



La revista digital de la Escuela Nuad Thai

SEN #1 • Septiembre - Octubre - Noviembre 2014

“LAS PUERTAS ESTÁN ABIERTAS”

índice

- 04 ¿Qué es el Masaje Tradicional Tailandés?
- 06 Rusii Dat Ton
- 10 Budismo
- 14 Nota de Interés
- 18 Viajes
- 20 Cultura
- 22 Escuela Nuad Thai • Próximas actividades
- 24 Experiencias
- 25 Listado de Terapeutas
- 26 Escuela Nuad Thai • Programa de estudios

Staff:

Enrique Dianti • Dirección General
Romina Correa • Edición de contenidos
Laura Iwasetschko • Dirección de arte
Delfina Sommerville • Redacción y traducción



editorial

Bienvenidos al camino

A través de esta simple palabra presentamos nuestra revista, que busca profundizar en el camino de las prácticas tradicionales de la medicina y de la cultura Tailandesa.

En thai, la lengua tailandesa, la palabra Sen (เส้น) significa línea, sendero, camino largo. Si bien tiene muchas interpretaciones, una de esas variables es muy importante para nosotros: las líneas Sen, ubicadas en espacios específicos del cuerpo, son las que se trabajan para mantener la normal circulación de la energía... resultando ser éste uno de los fundamentos de la tradición medicinal tailandesa.

Por otra parte, Sen es camino. El sendero que va quedando en el césped luego de haber caminado siempre por el mismo lugar. Una marca que abre un espacio, que nos permite viajar, que nos alienta al movimiento. Y al movernos más y mejor, el encuentro con otros se convierte en una celebración permanente.

Sen es, para nosotros, aquello que tenemos que trabajar, y a la vez el camino que recorreremos a lo largo de nuestra vida mientras vamos descubriendo los matices de esta tradición que tanto amamos, de la mano del Masaje Tailandés.

Los invitamos a recorrer y compartir este viaje con nosotros... Bienvenidos!

Que sea para el beneficio de todos...

Staff Revista Sen

అంబా హరికావ్యాలేఖనాంబాకావ్యం



¿QUÉ ES EL MASAJE TRADICIONAL TAILANDÉS?

• por Enrique Dianti •

Cuando hablamos de masaje tradicional tailandés nos estamos refiriendo en realidad a un amplio conjunto de técnicas y maniobras que conforman las técnicas externas de la medicina tradicional tailandesa. Es decir, técnicas y maniobras que se aplican sobre el cuerpo, siendo entonces, la medicina interna aquella en la que ingerimos algo. Si estas técnicas y maniobras están apoyadas sobre los conceptos que hacen a la medicina tradicional tailandesa, resultan técnicas y maniobras tradicionales tailandesas... no importa tanto la técnica sino la comprensión de la teoría que nos lleva a aplicarlas. Supongamos que yo estudio medicina china, aprendo los meridianos chinos, los elementos chinos y sus reglas de equilibrio, etc. Entonces un buen día viajo a Tailandia y hago un curso en una escuela de masaje tailandés, y al regresar a casa, empiezo a utilizar las técnicas que aprendí en Tailandia, pero sigo basándome y aplicando estas nuevas técnicas según

mis conocimientos de medicina china... entonces este sigue siendo un masaje es chino, no tailandés.

En el masaje tailandés buscamos, fundamentalmente, abrir el espacio de los canales en los que se encuentran las Sen (เส้น), que es por donde circula el elemento viento (cualidad de movimiento de la energía); o bien mantener dichos espacios abiertos. Esto da lugar a dos “tipos” de masaje tailandés, el masaje terapéutico y el masaje de mantenimiento. En el masaje terapéutico el mo nuad (หมอนวด), el médico tradicional que se dedica a las terapias externas (masaje), reabrirá los espacios que se han cerrado y han limitado la circulación del viento, resultando de esta manera afectado el movimiento en la zona. En el masaje de mantenimiento, se chequeará que todos los espacios estén abiertos y se los manipulará para que continúen así, manteniendo el estado de salud ya alcanzado. No podemos decir “ese masaje

es tailandés” sólo por ver cómo se mueve el masajista, porque utiliza los pies o por si trabaja en camilla o no.

Origen

Cuando el Budismo y sus conocimientos medicinales, entre los que están las enseñanzas de Jivaka, el Padre de la Medicina en Tailandia, llegaron a la zona, unos cientos de años luego del nacimiento del Buda, ya existía una tradición asceta, la tradición Rusii (ฤษี), que tenía una medicina desarrollada. Dentro de este sistema de medicina encontramos el Rusii Dat Ton, conocido en occidente como “yoga tailandés”, que comprende prácticas de respiración, de visualización, de meditación, auto-masaje, entonación de mantras y posturas o ejercicios. Hasta donde alcanza mi comprensión y conocimiento de la tradición hoy, pienso que lo que hoy es conocido como masaje tradicional tailandés tuvo sus orígenes en esta tradición. ♥

Los ejercicios del asceta tailandés

• parte 1 •

*Nota publicada por David Wells en "Yoga Mimamsa"
(Julio 2012, Volúmen XLIV, No.2, Kaivalyadhama, Lonavala, India)*

Traducción: Enrique Dianti





Siddha Indiano



Reusi Tailandés



Eysey Cambodiano



Yogi Tibetano

Reusi Dat Ton (RDT), un aspecto poco conocido de la cultura tradicional tailandesa, consiste en ejercicios de respiración, auto-masaje, ejercicios dinámicos, posturas, mantras, visualizaciones y meditación. Es el fundamento del masaje tradicional tailandés y utiliza algunas técnicas que también se encuentran en el Hatha Yoga de la India y en las tradiciones del yoga tibetano. Representaciones de técnicas del RDT pueden ser vistas en obras de arte en varios lugares en Tailandia. Los manuscritos tradicionales de RDT contienen ilustraciones y descripciones de algunas de las técnicas y listan más de 60 diferentes problemas de salud (algunos utilizan terminología sánscrita médica Ayurvédica), que pueden ser resueltos con la práctica del RDT. Una revisión del texto indiano de Hatha Yoga “Jogpradipaka” de Jayatarama identificó 45

asanas indianas, que tienen su contraparte similar en RDT. Hoy en día el RDT está en peligro de diluirse y distorsionarse debido fundamentalmente a la falta de acceso a fuentes principales como ser los manuscritos originales o los actuales Reusis (Yogis tailandeses). El trabajo futuro para la posteridad podría incluir la documentación de todos los aspectos de esta tradición ancestral, así como la investigación de los numerosos beneficios terapéuticos atribuidos a su práctica.

