

Universidad Empresarial Siglo 21

Trabajo Final de Graduación

“Activación de los puntos energéticos del cuerpo mediante
indumentaria y accesorios”

Autora: Vietto, Liz Ivanna

Legajo: IND109

Carrera: Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Textil

Córdoba 2013

Resumen

El objetivo principal de este trabajo final de grado es el diseño de una colección de indumentaria y accesorios que activa los centros energéticos del cuerpo o chakras. La colección está inspirada en elementos, tradiciones, estilo de vida y festividades de la filosofía hindú, entre ellos Holi, una fiesta muy importante, alegre y colorida. Los diseños se logran utilizando técnicas tradicionales de coloración, estampación y bordados propios de la cultura Hindú fusionando los elementos y colores propios de cada chakra, para lograr una optima activación de los mismos.

Este objetivo se logró utilizando diferentes métodos como la búsqueda e investigación bibliográfica, registro de observaciones directas y encuestas. Por último, la colección diseñada incluye dos líneas, accesorios y ropa, donde elementos visuales y táctiles reúnen tanto los colores y bordados como los métodos de activación de los centros energéticos.

Abstract

The main objective of this thesis is design a collection of clothing and accessories that activate the energy centers of the body. The collection is inspired by elements, traditions, lifestyle and festivals of Hindu philosophy, including Holi, a very important holiday, cheerful and colorful. The designs were achieved using traditional techniques of coloring, printing and embroidery typical of Hindu culture fusing the elements and colors of each chakra, for optimal activation of the same.

This was achieved using different methods such as search and bibliographic research, record observations and surveys. Finally, the collection designed includes two lines, accessories and clothing, where visual and tactile elements bring together both colors, embroidery and the methods of activation energy centers.

Índice

1. Introducción.....	6
1.1. Tema.....	6
1.2. Problema.....	6
1.2.1 Pregunta- problema.....	7
1.3. Objetivos.....	7
1.3.1. Objetivo general.....	7
1.3.2. Objetivos Específicos.....	7
1.4. Justificación y contexto.....	8
1.5. Metodología de investigación.....	9
2. Marco Teórico.....	11
2.1 Orígenes de la filosofía Oriental.....	11
2.1.1. India.	11
2.1.2. Filosofía Hindú.....	12
2.1.3. Vestimenta.....	15
2.1.3.1. Técnicas de teñido y estampación.....	17
2.1.4. Festividades.....	28
2.2 Filosofía Occidental.....	30
2.3. Apoyo Científico en el transcurso de la historia en Occidente.....	32
2.4. Causantes del desequilibrio físico-mental en la actualidad.....	36
2.5. ¿Que son los chakras?.....	42
2.5.1. Los siete chakras.....	44
2.5.2. Muladhara Chakra.....	45
2.5.3. Svadhithana Chakra.....	47
2.5.4. Manipura Chakra.....	48
2.5.5. Anahata chakrá Anahata Chakra.....	49
2.5.6. Vishuddha Chakra.....	50
2.5.7. Agñá Chakra.....	51

2.5.8. Sahasrara chakra.....	52
2.6 Métodos para activar los chakras.....	53
2.6.1. Yoga.....	54
2.6.2. Acupuntura.....	55
2.6.3. Gemoterapia.....	56
2.6.4. Aromaterapia.....	57
2.6.5. Esencias florales.....	59
2.6.6. Cromoterapia.....	60
2.6.7. Sonoterapia.....	62
3. Propuesta de Diseño y Proyecto de Marca.....	66
3.1. Propuesta de diseño.....	66
3.2. Antecedentes.....	67
3.3. Proyecto de marca.....	67
3.2.1. Misión.....	67
3.2.2. Visión.....	67
3.2.3. Objetivos.....	68
3.2.4. Metas.....	68
3.2.5. Valores.....	68
3.2.6. Políticas.....	68
3.2.7. Personalidad de la marca.....	69
3.4. Perfil del público objetivo.....	69
3.3.1. Perfil del consumidor.....	69
3.5. Análisis FODA.....	70
3.4.1. Fortalezas.....	70
3.4.2. Oportunidades.....	70
3.4.3. Debilidades.....	71
3.4.4. Amenazas.....	71
3.6. Branding de la marca.....	71
3.6.1. Isologotipo, Isotipo y Tipografía.....	72

3.7. Comercialización.....	72
3.8. Modelo de presupuesto a utilizar para sacar costos de una prenda confeccionada	76
4. Conclusiones.....	78
5. Bibliografía.....	80
6. Índice de imágenes.....	82
7. Anexo.....	87
7.1. Cuadro comparativo entre Occidente y Oriente.....	88
7.2. Cuadro de los centros de energía	89
7.3. Entrevistas	90
7.4. Encuestas.....	92
7.5. Análisis de mercado	97
7.6. Colección de la marca	99
7.6.1. Accesorios.....	116
7.6.2. Fotos contextuales.....	119
7.6.3. Etiquetas.....	120
7.6.4. Fichas técnicas.....	122
7.6.5. Costos.....	130

1- Introducción

1.1. Tema

“Activación de los puntos energéticos del cuerpo (chakras) mediante indumentaria y accesorios”.

1.2. Problema

En la actualidad existen varios causantes que desequilibran a la persona en cuanto a lo físico y a lo mental, y muchas desconocen los métodos para lograr ese equilibrio. De modo tal, no son conscientes de los factores que ocasionan esta falta de armonía entre su cuerpo y mente. Los motivos de este desequilibrio pueden ser hábitos de todos los días como la mala alimentación, el estrés ocasionado por el exceso de trabajo, la contaminación ambiental, el consumo de sustancias dañinas a la salud como drogas, tabaco y alcohol. Este desequilibrio puede ser tratado por una amplia gama de métodos que Occidente ha ido incorporando de la cultura oriental, filosofía que se basa en mantener un equilibrio cuerpo- mente con el universo y la naturaleza, como la aromaterapia, la cromoterapia, sonoterapia y demás que se complementan siempre con ejercicios físicos y mentales, como el Yoga y también con una dieta saludable.

La investigación se inclinará básicamente en la filosofía hindú, tomando como referencia las tipologías de las prendas, los materiales, bordados y también una de las festividades hindúes más importantes llamada Holi. Es un festival muy alegre en el cual se festeja el final del invierno y el comienzo de la primavera, el triunfo del bien sobre el mal, donde la gente se viste con prendas muy coloridas y se arrojan agua y polvos de colores.

El proyecto de trabajo final de graduación estará centrado en investigar las diferentes técnicas para lograr activar la energía de las personas mediante los chakras, para luego hacer una bajada aplicada a la indumentaria y accesorios, teniendo en cuenta las tipologías antes mencionadas. Los chakras son centros energéticos sutiles que están situados a lo largo de la columna vertebral, son ellos los que toman la energía del exterior (prana) para filtrarla y transportarla a todo el cuerpo. (Van Lisebeth, 1988)

Se identificarán los métodos de activación de los mismos, mediante colores, formas, símbolos y materiales, según la ubicación de cada punto energético para luego plasmarlos en los diseños.

1.2.1 Pregunta- problema

Teniendo en cuenta la nueva incidencia de la filosofía oriental en Occidente por medio de medicinas alternativas y tomando como modelo indumentaria saludable y ciertas tipologías de prendas hindúes cabe preguntarse:

- ¿Cómo realizar prendas que representen estas tipologías pero que a su vez ejerzan una función terapéutica sobre el usuario?

