

El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

Relatos sencillos que nos ayudan a entender y desbrozar el mundo que nos rodea. En ocasiones, los animales se pusieron de acuerdo en que no debían traicionar la alegría. Sólo gozarían del derecho a vivir las especies alegres; las tristes tendrían que desaparecer, aplastadas por la pesadumbre. Para ello todas debían someterse a un examen definitivo: hacer reír a la marmota... Cuando los grandes maestros no encontraban las palabras, ni definiciones intelectuales para explicar las más importantes enseñanzas de la vida, recurrían a la parábola, a la fábula, al mito o al sueño.

Vivir estresado tiene consecuencias directas en el cuerpo y la mente. ¿Qué hace el estrés? prepara para luchar o para correr: suben los hombros, se tensan los pies y las piernas. El estrés como respuesta permanente da como resultado un cuerpo que se va tensando y transformarse en una roca inarticulada, se complica la cognición y se limita la capacidad de conexión con nosotros mismos y con lo que nos rodea. En Mente fría, corazón caliente Tomás de Vedia nos enseña a manejar el estrés para el alto rendimiento. A través de historias de la vida real y una escritura clara y amena, el lector aprenderá a desarrollar la calma y la concentración, a trabajar el aprendizaje, la inteligencia emocional y la comunicación, a vivir todo con claridad y estar presente con todos sus sentidos, en la zona, donde el tiempo parece detenerse y hasta lo más difícil resulta simple de realizar. Mente fría, corazón caliente

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

libro inspirador, una guía indispensable para alcanzar el máximo potencial en el deporte y en la actividad cotidiana.

Charles Tart reconcilia el mundo científico con lo espiritual, basándose en la evidencia de un fenómeno paranormal, que demuestra nuestra naturaleza espiritual. Para la ciencia, el ser humano es un producto guiado por fuerzas biológicas y químicas, sin un sentido más profundo. Sin embargo, la existencia de la telepatía, la clarividencia, las premoniciones y otros fenómenos nos vinculan con lo espiritual, aunque muchos científicos sean escépticos al respecto. En este libro, tras décadas de investigación en universidades de primer nivel, Charles Tart prueba que el ser humano tiene impulsos y habilidades espirituales naturales.

A muchas nos sonará esta historia: siento hambre y como, me doy un atracón y pienso que el atracón es "el problema". Comienzo la dieta y me frustró porque los kilos, tal como se van, vuelven. Me siento culpable por haber comido de más, odio mi cuerpo y mi autoestima cae por los suelos. Esta es la espiral en la que entran miles de mujeres en todo el mundo. ¿Por qué tenemos hambre? Sumati nos enseña a mirarnos con compasión y ternura, a escucharnos con honestidad y a descubrir que tomar conciencia de nuestra relación con la comida es una oportunidad única para conocernos mejor, ser más asertivas y hacernos responsables de nuestra vida. Porque, probablemente, ese atracón era solo la punta del iceberg. Los atracónes nos hablan de la necesidad de recibir cuando estamos dando demasiado o llevamos mucho tiempo cuidando de los demás, del miedo a la soledad, del estrés y la ansiedad, de las cosas que queremos tapar y necesitamos parar y atendernos. En este libro hablaremos sobre

hambre física y encontraremos interesantísimas claves nutricionales para mejorar nuestra forma de comer, así como prácticas para la autorregulación y el bienestar; pero, sobre todo, vamos a hablar del hambre emocional, a menudo un síntoma de algo que poco tiene que ver con la comida, y que puede ser una oportunidad para crecer si nos atrevemos a mirarlo de frente. Déjate acompañar en este proceso de transformación que has iniciado, aprendiendo de este libro la importancia de observar cómo comes y a tomar conciencia de ti misma, porque desde ahí nacerá tu verdadero cambio.

Conocerlas Y Utilizarlas Para Mejorar Tu Vida

Emigrar

El aprendiz de aikido

Cuentos para regalar a personas originales

AIKIDO: Conciencia con Ciencia

El viaje del héroe

Secretos de Budo

Este libro constituye un viaje interior hacia las profundidades de uno mismo. Es una invitación a atravesar todos los estratos que impiden a la persona ser auténtica y acceder al centro de su corazón. Aúna la trayectoria del proceso terapéutico de autoconocimiento de la personalidad que cada uno se ha conformado para sobrevivir, con el propio recorrido espiritual, tendiendo puentes entre los aspectos condicionados del ego y el núcleo esencial de la persona. La principal innovación de esta obra estriba en investigar en profundidad el ego (personalidad) para llevarlo, capa a capa, al ser esencial (alma) de la persona; de este modo,