Palabras Clave: Tradiciones del Yoga No-indiano, Masaje tailandés, Arte Yogi, Yoga terapia, Ayurveda

En Thai, “Reusi”, del Sánscrito Rishi, es un Yogi Asceta o Eremita. “Dat” significa estirarse, ajustarse o entrenar. “Ton” es un clasificador utilizado para un

Reusi, y también significa uno mismo. Por lo tanto, “Reusi Dat Ton” significa Auto-estiramiento o ejercicios de auto entrenamiento del Yogi o Eremita.

Los Reusis eran también conocidos como “Jatila,” “Yogi,” y “Chee Prai.” Los Reusis eran custodios y practicantes de varias artes y ciencias ancestrales, como ser: tantra, yoga, medicina natural, alquimia, música, matemáticas, astrología, quiromancia, etc. Tienen homólogos en muchas culturas ancestrales, como ser: los Siddhas de la India, los Yogis de Nepal y el Tíbet, los Inmortales de China, los Vijadharas de Burma y los Eysey de Cambodia (de la palabra Pali para Reusi, Isii) Existen diferentes tradiciones Reusi dentro de Tailandia. Hay una tradición del sur de



Tailandia/Malasia, una del noreste de Tailandia/Laos, una del centro de Tailandia/Khmer y una del norte de Tailandia/Burma/Tíbet. En Tailandia hay Reusis tan al sur como en la provincia de Kanchanaburi que siguen la tradición Reusi del norte de Tailandia/Burma/Tíbet.

Un programa típico de Reusi Dat Ton comenzaría con ejercicios de respiración y auto-masaje, seguidos por ejercicios dinámicos y posturas (algunas de las cuales incluyen auto-dígito presión) y terminaría con visualizaciones, mantras y meditación. Los ejercicios y posturas del Reusi Dat Ton van desde simples estiramientos que casi todos podrían hacer, hasta posturas tan avanzadas que llevarían muchos años dominar.

Algunas de las técnicas de Reusi Dat Ton son similares o casi idénticas a algunas técnicas de varios sistemas de Yoga Tibetano, particularmente del “Yantra Yoga”, “Kum Nye” y de los frescos del templo Lukhang, detrás del Palacio Potala en Lhasa, Tíbet (ver Norbu, Tulu y Baker) por ejemplo; algunas de las técnicas de auto-masaje, ejercicios, posturas, cierres neuromusculares (bandas en Sánscrito), patrones de respiración, relaciones, visualizaciones y la forma en que los practicantes masculino y femenino practicarían en forma diferente la misma técnica, son casi idénticos. Es posible que el Reusi Dat Ton y algunos de los sistemas del Yoga Tibetano deriven de una fuente común, traída por los Rishis mientras se trasladaron de las laderas del Himalaya hacia el sudeste asiático. ♡

Continuará en el próximo número de Revista Sen

FUNDAMENTOS DEL MASAJE TRADICIONAL TAILANDESES



Según Yogi Suklavastra “El Reusi Dat Ton es la base y la llave del masaje tradicional tailandés. Los antiguos Reusis, mediante su propia experimentación y experiencia, desarrollaron su comprensión de los diferentes cuerpos (físico, energético y psíquico, etc.). Ellos descubrieron las posturas, los canales, los puntos, los vientos y las Puertas del Viento en ellos mismos. Más tarde, fue evidente que estas técnicas podían ser adaptadas y aplicadas en otros para beneficiar su salud, que es la forma en la que el masaje tailandés fue desarrollado. Por lo tanto, para realmente comprender el masaje tailandés, como un practicante, uno debe tener una base en Reusi Dat Ton y ser capaz de experimentarlo en sí mismo, para recién luego aplicarlo en otros. No sólo es la raíz del masaje tailandés, sino también revela el método de auto-tratamiento y el mantenimiento de la propia salud.” (Suklavastra Yogi)

Es también interesante notar que existen similitudes ente ciertas técnicas de masaje tailandés y ciertos ejercicios terapéuticos de calentamiento del Hata Yoga de la India (el Pawanmuktasana o técnicas de liberación del viento y liberación de energía). Incluso existe una postura avanzada de Hata Yoga, Poorna Matsyendrasana, que comprime la arteria femoral y produce el mismo efecto que “abrir las Puertas del Viento” del masaje tailandés. (Saraswati)

*David Wells, ERYT, CAS, es Profesor de Yoga Registrado y graduado del The California College of Ayurveda. Sirvió tres años en los Cuerpos de Paz de Tailandia y recibió certificaciones en masaje tailandés y Reusi Dat Ton de la Escuela Wat Po de Medicina Tradicional y de la Escuela de Masaje de Chiang Mai. También estudió con Yogi Suklavastra y Ajan Pisit Benjamongkonware en Tailandia. Recibió certificaciones en Yoga avanzado del Instituto de Yoga Kaivalyadhama, del Centro de Yoga Sivananda, del Instituto de Yoga en Mumbai y del Centro de Investigación de Yoga de Rishikesh en India. Enseña Hata Yoga y Reusi Dat Ton en California, USA, y viaja dirigiendo talleres de educación para profesores de Yoga. Actualmente está preparando un libro introductorio al Reusi Dat Ton www.wellsyoga.com

“Las llaves de la felicidad”

• por Phakchok Rinpoche •

Traducción: Delfina Somerville

(con buenas intenciones he traducido esta enseñanza de Phakchok Rinpoche. Cualquier error sepan disculpar, es consecuencia de mi ignorancia. Espero este texto sea de beneficio para todos los que lo lean. Bendiciones)

Queridos amigos cerca y lejos, los saludo a todos en este día de Guru Rinpoche. Deseo que todos estén contentos y saludables.