-¿Qué características deberían tener estas prendas y accesorios para activar los chakras en los usuarios?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general.

- Diseñar indumentaria y complementarla con accesorios, con un giro estético que utilice la tipología hindú para poder activar los núcleos de energía (chakras) por medio del uso de colores, materiales y símbolos significativos para el usuario.

1.3.2. Objetivos específicos

- Indagar cuales son los causantes del desequilibrio físico mental en las personas de la sociedad de hoy, para poder comprenderlos e idear vestimenta y accesorios terapéuticos que atenúen sus efectos.

- Investigar cuales son las telas necesarias para lograr una buena fluidez de la energía en el cuerpo.

- Experimentar qué texturas y bordados serán necesarios, inspirados en la tradición hindu y las técnicas artesanales.

- Investigar y comprender cuales son las necesidades del público objetivo.

- Generar un proyecto de marca el cual incluya atención personalizada que apunte a la necesidad de cada usuario, mediante un personal capacitado.

1.4. Justificación y contexto.

Esta investigación está dedicada a las técnicas y métodos para activar las energías de las personas.

Los métodos a los cuales hace referencia el proyecto y en los que estará basado son los tradicionales en la filosofía Hindú. Uno de ellos y el más conocido en Occidente es el Yoga.

El Yoga está basado en lograr un equilibrio interior, en controlar la mente y el desapego a lo material mediante distintos asanas (posturas que apuntan a una armonía corporal) o ejercicios físicos, como meditaciones y modos de respiración.

Otros de los métodos utilizados es la acupuntura, que se practica cada vez más en Occidente, la gemoterapia (terapia con piedras), la aromaterapia (terapia con aromas y aceites) y la cromoterapia (terapia que utiliza el color para tratar enfermedades físicas y mentales). Estas técnicas son las que usa la filosofía Hindú desde sus comienzos. Los hindúes las practican en todos los momentos de sus vidas y lo tienen incorporado como un hábito, tal es el caso de la utilización de aromas de distintas plantas medicinales para elevar energías y fomentar un estado de ánimo óptimo o curar malestares, por ejemplo dolores de cabeza. Para esta dolencia es habitual colocar una mezcla de hierbas en puntos específicos de la cabeza.

Actualmente en Occidente se está tomando mayor conciencia sobre la importancia que tiene la energía de la persona, que puede influir positiva o negativamente en los diferentes aspectos y momentos de la vida. A partir de esto, se buscan métodos para lograr estabilizar las energías, sin saber quizás cual es el núcleo de energía (o chakra que significa rueda en sánscrito, son centros donde se concentra y se distribuye la energía a todo el cuerpo) específico que está fallando o está desactivado, tan solo se dan cuenta de que no se sienten en una total armonía con su cuerpo y mente.

“En Occidente encontramos una exuberante riqueza de las vías hacia la sabiduría. Por ello cada día y con mayor insistencia y esperanza, el hombre occidental está acercándose al conocimiento filosófico y espiritual de Oriente, buscando en sus tradiciones puntos de referencia

para reencontrarse a sí mismo y técnicas para poder recorrer el sendero hacia la libertad interior”. (Calle, 1976, pág. 7)

Investigando a profesionales de la salud y realizando un estudio de mercado, se puede afirmar que este fenómeno aumentó en los últimos años y sigue avanzando (ver anexo entrevistas). Se puede observar en distintos lugares de la ciudad el desempeño y el crecimiento de esa filosofía de vida, se muestra una amplia variedad de revistas, folletos y publicidades ofreciendo tanto distintos tratamientos como alimentos para lograr el equilibrio cuerpo-mente.

También hay una tendencia mundial que se está imponiendo en relación al cuidado del cuerpo, la búsqueda del bienestar físico y mental, llamado “Sense Girls” según el Future concept Lab. Ese grupo de personas se caracterizan por estar en búsqueda de una belleza que no es superficial, sino que siempre está en armonía tanto con el mundo interior como exterior. Son mujeres de entre 25 y 40 años que buscan un equilibrio natural para sus vidas. Tienen una sensibilidad estética, la que manifiestan emocionalmente en sus elecciones diarias. La marca estará dirigida a este target, dispuesta a satisfacer sus gustos y necesidades.

1.5. Metodología de investigación

El trabajo final de graduación estará basado en el método deductivo, partiendo de la filosofía Oriental como marco general, hacia lo particular, arribando a las distintas técnicas, métodos, materiales, etc. para activar las energías mediante los chakras.

La búsqueda e indagación bibliográfica será una herramienta importante ya que nos permitirá recabar datos históricos e información sobre los temas a desarrollar.

Se utilizarán para la investigación técnicas cualitativas, las cuales aportarán datos vinculados a la filosofía oriental y occidental, la cultura Hindú y sus creencias, los métodos para la activación de energía, entre otros.

También se realizaran análisis comparativos, exploración y experimentación de la tipología y ergonomía de prendas, materiales, combinaciones cromáticas, utilizando como instrumentos la observación, recopilación documental, artículos de Internet, estudios de profesionales, entrevistas dirigidas a personas expertas en el tema y encuestas al usuario.

Investigar a este último, cuáles son sus gustos, necesidades, hábitos y preferencias de compra, a través de una muestra y obteniendo así estadísticas de los usuarios.

Las entrevistas a profesionales se realizarán personalmente y de forma dirigida, interrogando con un número fijo de preguntas, a dos médicos, dedicados a la homeopatía y acupuntura. Con el fin de demostrar que la medicina complementaria, tiene buenos resultados en los pacientes, que la indumentaria es un buen complemento para mantener un estilo de vida saludable, y que el interés por parte de las personas a esta rama de la medicina se está incrementando.

Las encuestas al posible usuario se efectuarán vía mail, con preguntas cerradas (dicotómicas y tricotómicas) y de elección múltiple. Se enviarán alrededor de 50 encuestas, con el fin de conocer y definir mejor el usuario objetivo.

Una vez analizados y evaluados los resultados, y haber obtenido las muestras del producto final, se realizará una prueba de verificación sobre los potenciales clientes, es decir se los encuestará nuevamente para saber sus opiniones acerca de su experiencia luego de haber usado la prenda. Utilizando también técnicas cuantitativas, las que permitirán postrar los resultados de las encuestas en gráficos.

2- Marco Teórico

2.1. Orígenes de la Filosofía Oriental

2.1.1 India

La India, ruidosa, frenética, vibrante y caótica, es probablemente el país con mayores contrastes del mundo. Su territorio se extiende desde el Himalaya hasta el sur peninsular tropical, es prodigiosa al tener una variada gama de lenguas, culturas, etnias, creencias y estilos de vida, que pocos países tienen.

Uno de los encantos de India es que convive el pasado y el presente constantemente, la vida en los hogares sigue siendo tradicional y las familias comen juntas disfrutando platos elaborados y recién preparados. Los indoarios (primeros habitantes) desarrollaron una cultura propia que hoy forma todavía parte de la tradición vital de la India. Los himnos del Rigveda, que se compusieron en ese entonces, siguen recitándose en los templos y hogares del siglo XXI.

Otro de sus legados, aunque esta vez menos loable, es la división de la sociedad en cuatro castas. Estas no hicieron más que continuar con una discriminación hereditaria que sigue atando a la sociedad y políticas actuales. En la cúspide del sistema de castas se encuentran los brahmanes o sacerdotes, seguidos por los kshatriyas o gobernadores y guerreros, le siguen los vaishyas agricultores y comerciantes, y por último los sudras sirvientes y obreros.

