

CIUDADANOS EN SU RINCÓN SANTIAGO PAZHIN, PROFESOR DE YOGA



El parque de Castrelos recuerda a Pazhin sus inicios en una práctica que define como «la más completa para el desarrollo integral». M.MORALEJO

«En el parque de Castrelos empecé a descubrirme a mí mismo»

Santiago Pazhin es pionero en la introducción del yoga terapéutico

ALEJANDRO MARTÍNEZ
VIGO / LA VOZ

El parque de Castrelos tiene un significado muy especial para Santiago Pazhin. Allí empezó a descubrirse a sí mismo y a iniciarse en el mundo del yoga. Sus primeras reuniones yóguicas las hizo desinteresadamente en este pulmón verde de la ciudad. En 1984 voló a Canadá, donde recibió las enseñanzas del Swami Vishnu Devananda, una de las grandes figuras de la espiritualidad hindú del siglo XX. El contacto con este gurú supuso un segundo renacimiento en su vida y la firme convicción de dedicarse a esta disciplina. A su

regreso a Vigo abandonó sus anteriores trabajos de músico y delineante y continuó con las clases de yoga en su centro del número 77 de la calle Urzaiz, que había iniciado como autodidacta cuatro años antes de marcharse a Canadá. El centro escuela de yoga y salud integral (Ceysi) es pionero en la formación de yoga terapéutico. Santiago Pazhin afirma que el yoga «es la ciencia más completa y antigua que existe para el desarrollo integral del ser humano, tanto desde el punto de vista fisiológico, como mental, emocional y espiritual».

Y debe estar al alcance de todos. Por eso insiste en el matiz terapéutico, huyendo siempre de

posturas que puedan ser enrevesadas o complicadas para sus alumnos o pacientes.

El fin último es la transformación interior de las personas para mejorar su vida y el entorno que les rodea. «De nada sirve entrenar personas muy flexibles si sus problemas les siguen esperando en el vestuario», dice. La relajación mental es una herramienta indispensable para alcanzar la paz interior.

Cuando pregunta a sus alumnos qué es lo que más les ha ayudado a mejorar su vida de las sesiones que imparte, las respuestas no se refieren a posturas determinadas, sino a la relajación con la que finaliza cada sesión.

Su misión como instructor de yoga es ayudar a la gente a que se ayude. «Aportas un conocimiento y si el alumno lo pone en práctica, encuentra un beneficio», afirma. «Suelo decir a la gente que es la causa de sus problemas y también su única solución», añade.

«Somos lo que pensamos»

La idea central a la que ha consagrado su vida es a enseñar que somos lo que pensamos. Lo intuyó en un momento de meditación. En cada conferencia que imparte nunca deja de decir que «ustedes son lo que piensan y en lo que piensan se convierten y el mundo no es más que el reflejo

DEDICACIÓN

«El yoga cambió mi vida»

Sentado junto a un banco junto al pazo de Castrelos, Santiago Pazhin pasó largas horas de meditación. «Vi que el yoga era algo bueno y cambió mi vida», afirma. Su búsqueda interior le ha llevado también a formarse como psicoterapeuta. Es autor del libro «El síndrome de los seres queridos», en el que explora las causas del sufrimiento emocional y que ya va por su quinta edición. Este maestro de yoga es también impulsor de cursos profesionales a distancia. Más de 14.000 alumnos de Europa y Latinoamérica han seguido sus enseñanzas mediante los programas formativos.

DNI

Nombre

Santiago Lorenzo Sacco

Profesión

Profesor y formador de yoga terapéutico

Rincón

Parque de Castrelos

¿Por qué?

El lugar donde empezó con el yoga

que hay en la mente; cambien su mente y cambiarán el mundo».

Afirma que difundir este concepto da sentido a su vida. Lo hace no solo en sus clases, sino también a través de los medios de comunicación, de los que se vale para la difusión del yoga terapéutico desde hace más de 30 años. En 1984 inició su programa «Encuentros en la medianoche», en Radio Noroeste y, tras pasar por diferentes emisoras, desde hace varios años puede escucharse cada sábado, de doce a dos de la madrugada, en Radio Voz. Además ha escrito artículos de divulgación en la mayor parte de los medios de comunicación. En 1985 marcó el hito de dar la primera clase de yoga que fue retransmitida por televisión.