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

nos acerca a la nueva psicología del ser (transpersonal), perspectiva desde la cual todos somos Uno. La autora ofrece respuestas a la creciente necesidad de autoconocimiento y realización espiritual, unificando la trayectoria psicológica con la espiritual y mostrando un camino de autorrealización. De interés para psicólogos, profesores y estudiantes de psicología, médicos naturópatas y homeópatas. Centros de espiritualidad y Escuelas de enfermería. Trabajadores sociales. Público interesado en la psicología en general y, en particular, en temas trascendentales, de autoayuda, autoconocimiento y crecimiento personal. Europa se muere en lenta agonía y ninguno queréis verlo. Una sociedad secreta de extrema derecha dispuesta a todo, un desconocido y atractivo británico, la Interpol y un descubrimiento sorprendente sobre su propia familia removerán los cimientos de la vida de Eva Salazar, que ya no volverá a ser la misma. ¿Descubrirá la maldición de un misterio que lleva más de dos mil años escondido? ¿Es una leyenda o es realidad? ¿Conocerá quiénes mueven los hilos de la ultraderecha? ¿Europa agoniza mientras nos hemos inmunizado de todo y contra todo? ¿Sabrá quiénes eran y qué hicieron su abuelo y su padre para evitarlo? Algunas de estas preguntas las podrás responder junto a Eva a lo largo de este thriller, pero seguro que a ella no le gustarán algunas de las respuestas... a ti tampoco. Y es que, sin duda, la historia no la cuentan los vencedores, la escriben sus supervivientes.

Entre los muchos libros que existen actualmente sobre el aikido, este destaca por su atención sincera al mensaje espiritual del Fundador y por el modo apremiante en que resuena este mensaje en el mundo actual.

La obra ofrece una visión de las artes japonesas en su doble vertiente marcial y estética: unas nacidas para la guerra y otras para la paz, pero todas convertidas hoy en caminos de paz.

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

Aborda el texto sus raíces, orígenes, desarrollo histórico y el trasfondo filosófico, moral y espiritual que las sostiene y les infunde valores de autenticidad. Por tener la impronta de las tradiciones religiosas orientales, estas artes se definen con el sufijo común de camino (do). El concepto de "camino" es mágico y omnipresente en el patrimonio cultural japonés y, sin él, estas especialidades artísticas sólo tendrían un valor de simple técnica y carecerían de una contextura espiritual que les da dignidad, un marcado carácter de autodisciplina y una sublimación por encima de la mera actividad física. Por ello, la obra intenta analizar la andadura histórica y la interioridad moral y espiritual de estos caminos artísticos.

Aikido para tod@s

El fin del materialismo

La filosofía del Takemusu Aiki

Filosofía de las artes japonesas

El proceso terapéutico del ego al Sí mismo

Karate do formativo

Once relatos policíacos en el corazón de México

El hombre completo es una vieja aspiración que sirve de puente hacia la belleza interior, alguien cuyo atractivo se nos presenta como una roca firme, una antorcha que ilumina, y nos obliga a repensar nuestros criterios, siendo su obra u objetivo más completo e importante, su propia realización personal. Por eso, la felicidad no consiste en vivir bien, es decir, con un alto nivel de vida, sino en saber vivir.

El aprendiz de aikido narra las aventuras y desventuras de Pau Aguiló, barcelonés de temperamento inestable, aficionado a las artes marciales, que se ve atrapado en una

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

turbulenta secuencia de sucesos que acontecen en la Barcelona canallesca de los ochenta y en el prepirineo catalán. Pero un arte marcial llamado "aikido" vendrá a ayudarle... o no. El aikido, holístico, bello e inspirador, irrumpe en la vida del protagonista como un sable vital que cortará por la mitad sus opiniones y contradicciones más profundas. De la primera a la última línea, gracias a una narrativa ágil y vibrante, el lector estará pendiente del desenlace de un entramado de acontecimientos y personajes que plantean cuestiones tan vitales como paradójicas. Una obra que conjuga la novela negra, el thriller psicológico y las artes marciales. Meditaciones para cada día sobre la sanación emocional y espiritual. Este libro reúne una serie de reflexiones y meditaciones sobre los retos y alegrías que las relaciones nos ofrecen cada día.

La prometida del conde La princesa Genevra Bravo-Calabretti estaba metida en un buen lío. La noche en que el nuevo conde de Hartmore, Rafael DeValery, y ella cayeron uno en brazos del otro fue para consolarse de la muerte del hermano de Rafael, que estaba a punto de declararse a Genevra. Se suponía que aquel encuentro no iba a cambiar sus vidas. Pero lo hizo. A Rafe le sirvió para reforzar su creencia de que siempre había estado enamorado de Genny; a ella, para darse cuenta de que Rafe no era un premio de consolación, sino el hombre al que había entregado su corazón. Pero tenía que convencerlo de que era así; con suerte, antes de que naciera el nuevo heredero... Deseos del corazón A la princesa Aurora Bravo-Calabretti, Rory, siempre le había gustado el ranchero Walker McKellan, pero él insistía en que siguieran siendo "solo amigos". Ahora que ella iba a ser la dama de honor de su prima, Walker se había convertido en su guardaespaldas. Rory no podía resistirse a aquel vaquero de Colorado... ¡y lo que deseaba era avanzar hacia el altar para encontrarse con Walker!