La cultura india, al igual que su pueblo, es un rico mosaico compuesto por cientos de elementos brotados de sus viejas raíces, de la influencia extranjera y de la variedad regional. La música y la danza tradicional indias son expresiones altamente evolucionadas de textos con más de 2000 años de antigüedad y son un fuerte plato de la cultura popular.

El arte clásico Indio se inspira en temas religiosos y en la naturaleza. Los murales budistas, los relieves taraceados de flores y animales, las exquisitas esculturas de deidades de los palacios hinduistas, y las miniaturas y pinturas populares que ilustran los poemas épicos. (Clarín, 2011)



Figura 1: Las calles de India, convivencia



Figura 2: Las calles de India y la vestimenta.

2.1.3. Filosofía Hindú

La civilización India es quizás una de las culturas más elaboradas, que tiene numerosos sistemas filosóficos-religiosos relacionados con enseñanzas, escuelas, visión, métodos y demostraciones, que representan las diversas vías hacia la verdad trascendental, que va de lo material a lo místico para que el hombre así tenga una amplia gama de alternativas sobre creencias y escoger lo más óptimo según sus criterios. Estos sistemas fueron elaborados por iniciadores durante su búsqueda a la liberación, y ha sido el objetivo principal de todos los métodos de autorrealización a lo largo de la historia espiritual de India, que hace referencia a una liberación de obstáculos que impiden la clara visión de todas las cosas y de nosotros mismos, como la máscara de la personalidad. Nos habla de la liberación del deseo, la ignorancia, del dolor, de la mezquindad, de la miseria interior, de las emociones y pensamientos negativos del ser. (Calle, 1976)

La religión hindú carece de un dios único, hay una gran cantidad de dioses cuya trinidad principal está formada por Brahma (el creador), Shiva (la energía, el destructor) y Vishnu (dios de la preservación y la bondad) los cuales se encarnan en avatares. Se trata de una religión de filosofía complicada y búsquedas metafísicas. Para la mayoría de los indios tienen más que ver con el



Figura 3: Dios Brahma

ritual y la ceremonia que marca cada día, cada estación, cada etapa de la vida. Los dioses no son figuras inalcanzables y el culto abarca desde la meditación silenciosa a las festividades

bulliciosas. El indio sigue casi siempre la filosofía del “vive y deja vivir”. Es por ello que India, como se mencionó anteriormente, es un lugar de tantos contrastes.



Figura 4: Dios Shiva



*Figura 5: Dios Nataraja
Avatar de Shiva*



Figura 6: Dios Vishnú

Dentro de las prácticas hindúes la peregrinación es la más popular, cuyo destino pueden ser las siete ciudades sagradas o el templo de la divinidad de un determinado creyente. Los fieles pueden efectuar su culto (puja) en un rincón de su hogar o en el templo local.

Hay cuatro estadios que el hinduismo propone como modelo de vida: la niñez, con su aprendizaje; el matrimonio y la creación de una familia; el celibato y la meditación, y finalmente la renuncia a las posesiones mundanas para conseguir el nirvana o moksha. El creyente tiene cuatro objetivos supremos: el dharma (la virtud, vivir con rectitud) el artha (la riqueza adquirida de forma honesta), el karma (la ley de retribución que se basa en dar y recibir según los actos de las personas) y si los tres anteriores se han seguido correctamente, el moksha. (Clarín, 2011)

El fin del proceso liberatorio es desprenderse por completo de la materia y lograr una unión entre el principio superior individual con el principio universal. Para esto la filosofía Hindú se basa en textos sagrados, los Upanishad y los Vedas. Los Upanishad tratan sobre la naturaleza del Brahman (el alma universal) y el propósito de la existencia, en donde se expresan las primeras manifestaciones de la filosofía de la India, textos de carácter especulativo y metafísico, diversas formas de meditación, culto y salvación. Es una recopilación de obras que reúne doctrinas de distinto origen, religiones y épocas. (Calle, 1976)

Los Vedas, palabra en Sanscrito que significa “conocimiento”, están por encima de los demás textos religiosos hindúes. Se estima que tienen una antigüedad de 3500 a 5000 años a.C. y no son solo libros que tratan temas religiosos o espirituales, sino que proporcionan información sobre hechos históricos, medicina, política, economía, rituales y sacrificios para aplacar a los dioses, es decir todos aquellos temas que se practican en un estilo de vida. Dentro de los Vedas podemos distinguir cuatro libros que son el Rajurveda, el Samaveda, el Rigveda y el Atharvaveda. (Verma, 1993)

Siendo los dos últimos los más importantes, Rigveda contiene cantos épicos, oraciones a las divinidades, formas de devoción, principios de mitología y clases de culto. También informa sobre los distintos pasajes a las artes médicas y curativas, mientras que el Atharvaveda provee pasos e instrucciones para contrarrestar las enfermedades y los males.

Según el Dr. Vinod Verma, los Atharvaveda tratan sobre el cuidado de la salud: “- La alimentación y la digestión; - modo de aumentar el intelecto; - modos y maneras de deshacerse de los achaques y aprender a conocer las plantas medicinales; e – instrucciones para deshacerse del mal humor y adquirir personalidad y un carácter agradable”. (1993, pág. 18)

Dentro del Atharvaveda, también se encuentra otro de los textos llamado Ayurveda, el más reconocido en Occidente, que es un sistema holístico de medicina y puede ser tomado como un modo de vida cuando se entra a un estado de conciencia y conexión con el ritmo cósmico, es decir, con todo el universo, por ende con la naturaleza.

Como bien sabemos, estar saludable no implica solo estar libre de enfermedades sino que también es necesario estar en paz interior y lograr una realización total de la personalidad. Para lograr un equilibrio humoral, por ejemplo, es óptimo mantener una dieta específica, utilizar hierbas medicinales y hacer ejercicios.

El Ayurveda nos enseña a lograr este equilibrio entre el cuerpo y la mente, así como a vitalizar los órganos corporales y procesos mentales a través de los ejercicios y posturas del Yoga.

Cabe destacar que los Vedas y Upanishads antes mencionados tienen una antigüedad de 3500 a 5000 años a.C., es decir, que en ese entonces ya se practicaba esta filosofía, ya se tenía un conocimiento del equilibrio cuerpo-mente, de la salvación del espíritu y de la energía sutil.

2.1.3.1. Vestimenta

India es un lugar muy rico en vestimentas por sus increíbles colores, tejidos, estampados y dibujos característicos que presentan una variedad infinita. Pueden ser de varios tipos de lana, algodón o seda. Por ejemplo, del algodón puede obtenerse la fina muselina o el khadi. El cuero también es utilizado en menor medida y no vacuno, por el simple hecho que la vaca se considera sagrada y no se utiliza su carne ni cuero como uso personal. Las estampas, brocados y dibujos contienen una innumerable variedad de diseños florales, geométricos y animales, que son realizados con distintas técnicas de teñido, bordados con piedras y/o hilos de seda, oro o plata.

Cada región de este país presenta algunos aspectos que los hacen más característicos, pero siempre respetando el estilo y la esencia hindú. Según la zona, puede que se vean también sacos, faldas, blusas, gorros e incluso hasta zapatos bordados. En la actualidad, el pensamiento y las creencias hindúes han avanzado bastante, si bien su sociedad es muy tradicionalista, hoy en día se puede ver mayor variedad de prendas de vestir.

Los indios prefieren usar la tela de forma holgada, más que cortarla y confeccionarla, y la visten como chales, saris o lunghis (o dothis para el hombre).