Todos queremos ser felices. Este es nuestro objetivo fundamental, verdad? Pero, a menudo encontramos difícil alcanzarlo. No sabemos cómo lidiar con nuestras propias emociones y nuestra mente, luego nuestra vida puede volverse cansadora y depresiva. Además de esto, la mayoría de nosotros estamos tan ocupados estos días, lo que nos hace estar más estresados y nerviosos. Entonces aquí me gustaría compartir con ustedes tres formas simples que me ayudan a lidiar con mis emociones y en consecuencia me dan confort.

1. Creando espacio

Estos días tenemos tantas

cosas en las que pensar: nuestra salud, nuestra familia, nuestro trabajo, y si uno es un practicante del Dharma, entonces sobre todo eso está la meditación y la preocupación por practicar el Dharma. Cuando no sabemos cómo lidiar con eso, estas preocupaciones pueden hacer que nuestra mente empiece lentamente a encogerse, volviéndose más y más angosta, y en consecuencia más y más negativa. A veces las cosas empiezan a sobrepasarnos y nos sentimos atrapados físicamente. Nuestro pecho se siente apretado y luego suspiramos fuertemente con la intención de liberarnos de estos sentimientos. Eso sucede a veces. Un problema pequeño puede volverse uno grande, de modo tal de que no podemos lidiar con él en absoluto.

Una muy buena manera de lidiar con esto es creando espacio

mental. Ayuda a liberar las tensiones de nuestra mente y nuestro cuerpo. Crear espacio es un método muy simple. No es una enseñanza Budista ni nada que se le parezca. Es una simple técnica que podemos aplicar para darnos a nosotros mismos espacio, libertad y alivio a todos nuestros pensamientos preocupantes.

¿Cómo crear espacio?

Cuando tengas algunos minutos, mira arriba tuyo y simplemente imagina que estás rodeado por espacio vacío en todas las direcciones. A veces es útil mirar al cielo vacío. Solo imagina espacio en todos lados: no hay paredes, fronteras, construcciones, nada. Y no empieces a pensar en el trabajo, la familia, las cosas que debes hacer. Simplemente imagina que todo es como el vasto y gran cielo, como el espacio vacío, y deja que



tu mente se incorpore al cielo así se vuelve tan vasto y abierto. Puedes cerrar los ojos si eso te ayuda. Imagina esta espacialidad por un tiempo corto. Después de un minuto o dos empezarás a sentir espacio mental. Tu pecho se abrirá y sentirás alivio de todas las tensiones y pensamientos que te perturbaban hace algunos minutos. Tu mente se abre

y luego tu forma de pensar cambia, simplemente así. Lleva solo 5 o 10 minutos y es tan fácil! Esta es la magia de crear espacio. No deben creerme. Pruébenlo ustedes mismos y vean.

2. Reconociendo nuestros propios defectos y reduciendo el juicio.

Todos queremos ser felices

¿verdad? ¿Sí o no? ¿Y con qué está nuestra mente ocupada la mayor parte del tiempo? Emociones negativas, juicios negativos, y pensamientos negativos. Observa tu propia mente y ve los patrones de las emociones. ¿Cuántas de estas son negativas? ¿Le has dado un minuto de tu pensamiento a esto antes? Entonces, lo que necesitas hacer primero es

reconocer tus propios patrones de pensamiento, tus emociones negativas y la forma en que las diferentes emociones surgen. Reconocerlas, notarlas, pero no juzgarlas. Hay una gran diferencia entre notar algo y juzgar. Notar es simplemente reconocer y tomar conciencia de algo : “Oh, sí, tengo un problema de celos.” Pero el juzgar va un paso más allá — un paso mucho más lejos—y empieza la crítica: “Oh, sí, tengo un problema con los celos. Mi dios, soy tan mala persona. ¡No puedo creer que me equivoqué! ¡Oh, me siento tan mal!. No lo puedo aguantar...” ¿Pueden ver la diferencia?

El juzgar tiene estos lazos emocionales, mientras que el notar algo no. Así que traten de simplemente notar sus faltas y no juzgarlos. El problema hoy en día no es que no haya gente practicando el Dharma u otras prácticas espirituales e intentando mejorar. El problema de hoy en día es que no notamos ni aceptamos nuestras faltas; entonces, por supuesto que no mejoramos, no importa cuánto intentemos. Es un poco como tomar medicina para una enfermedad cuando ni siquiera sabes que enfermedad tienes. Así que por favor denle a esto un tiempo de pensamiento. Mírense con

honestidad a ustedes mismos y reconozcan sus faltas y errores.

3. Compasión y Amor incondicional

La tercer llave que me gustaría mencionar aquí es el tener compasión y amor incondicional. Tradicionalmente hablando, en las enseñanzas de Buda, la compasión se define como el deseo de que los seres sean libres de sufrimiento y de las causas del sufrimiento; y el amor incondicional como el deseo de que todos los seres tengan felicidad y causas de felicidad. Acá, sin embargo, me gustaría explicar la compasión significando comprensión básica o empatía por los demás, y amor incondicional significando bondad, amor amable.