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

Cuando Walker estaba empezando a ver a Rory bajo una luz distinta, una repentina tormenta de nieve le dejó atrapado con su princesa... y la pasión se desató entre ellos.

Artes de guerra y caminos de paz

Haciendo el camino en crisis

México negro y querido

Tan solo... respira

Mente fría corazón caliente

El arte de la paz

La prometida del conde - Deseos del corazón

Uno de los fundamentos del Aikido es el principio del mantenimiento de una línea central recta del cuerpo. Para la mayoría de la gente, incluso si intentan mantenerse erguidos, su línea central no es realmente recta. Si esto ocurre, el propósito del aikido, el desarrollo de la potencia de la respiración, resulta imposible. El aikido es el ejercicio-deporte para hombres y mujeres de todas las edades que se basa en el movimiento natural y en la armonía de la mente y el cuerpo. Es una de las artes marciales más efectivas. El libro explica detalladamente los movimientos que se repiten con frecuencia en la técnicas básicas (desplazamiento hacia delante, sujeción de la muñeca, movimientos preparatorios para técnicas desde atrás, etc.). Profusamente ilustrado con fotografías que muestran paso el desarrollo de cada una de las técnicas. El libro

incluye, además, una explicación de los términos especiales utilizados. Para principiantes o alumnos algo más experimentados, este libro ofrece una pequeña guía para avanzar y asentar las bases de la práctica del aikido no sólo a nivel físico (ciencia) sino también a nivel mental (conciencia). Muy pedagógico por su fácil lectura con ejemplos y ejercicios. Ahonda sobre todo en el rol de tori y uke con el fin de conseguir una práctica rica y provechosa para ambos. En definitiva, una guía básica al alcance de cualquier aikidoka con mente abierta. Este libro tiene como principal objetivo dar a conocer el karate tradicional japonés, describiendo su filosofía y antecedentes históricos, los principios filosóficos y mostrando como los maestros del Budo (arte marcial japonés) cimentaron su influencia ética y moral en cada una de las disciplinas. Así también, aborda el aspecto técnico donde analiza los elementos de la postura, el desplazamiento, la cadera, el equilibrio, la contracción y relajación, defensas, golpes y patada y, por último, el entrenamiento de karate que consiste en tres áreas: la técnica básica kihon, la forma kata y el combate kumite. Como un anexo se nombran las técnicas especiales que son influencia de las demás disciplinas del Budo, como los agarres, derribes, proyecciones y técnicas de defensa de sentado. Al final los puntos vitales son abordados como parte integral del conocimiento general de las artes marciales.

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

En el combate con su adversario es donde el practicante de aikido se reconoce, conoce y vive; se comprende por ello que el aikido no es solamente un arte marcial. El alumno no debe adquirir únicamente la técnica de combate, también debe abrir la mente a conceptos desconocidos hasta ahora para él: en realidad aikido deriva de la unión de tres palabras: «camino» «armonía» y «energía». Después de las indispensables nociones sobre indumentaria ya se puede comenzar: uno se da cuenta rápidamente de que no es ni el dueño absoluto de su cuerpo ni su esclavo. Un texto claro y detallado, escrito por un estudioso apasionado y practicante de aikido será su guía; con numerosas fotografías a las que se hace continua referencia en el texto y que ponen de relieve las características de los movimientos y su tratamiento progresivo. Fabio Ceresa practica aikido desde 1989, siguiendo a varios maestros y profundizando así sus conocimientos en los diversos estilos. Actualmente estudia en la A. S. Yamato Milano con el maestro Guglielmo Masetti.

El Corazón del Aikido

enseñanzas espirituales

Reflexiones y prácticas para cultivar mindfulness en la vida diaria diaria

Las 40 puertas

Aikido total

Meditaciones diarias

ENTRENAMIENTO DEL BUDO EN EL AIKIDO

"Aiki es amor. Es el camino que pone nuestros corazones en unidad con el espíritu del universo para que completemos nuestra misión en la vida, infundiendo en nosotros un sentimiento de amor y reverencia por la totalidad del mundo natural." MORIHEI UESHIBA, Fundador del Aikido

Actualmente hay una gran variedad de actividades que se practican bajo el nombre de "aikido", aunque mantienen grandes diferencias en su cualidad y en el nivel de la técnica. ¿Cómo podemos distinguir la cualidad y el nivel de técnica? En aikido es simple: hay que determinar si el espíritu y las palabras del fundador, Morihei Ueshiba, se están encarnando y si ese espíritu se está manifestando a través de la técnica. En EL CORAZÓN DEL AIKIDO, Kanshu Sunadomari (que durante años fue alumno directo del fundador) se enfoca en las enseñanzas espirituales del aikido como el mejor camino para practicar este arte y conseguir el equilibrio correcto. El aikido afronta el reto de volver a sus raíces, a su significado y filosofía originales, a su verdadero espíritu. Sunadomari retoma en esta obra las palabras del fundador, dándolas el significado adecuado a nuestros días con el objetivo de que el aikido te ayude a "poner tu corazón en unidad con el espíritu del universo para completar tu misión en la vida, infundiéndote amor y reverencia por la unidad de la naturaleza."