El “sari” es la famosa prenda que nunca ha pasado de moda en la cultura hindú, data de unos 5000 años. Cabe destacar que una de sus características principales es que siempre fue una prenda al alcance de cualquier mujer, sin importar su clase social. Su valor dentro de la sociedad era generado a partir de los materiales que se utilizaban para fabricarlos. Generalmente una mujer de clase social baja utilizaba un sari de algodón, mientras que una mujer de clase alta vestía uno de seda con bordados hechos a mano. Esta prenda fue muy importante dentro de la sociedad ya que, al estar al alcance de todos, también denotaba otros significados, como por ejemplo sus colores o diseños representaban el estado civil o la religión de las mujeres. La morfología de esta prenda se caracteriza por ser muy simple, ya que es un rectángulo de tela de 5 a 6 metros de largo, que se utiliza con una blusa ajustada y una falda larga llamada “petikot”. Dependiendo del ámbito de uso o la ocasión también se pueden encontrar otros vestidos como el vestido de fiesta denominado “ghaghra-choli”, el de la mujer rural “salwar kameez”, el “punjabi”

vestido más común entre las mujeres jóvenes y urbanas” o el vestido de novia hindú el cual se caracteriza por ser siempre rojo o rosa. Acompañando a las prendas siempre se encuentran los accesorios hindúes, muy recargados en símbolos y estatus, éstos generalmente son de oro o de plata. (El Pais Aguilar, 2007).



Figura 7: El Sari.

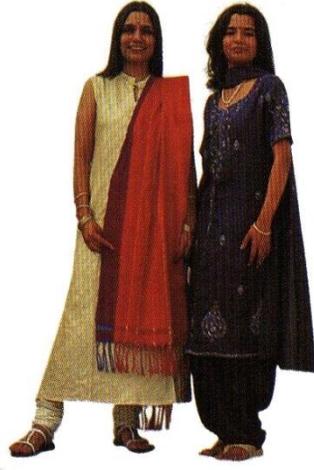


Figura 8: El Salwar-Kameez.

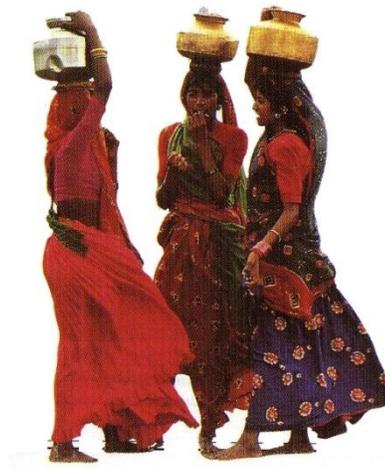


Figura 9: La Ghaghara



Figura 10: El Punjabi.



Figura 11: El Kathak.



Figura 12: El Odissi.



Figura 13: El Bharat natyam.



Figura 14: El Manipuri.

2.1.3.2 Técnicas de teñido y estampación

La estampación no solo implica precisión, sino también prolijidad y paciencia. Dentro de los métodos tradicionales de estampación utilizados en India encontramos:

El Batik

Es una de las diversas técnicas de teñido por reserva que se ha realizado en países de Oriente y Medio Oriente por más de 2000 años.

La palabra batik proveniente de la voz "ambatik". La terminación "tik" significa "un poco", "una gota". Esa terminación procede de la palabra javanesa "tritik" o "taritik", una tela cuyo diseño parece estar compuesto de gotas. La palabra "ambatik" puede ser literalmente traducida como "una tela de gotas (de cera o almidón)". (Kendall, 2006)

Ésta técnica fue tomando distintas formas logrando estampados muy diferentes a través de las diversas maneras de aplicar cera que se fueron inventando a través de los años.

El batik es un método que permite generar estampados mediante el aplique de cera en estado líquido. Existen varias herramientas para colocar la cera, por ejemplo pipetas o tjanting, pinceles de pelo duro, paletina o a través de moldes. La herramienta del "tjanting" es muy común

para realizar el batik, porque tiene una punta fina por la que sale la cera y un recipiente que nos mantiene caliente la cera y simultáneamente sirve para realizar dibujos más detallados.

Las reservas dentro del tejido están realizadas a través de capas de cera que impiden que esas zonas sean teñidas, así las anilinas se fijan en los sectores sin reservas. En un mismo tejido se puedan superponer colores repitiendo el aplique de cera tantas veces como se desee, generando diferentes diseños en las etapas de reservas de colores.

Una de las características propias del batik es el efecto de cuarteado, que se genera por las grietas de cera que se forman al trabajar con el tejido. Estas grietas hacen que pequeñas cantidades de tintes ingresen al tejido cuando se sumerge en el baño de coloración.



Figura 15: Batik

Estampación con moldes

Uno de los métodos más antiguos y más simple de la impresión textil, es la impresión de los patrones sobre el tejido con bloques de madera.

El estampado con molde implica etapas múltiples, pero el paso más importante es la preparación del bloque que determina la calidad y la claridad de las impresiones. El bloque se sumerge en el tinte deseado y cuidadosamente se coloca adyacente a la impresión anterior del bloque, de acuerdo con el diseño. La Impresión de bloque es muy popular a través de muchos estados de la India, en cada región es conocido por su variante propia y única.

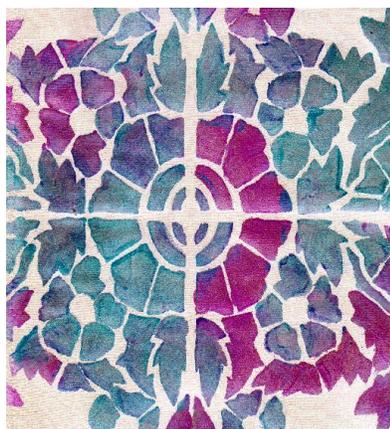


Figura 16: Estampación con moldes



Figura 17: Estampación con moldes

Ikat

Es uno de los métodos de teñido más complejos del mundo. En ésta técnica el colorante se aplica a los hilos antes de tejerlos, evitando que penetre la tinta en ciertas secciones por medio de nudos (parecido al tie-dye) o cubriéndolas con una sustancia impermeable como la cera (estilo batik), para obtener una variedad de tonos en un mismo hilo. Éstos cumplen la función más importante de la técnica ya que una vez tejidos los mismos crearán el dibujo de la tela. Los diseños logrados mediante esta técnica parecen estar fuera de foco y frecuentemente se parecen a las texturas de pieles de reptiles.

Para tejer el ikat se usa como soporte un telar, que puede ser de diferentes tipos, pero generalmente se utiliza el telar de cintura. Es importante destacar que en este tipo de actividad, la habilidad de la tejedora es la que genera dibujos interesantes y calidad al tejido.

Los diseños realizados a partir de tejidos simples son los que se basan en el teñido de hilos de urdimbre, dando esquemas como resultados de la mixtura de los tintes de urdimbre y el color del hilo de la trama. Es relevante saber que los diseños se pueden crear de manera vertical u horizontal. En el caso del Ikat doble los hilos que se tiñen son tanto los de trama como los de urdimbre. Aunque de esta manera se consiguen resultados muy interesantes, el Ikat de trama es uno de los más difíciles de realizar, ya que se requiere una mayor precisión.

En América Central y del Sur lo que se denomina como ikat es conocido con el nombre de “telar”. Sigue siendo muy común y practicado en Argentina, Bolivia, Ecuador, Guatemala y México.

