



Organizan clase de yoga tradicional en el Palacio Legislativo de San Lázaro

Boletín No. 6636

El Grupo de Amistad México - República de la India, que preside la diputada María Teresa Rosaura Ochoa Mejía (MC), organizó una clase de yoga tradicional impartida por el profesor Narendra Pahade, originario de Bombay, India.

La diputada Ochoa Mejía agradeció a la embajada de ese país en México por contribuir a estrechar los lazos de amistad con este ejercicio y compartir la tradición de conectar mente, espíritu y cuerpo con las naciones, así como el reconocimiento de la práctica de yoga en el mundo.

Destacó que la intención de conocer esta disciplina es cultivar una actitud de equilibrio y salud en las personas, mediante la unidad de la mente, el cuerpo, el pensamiento y la acción, para llegar a un estado de plenitud por medio de las posturas o asanas y la meditación.

Mencionó que el 11 de diciembre de 2014 la Organización de las Naciones Unidas proclamó el 21 de junio como Día Internacional de la Yoga, a propuesta del primer ministro de la India, Narendra Modi, misma que recibió el apoyo de 175 Estados miembros.

Comentó que la Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que México ocupa el primer lugar mundial en estrés laboral; que en 2019 el estrés crónico en los centros laborales afectó a más de 40 por ciento de las y los trabajadores, y que se incrementó a 53 por ciento en 2021.

“En el marco del Día Internacional de la Yoga queremos solemnizar esta fecha conmemorativa que visibiliza la importancia de promover el bienestar mental y espiritual de las personas y lograr una mejor convivencia en la sociedad”, subrayó.

En su oportunidad, el embajador de la República de la India en México, Pankaj Sharma, dijo que India y México comparten las mejores relaciones entre sus parlamentos las cuales se han fortalecido a lo largo de los años a través de diversos intercambios parlamentarios.

Agradeció a la Cámara de Diputados por su continuo apoyo a la India y por compartir el entusiasmo por celebrar el Día el Día Internacional de Yoga, que se erige como uno de los símbolos más importantes de los lazos de amistad ente los dos países.



Mencionó que la yoga es una tradición de la India con cinco mil años de antigüedad y combina la búsqueda física, mental y espiritual, que ayuda a lograr la armonía del cuerpo y la mente; además, se ha demostrado que practicar esta disciplina todos los días trae equilibrio, tranquilidad y alegría a las personas.

La clase de yoga se realizó en la cancha de fútbol del Palacio Legislativo de San Lázaro. Asistieron las y los diputados de Morena, Manuel Guillermo Chapman Moreno y Elena Pérez Ramos, y del PT, José Alejandro Aguilar López, así como el secretario general del Sindicato de Trabajadores de la Cámara de Diputados, Humberto Espinosa Osorio, entre otras personalidades.