KANSHU SUNADOMARI nació en 1923. En su adolescencia, justo antes de la

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

Segunda Guerra Mundial, fue alumno del fundador del aikido, Morihei Ueshiba. Tras la guerra, fue una de las primeras personas que empezó a enseñar aikido. En 1961 recibió el noveno dan directamente del fundador. Tras el fallecimiento de su profesor, Sunadomari formó una organización para estudiar las lecciones espirituales del aikido. En 1999 dio a su práctica el nombre de Aiki Manseido Aikido, para simbolizar su dedicación a transmitir la filosofía del fundador a las futuras generaciones y desarrollar este arte para ayudar a traer la paz al mundo. Es autor de diversos libros sobre aikido.

Los héroes de los antiguos mitos de las diferentes culturas ya recorrieron el camino; su itinerario es conocido, solo hay que seguir su huella. Tras sus gestas, aventuras y descubrimientos, surge tanto aquello que hace avanzar las civilizaciones como lo que conduce a la conquista de uno mismo. El autor nos explica el ciclo iniciático del héroe expuesto por Joseph Campbell y nos muestra su desarrollo en libros y películas contemporáneos. Star Wars, Harry Potter, Siddhartha o Thelma y Louise sirven de pretexto para exponer los mecanismos de autoaprendizaje que nos propone el storytelling, la filmoterapia o la psicología humanista. En el camino, se transitan viajes de liberación, rebelión, iniciáticos o espirituales, para que los lectores descubran con cuál de ellos se identifican más. En las páginas finales, se ofrece una guía práctica de cómo integrar el viaje del héroe en

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

nuestra vida cotidiana. Este libro es una invitación a despertar a nuestro héroe personal para acercarnos a los anhelos y propósitos que pueden hacernos felices. No hay que tener miedo a la llamada a la aventura, solo se necesita la voluntad de cruzar el umbral.

Mitsui Saotome, un estudiante de Moreihei Ueshiba, el fundador del Aikido, explica la filosofía y la práctica del popular arte marcial que pone énfasis en la armonía y en la resolución pacífica de los conflictos. Más de mil fotografías ilustran los principios y técnicas básicos, incluido el uso de la espada de madera, el palo de madera y las técnicas de "mano vacía". Al lector se le dan orientaciones sobre las actitudes físicas, mentales y espirituales apropiadas con las que enfocar esta práctica, y los modos de aplicar la sabiduría del Aikido a la vida diaria.

Building Spiritual Muscles is written in five parts. Part I talks about how my encounters with ordinary people during my world travels helped put my years of metaphysical understandings into perspective.

Part II is a sketch of my early life where the se
AIKIDO. La armonía universal

La religión en la época de la muerte de Dios

Aikido II. Vencete a ti mismo y vencerás todo.

Una guía para mujeres que se desean indagar sobre cómo comen,
identificar el hambre emocional y conectar con su esencia

LOS PRINCIPIOS DEL AIKIDO

Aikido

Potencia tus recursos secretos con la técnica de los samuráis

Estás ante un conflicto, o ante una reunión importante, o una presentación, o cualquier otra circunstancia del trabajo diario que te inquieta, que te genera incertidumbre. Y seguramente te gustaría tener el dominio de la situación, sentirte fuerte, con un gran autocontrol y fortaleza de espíritu. La sintonía entre mente, cuerpo y emociones es lo que puedes conseguir gracias a este libro. Con un enfoque inédito basado en el aikido, arte marcial inspirado en la filosofía de los samuráis, y el coaching aprenderás cómo mantener el control emocional, tener una postura asertiva, buscar soluciones creativas, anticiparte, guiar a los demás y, especialmente, mantener un rendimiento de liderazgo óptimo con facilidad para ganar en impacto e influencia.

¿Usted ha sentido alguna vez la necesidad de salir de su país por alguna razón? ¿Sabe usted qué sienten quienes obligados por la guerra, la falta de oportunidades, el exilio, la represión ideológica, la limitación profesional, la necesidad de ver el mundo u otras motivaciones han dejado su tierra natal, su cultura, su idioma, sus afectos, sus comidas y tradiciones, sus aromas y paisajes y han debido emigrar solos o en familia a otros lugares? La autora, a través de su libro, analiza en profundidad los sentimientos que emergen de quienes han debido tomar la difícil decisión de desplazarse geográficamente y experimentar en sus vidas la soledad y al mismo tiempo vivir con la esperanza de alcanzar los sueños tan anhelados, todo lo cual se entremezcla con los alivios y dificultades que supone toda migración.

