

*Traducción no oficial*

## **Discurso del Embajador por el 11º Día Internacional del Yoga-2025**

**Namaste, Buen Día.**

Subsecretaria de Relaciones Internacionales del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires Sra. Ana Ciuti, invitados distinguidos, maestros del yoga, estudiantes, amigos de la India, damas y caballeros:

2. Me gustaría destacar el apoyo que recibimos por parte del vicegobernador de Catamarca, Rubén Roberto Dusso, en el Día Internacional del Yoga 2025. Es un placer para mí regresar a esta hermosa ciudad después de 20 años e interactuar con todos ustedes. Durante mi estadía anterior, experimenté la gran admiración que los argentinos tienen por la cultura, la filosofía y la espiritualidad india y el yoga. El cariño, la calidez y la amabilidad que recibí de las personas me incitaron a volver a esta encantadora ciudad. Me sorprende el gran potencial y las oportunidades de cooperación que existen entre nuestros países. Con esa calidez en mente, les doy la bienvenida a la celebración del 11º Día Internacional del Yoga y el Festival de la India.

3. Este año, celebramos este increíble evento bajo el tema "Yoga para Una Tierra, Una Salud", que destaca la función central del yoga en promover el bienestar integral y la armonía ambiental. Le doy las gracias a cada uno de ustedes por acompañarnos el día de hoy y por participar en esta celebración mundial de salud, armonía y paz interior. De acuerdo con este tema, el Gobierno de la India organiza un evento de una semana llamado *Yoga Bandhan*, que invita a personas de todo el mundo y sigue la filosofía central de la India de "Vasudhaiva Kutumbakam", que se traduce como "el mundo es una familia". En este importante evento, la Argentina es representada por la Presidenta del Grupo Parlamentario de Amistad Argentina-India, la Diputada Sra. Rocio Bonacci.

4. La Argentina ha recibido al yoga con calidez, con más de 70 escuelas dedicadas a la enseñanza de sus valores y tradiciones. El yoga ha evolucionado hasta convertirse en un movimiento espiritual significativo en todo el país; esto es evidente tanto en los barrios vibrantes de Buenos Aires como en las áreas tranquilas de Córdoba y Mendoza. Los argentinos practican yoga no solo por los beneficios físicos, sino también para calmar sus mentes y alimentar sus espíritus. Me sorprendió descubrir que muchos argentinos viajan a la India en búsqueda de una mayor comprensión, y para ello visitan ciudades como Rishikesh y Varanasi y centros espirituales en los estados de Kerala y Karnataka, de donde regresan transformados por la profundidad y la calidez de la espiritualidad india.

5. De manera similar, la victoria de Argentina en el Mundial del 2022 se celebró en la India con una exaltación que probablemente superó la de las celebraciones en Argentina. Una gran cantidad de indios idolatran a Maradona y a Messi.

6. Me gustaría citar unas palabras del Honorable Primer Ministro de la India, Shri Narendra Modi, sobre el yoga. Compartió estas palabras cuando la India propuso la idea del Día Internacional del Yoga en las Naciones Unidas en 2014: "El yoga es un regalo valioso de la antigua tradición india. Representa la unión de la mente y el cuerpo, del pensamiento y la acción. Es un enfoque integral a la salud y el bienestar". Este mensaje resonó en todo el mundo y, desde 2015, el 21 de junio se ha convertido en el día en el que millones de personas se reúnen en parques, espacios públicos y hogares para celebrar el Día Internacional del Yoga.

7. Permítanme resaltar una definición del gran sabio Patanjali en el Yoga Sutras: "योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः" (Yogaścitta-vṛtti-nirodhaḥ), que se traduce como "el yoga es el cese de las fluctuaciones de la mente". A través de la práctica del yoga —no solo las asanas, sino también el pranayama (el control de la respiración), la dhyana (la meditación), y los yamas y niyamas (la disciplina ética)— uno puede trascender

el sonido del mundo exterior y viajar hacia adentro, para descubrir la luz interior. Esta experiencia divina es crucial en una época donde el mundo se enfrenta al estrés, la ansiedad y los conflictos. El yoga nos recuerda que debemos volver a nuestro centro interior para cultivar la paz dentro de nosotros mismos.

8. Quisiera enfatizar que el yoga ofrece beneficios significativos por encima de los medicamentos alopáticos al brindar una perspectiva integral y no farmacológica que abarca la mente y el cuerpo. A diferencia de los tratamientos alopáticos, que suelen enfocarse en el alivio de los síntomas, el yoga reduce el estrés, mejora la salud mental y la función física, y regula el sistema nervioso autónomo, que a su vez regula la salud cardíaca y el sistema inmune. Es eficaz para controlar afecciones crónicas como el dolor lumbar, la artritis, la hipertensión, la diabetes y los trastornos de salud mental al promover la disciplina, mejores hábitos de vida y el balance emocional.

9. Además, el yoga complementa la medicina moderna al mejorar la adhesión de los pacientes a los tratamientos y reducir la dependencia de medicamentos, en especial en enfermedades crónicas. Sus efectos terapéuticos incluyen mejorar la función cardiovascular, la salud respiratoria y el bienestar general, por lo que es un agregado valioso al cuidado alopático y no su competencia.

10. El cariño y el respeto que los argentinos han mostrado hacia la cultura india —ya sea a través del yoga, el Ayurveda, la música clásica india o la filosofía— son muy conmovedores. Refleja nuestra búsqueda conjunta de la verdad, la paz y la libertad interior. Estoy agradecido por tener la oportunidad de experimentar esto de manera personal como Embajador de la India.

11. Quisiera agradecer a todas las escuelas, los instructores, los voluntarios y los practicantes de yoga en toda la Argentina por su dedicación. Ustedes son los embajadores del legado

espiritual de la India, y es para nosotros un orgullo compartir esta sabiduría antigua con ustedes.

Recordemos esta oración del yoga como guía: “लोकाः समस्ताः सुखिनो भवन्तु”. “Que todos los seres en todos los mundos sean felices”.

**Dhanyavaad. Gracias.**

**Jai Hind. Vande Mataram.**