



YATRA PIRATAS

Hannah Ávila Blanco



Lucía Murga Dogen



El inicio
de un
gran viaje



YATRA PIRATAS

El inicio de un gran viaje

Hannah Ávila Blanco
Lucía Murga Dogen

Colección “Yatra Piratas”

Viajes de aventuras, crecimiento y Yoga



YATRA PIRATAS

Una lluvia de estrellas cruzaba el firmamento,
iluminando la orilla donde cuatro amigos,
unidos por el destino,
compartían risas y sueños.





Manas, con su gran inteligencia
e ideas por todos lados.



Rupa, con su cuaderno lleno de sueños.



Kaya, pequeña pero imparable
como un tornado.



Y el Capitán Tejas,
con una energía
que impulsa a todos
ellos.

Entre estrellas fugaces,
de repente, algo brilló más
y cayó frente a ellos, en la arena,
con un gran ¡chas!



Los cuatro se acercaron
a ver qué era lo que había caído.
Con asombro, descubrieron un misterioso
cuadro viejo, lleno de huecos vacíos.



En ese instante, el viento, con un soplo,
trajo una voz:

—Los Yamas y Niyamas son tesoros invisibles
que despiertan el verdadero poder interior.

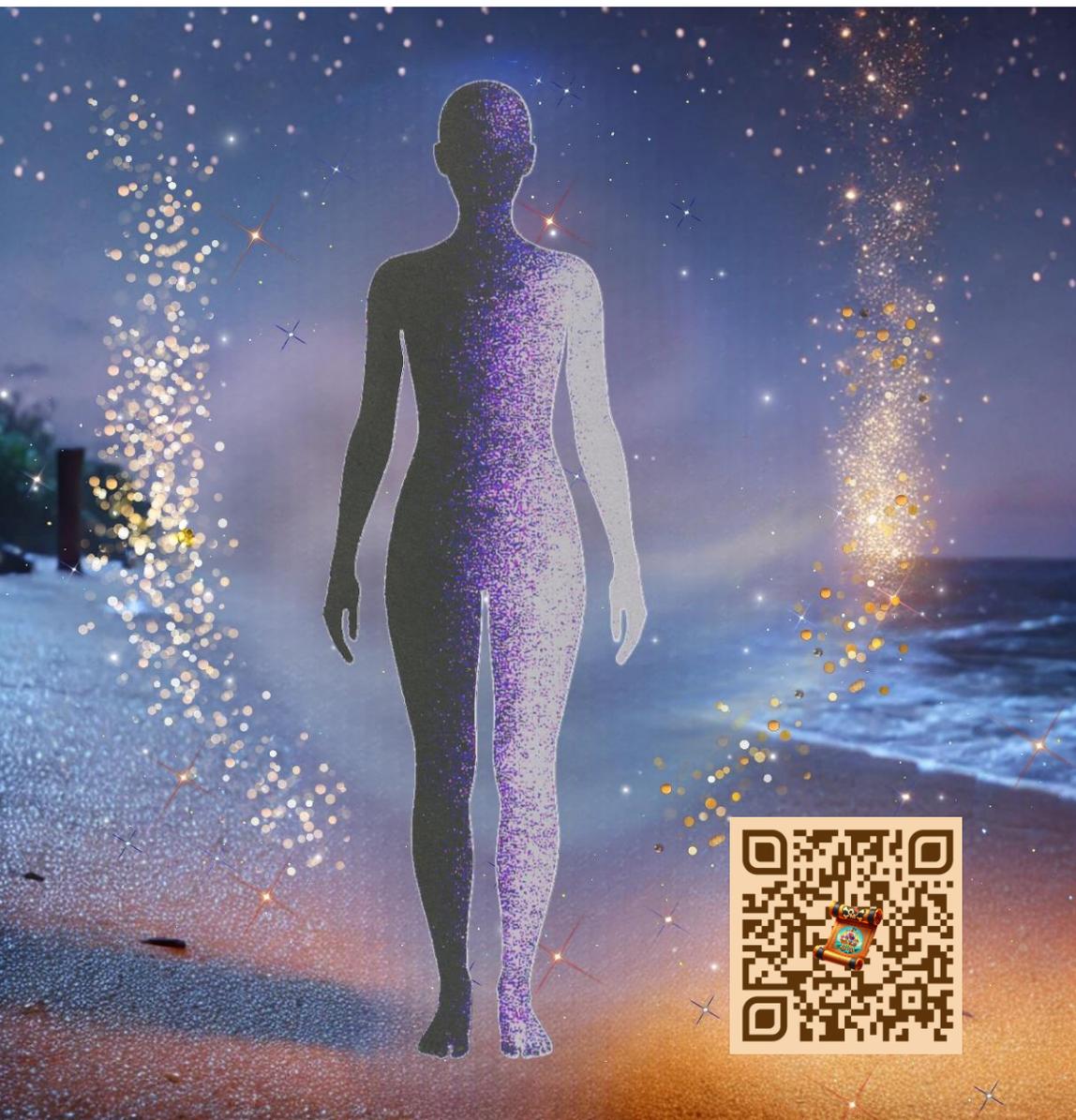


Pero las insignias se han perdido,
y solo quienes vivan sus enseñanzas
podrán encontrarlas.