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

Las enseñanzas recopiladas en este libro proceden de las charlas y escritos de Morihei Ueshiba, fundador del aikido, el popular arte marcial japonés. Ueshiba consideró que los principios del aikido podían aplicarse a todos los desafíos a los que nos enfrentamos en la vida: en las relaciones personales, al interactuar con la sociedad, en el trabajo y los negocios. Esta edición de El arte de la paz incluye además una biografía de Ueshiba, un ensayo de John Stevens sobre las opiniones de Ueshiba respecto al "arte de la guerra frente al arte de la paz", doka, o "poemas del Camino" didácticos recién traducidos, y caligrafías del propio Ueshiba.

La consciencia o «darse cuenta» de lo que se está viviendo, el «estar atentos», representa la capacidad emergente que puede permitir un cambio en el corazón humano. De la misma forma que todos los ríos llegan al mar, lo mismo sucede con nuestra mirada interna: todas conducen a lo profundo de la presencia. Por tanto, asumir la necesidad de silencio e introspección es fundamental para cultivar los propios procesos mentales. El entrenamiento mindfulness, que José María Doria nos regala en estas páginas, supone un camino hacia la inteligencia transpersonal. El autor nos ofrece sus herramientas prácticas a través de 40 puertas que conviene recorrer despacio, ampliando en cada una de ellas nuestra escucha y nuestra búsqueda de la esencia. La técnica mindfulness ha superado el ámbito terapéutico y se ha expandido al mundo de la educación, la salud, la empresa, el deporte... Un fenómeno mundial que nos ayuda a entender que en realidad somos testigos privilegiados de una ampliación sin precedentes en la conciencia humana.

Unificación de la mente y el cuerpo

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

Una Visión Del Aikido a Partir de Hito Emi

Con los pies desnudos

Lecciones de Aikido

Ki aikido

Mitología, storytelling y transformación personal

Con los zapatos gastados

La naturaleza es tan sabia que nos ha otorgado un regalo de gran valor. A través de la respiración podemos gestionar las emociones, cambiar estados de ánimo, mejorar nuestras relaciones personales, conseguir lo que nos proponemos y, en definitiva, alcanzar un mayor estado de salud y bienestar. El principal objetivo de este libro es que entres en contacto con el maravilloso potencial que hay en ti y conozcas más a fondo el poder de tu respiración. Todo ello a través de sencillos conceptos y técnicas específicas. Además, encontrarás una guía práctica que te permitirá incluir la respiración consciente en tu rutina diaria, para que puedas disfrutar de todos sus beneficios.

Este libro no es una alternativa al aikido, es el aikido. Su planteamiento es una didáctica a su servicio que nos aproxima a la idea del fundador.

Eduardo Antonio Parra, Francisco G. Hagenbeck, Paco Ignacio Taibo II, y Óscar de la Borbolla son algunos de los autores que participan en esta antología. Una emocionante colección de cuentos que narran una historia de criminales, policías o ambos, cuyo escenario son las colonias más representativas de la ciudad de México. Sus autores están entre los mejores escritores de México y América Latina: Bernardo Fernández Bef, Eugenio Aguirre, Eduardo Antonio Parra, Eduardo Monteverde, Francisco G. Hagenbeck, Juan Hernández Luna, Julia Rodríguez, Myriam Laurini, Óscar de la Borbolla, Paco Ignacio Taibo II, Rolo Díez y Víctor Luis González. Los narradores cuyas

historias aquí se reúnen no tienen miedo a exorcizar demonios. Con registros narrativos muy diferentes, tienen en común hablar de una ciudad en la que viven y aman. De alguna manera entienden que la única manera de detener la violencia y el abuso que nos rodea, es contarlo. Son todos ellos profesionales de la literatura, pero también son profesionales de la supervivencia en el D.F. Casi todos ellos, todos nosotros, apelan, apelamos, al sentido del humor, un humor negro y bastante ácido, que permite distanciarse, burlarse de Lucifer. No sería ésta una antología promovida por el departamento de turismo de la ciudad de México, pero si cualquiera que la lea pregunta desde cualquier esquina del planeta si los que escriben recomiendan viajar a la ciudad de México, recibirá un elocuente y encendido: Sí, claro, porque ésta es la mejor ciudad del planeta, a pesar de sí misma. Un segundo elemento en común entre los textos que preceden a esta nota es su vocación de experimento, el uso de planos narrativos cruzados, monólogos internos, cambios de perspectiva. "El neopoliciaco nació en México no sólo con una vocación de literatura social, también con una notable apetencia por salirse de los caminos tradicionales del género." Paco Ignacio Taibo II

