unas semanas antes para dar paso a aquellos que salgan elegidos de las nuevas candidaturas.

Finalmente, quisiera terminar estas líneas agradeciendo el papel de Junta y Comité en los últimos años, que han sido muy difíciles, por haber sido capaces de ir sacando a la asociación de una situación penosa. Se encontraron con una situación de crisis económica y de participación muy negativas, que año tras año se ha ido superando, y, aunque queda mucho trabajo por hacer, ellos han sido, junto a muchos socios que han colaborado, el pilar fundamental que ha mantenido a flote la AEPY.

No debemos olvidar para qué fue creada esta asociación. En ella se protege y mantiene la calidad de la enseñanza del yoga y a aquellos que lo practican seriamente y con cierto rigor. Sirvan pues estas líneas como despedida y agradecimiento por el trabajo realizado.

AEPY sigue y el trabajo continúa con nuevos objetivos que no pueden realizar solo unos pocos, os necesitamos porque **¡AEPY SOMOS TODOS!** Un gran abrazo y hasta pronto.

Conchita Morera

Presidenta del comité pedagógico de AEPY.