Comprender es muy importante. Por ejemplo, para que una familia sea feliz y armoniosa, los padres deben comprender a los chicos, poder ver desde su punto de vista; y los chicos también necesitan entender a sus padres. Es igual en todas las situaciones, en la oficina, en otras relaciones, etc. Necesitamos compartir con los otros, conocernos bien y aprender a mirar las cosas desde la perspectiva de los otros; necesitamos ponernos en sus zapatos. Si alguien te

está gritando, ¿piensan que está contento? ¿Piensas que está disfrutando eso? No, está molesto, estresado, enojado, y más tarde posiblemente se sentirá arrepentido de lo que está haciendo ahora mismo. Sí, mucha gente comete errores, ¿pero creen que los hacen con esa intención? ¿Piensan que lo hacen porque están contentos? No. Entonces intentemos entender, en lugar de simplemente reaccionar con más enojo y juicio de nuestro lado. Si podemos hacer eso, estaremos sintiendo la compasión.

Otro aspecto de la compasión es que si logramos entender nuestros propios problemas y ganamos cierta libertad de ellos, naturalmente la compasión por los otros surgirá. Por otro lado, cuando uno no nota con claridad sus propios problemas en primer lugar, y no sabemos que sufrimiento tenemos, ¿cómo podremos ser compasivos por otros? ¿cómo podemos desear que otros seres sean libres de este sufrimiento que ni si quiera reconocemos en nosotros mismos? Entonces, primero necesitamos ver nuestro problema. ¿Cómo? Cuando uno crea espacio, la primer llave, y gana cierta libertad del estrés y del ataque violento de

nuestros pensamientos, uno ve que es lo que está sacando de eso, se ven los beneficios de cómo volvernós más felices. Simplemente con el primer punto “crear espacio”, “Oh mi jefe, pobre hombre. Si supiera este método estaría

mucho mejor que lo que está ahora. Pobre hombre.” Cuando uno tiene este tipo de compasión, nuestra mente se libera más y más. Cuando uno se enfoca más en los otros, indirectamente uno está reduciendo su foco en

su ego y como resultado su mente se vuelve más y más relajada, más expansiva y más inteligente. Pueden compartir estos tres puntos con quien quieran. Los beneficiará, no los dañará. Así que estas son las tres llaves de la felicidad. ✔



Mandandoles amor y afecto.
Sarva Mangalam

Si querés conocer más sobre budismo
podés acercarte a la Escuela Nuad Thai.

El 4^{to} sábado de cada mes José García ofrece charlas
sobre budismo.

+ info: escuelanuadthai@gmail.com

UNA CARTA ABIERTA A LA COMUNIDAD



Muchos practicantes de masaje tailandés no están interesados en la práctica más allá de sus aplicaciones como una modalidad de trabajo corporal para la relajación. A menudo, influyentes profesores de masaje tailandés en Norte América han desprovisto del contexto espiritual y cultural al trabajo corporal, en un intento por ser más comerciales o más fácilmente aceptados por la audiencia occidental. El resultado de esto ha sido privar al masaje tailandés de su lugar correcto como una terapia medicinal seria, y como una rica forma de arte tradicional.

Igualmente perjudicial es el malentendido común entre muchos practicantes serios quienes sienten curiosidad sobre la teoría y la historia, y que dificulta el estudio serio de la sanación tailandesa en occidente hoy en día. Este problema es la asunción de que el masaje tailandés – y, de hecho, toda la medicina tradicional tailandesa, de la que el masaje tailandés es solo una pieza – es sinónimo de la Ayurveda india, la medicina china, la medicina tibetana, o una combinación de estas.

La verdad es que virtualmente no hay teóricas o filosóficas correlaciones entre la medicina china y el masaje tailandés. (Por ejemplo, no se mencionan el Yin/Yang, ni las Cinco Fases, ni correlaciones con órganos). Toda referencia de este tipo ha sido añadida por autores occidentales no familiarizados con la tradición tailandesa.

Algunas similitudes con la medicina tibetana, el Ayurveda, y la terapia del hatha-yoga han sido, de hecho, identificadas, así como hay conexiones

DE MASAJE TAILANDÉS EN OCCIDENTE

• Por Pierce Salguero •

Traducción: Enrique Dianti

entre las ancestrales medicinas griega e islámica y el conocimiento medicinal en los textos Budistas. De todas formas, es crítico recordar que, si bien ha tomado prestado conocimiento de otras tradiciones, la medicina tradicional tailandesa siempre ha adaptado estas informaciones para que se ajustaran a la cultura, clima y sociedad tailandesa. El resultado de esta transformación es que el sistema tailandés no es totalmente compatible con ninguno de estos otros sistemas, sino que se sostiene a sí mismo. Un completo rango de elementos extranjeros ha sido amalgamado con la medicina indígena tailandesa para formar un sistema medicinal que es exclusivo para Tailandia y ningún lugar más.

En mi opinión, asumir que la medicina tailandesa es una “forma corrupta” de otros sistemas asiáticos es un error que devalúa esta tradición y no hace justicia, no sólo a los estudiantes occidentales, sino, más importante, a la inapreciable herencia cultural del pueblo tailandés. Para asegurar la continua integridad de la práctica de la medicina tailandesa, estoy emitiendo un llamado a todos los practicantes y profesores de masaje tailandés en occidente a que acuerden con los siguientes principios:

1) El masaje tailandés no es sólo una técnica de spa ni una modalidad de trabajo corporal, sino una importante tradición medicinal alternativa que amerita el estudio serio y la investigación sostenida antes que cursos cortos y superficiales.

2) El masaje y la medicina tailandesa no son medicina china, india ni tibetana. Necesitan ser estudiados y enseñados independientemente de otras tradiciones asiáticas, priorizando las tradiciones indígenas tailandesas en todos los programas de



entrenamiento.

3) Las tradiciones de la medicina tailandesa están en sus etapas de estudio iniciales en occidente, y esta investigación necesita ocurrir en una forma abierta, colaborativa, y mutuamente no competitiva, basada en la compasión por nuestros clientes/ pacientes y compañerismo con otros practicantes.

4) La medicina tailandesa no puede ser separada de las tradiciones espirituales con las que está tradicionalmente unida, y todos los practicantes y profesores deben esforzarse por aprender sobre estas perspectivas.