Esta técnica ha conseguido lograr diseños y estilos muy diferentes y característicos de las distintas zonas donde se practican, es decir, que varían mucho de una región a la otra.



Figura 18: Ikat

Shibori

Es el nombre genérico japonés para nombrar a diferentes técnicas de teñido en las que se utilizan nudos, atados, puntadas, costuras, torcidas, dobleces, entre otros tipos de procedimientos, para preservar zonas de la exposición al tinte. Es decir, el shibori es una forma de delimitar áreas en los tejidos, resistentes al teñido, llamadas habitualmente, zonas de reserva.

Las técnicas de shibori se realizan sobre sedas, algodones y cáñamo, únicamente con el tinte del índigo y en menor medida la *Rubia tinctorium* y la raíz del púrpura.

Entre las técnicas del shibori encontramos el Kanoko, Miura, Kumo, Nui, Karamatsu, Mokume, Komasu, Arashi y el Itajime. A través de estas se pueden generar distintos patrones, algunos de ellos requieren mayor precisión. A estas técnicas derivadas del shibori se las puede aplicar por separado o combinarlas generando numerosos resultados.

El Kanoko Shibori se realiza tomando una pequeña porción de la tela y atándola, depende de la fuerza de la atadura, la cantidad de colorante que ingrese en esa parte de tela. Se obtienen dibujos circulares, de distintos tamaños, y la disposición de los mismos sobre la tela puede ser al azar o generando algún motivo en particular.

El Miura Shibori se realiza mediante pequeñas puntadas. En este caso el hilo no se amarra, sino que se tira fuertemente, por lo que la tensión del hilo mantendrá las secciones de reserva en su lugar. Los motivos que se obtienen con este método, son círculos o cuadrados bien delimitados, y teñidos íntegramente en el centro.

El Kumo Shibori es una técnica en la que se ata una pequeña porción de la tela, esta amarra generada se va a distribuir a lo largo de toda la sección de tela tomada, dibujándose al teñirla un efecto tipo tela de araña.

El Nui Shibori es un método en el que se realiza una puntada a lo largo de una alforza, luego se jala fuertemente del hilo para generar la zona de reserva. Luego que se retira el hilo, el diseño queda como un caminito de pequeños puntos de reserva.

El Karamatsu Shibori y el Komatsu Shibori son bastante parecidos y se identifican por trabajar con la tela plisada en forma de abanico. Luego se toma uno de los pliegues y se forman reservas mediante pespuntos de formas semicirculares o triangulares. En el Karamatsu las costuras se realizan sin cortar el hilo, y en el Komatsu los pespuntos que forman el dibujo se hacen por separado. En ambas técnicas, se amarra la costura en los dos extremos, jalando fuertemente para generar las zonas de reserva. El diseño de este método dará como resultado formas reflejadas, por lo tanto se obtendrán cuadrados, rombos y círculos completos.

En el Mokume las reservas se crean a través de una serie de pespuntos en línea recta, la distancia de las puntadas pueden hacerse coincidir o no, lo que dará como resultado zonas con motivos de serpiente o rayados.

El Arashi Shibori se realiza con un elemento tubular al cual se le enrosca la tela, ya sea de manera lineal, diagonal o en forma de abanico. Luego se le amarran los hilos fuertemente. Al momento de la coloración, se puede colocar el tubo en un baño con colorante o se puede utilizar un pincel para colorar zonas.

El Itajime Shibori se caracteriza por ser una técnica de reserva a través del plegado y por agregar pequeños trozos de madera entre los pliegues de tela para generar las zonas de reserva. Los diseños que se obtendrán dependerán de la forma de la madera y el plegado realizado.

Por último el Bandhini Odhni, que es la técnica de atado y teñido en el que se utiliza grano para crear el dibujo. El proceso consiste en atar los hilos alrededor y luego se tiñe el tejido.

La técnica Shibori, a pesar de que su origen es japonés, está incorporada en el trabajo final porque es muy conocida en Occidente, se pueden encontrar gran cantidad de prendas con diseños Shibori en diferentes marcas. Como bien se menciono antes, las prendas de la colección, van a tener una impronta hindú pero teniendo siempre en cuenta las tipologías y estilos propios de Occidente.



Figura 19: Técnicas Shibori

Tie-Dye.

Es una técnica muy similar al Shibori Japonés, la palabra es inventada por los estadounidenses a partir de los verbos atar (tie) y teñir (dye). Se trata de crear reservas utilizando algún objeto y amarrándolo al mismo dentro de la tela, o solo generando reservas mediante simples amarras. Las ataduras evitan que el material sea teñido completamente, es por eso que la coloración se aplicará en las zonas sin reservas. Los diseños se forman a través de la aplicación de diferentes colores de tintes para las diferentes secciones de reserva. Es muy característica de esta técnica la utilización de colores brillantes, combinándolos a todos en un mismo diseño.

Existen numerosos patrones para realizar esta técnica, entre ellos el espiral, la forma en “V”, círculos al azar, signos de la paz y combinaciones.

El Tie-dye es una de técnica de teñido por reserva muy antigua, los diseños encontrados incluían pequeños círculos y líneas, pero lo más llamativo eran sus colores brillantes como el rojo, amarillo, azul y verde.

En Tailandia el Tie-dye se conoce como Mudmee Tie-dye, que se caracteriza por utilizar diferentes formas de teñido y colores, por lo general, tonos más tenues y mucho negro.



Figura 20: Tie dye

Kalamkari

Estos tejidos de algodón de colores llamativos, cuyo nombre deriva de la palabra kalan (pluma) y kari (trabajo), se fabrican mediante el uso de una mezcla de técnicas de pintura y teñido, se crean en diecisiete pasos, usando sólo tintes naturales con numerosos lavados. El tejido recibe su brillo por su inmersión en la leche y resina. Se dibujan figuras de dioses, diosas, árboles y animales en la tela y luego se colorean con una pluma de bambú con un trozo de tela de algodón de un extremo.

Los tejidos Kalamkari se caracterizan por incorporar colores naturales como ocre, rosa pálido, añil, carmesí y negro. También se puede encontrar esta obra de arte hecha a mano en seda Tussar, crepe, georgette gasa y algodón.

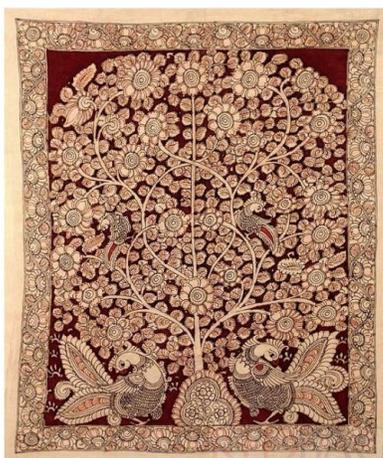


Figura 21: Diseño kalamkari
“Arbol de la vida”

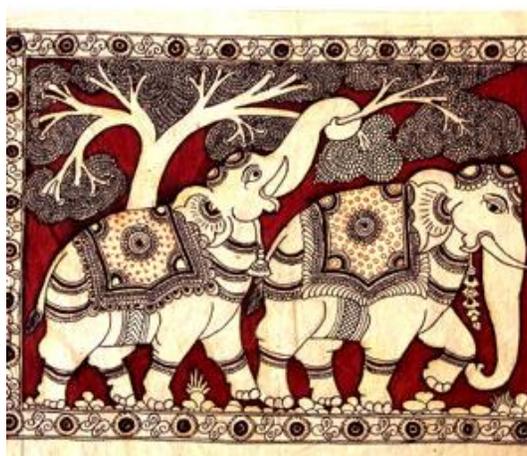


Figura 22: Diseño kalamkari

Cut-Work:

Es una forma de bordado fino, donde porciones de la tela de fondo se cortan y los bordes están trabajados en más de miles puntadas de ojal. Las aplicaciones de este arte son audaces, elaborados con mano discreta, bordadas con combinaciones únicas, y se complementan con de impresiones de bloque.



