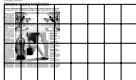
		Tirada: 30.403 Difusión: 14.741 (O.J.D) Audiencia: 51.593	Sección: Economía Espacio (Cm_2): 599 Ocupación (%): 77% Valor (Ptas.): 551.330 Valor (Euros): 3.313,56 Página: 60	
Nacional Diaria	Economía	16/04/2004	Imagen: Si	

EN VANGUARDIA / ARTES ORIENTALES

Oriente marca tendencia

Técnicas milenarias importadas de China y Japón como el feng shui, el tai chi o el yoga hacen furor en ámbitos tan dispares como la decoración o el deporte

F.J.G.

PARA estar a la moda, lo último son las técnicas milenarias importadas de Oriente. Por ejemplo, el feng shui es una de las tendencias más innovadoras en decoración. Su estilo se basa en una premisa fundamental: todo a nuestro alrededor, hasta los más pequeños detalles, deben estar en equilibrio y armonía. Así, la combinación de los muebles influye en el tipo de energías que se generarán en un hogar.

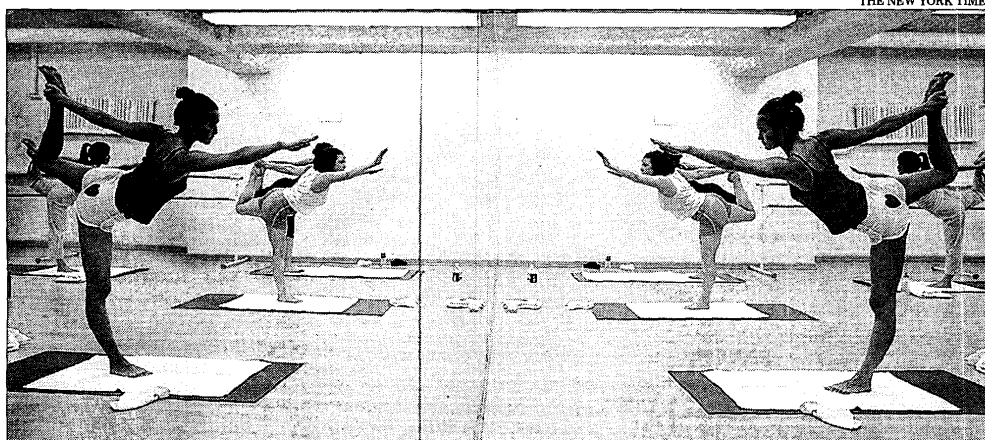
En el lejano Oriente, el conocimiento y el control de los flujos de energía sirven de base para los sistemas de curación tradicionales como, por ejemplo, la acupuntura y el shiatsu, así como también para artes marciales como el tai chi, el bushido-ryu, el qi kong o el aikido.

Energía positiva

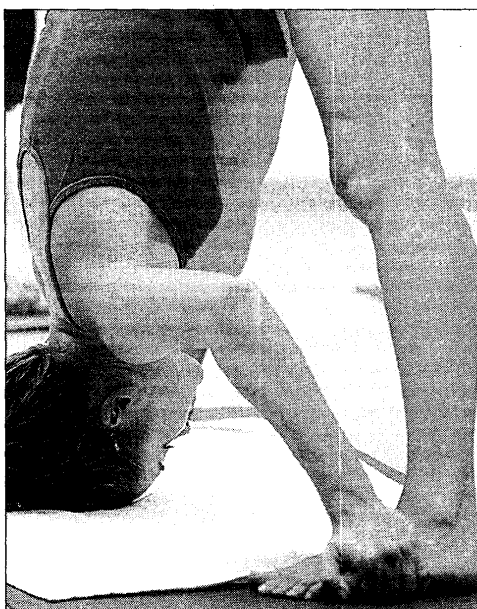
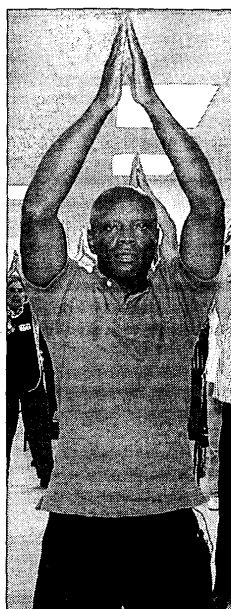
A la energía se la nombra de diferentes formas. En China se la denomina *chi*, en Japón se la conoce como *ki* y en la India *prana*. En occidente no existe ningún vocablo específico, aunque algunas expresiones, como atmósfera, ánima, fuerza vital o espíritu tratan de describirla.

El *chi* es un concepto básico para la astrología oriental y para el feng shui, ya que es sobre él donde debemos influir para mejorar el ambiente que rodea a cada persona. Por ejemplo, en un hogar la presencia de plantas, cristales de roca o campanillas de viento potencian la energía positiva.

En Estados Unidos, la última disciplina oriental importada de moda es el Bikram yoga o *hot yoga*, una variante que se practica en habitaciones caldeadas a 40 grados. Famosos como Madonna y Michael Jackson o actores como Candice Ber-



THE NEW YORK TIMES



En Estados Unidos están triunfando técnicas orientales importadas como el tai chi (a la izquierda) o el hot yoga (arriba y a la derecha).

Algunas pistas...

Decoración feng shui:

- Estudio Kuboene. c/Almagro, 11. Madrid. Tfno: 91 319 90 24.
- Residencia Accord. c/Valverde, 34. Madrid.

Libros sobre feng shui:

- Feng shui habitación por habitación. Kathryn Terah Collins. Urano, 12,5 euros.
- El Feng shui en la decoración. Gina Lazemby. Blume, 29,95 euros.

Practicar yoga y tai chi:

- City Yoga. c/Artistas, 43. Madrid. Tfno: 91 553 47 51.

Libros sobre yoga:

- El gran libro del yoga. Ramiro Calle. Urano, 13,75 euros.
- Yoga para el bebé. DeAnsin Goodson. Oniro, 13 euros.

Libros sobre tai chi:

- Tai chi, paso a paso. Lam Kam Chuen. Integral, 18 e.

gen y Martin Sheen contribuyeron a popularizarlo, ya que de otra forma esta poco ortodoxa variante del millenario yoga hubiera pasado

inadvertida. Sin embargo, esta modalidad que el maestro yogui Bikram Choudhury inventara a mediados de los 70 se ha ido abriendo

camino, al igual que otras disciplinas orientales como el tai chi. Esta antigua tradición china, gracias a sus movimientos lentos y a la capa-

cidad para elevar la energía, se ha vuelto una terapia muy indicada, según un reciente estudio, para las personas de la tercera edad.