5) La integridad y la autenticidad, antes que el éxito comercial, deben ser los factores que dirijan nuestros programas de investigación, práctica y educación.

6) Deberíamos buscar profesores, instituciones y asociaciones tailandesas para liderar nuestra industria, y deberíamos cultivar la humildad hacia nuestros mentores.

Al acordar con estos principios, los practicantes y profesores

pueden involucrarse en la preservación de la medicina tradicional tailandesa y en la educación de sus clientes y el público en general sobre este únicoconjuntodeconocimientos en lugar de contribuir con los malentendidos y la dilución de la tradición.

Otra forma de involucrarse es participando en los esfuerzos de investigación conjunta que se llevan a cabo en el Centro de Investigación del Instituto Tailandés de Artes de Sanación (Thai Institute of Healing Arts Research Center (online en traditionalthaimedicine.thai-institute.net).

El Centro de Investigación está especialmente interesado en apoyar a gente que ha pasado largos períodos de tiempo en Tailandia y que ha trabajado con practicantes tailandeses individuales, así como a aquellos que lean thai y sean capaces de ayudar con proyectos de traducción.

Nuestra organización es un esfuerzo colaborativo. Creemos

que debemos marchar juntos en forma no competitiva, intelectualmente honesta, para compartir nuestro conocimiento con los demás. Estamos interesados en fomentar un ambiente que genuinamente encarne el espíritu de metta, o amor benevolente, que es el fundamento de la práctica de la medicina tailandesa. Los invito a mantenernos en contacto, y a utilizar nuestra organización como un recurso, como herramienta de conocimiento, y como una comunidad, y a ayudarnos a cumplir con esta misión.

Con metta y los mejores deseos hacia todos los practicantes de la sanación tailandesa.

Dr. Pierce Salguero.

Ph.D. en Historia de la Medicina en la Universidad Johns Hopkins, y de la historia, religión y cultura de Asia en Abington College de la Universidad de Penn State, Philadelphia. Sus investigaciones se enfocan en el estudio de la interacción entre la transmisión global y la recepción local del conocimiento budista acerca de la salud, la enfermedad y el cuerpo. www.piercesalguero.com





Tailandia 2013

• por Enrique Dianti •

En mi viaje de 2007 llegué a Tailandia como un turista, director de una escuela de masaje tailandés en Buenos Aires, Argentina, que quería saber si lo que enseñaba desde hacía unos años era lo que se enseñaba en el país de origen de la tradición. No sabía nada de sus costumbres, ni de su idioma, ni de su cultura, no era Budista... en fin... en 2007 llegué a Tailandia casi como llega un turista, queriendo llevarme cosas... en mi cámara de fotos, de los cursos que hice, estudiando con diferentes profesores, etc...Quedé impresionado con la cantidad de templos que tiene Chiang Mai, por lo menos

la ciudad antigua, los monjes por las calles, el tamaño de las estatuas de los Budas... a todo le saqué fotos.

Tuve la fortuna de tener de compañera en el curso de masaje del Old Medicine Hospital a Gabrielle, quien me comentó la existencia de un norteamericano que estaba estudiando medicina tradicional tailandesa, quien terminó siendo mi profesor (a la fecha lo invité a la Argentina 5 veces para que diera cursos en mi escuela, y otra vez más vino a enseñar Medicina Budista a un pequeño grupo de alumnos). Con él empecé a aprender sobre la tradición Budista, tomé los Refugios y sobre todo

comencé a incorporar todo esto a mi vida cotidiana y a las clases.

Luego conocí a José García (recomiendo su canal de You Tube "samsaraexit"), quien está dirigiendo actualmente un grupo de estudios Budistas en la escuela.

Con todos estos cambios, volví a Tailandia en 2013. Llegué hace una semana, y todavía estoy en Bangkok. Mientras mi profesor (a quien no nombro porque prefiere que así sea, pero muchos en la Argentina ya lo conocen) va y viene, yo me quedaré en Bangkok conociendo un

poco, recorriendo otro poco, y visitando los “lugares obligados” recomendados por él. Los tiempos acá son distintos, hace mucho calor, las distancias son grandes, los embotellamientos enormes, y todo lleva algo más de tiempo...

Como ya acomodé todas las cuestiones referentes a mi hospedaje hasta fin de mes, hoy decidí recorrer un par de lugares (a Wat Po fui ayer... ya escribiré sobre Wat Po), Wat Phra Kaew (el palacio real), Wat Mahatat y el mercado de amuletos detrás de Wat Mahatat.

Wat Phra Kaew

Decidí, por la ubicación, comenzar por éste templo.

Wat Phra Kaew está en los terrenos del palacio real, por lo que es un templo enorme, tiene el Buda de Esmeralda, es el templo “más importante” de Bangkok, y claro, tiene tres millones de visitantes! A las 8 de la mañana ya estaba medio Japón entrando... como los lugares turísticos suelen no ser los que más me interesa conocer, recorridos los 5 metros pregunté la ubicación de Wat Mahatat, que resultó estar a pocas cuadras, por lo que di la vuelta y me fui.

Así que la verdad es que nada, busquen en internet!

“Wat Mahatat”

Lo que hay que dudar en Bangkok es si uno se arriesga a cruzar la calle, o no... por suerte hoy es el “Día de Buda”, así que llegué al otro lado de la avenida!... en Bangkok casi no hay semáforos, y si hay no les importa mucho que digamos.

Ah, aprovecho para comentar, para los que no lo sepan ni se hayan dado cuenta, Wat significa Templo.

Luego de caminar un par de cuadras llegué a Wat Mahatat. No crean que estos templos son como las iglesias (de este tipo también hay), son un gran espacio con varios edificios, estupas, salones de estudio, viviendas, etc. Muy grandes por lo general...

