



PURUSHARTHAS

LOS PROPÓSITOS DE LA VIDA

En la tradición del hinduismo, la vida humana tiene cuatro propósitos fundamentales que nos guían hacia una vida plena, equilibrada y consciente.



DHARMA EL CAMINO CORRECTO

Vivir de acuerdo a tu verdad, tus valores y tu naturaleza. Es tu brújula ética y tu propósito en este mundo.



ARTHA LA PROSPERIDAD CONSCIENTE

Todo lo que necesitas para sostener tu vida: recursos, estabilidad, éxito, abundancia. No es solo dinero, es seguridad y bienestar para ti y para otros.



KAMA EL PLACER Y EL DISFRUTE

El gozo de los sentidos, el amor, la belleza, la creatividad, las relaciones. Disfrutar la vida con presencia y sin culpa.



MOKSHA LA LIBERACIÓN

La realización de tu verdadera naturaleza. Liberarte del ego, del sufrimiento y del ciclo de la ignorancia. La libertad interior.

CUANDO LOS CUATRO ESTÁN EN EQUILIBRIO,
LA VIDA SE VUELVE UN CAMINO DE PLENITUD.

ANADI
— YOGA —



ASHRAMAS

LAS ETAPAS DE LA VIDA

En el hinduismo, la vida se divide en cuatro etapas o ashramas, cada una con un enfoque y propósito particular. Son un mapa para vivir en armonía con el tiempo y la evolución del alma.

1



BRAHMACHARYA EL ESTUDIANTE

Tiempo de aprendizaje, disciplina y formación. Se cultiva el cuerpo, la mente y el carácter. Energía enfocada en crecer y adquirir sabiduría.

2



GRIHASTHA EL HOGAR Y LA ACCIÓN

Tiempo de soltar al mundo: trabajar, construir, amar, formar familia y contribuir a la sociedad. Es el pilar que sostiene a las demás etapas.

3



VANAPRASTHA EL RETIRO EN LA NATURALEZA

Tiempo de soltar roles y responsabilidades gradualmente. Volver la mirada hacia adentro, cultivar la sabiduría y prepararse para el desapego.

4



SANNYASA LA RENUNCIA Y LA LIBERACIÓN

Tiempo de entrega total a lo divino. Soltar la identidad personal y buscar la verdad última. Vivir en libertad, sin apegos.

NO SE TRATA DE CORRER, SINO DE VIVIR CADA ETAPA
CONSCIENTEMENTE Y EN SU MOMENTO.

ANADI
— YOGA —