



## PURNA YOGA ACADEMY

Prima școală de yoga din România,  
acreditată la Yoga Alliance International USA

Str. Emanoil Porumbaru, nr. 23, sector 1, București

Telefon: 0754.242.868

Email: [info@purna.ro](mailto:info@purna.ro)

Website: [www.purna.ro](http://www.purna.ro)

17.05.2017

### COMUNICAT DE PRESĂ

De la Dalai Lama la Tony Robbins

## “Chiar dacă vin din lumi diferite, amândoi vorbesc despre același lucru: compasiunea”

După ce a primit învățături de la Dalai Lama, cunoscutul profesor român de yoga, Dana Țupa, a continuat drumul inițiat la Londra, unde l-a întâlnit din nou, pe unul dintre cele mai importanți speakeri din lume în domeniul dezvoltării personale, Tony Robbins.

Chiar dacă vin din lumi aparent opuse – unul din cea a spiritualității și celălalt din pragmatism, cele două personalități vorbesc despre cea mai importantă valoare pe care ar fi necesar să o adopte omenirea, în acest moment: COMPASIUNEA. Aceștia manifestă din plin, în fiecare zi a vieții lor, această calitate, învățându-i și pe alții arta de a trăi în armonie cu propria ființă și cu cei din jur.

“Omenirea se află, din păcate, la răscruce de drumuri. Se află într-un punct fără întoarcere și se impune să facem o alegere colectivă extrem de importantă. Istoria ne-a demonstrat că absența armoniei duce, inevitabil, la conflicte majore și la distrugere. Am avut deosebita onoare să cunosc personal și să învăț de la două personalități uriașe ale omenirii: Dalai Lama și Tony Robbins. Trăiesc în colțuri diferite ale Planetei, ambii susținând valoarea inestimabilă și, totodată, indispensabilă umanității – compasiunea – și au subliniat că aceasta este fundamentul unei societăți evolute”, afirmă Dana Țupa, profesor de yoga acreditat internațional.

#### Compasiunea atenuează conflicte, mângâie și vindecă răni

În opinia Danei Țupa, compasiunea există în genele noastre, dar o găsim în doze mai mari sau mai mici, în funcție de câtă atenție îi acordăm și modul în care o cultivăm. Gradul de compasiune nu ține de IQ, nivelul de pregătire sau de statutul social, ci mai degrabă de cât de bine știm să ne dezvoltăm inteligența emoțională. “Puterea compasiunii schimbă situații, mărește încrederea și speranța în mai bine, atenuează conflicte, mângâie și vindecă răni, ne dă puterea de a merge mai departe, generează armonie. Ar fi extrem de util pentru societatea noastră să începem să cultivăm compasiunea încă din copilărie, astfel încât, atunci când ajungem adulți, să o manifestăm constant. Viața noastră depinde de a altora într-atât de mult,





## PURNA YOGA ACADEMY

Prima școală de yoga din România,  
acreditată la Yoga Alliance International USA

Str. Emanoil Porumbaru, nr. 23, sector 1, București

Telefon: 0754.242.868

Email: [info@purna.ro](mailto:info@purna.ro)

Website: [www.purna.ro](http://www.purna.ro)

Încât la bază existenței noastre, regăsim fundamentul iubirii și aceasta este strâns legată de puterea compasiunii. Tocmai de aceea este necesară cultivarea responsabilității față de binele celor din jur și armonie în general. Orice ființă se naște cu dorința de a fi fericită și facem orice este necesar pentru a obține fericirea de-a lungul vieții. Aș îndrăzni chiar să spun, că există o triadă între iubire, compasiune și fericire, compasiunea fiind atributul și/sau semnul evoluției spiritual”, conchide Dana Țupa, fondatorul [PURNA Yoga Academy](http://www.purna.ro) – prima școală de yoga din România acreditată de Yoga Alliance International USA

*Dana Țupa este primul Expert Yoga Teacher din România care s-a acreditat la Yoga Alliance International USA cu cea mai înaltă calificare, E-RYT500. Este și Fondatorul PURNA Yoga Academy, prima școală de yoga din România acreditată la același for internațional, școală care a scos, în 2014, primii instructori yoga din România, acreditați internațional. A participat la multiple cursuri yoga pe diferite ramuri (Hatha, Kriya, Kundalini, Pranayama, Yantra, Laya, Nidra Yoga), alături de profesori și maeștri din România și din străinătate (Thailanda, Elveția, Italia, UK, India, Turcia). Este master NLP, a studiat Strategic Interventions, cu Tony Robbins și Chloe Madanes. A urmat cursuri de Vipassana în Chiang Mai, Thailanda, participând și la seminarii cu Dalai Lama în Elveția și India. A susținut cursuri de yoga și seminarii, atât în România, cât și în Thailanda, cel mai de succes dintre ele, considerându-l a fi, Yoga Scopului, un mix de tehnici yoga foarte puternice, NLP, meditație și vizualizare.*

### Persoană de contact

Dana Țupa

Telefon: 0727.563.529

Email: [info@purna.ro](mailto:info@purna.ro)

Website: [www.purna.ro](http://www.purna.ro)

Transmite,

Dr. Tănase Tasește

Director General

Plus Communication

0725.465.508