Podría resumir mi visita a Wat Mahatat diciendo que, si puedo, voy a volver todos los días. Al entrar a la primera sección, pude presentar mis respetos y sentarme a meditar (¡solo! ¡no había nadie más!) frente a una hermosa estatua del Buda. Cuando terminé, pude conversar con una monja simpatiquísima que vive en el templo hace tres años, quien me acompañó hasta la presencia del monje para recibir sus bendiciones. Luego me sugirió que conociera una enorme sala de meditación, con una gran estatua del Buda,



en donde pude quedarme nuevamente solo, en total silencio...

En este viaje a Tailandia vine a hacer donaciones, ofrecerme a los profesores, y quizás sacar alguna foto. Espero poder dejar mucho más de lo que me lleve.

+ info:

• Sobre Wat Phra Kaew en Wikipedia:

En inglés: http://en.wikipedia.org/wiki/Wat_Phra_Kaew

En español: http://es.wikipedia.org/wiki/Templo_del_Buda_de_Esmeralda

El Festival Yi Peng de las linternas flotantes



El Loi Krathong es uno de los festivales preferidos de Tailandia, tanto por sus pobladores como por los turistas. Se celebra en la luna llena del segundo mes del calendario Lanna (generalmente cae en el mes de noviembre). Miles de pequeñas carrozas, luz de las velas son liberados en los ríos y cursos de agua como ofrendas a los espíritus del río. En Chiang Mai y otras partes del norte de Tailandia, el festival de Loi Krathong coincide con un festival Lanna conocido como Yi Peng. Para el Yi Peng la gente va creando durante todo el año miles de diseños de estas linternas flotantes fabricadas con un fino tejido de papel de arroz.

Es por esto que la vista desde un puente en Chiang Mai durante Loi Krathong y Yi Peng puede ser inolvidable, ya que en el río y en el cielo aparecen destellos de fuego al mismo tiempo.

Se pueden ver miles de personas reunidas cerca del templo meditando antes de soltar las Khom loi (linternas flotantes) al aire, todos al mismo tiempo. El cielo se va iluminando de a poco, creando una atmósfera maravillosa, inolvidable. Liberar las linternas hacia el infinito genera en todos los participantes enormes sonrisas, lágrimas de felicidad y mucha emoción. 🍷

• ACTIVIDADES •

SEMINARIOS DE FORMACIÓN TRADICIONAL

Todos los segundos sábados de cada mes, de 10 a 18 hs., la escuela ofrece un seminario en el que se transmite una técnica aprendida con Rusii Tevijjo.

Estos contenidos son parte de las terapias externas de la medicina tradicional, fueron transmitidas por un Mo Boram (un médico tradicional), y van más allá de los contenido básicos a los que puede acceder un masajista.

Abiertos al público en general.



CHANG MAI 2015

Por cuarta vez Enrique Dianti, director de la escuela Nuad Thai, visitará a sus profesores en Chang Mai, Tailandia.

Varios alumnos de la escuela viajarán con él para ser presentados frente a los profesores y recibir su iniciación a los linajes.

Un viaje para profundizar conocimientos y conectarse con la tradición de manera directa. **Consultas por mail.**



KARUNA

Compasión: ponerse en la situación del otro y tomar un compromiso sincero y desinteresado para ayudar a aliviar ese sufrimiento o problema.

Esta es una iniciativa de un grupo de alumnos, para armar una red de trabajo que permita accionar rápidamente ante alguna situación en la que podamos ayudar.

La idea es que el mecanismo puede ser ejecutado por quienes quieran y puedan comprometerse desde la donación, la comunicación, la selección o el traslado. **Todo suma!**

Informaremos sobre las próximas acciones.



+ información: escuelanuadthai@gmail.com

• DAVID WELLS •

EN ARGENTINA



En la semana del 20 al 24 de octubre David Wells visitara la escuela Nuad Thai, para ofrecer un seminario de 5 días de duración sobre Rusii Dat Ton.

David es profesor de yoga y alumno de Rusii Tevijjo, con quien estudia desde hace años, lo que lo vuelve uno de los referentes más importantes para los estudiantes occidentales de las tradiciones tailandesas.

+ información & reservas: escuelanuadthai@gmail.com

SEDE CENTRAL:

Olivos, a la vuelta de la estación Olivos del tren Mitre, ramal Tigre.
escuelanuadthai@gmail.com
4794-8954

SUCURSALES:

• Zona Norte GBA. Beccar.
Rep: Marisa Caporaletti

• Zona Sur GBA. Temperley.
En el espacio Zensata.

• Necochea.
Rep: Teresita Baglivo.

• Posadas.
Rep: Ma. Laura Zukowski.

• EXPERIENCIAS •

¿Por qué elegiste el masaje tailandés?

Te invitamos a escribir sobre tu experiencia con el masaje tailandés: cómo lo descubriste, qué camino te llevó hasta aquí, por qué lo elegís. Tanto terapeutas como pacientes son bienvenidos... comienzan los relatos!



“La primera vez que escuché hablar del masaje tailandés fue en el año 2007. En unas cortas vacaciones en una playa cerca de “el faro” al sur de Mar del Plata, me dieron un volante que ofrecía varias técnicas, entre ellas “masaje tailandés”. Montada en mi ignorancia y prejuicio, (además de mi torpe soberbia, claro) me dije “ya no saben que inventar”, me pareció tan exótico... además no tenía la menor idea dónde quedaba Tailandia!

Hacía ya un tiempo que me dedicaba al estudio de diferentes disciplinas para mejorar la postura y ampliar la conciencia corporal. Mi añorado profesor Hernán Fernández me transmitió amor y respeto por la tradición y el linaje a través del entrenamiento de Chi Kung y Tai Chi Chuan. Hacía tiempo que quería estudiar masajes para complementar mi formación, específicamente Tui-na (siguiendo con la tradición china) pero no había ninguna escuela en la cual referenciar me.

