

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

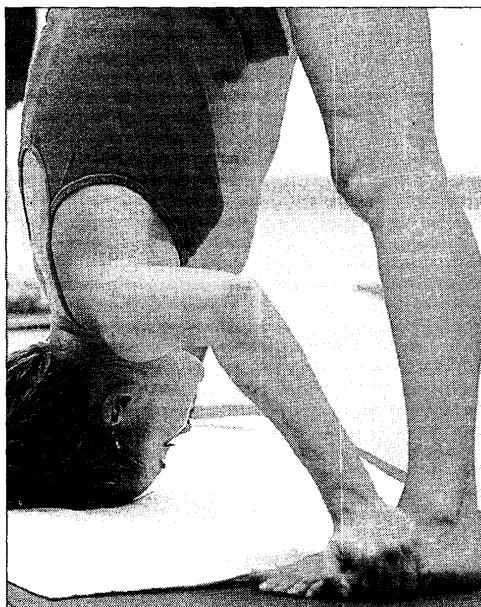
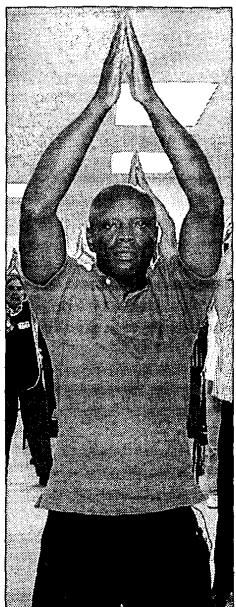
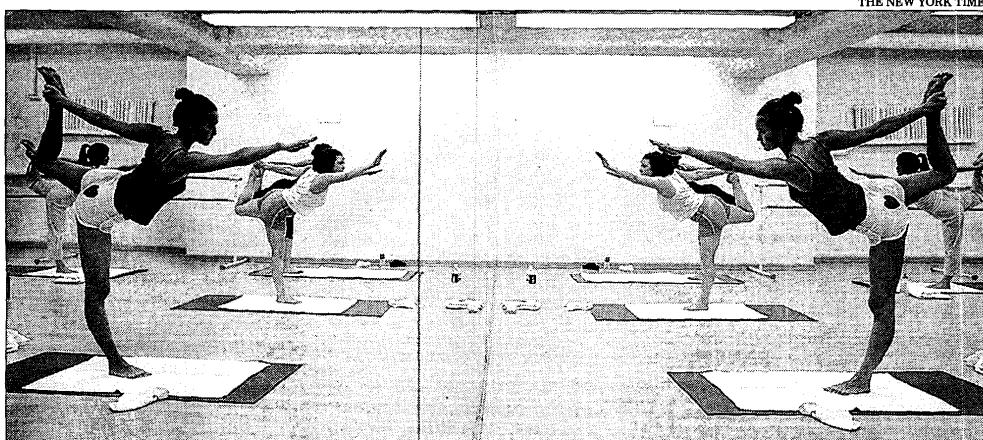
En el lejano Oriente, el conocimiento y el control de los flujos de energía sirven de base para los sistemas de curación tradicionales como, por ejemplo, la acupuntura y el shiatsu, así como también para artes marciales como el tai chi, el bushido-ryu, el qi kong o el aikido.

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-



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

gen y Martin Sheen contribuyeron a popularizarlo, ya que de otra forma esta poco ortodoxa variante del milenario 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-

Algunas pistas...

Decoración feng shui:

- **Estudio Kuboeme.** 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*. DeAnsín Goodson. Oniro. 13 euros.

Libros sobre tai chi:

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

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