Figura 23: Cut work

Shadow Work:

Una forma muy sutil e interesante de bordado, que utiliza tela pura de una manera en la que sólo el esbozo de un patrón aparece en la superficie, dejando al descubierto los hilos entrecruzados debajo, creando un patrón de sombra. Es la opacidad de los hilos, trabajado en tejido translúcido puro, que define esta forma de bordado. La puntada espiga invierte la puntada sombra invirtiendo el lado derecho, revelando el hilo real en lugar de la sombra.



Figura 24: Shadow work

Trabajo de lentejuelas:

Este tipo de bordado cuenta con lentejuelas colocadas cuidadosamente en la tela y cosidas a mano. Las lentejuelas son de vidrio, como elementos decorativos frágiles, disponibles en numerosos matices que ofrecen tanto efectos reflectantes como mate.



Figura 25: Trabajo de lentejuelas

Badla:

El uso del metal para adornar textiles ha sido muy popular desde la época mongol. Badla es una técnica antigua, donde una banda metálica aplanada (Badla) es colocada sobre la superficie de la tela o mediante el empleo de una técnica llamada mukesh, bordado a través de la tela usando su extremo puntiagudo en lugar de una aguja. Este arte intrincado recrea un cielo nocturno estrellado cuando se utiliza en combinación con el negro o colores oscuros que fluye en la organza, seda o gasa.



Figura 26: Badla

El trabajo de aplicación:

Es una innovadora técnica dónde parches de telas contrastantes se superponen a una tela de base. Requiere que los bordes de los parches vayan cosidos usando varias puntadas de

bordado. La tela de base es normalmente de color, combinada con material impreso o contraste de apliques. La elección del hilo a utilizar también puede servir para elevar el tema de color. Este arte también se puede combinar con el trabajo del espejo, Badla o mukesh para añadir un detalle.



Figura 27: Trabajo de aplicación

Ari Trabajo:

Ari es una palabra que viene de la aguja de gancho utilizada en una forma de bordado llamado aar. Es similar a la utilizada en crochet. El tejido se fija primero sobre un marco, por lo general hechos de bambú, en el que se sigue un patrón, usando una aguja con un extremo de gancho utilizando zari (oro o plata) o hilo de seda. Ari parece ser un punto de cadeneta fino. El secreto de la exquisita mano de obra ari es la tensión uniforme de la rosca, mantenido a lo largo. Después de bordado, las puntadas son golpeadas con un martillo de madera en un yunque portátil de madera colocado debajo de la tela.



Figura 28: Ari trabajo

Brocados

Varanasi, el centro de peregrinación más antiguo de la India, también se destaca por sus telas. Célebre durante más de 2000 años por sus finísimos tejidos de algodón, posee una tradición tejedora que alcanzó un nuevo esplendor a partir del siglo XVI.

Los tejedores no tardaron en especializarse en bordar seda con hilo de oro y plata, para crear suntuosos brocados para los ropajes reales y las tapicerías de la corte, embellecidas con exquisitos arreglos florales, animales y geométricos que tanto gustaban a los mongoles. También elaboraban brocados para los monasterios tibetanos, decorados con motivos budistas como nubes, lotos y llamas. Hoy se fabrican y venden gran variedad de saris, fulares y tejidos.



El pallav, la pieza que remata el sari, es la más elaborada de esta prenda. Su rico y complejo bordado requiere una gran destreza artesanal.



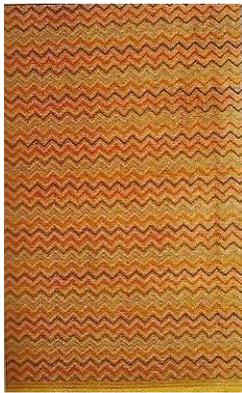
Los tejidos gyaser se fabricaron para el comercio con el Tíbet. Esta pieza contemporánea ha tomado un único elemento (la llama) de una tela ritual para crear un estampado espectacular.



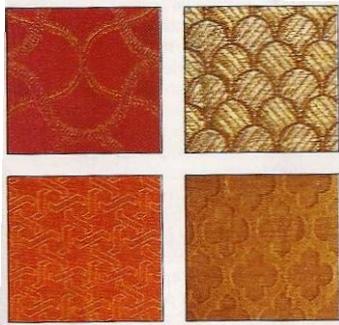
Un panel de más de 600 motivos geométricos ha sido creado especialmente como modelo de diseño para los tejedores de brocados de Varanasi.



El motivo floral, el clásico latifa, buta, combina hilos de oro y plata en un estilo conocido como Ganga-Yamuna, así llamado por las aguas pálidas y oscuras de estos ríos.



El sari panch ranga o de cinco colores crea un dibujo leheriya (onda) en el que se alternan los colores azul, naranja, morado, rosa y verde, con un reborde dorado. Destaca por la riqueza de su diseño y sus colores.



Los brocados contemporáneos recrean motivos con hilo de oro y plata, inspirados en los tejidos gyaser y en los diseños jaali o calados de la arquitectura mogol.

Figuras 29: Brocados de Varanasi

2.1.3.3 Festividades Hindúes

Una de las festividades hindúes más importantes es Holi, el festival de los colores, que se celebra en marzo, una noche de luna llena. Se festeja el final del invierno y el comienzo de la primavera, encendiéndose el primer día una hoguera donde se quema una esfinge del demonio Holika, simbolizando el triunfo del bien sobre el mal. El segundo día las personas salen a las calles vestidas con ropas claras para ser teñidas o bien con prendas muy coloridas y se arrojan unos a otros polvos de colores y agua teñida.



Figura 30 : Mujer en el festival Holi

Holi es un festival muy alegre y muy colorido, en el que se deja de lado raza, religión y color para jugar entre todos, danzar y tomar una bebida típica.



Figura 31: Distintos colores de polvos.

Este festival se tomará como fuente de inspiración para la realización de los diseños de las prendas del trabajo final, se tendrá en cuenta básicamente los sentimientos que sugiere el mismo, como la alegría, la amistad, unidad y también este uso de múltiples colores. Además se tendrá en cuenta la estación del año en la que se festeja Holi, por ende la colección del trabajo será primavera-verano.



Figura 32: Gente arrojase polvos.



Figura 33: Hoguera donde se quema a la esfinge del demonio Holika

2.2. Filosofía Occidental

Los significados de filosofía en Occidente y Oriente son radicalmente diferentes.

En Occidente la filosofía significa el estudio analítico del conocimiento, está centrado básicamente en el método científico, el uso del lenguaje y de los conceptos para analizar y comprender nuestro entorno, nuestras vidas y el universo mismo, donde todo merece un sentido y explicación lógica. Está alejada de la experiencia y de la aplicación. (Obiols, 1993)

Así tenemos a los grandes filósofos y pensadores del Occidente como Sócrates, Platón y Aristóteles, entre otros.