Este libro se articula en dos partes: la Práctica y la Experiencia. En la primera se dan a conocer las enseñanzas del maestro Koichi Tahei. El primer capítulo está dedicado a la Práctica del Ki (Shin Shin Toitsu), una disciplina que considera la naturaleza humana como una unidad mente-cuerpo que permite desarrollar al máximo nuestras capacidades, así como descubrir las dotes innatas de las que no solemos ser conscientes. La práctica se centra en el estudio de ciertos principios que, mediante un sencillo sistema de test, se propone infundir un natural sentido de seguridad basado en una relajación completa. El segundo capítulo, trata del Ki Aikido (Shin Shin Toitsu Aikido) una disciplina que nos lleva a adquirir mayor seguridad en nosotros mismos y a armonizar mejor nuestra relación con el mundo exterior. La segunda parte recoge las experiencias del autor a lo largo de 20 años de enseñanza,

aplicando los principios de la Práctica del Ki y de Ki Aikido en situaciones muy diversas: enseñando a niños y jóvenes de las escuelas públicas, a terapeutas y cuidadores de minusválidos y bailarines, a deportistas y entrenadores... Giuseppe Ruglioni se desempeña como profesor asistente en la Ki No Kenkyukai de Tokio y maestro 5a dan de Shin Shin Toitsu Aikido. Alumno del maestro Koichi Tohei (fundador del Shin Shin Toitsu Do y del Shin Shin Toitsu Aikido) y del mestro Kenjiro Yoshigasaki (responsable europeo de la Ki No Kenkyukai), es considerado uno de los mejores exponentes europeos de esta práctica. Ha enseñado el Ki Aikido en la Escuela Especial para Terapistas de la Rehabilitación de la Universidad de Florencia. Colabora con centros especializados para discapacitados y, además de ser el responsable técnico-didáctico en la Asociación Ki Dojo de Florencia, dicta con regularidad seminarios en varios centros europeos.

Parapsicología, ciencia y espiritualidad

El arte del bienestar japonés

en busca de un espacio de amparo

El Desafío del Conflicto

Las Leyes Del Universo

Building Spiritual Muscle / Fortaleza Mente Y Espiritu

El budo puede traducirse como 'el camino de la acción valerosa e iluminada'. Representa una suerte de código de honor a la par que una vía de realización presente en las artes marciales, pues en el budo espiritualidad y artes marciales, se funden en un nivel de destreza y desarrollo más elevado. Este libro contiene enseñanzas esenciales de distintos maestros legendarios del budo en el arte del sable, kárate, judo, aikido y otras disciplinas, en una selecta colección de gran valor histórico, con principios e

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

instrucciones prácticas provenientes de manuales de formación, extractos de textos sobre la filosofía del budo, e historias y anécdotas provenientes de distintas fuentes. Una obra que ofrece a los practicantes de artes marciales un tesoro de valor incalculable para su aprendizaje, y a los no practicantes les propone una filosofía aplicable al mundo de la empresa, la educación y la psicología.

Cómo y por qué los japoneses viven más y mejor que el resto del planeta Japón es uno de los países con una mayor expectativa de vida del mundo. Y es que los nipones han sabido aunar el valor de una alimentación saludable con otros aspectos de la vida cultural basados en una tradición y una filosofía que aportan la dosis necesaria de tranquilidad en cada actividad realizada. Cuestiones como el ikigai –tener una motivación, una misión que te dé fuerzas en el día a día– o el shinrin-yoku –los famosos baños de bosque– hacen que las pequeñas frustraciones de la vida tengan menos trascendencia. Con la lectura de este apasionante libro conseguirás trasladarte a la esencia de la cultura japonesa para descubrir todas aquellas cuestiones que han hecho que los habitantes del país nipón sean los más longevos del planeta y también los más felices. * Wabi-Sabi, la belleza de lo imperfecto y lo impercedero. * El espíritu de kintsugi para apreciar la belleza humilde de las cosas sencillas. * Koan, las preguntas abiertas a lo desconocido. * Zazen, la meditación sentada en la postura del loto. * Takayama, en el corazón de los Alpes japoneses. * El secreto mejor guardado: algas y fermentados en la alimentación. * Chanoyu, la ceremonia del té.

El proyecto de escribir este libro “Con los zapatos gastados”, “Haciendo el camino en crisis”, nace como continuación de su libro “Con los zapatos atados”. “Desde el pensamiento crítico”, dada la gran demanda y las favorables críticas. Este conjunto de textos constituye un viaje al corazón de la conciencia y de la consciencia, su pensamiento crítico sobre los desafíos de la sociedad actual, a partir de los parámetros estructurales que conforman la base en que se mueve el hombre actual, compilado por varios