Para ello, deberéis emprender un viaje
de coraje, descubrimiento y confianza.

Entonces la voz se hizo figura para darles la primera pista:

—Para despertar cada insignia,
vive con tu cuerpo
la lección que explica.



El cuadro iluminó los huecos de las insignias perdidas con colores naranjas y azules, invitándoles a buscar.

En ese momento, todos supieron que ya nada volvería a ser igual.



Los amigos se miraron, con los ojos encendidos de pasión.

—Entonces... ¿este cuadro nos llevará a múltiples tesoros? —preguntó Kaya con ilusión.



—Sí —respondió Tejas—. Seremos
como los piratas,
y el viaje puede comenzar ahora...
¿Nos apuntamos a recorrer el mapa?



Y así, bajo la lluvia de estrellas,
aquellos cuatro amigos se transformaron
en algo nuevo.

Decidieron llamarse los **Yatra Piratas**,
porque Yatra significa viaje importante,
en el que descubres tu propio mundo
y tus anhelos.



Los Yatra Piratas también esperan a quien se atreva a unirse a la tripulación. ¿Estás listo para descubrir las insignias, los tesoros y emprender un viaje hacia tu poder interior?





*ASANA
YAMA
NIYAMA*

¡Saludos, Yatra Pirata!

Ahora vamos a aprender algo muy especial sobre el yoga.

En yoga, hacemos posturas con el cuerpo que se llaman **asanas**. Estas posturas nos ayudan a estar más fuertes, a sentirnos tranquilos y a que nuestro cuerpo se mueva con alegría. Cada asana tiene un nombre y una forma de hacernos sentir mejor.

Pero el yoga no solo se trata de mover el cuerpo, también nos ayuda a ser mejores personas. Hay unas reglas o principios que seguimos, como cuando en casa o en la escuela nos enseñan a compartir y ser amables.

Estos principios se llaman **yamas** (cómo nos comportamos con los demás) y **niyamas** (cómo nos cuidamos a nosotros mismos).

Cada cuento de Yatra Piratas invita a integrar el valor en el cuerpo a través de estos yamas y niyamas, de manera divertida y natural. Así, la enseñanza deja de ser abstracta para convertirse en experiencia vivida, algo que se guarda en la memoria y en el corazón para siempre.

Una herramienta única:

Un recurso que combina cuento, emoción, movimiento y valores, sembrando semillas que acompañan en el viaje de la vida.



¡Prepárate para formar parte de una gran aventura!

Para ser un verdadero Yatra Pirata, tendrás que completar el Cuadro de Insignias Yamas y Niyamas.

Cada vez que leas uno de los libros de Yatra Piratas y completes el mapa de islas de yoga, podrás conseguir una insignia especial.

¡Imprímela, recórtala y pégala en tu Cuadro de Insignias Yamas y Niyamas!

Y lo mejor de todo... Si consigues completar todo tu Cuadro de Insignias Yamas y Niyamas, ¡hay un premio sorpresa esperándote!

¡Empieza a coleccionarlas hoy mismo!



Aparigraha



Ahimsa



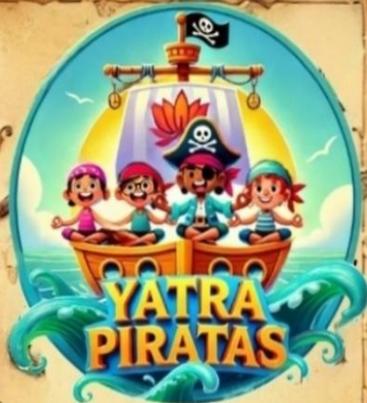
Asteya



Bramahcharya



Satya



Soucha



Santosha



Svadyaya



Ishvara
Pranidhana



Tapas



AUTORAS



Hannah



Hannah Ávila
es una escritora
dedicada al
desarrollo personal,
crecimiento interior y
despertar de la infancia.



Educadora social de profesión y madre de familia
numerosa, siempre ha trabajado con niños y niñas
desde el enfoque de la educación alternativa.

Escritora desde muy pequeña, ha fusionado su
pasión por la escritura,
los niños y el desarrollo personal,
creando una colección de cuentos
muy especiales que ayudan a quien
los lee a descubrir
su poder interior.



 HannahAvilaBlanco



Lucía



Licenciada en Máquinas Navales, Lucía Murga vivió muchos años en alta mar, pero todo cambió cuando apareció un "pequeño pirata" que transformó su mundo por completo.



En el camino de la maternidad, su vida cambió de rumbo, adentrándose en el fascinante mundo del yoga.

Instructora en Yoga para niños y adolescentes, fundó Yoga Niños, un proyecto que transmite los beneficios del yoga, brindando herramientas que acompañan al crecimiento físico y mental, y ayudan a desarrollarse de manera saludable y feliz.



Yoga Niños

MAMADEAIRAM