En el año 2009 cuando decidí venir a vivir a Buenos Aires y tenía claro el primer objetivo: estudiar en algún lugar “serio” alguna técnica de masajes. Había demasiadas propuestas en internet, pero hubo una que me llamó especialmente la atención por el compromiso corporal que implicaba para el terapeuta aplicar la técnica. Era una escuela de masaje tailandés! Las fotos y videos que vi me sorprendieron, jamás había visto algo parecido. Comencé a estudiar y me enamoré completamente de esta “técnica”, en la que fui descubriendo una nueva comprensión de mi propio cuerpo y el de los otros.

Especialmente cuando descubrí la escuela Nuad Thai que me ofreció una formación tradicional en la que descubro en cada encuentro, todo mi ser comprometido con este aprendizaje, que “sin magia ni misterio”, me hace transitar diferentes planos de la experiencia con el que puedo sanarme y acompañar a otros en este desafiante proceso infinito.”

Romina Correa

Profesora de Expresión Corporal/ Terapeuta de Masaje T. Tailandés

www.rominacorrea.com

CAPITAL FEDERAL

VILLA URQUIZA

DARÍO DI MÉCOLA

Técnicas integradas de masaje
15 6465-6636

dariodimecola@hotmail.com
f Tecnicasintegradasdemasaje

GBA

ZONA NORTE

ENRIQUE DIANTI

Masaje Tradicional Tailandés
15 5564-2817

escuelanuadthai@gmail.com
f Escuela.Nuad.Thai

ROMINA CORREA

Representante Escuela Nuad Thai
15 6573-0121

correamromina@yahoo.com.ar

DELFINA SOMMERVILLE

Representante Escuela Nuad Thai
15 6660-2285

delfinasomerville@gmail.com

MARISA CAPORALETTI

Representante Escuela Nuad Thai
11 3030-2468

chuepukanan@yahoo.com.ar
f Marisa Caporaletti

LAURA IWASETSCHKO

Representante Escuela Nuad Thai
15 5975-2571

espaciohathi@gmail.com
f espaciohathiyoga

ALEJANDRA CERINI

Masaje Thai Estilo de Ciegos
Drenaje Linfático
15 4043-4657

alejandra.cerini@hotmail.com

NECOCHEA

TERESITA BAGLIVO

Representante Escuela Nuad Thai
2262-417012

terebaglivo@hotmail.com
f Tere Baglivo

MISIONES

MA. LAURA ZUKOWSKI

Representante Escuela Nuad Thai
03764-676650

espaciosenthai@gmail.com
f espaciosenthai

Te invitamos a publicar tus datos en esta sección
+info: escuelanuadthai@gmail.com

• PROGRAMA DE ESTUDIOS •



Nuestra Visión

Comprendemos que hay una “medicina” innata en todo ser humano capaz de sanarse a sí mismo, entendiéndose como un “ser”, parte de un todo integrado. Creemos que el desarrollo de la percepción y la conciencia a través del cuerpo son las herramientas más eficaces para poder alcanzar un estado de mayor comprensión, tanto de uno mismo como del entorno. Y través de este “camino” de aprendizaje poder ir sanando y atravesando las distintas situaciones con las que tenemos que lidiar a lo largo de la vida.

El Nuad Borarn (masaje tradicional tailandés) es generosa herramienta de trabajo corporal, un excelente medio para desarrollar la percepción y a la vez poder ayudar a otros en este sentido, colaborando con cada receptor en la recuperación de de su natural estado de salud.

Objetivos Fundamentales

- **Transmitir el Nuad Borarn**, entendiéndolo como una experiencia de desarrollo del propio conocimiento, aumentando la conciencia corporal, la conciencia de unidad con “el otro”.
- **Mantener el compromiso** con el estudio del Masaje, Medicina, Idioma, y otras tradiciones tailandesas, buscando siempre profundizar el conocimiento y la comprensión de las mismas.
- **Formar terapeutas de excelente nivel Técnico** y acompañarlos en el camino de su propio descubrimiento y desarrollo como tales, proponiéndoles permanentemente una Escuela que les plantee situaciones de desarrollo y madurez.
- **Mantener grupos de estudio reducidos**, generando relaciones personalizadas para poder acompañar al alumno en el proceso personal que comienzan al iniciarse en el estudio de Nuad borarn.
- **Generar espacios de encuentro** en los que los integrantes de los diferentes grupos puedan relacionarse, facilitando la interacción y el “dar y recibir” entre ellos, permitiendo alcanzar un alto nivel de conocimiento de la disciplina.



Modalidades de estudio

Tanto para la Formación Básica como para la Formación Avanzada, las características generales de estudio son las siguientes:

- **Nueve seminarios** dictados en forma mensual o semanal, trabajando los mismos contenidos en los grupos de ambas opciones.
- **Personalización.** Dado que cada alumno presenta sus características individuales, en cada formación hay diez sesiones de supervisión con el director o un asistente calificado para realizar los ajustes que cada uno necesite. Este requisito es válido solo para quienes deseen obtener una certificación y/o realizar la Formación Avanzada.
- **Prácticas libres.** En cada grupo, para que los alumnos puedan tener vivencia con diferentes tipos de cuerpo.
- **Clínicas** Realizadas una vez por mes para estudiar situaciones particulares
- **Escuela abierta!** es una modalidad donde en determinados horarios prefijados por la escuela todos los alumnos pueden asistir al espacio con actividades no programadas, para que cada uno pueda profundizar en lo que considere más necesario o de mayor interés, y la posibilidad de un seguimiento más personalizado del profesor. Esto está incluido en la cuota mensual. (Realizar intercambios, entrenar, ver videos, acceso a la biblioteca, clase personalizada, etc.)

Examen Teórico-práctico, al finalizar cada Formación. Certificación La Escuela Nuad Thai certifica la asistencia al curso, una vez que el alumno ha terminado cada Formación, los encuentros de supervisión correspondientes y el examen teórico práctico que avalan su ingreso en la etapa siguiente que pueden ser dos: Formación Avanzada / Proceso de Profesionalización para ejercer la docencia bajo los lineamientos de nuestra escuela.