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

artículos ya publicados por el autor en distintos medios de prensa, y añadido otros de nuevo cuño que complementan la respuesta a la pregunta: ¿A dónde va el hombre actual? Con especial atención a la crítica situación española, tanto de crisis económica, como de crisis política, todo ello derivado de un profundo deterioro de los valores que forjaron esta gran nación. No es capricho de autor que se siente tocado por los dioses. Esta reflexión sobre el devenir del hombre, y más concretamente del hombre español, no está hecha para halago de reyes y gobernantes, fruto de la sinecura y de la canonjía, ni de banqueros o zánganos financieros y especuladores, ni de la Conferencia Episcopal, ni de los filatélicos, ni siquiera del orgullo de gays y lesbianas. Es decir, volando voy y volando vengo, y por el camino me entretengo. Ni que decir tiene que cada capítulo es independiente de los anteriores, por lo que se pueden leer sin seguir el orden preestablecido del libro; pero el conjunto de todos ellos conforman un todo unitario, que nos enmarca el mundo actual del siglo XXI. Los ingenieros escritores crean sistemas funcionales que vertebran y crean valor, no podemos olvidar que ser independiente, sin espíritu gregario, es sólo para una pequeña minoría de elegidos, es el privilegio de los fuertes y de los sabios, que no son vasallos

Nobuyoshi Tamura era 8o dan de aikido, el grado más alto otorgado por el Aikikai de Tokio, centro mundial del aikido, donde estudió durante numerosos años bajo la dirección de O Sensei Morihei Ueshiba, el fundador de este arte. N. Tamura ocupaba un lugar preeminente en el pequeño grupo de uchideshi (alumnos cercanos al fundador) que posteriormente debería diseminarse por Europa y Estados Unidos. Durante más de un cuarto de siglo consagró su vida al desarrollo del aikido en Europa y particularmente en Francia, donde residió. Este libro que se dirige sobre todo al profesor también interesará a los principiantes e incluso a los lectores que tengan curiosidad por comprender el modo de transmisión de la tradición japonesa. En Japón, los temas abordados en este libro proceden

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

principalmente de la tradición oral y jamás habían sido objeto de una presentación recopilada. Era imperativo completar las obras técnicas del autor con esta verdadera clave de la tradición.

Un camino hacia la inteligencia transpersonal y el mindfulness

Etiqueta y transmisión

Tu relación con la comida habla de ti

Un viaje hacia el corazón

Enseñanzas de los Maestros de Artes Marciales

Presencia Plena

El manejo del estrés para el alto rendimiento

La evolución del hombre en su largo devenir a través de los siglos podrá considerarse, en términos de progreso, como un camino de trayectoria en espiral en el que cada vuelta completa un ciclo más perfecto y elevado que el anterior, pero susceptible de ser mejorado en el siguiente. El Aikido, como vía de formación integral del hombre, y sus valores intrínsecos, han hecho que alcance utilidad y aprecio universal. Al mismo tiempo, el estudio y la práctica de sus contenidos, analizados por hombres de diferentes culturas, lo hacen susceptible de ser enriquecido con las pequeñas, pero no desdeñables, aportaciones de unos y otros, ya sea desde el ámbito de la educación física, la pedagogía, la medicina, la psicología, la biomecánica, etc.

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

Este libro pretende mostrar al lector de modo sencillo cómo los principios del aikido tienen su razón de ser en las mismas leyes que rigen el universo. Un arte que se basa en la armonía universal (Wa) no puede tener otros fundamentos. El libro, que está profusamente ilustrado por medio de fotografías y ocurentes dibujos, consta de dos partes: la primera parte se centra en los principios universales -la ley de la gravedad, la inercia, la energía, el movimiento, la palanca, los ritmos universales, kiawase.wu-wei.ki, la adaptabilidad del agua, koto-tama, cuerpo-mente, los principios éticos-; y la segunda, en los ejercicios prácticos y las técnicas especiales -el lenguaje corporal, y combinaciones, la estrategia en aikido, suwari Waza, Henka Waza-. El autor, José Santos Nalda, es maestro de Aikido 3r Dan y colabora habitualmente en revistas de Artes marciales españolas, francesas e italianas.

Bu viene de Dios, propio en sustancia y mente y es el más importante componente espiritual de la verdad, bondad y belleza implicados en nuestra formación. Recientemente, el espíritu del aikido ha ganado un amplio reconocimiento en todo el mundo, por esta razón, puede servir de ayuda como una nueva guía,

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

cimentando los principios de la educación, ya que con el aikido el cuerpo y la mente se entrenan internamente, para sí mismos, no para el combate. Utilizando más de 160 ilustraciones que detallan los diferentes movimientos que componen cada técnica, el autor ha plasmado tanto las técnicas de pie -shomen, yokomen, kata, sode, ryo kata, katate, aikinage, kokyu, mune, mune to te, ushiro eri, ude, etc.- como las técnicas arrodillados -ryosode, kubejime, te, hanmi handachi, etc.-, además de técnicas por la espalda y técnicas de agarre por el cuello por detrás.