La filosofía occidental tiene su origen en Grecia donde uno de los primeros pensamientos y tema en cuestión era que el hombre es un ingrediente o elemento de la realidad cósmica. Por eso su filosofía era una física, pero no una física de la medición, sino

que se interesaba en el descubrimiento de la creación de la materia, que es dentro de la materia donde acontece. Se le ponía más énfasis o importancia a las relaciones armónicas y por última instancia a los números. Luego es Parménides quien funda la metafísica en Occidente, y orienta el sentido posterior de la filosofía. Se trata de explicar el universo y luego con los sofistas hay un vuelco de interés sobre el hombre y problemas humanistas; este giro culmina en Sócrates quien se preocupa sobre el problema de la salvación del hombre concebido como el problema de la consecución de su felicidad. En esta época predominan las reflexiones morales para dar una respuesta a la pregunta del puesto del hombre en el universo. Platón unifica estas cuestiones, la preocupación por el ser y la preocupación por la salvación, en su identificación de la idea suprema con el bien. Él decía que la luz era la que lo hacía ver la verdad, la luz es el sol y el sol es la idea de bien, que le da sentido a todo. (Ferrater Mora, 1994)

Luego Aristóteles es quien representa la gran recapitulación del espíritu griego, ésta se manifiesta no solo por percibir ya la evolución del pensamiento helénico sino que con él llegue la culminación de corrientes diversas. Con Aristóteles se irrumpe el pensamiento griego, que a su vez permaneció como una gran crisis en la filosofía.

La filosofía es llamada por Aristóteles teología, dándole así un contenido religioso. Luego el cristianismo se presenta como una negación de la filosofía, pero ya en San Agustín tiene lugar una asimilación entre el antiguo saber y una nueva fe. En ese entonces la filosofía es aspiración al conocimiento de aquello que establece la fe, surge un nuevo tipo de preocupación por el alma y por Dios. (Ferrater Mora, 1994)

Si bien la filosofía oriental en muchos de sus aspectos está contrapuesta a la filosofía occidental, se puede reconocer que en los comienzos de esta última, habían algunas corrientes de pensamiento que se asemejan a los principales ideales orientales. Como anteriormente se mencionó, en el nacimiento de la filosofía occidental ciertos pensadores comenzaron a ver al hombre como un ingrediente fundamental de la realidad cósmica, asemejándose ésta a la filosofía oriental que se basa en la concepción del hombre como parte de un todo, inmerso en la naturaleza y en el universo. Si bien en la actualidad ambas filosofías se pueden considerar opuestas, en sus orígenes se puede identificar cierto grado de conexión.

Hoy en día es destacable como la filosofía oriental ha ingresado a Occidente. Claramente se puede observar como la sociedad está más predispuesta a someterse a medicinas alternativas como la osteopatía, la gemoterapia, cromoterapia, aromaterapia, acupuntura y otros métodos orientales como el yoga, que incluye la meditación, la relajación, ásanas, entre otros los cuales ayudan a mantener un equilibrio físico mental.

El presente trabajo está siendo llevado a cabo en un país y en un contexto occidental, dentro del cual la indumentaria es diferente a la de Oriente. Es por ello que se intentará plasmar en las prendas esta nueva corriente hacia ideas y métodos orientales, teniendo como base la vestimenta tradicional hindú.

2.3. Apoyo Científico en el transcurso de la historia en Occidente

Para describir el universo material se ha basado en la física utilizando los modelos científicos. Estos métodos científicos occidentales son los que permiten descubrimientos de nuevos fenómenos que no siempre pueden ser explicados por tales teorías, ya que este método consiste en la concordancia entre las pruebas matemáticas y experimentales. Es por ello que por lo general se trata de concurrir a nuevas teorías y experimentos hasta llegar a una explicación lógica. Estas nuevas teorías se aceptan como leyes físicas que hacen que las incorporemos a nuestras vidas y empecemos a ver de otra forma lo cotidiano y a nosotros mismos.

Esto quiere decir que el punto de vista científico aprueba que estemos compuestos por campos energéticos, que alcanzan niveles que recientemente comenzamos a experimentar, que nos conduce a una visión holográfica del universo, que podemos observar desde los principios de la historia de la física, como lo es por ejemplo con la pos teoría de Newton que se comienza a ver al hombre ya no como un cuerpo sólido. (Brennan, 2010)

Hasta tiempos recientes, la teoría occidental se basaba en que somos objetos sólidos y que el universo era un gran sistema mecánico, hasta que los pensamientos orientales empezaron a traspasarlos e influir en ellos. Newton y sus colegas habían impuesto una teoría según la cual el universo estaba compuesto por átomos formados por un núcleo de protones

y neutrones, con electrones girando en dicho núcleo, de forma muy parecida como lo hace el Sol con la Tierra. Hasta principios del siglo XIX se pensaba que la física newtoniana era aplicable a todos los aspectos de la naturaleza, luego se descubrieron fenómenos para los cuales las leyes no eran aplicables. (Brennan, 2010)

El descubrimiento y la investigación de los fenómenos electromagnéticos condujeron al concepto de campo, que es la condición en el espacio que tiene potencial para producir una fuerza.

Michael Faraday y James Clerk, en el libro *Manos que Curan* afirman que “cada carga crea una alteración o una condición en el espacio circundante de manera que la otra carga, cuando está presente, siente una fuerza”. (2010, pág. 58)

De esta forma se comenzó a comprobar científicamente nuestra capacidad para afectarnos a la distancia, sin el uso de la palabra ni la vista. Esto sucede, por ejemplo, cuando tenemos una llamada y antes de atender ya sabemos quién podría ser, o cuando las madres perciben que sus hijos tienen problemas, estando a kilómetros. Esto se puede explicar por la presencia de armonía en nuestras interacciones de campos.

De este modo, aislados de lo que sugería la física newtoniana, opinaban que la naturaleza ya no nos muestra bloques básicos, es decir, que descubrieron que la materia es totalmente mutable. A partir de la energía se generan y desvanecen partículas.

Los físicos también descubrieron que las partículas o la energía generan ondas al igual que las del sonido.

El universo entero se presenta como una trama de pautas energéticas inseparables. “Por lo tanto no somos partes separas de un todo, somos un todo” (Brennan 2010, pág. 64). Esto mismo quiso representar el Dr. David Bohm en contra partida de la ciencia que aportaba Newton, es decir una ciencia que fragmentaba el mundo en diferentes partes.

“En 1971 el Dr. Deenis Gabor recibió un premio Nobel por la formación del primer Holograma. Era una fotografía captada sin objetivo en la que se registró un campo de una onda de luz dispersa por un objeto, en forma de pauta de interferencia sobre una placa. Cuando se sitúa el holograma en un haz de laser o de luz coherente, la pauta de onda original se regenera para formar una imagen tridimensional”. (Brennan, 2010, pág. 65)

En la actualidad los físicos están descubriendo cada vez más signos evidentes de una conexión inmediata y universal, a través de nuevos procedimientos experimentales y matemáticos. Esto les permite llegar a profundizarse de una manera más sensible en los estudios sobre la materia y encontrar nuevos fenómenos, que todavía no pueden ser explicados con las teorías actuales.

“Si bien los místicos no hicieron mención de los campos energéticos ni de las formas bioplasmáticas, sus tradiciones en todos los lugares del mundo a lo largo de 5.000 años concuerdan con las observaciones que recientemente han empezado a realizar los científicos”. (Brennan. 2010. Pág.73)

La tradición India, por ejemplo, nos habla del Prana (energía vital) considerado como el elemento básico y fuente de toda vida. Es conocida como la energía universal desde hace más de 5000 años. Hoy en día, la manipulación de esta energía es llevada a cabo por yoguis a través de técnicas de respiración, ejercicios físicos y la meditación para poder lograr un estado de conciencia y de juventud más allá de lo normal. Hay referencias en la religión cristiana, en el antiguo testamento, sobre luces que envolvían a figuras religiosas como Jesús, pero con el paso del tiempo perdió su significado original.

