

Para iniciar en este blog un apartado específico dedicado a las Mujeres, compartiremos una pequeña parte de una entrevista al Fundador de INBIWORLD:

Pregunta: "¿Podría caracterizar a las mujeres contemporáneas, por favor?"

Respuesta: "No se puede caracterizar a todas las mujeres. Es lo mismo que preguntar: ¿Qué país es mejor? Vamos a diferenciar a las mujeres por sus acciones: unas hacen algo para comprender su naturaleza (llamamos a estas mujeres "las practicantes", es decir las que estudian, comprenden, y apoyan su naturaleza); otras son el resultado y reflejo de la sociedad en que viven. Aparece la pregunta sobre la cualidad de la naturaleza personal de la mujer, de la fuerza principal, natural."

Texto extraído de: "La mujer, su mundo y su práctica", en la Revista ALQUIMIA nº 4, 2007, pág.168.

Un click... y podés saber más sobre la Revista Alquimia.

.

Compartido por Alejandra Lucía Rotf en 18:33 No hay comentarios: Enlaces a esta entrada

Enviar por correo electrónicoEscribe un blogCompartir con TwitterCompartir con Facebook

Etiquetas: Mujer

19 de enero de 2009

Masaje Daoísta o Automasaje

Para realizar esta práctica nos sentamos sobre un almohadón.

Aplicamos esfuerzos físicos, energéticos y de la conciencia.

Un click ... y lo miramos juntos: Video presentación de Masaje Daoísta

.

Compartido por Alejandra Lucía Rotf en 20:41 Enlaces a esta entrada

Enviar por correo electrónicoEscribe un blogCompartir con TwitterCompartir con Facebook

Etiquetas: Prácticas de Yoga Daoísta

15 de enero de 2009

Masaje Daoísta (Automasaje)

“El Masaje Daoísta es también conocido como el Arte de la Regulación de lo Interno y lo Externo.

Es uno de los más antiguos ejercicios Daoístas para la regulación del cuerpo, la energía y la mente, y ayuda al cuerpo a estar en contacto con la circulación natural de la energía. Hay tres niveles para esta práctica, el primer nivel es para la salud en general, el segundo es para abrir las posibilidades internas propias y el tercero es para preparar para el trabajo alquímico. La práctica está basada en la combinación de esfuerzos internos que permiten abrir y cerrar el cuerpo, enrollar y desenrollar, estirar y condensar, intensificar y relajar, dividir y conectar.

El objetivo principal del masaje Daoísta es alcanzar la regulación y preparación de los vasos y los órganos del cuerpo para el trabajo alquímico interno, o para el trabajo de meditación prolongado, así como la preparación para las prácticas en movimiento las cuales requieren una absoluta apertura de la circulación de energía en el cuerpo.

De acuerdo con el sistema Daoísta, el desarrollo requiere que una actividad interna sea precedida por la presencia de circulación energética en el cuerpo. Si la energía no está circulando con normalidad en los vasos, es difícil alcanzar un trabajo cualitativo en cualquier práctica.”