¿Te gusta conducir rápido en la niebla confiando en el azar? Sin embargo, esto es lo que hacemos con nuestras vidas que transcurren a toda velocidad sin que entendamos quiénes somos, qué es la vida y cómo funciona el Universo del que formamos parte. No obstante, parecería que el Universo responde a un Todo coherente y perfectamente organizado donde el azar y la casualidad no existen. Con el conocimiento de las leyes del Universo y de nuestro lugar dentro de él, descubrimos que somos parte de este Todo coherente. Este conocimiento puede y debe ser utilizado si queremos mejorar nuestras vidas, entender por qué vivimos y cómo actuar para encontrar el equilibrio y la

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

felicidad. En la era de la información, permanecer en la ignorancia es una decisión personal. En este libro, Philippe de Palma propone un viaje que nos lleva a través de las respuestas a preguntas fundamentales a la luz de las leyes del Universo. Es un mensaje de positividad y esperanza que nos permite mirar la vida con optimismo y entusiasmo.

Las actitudes y hábitos mentales con los que nos aproximamos a la experiencia determinan en gran medida nuestro modo de estar en el mundo. La manera en que estamos y nos relacionamos con el mundo tiene un inevitable impacto en nuestro bienestar interno, así como también en nuestro entorno inmediato y en la manera en que funcionan nuestras sociedades y sistemas. La reflexión fundamental de este libro gira en torno a la siguiente pregunta: ¿es posible cultivar hábitos mentales y actitudes que sean conducentes a la paz, a la justicia, a la salud, tanto a nivel individual como colectivo? Tanto las tradiciones contemplativas de oriente como el actual desarrollo de la neurociencia nos dicen que sí, que podemos revertir ciertos condicionamientos y hábitos que generan sufrimiento y malestar a nivel individual y colectivo, aprendiendo a vivir más conscientes y presentes.

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

Mediante una serie de breves reflexiones, este libro se plantea esa posibilidad desde diversos ángulos, entregándonos perspectivas aplicables a nuestra vida diaria e invitándonos a realizar prácticas concretas y simples que contribuyen al cultivo de una actitud más consciente y presente en el mundo. Los necesarios cambios a nivel social, político e incluso planetario deben sustentarse en un cambio de conciencia individual, que se exprese en nuestra forma de estar y vivir. Este libro puede transformarse en una buena guía para ello. «Leer estas reflexiones viene a ser como recibir una invitación y un recordatorio. Nos recuerdan que somos seres conscientes que infrutilizamos la capacidad de este cerebro moderno del que somos portadores y usuarios y nos invitan a poner los medios oportunos para lograr despertar del sopor habitual en que solemos transitar por la vida, guiados por un piloto demasiado automático y escasos de lucidez y de autoconciencia. Cada vez que releo estas reflexiones, o tan solo una de ellas, experimento en mí un aumento de la clarividencia y un soplo de consuelo. Nunca dejan de trasmitirme, a través del tiempo y del espacio, ese talante sabio y compasivo que inspiraron a sus

Where To Download El Corazon Del Aikido La Filosofia Del Takemusu A

autores y que estos albergaban en su mente y en su corazón cuando se pusieron a escribirlas. Invito al lector a que pase ya directamente a saborear el encanto y el consuelo que este libro y sus reflexiones y prácticas contienen y transmiten. Además, junto con mi agradecimiento hacia sus creadores, quiero expresar mi más firme y sincero deseo de que, propiciada por su lectura, pueda aparecer en todos nosotros la chispa contagiosa de un luminoso despertar.» Vicente Simón

Aikido y liderazgo empresarial

el curso maestro

El corazón del aikido

La Sociedad Vierte

Una guía esencial de salud, felicidad y longevidad

Aikido para tod@s nos propone una divertida y rocambolesca historia ficción sobre el nacimiento del aikido. En el misterioso Toledo del S. XVI el caballero D. Eliano Vieco de Osma construyó una peculiar forma de lucha que se expandió al mundo a través de un secreto círculo de caballeros denominado El Círculo de Lavaina, que guarda celosamente tres grandes secretos cuya posesión es

codiciada por un grupo de disparatados delincuentes ocasionales. Los maestros e instructores del círculo secreto de Lavaina se prestan a un consultorio para responder a las preguntas de practicantes de todo el mundo y abrirán al lector su biblioteca para mostrarnos una fascinante recopilación de publicaciones en las que se relatan muchas historias de aikido; de emociones, búsquedas y encuentros, protagonizados por los más estrafalarios y dispares personajes, desde el inmortal Don Quijote, a entusiastas, frikis o niñas de colegio, pasando por la increíble historia de un usideshi del Maestro Morihei Ueshiba. Este libro nos propone la diversión a través de una lectura ágil y desenfadada, llena de humor e imaginación, en un intento de mostrarnos la gran riqueza y variedad de sensibilidades en torno a este noble arte, ya conocido en nuestra España medieval (es un decir) como el muy noble y sutil arte del estrujamiento y derrumbe, más conocido en el mundo entero como aikido.