FORMACIÓN BÁSICA (PRIMER AÑO)

Contenidos prácticos

- Estudio de las técnicas, maniobras, pasajes, diferentes toques del Nuad Borarn estilo conocido como “Estilo del Norte” según un programa de estudios basado en el del Old Medicine Hospital de Chiang Mai, Tailandia.
- Diagnóstico del Viento a través del pulso.
- Rusii Dat Ton (conocido como “Yoga Thai”): Automasaje. Estiramientos. Posturas Básicas
- Puntos de Liberación
- Análisis de la ergonomía (correcta postura) y del uso adecuado de la respiración del dador.
- Estudio de diferentes formas de adaptar la misma maniobra, según las posibilidades del dador.
- Estudio detallado de las Sen (Miembro inferior. Miembro superior. Espalda. Cuello. Abdomen)
- Adaptación de la sesión según las características corporales y emocionales del receptor.
- Estudio de los cuatro Factores de Monitoreamiento aplicados al masaje.

Contenidos teóricos

- Teoría transmitida actualmente en el Old Medicine Hospital de Chiang Mai.
- Historia. Orígenes. Filosofía. Elementos de la Medicina Tradicional Tailandesa. Anatomía. Bases del Budismo.

FORMACIÓN AVANZADA (SEGUNDO AÑO)

Contenidos prácticos.

- Durante esta Formación el alumno aprende a desvincularse de las técnicas y estructuras aprendidas en la Formación Básica, evolucionando desde la etapa anterior hasta un estado de interdependencia.
- Estilo de Ciegos, con el que trabajan los ciegos en Chaing Mai, Tailandia.
- Técnicas complementarias: Jap Sen (manipulación de Tendones) ,Luk Pra Kop (compresas) , Ventosas, Tok sen .
- Estudio de los Cinco Elementos en la tradición tailandesa.
- Elaboración de Bálsamo Caliente y Yaa Dhom.
- Estudio detallado de los Puntos de Acceso a las Sen Mayores.
- Masaje Terapéutico. Su comprensión. Diferencias con el masaje de una “secuencia”.

Contenidos teóricos

- Estudio de las diferentes tipologías, según la tradición tailandesa.
- Estudio de las Bases de la Medicina Tradicional Tailandesa.

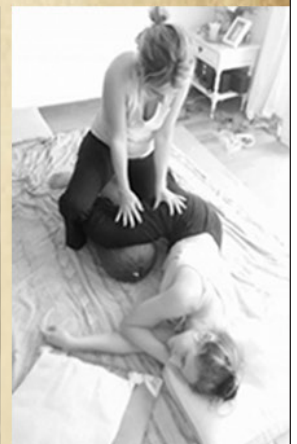
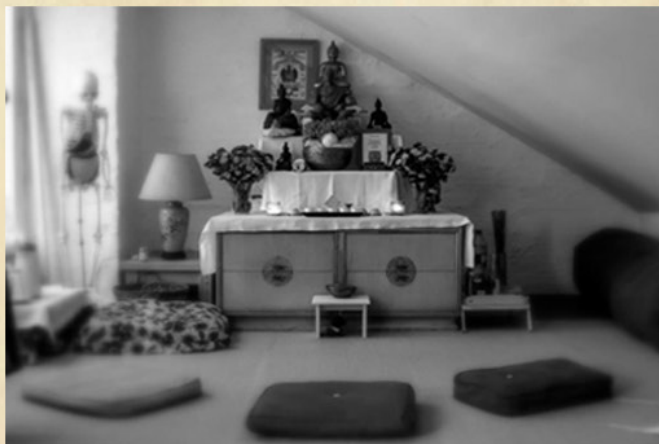
escuela nuad shai

de masaje tradicional Tailandes


Formación en Masaje Tailandés y Terapias externas

En un marco de transmisión tradicional la Escuela Nuad Thai ofrece acceso al estudio del masaje y terapias externas de la tradición tailandesa.

• **clases semanales** • **seminarios mensuales** • **grupos reducidos** •



**NUEVO GRUPO DE FORMACIÓN
MIÉRCOLES DE 18.30 A 21.30
INICIA EN AGOSTO • SEDE OLIVOS**

+ info: 4794-8954 • escuelanuadthai@gmail.com
www.escuelanuadthai.com.ar •  Escuela.Nuad.Thai

Edith Enrique

ESTÉTICA CORPORAL
www.edithenrique.com.ar

DRENAJE LINFÁTICO • DESCONTRACTURANTE
ANTICELULITIS • BRONCEADO SIN SOL
REDUCTOR • RELAX
ESCULPIDO CORPORAL

11 4794-8954 | 11 63720175
esteticaedithenrique@gmail.com
f Estetica Edith Enrique



espacio**hathi**
yoga & meditación

Clases grupales e individuales de Hatha Yoga
Yogaterapia • Eutonía • Masaje Tailandés

espaciohathi@gmail.com | f espaciohathiyoga



JOSÉ GARCÍA

ENCUENTROS SOBRE EL DHARMA

(La práctica de la Felicidad)

Traducciones y Subtitulación
Documentales y Enseñanzas de Budismo
en el canal de you tube
SAMSARAEXIT

Contacto: samsaraexit@hotmail.com



ROMINA CORREA
arte • conciencia • movimiento

CLASES - SESIONES - SEMINARIOS EN:

🛕 **MASAJE TAILANDÉS** 🛕

🛕 **ALINEACIÓN** 🛕

🛕 **MEDITACIÓN** 🛕

SEGUÍ EL BLOG DE CONCIENCIA Y MOVIMIENTO
Tigre y Nordelta

www.rominacorrea.com
correamromina@yahoo.com.ar
tel: 011.156573.0121



CLASES - SESIONES - SEMINARIOS



ROMINA CORREA
arte • conciencia • movimiento



โรงเรียนนวดไทย



“QUE SEAS MUY FELIZ, Y CAUSA DE FELICIDAD PARA TODOS LOS DEMÁS.”