Desde el año 500 A.C los pitagóricos sostenían que podían causar distintos efectos sobre el cuerpo humano, inclusive sanar enfermedades por medio de "su luz". “Boirac y Liebeault, eruditos de principios de siglo XII, vieron que la energía que poseemos los seres humanos puede dar lugar a la interacción de individuos separados por grandes distancias. Según sus informes, una persona puede producir sobre otra un efecto saludable o patológico con su mera presencia.” (Brennan, 2010. pág. 75) Esta energía fue llamada "Lluster" por el erudito Paracelsus en la edad media.

A principios del siglo XIX Van Helmet y Leibnitz percibieron que los elementos esenciales del universo son centros de fuerza que tienen su propia fuente de movimiento. (Brennan, 2010). Durante esa misma época, el conde Von Reichnbach experimentó con la fuerza óptica descubriendo que es posible conducir el campo óptico a través de un alambre y a su vez cargar objetos con dicha energía. Estos experimentos le dieron como resultado que la fuerza del cuerpo humano produce una polaridad similar a la que presentan los cristales a lo largo de sus ejes principales.

El fenómeno del campo magnético que rodea a los humanos se continuó investigando durante el siglo XX. En 1931 el doctor Willmer Kilner utilizó pantallas y filtros coloreados para contemplar el campo energético humano. Con esto pudo notar una neblina brillante en 3 zonas de todo el cuerpo humano y en el caso que la persona tuviera una enfermedad se producía una mancha o irregularidad en el aura, de esa manera pudo diagnosticar enfermedades. (Brennan, 2010)

Por otro lado, tenemos la psicología occidental pos freudiana, que comienza a incorporar el cuerpo como parte de la terapia, entendiendo que el hombre es una unidad cuerpo y mente. Entre sus discípulos como Wilhelm Reich y Dr. Alexander Lowel. Éste último con su bioenergética comienza a trabajar con esta técnica de cuerpo mente, utilizando herramientas como la relajación y la respiración.

El psiquiatra doctor Wilhelm Reich, estudió las alteraciones en el flujo de órganos del cuerpo humano y las enfermedades físicas y psicológicas. Reich a través de distintos estudios pudo desbloquear la energía del cuerpo y pudo visualizar el estado mental y emocional utilizando la tecnología más avanzada de la época.

Muchos más siguieron la lista de profesionales del siglo XX en estudiar el aura, podemos nombrar a los doctores Lawrence y Phoebe Bendit que relacionaron el campo energético con la salud, la curación y el desarrollo del alma. A su vez, también estaba el doctor John Pierrakos que desarrolló un sistema de diagnóstico y alteraciones psicológicas por observaciones al campo energético humano.

Con este punto se intenta revalorizar más el pensamiento filosófico hindú y demostrar que no está tan alejado de los descubrimientos e ideologías de Occidente. Como bien se ha comprobado con experimentos, en los que se demuestra que la energía genera ondas al igual que las del sonido, (algo que no se ve pero que se siente: la energía,) lo mismo sucede con el campo energético humano, no se ve pero se percibe.

Poniendo en cuestión todas estas investigaciones y aprobaciones científicas, como se han descrito anteriormente, por varios científicos, psicólogos, filósofos y médicos, se quiere llegar a la conclusión de que no es descabellado pensar que un trabajo basado en la filosofía Hindú, y todo lo que esta implica, puede implementarse en Occidente. Las personas que viven en este último están cada vez más predispuestas a probar distintos métodos para mejorar su estilo de vida y la indumentaria es un paso más que puede ayudar a aliviar

algunos de los motivos que causan el desequilibrio en ellas. La tendencia de las Sense Girls, como se menciona en un principio, es un claro ejemplo de la creciente existencia de mujeres en la búsqueda del equilibrio y armonía no solo física sino también mental.

2.4. Causas del desequilibrio físico-mental en la actualidad

Hoy en día existe gran cantidad de situaciones en las que se producen condiciones negativas que atentan contra el equilibrio de las personas, tanto físico como mental de las mismas. Entendemos al ser humano como un ser global, integrado por componentes biológicos y psicológicos, en constante interacción con el entorno en el cual está inmerso. Este entorno se refiere a todo lo que rodea a la persona, se incluyen aspectos de toda índole, tanto físico-ambientales como aspectos familiares, culturales, políticos y económicos.

A continuación se desarrollan los causantes del desequilibrio físico mental (American Osteopathic association, 2006. Novel M., Lluch C., Miguel L.V., 2000)

- El ritmo de vida acelerada que se vive cada vez más en las ciudades, lo que conlleva al estrés, tan común en la sociedad actualmente. Muchas personas viven bajo niveles muy altos de estrés todos los días con lo que ello conlleva. Numerosas investigaciones médicas han demostrado que vivir bajo un estrés crónico puede provocar trastornos psicofisiológicos, como hipertensión, enfermedad ulcero péptica y patología coronaria. También produce deficiencias en cuanto al sistema inmunológico, además de trastornos de ansiedad y depresivo, y muchas veces lleva al consumo y adicción de drogas ilícitas.

Recientemente se ha definido al estrés como una respuesta del organismo frente a las demandas, de cualquier aspecto del funcionamiento psicológico, social y fisiológico. (Novel M., Lluch C., Miguel L.V., 2000)

- La contaminación ambiental en todas sus formas, que el mismo ser humano genera todos los días.

La industrialización ha ido avanzando mucho en los últimos años, esto ha implicado una mejor vida para muchas personas pero también ha afectado la salud de muchas otras a causa de la contaminación.

Por ejemplo la contaminación del agua en cuanto a desechos químicos, físicos o biológicos en fuentes, cuencas hidrográficas, océanos y mares, que afectan la calidad del agua, de los organismos que viven en y de ella; como lo es el ser humano, que se ve afectado en forma de enfermedades, porque en el agua contaminada hay bacterias que enferman. Entre estas enfermedades se encuentran la amebiasis, disentería bacilar (Shigelosis), enteritis campilobacteriana, giardiasis, fiebre tifoidea, salmonelosis, filariasis, leptospirosis, tularemia, tracoma, esquistosomiasis y malaria, que causan daños a los intestinos, la piel y los ojos.

En el agua contaminada están también los desechos arrojados por industrias, como metales pesados y minerales que hacen que los seres que la consuman obtengan una sobredosis de éstos, como el calcio, cromo, hierro, flúor, yodo, potasio, cobre, magnesio, manganeso, sodio, selenio y zinc, de esta manera, ciertos órganos del cuerpo humano como los riñones, la vejiga, el hígado, el páncreas, el corazón, el estómago, los intestinos, etc., pueden ser afectados.

Otro tipo de contaminación ambiental es la contaminación del aire, en la que la acumulación en la atmósfera de sustancias deterioran la salud humana.

Las mayores emanaciones de contaminantes se producen por generación energética, quema de desechos sólidos, procesos industriales y especialmente el transporte.

El humo es el contaminante que más afecta la salud humana en comparación con otros contaminantes. Todos los tipos de humo reducen visibilidad e irritan el sistema respiratorio. La contaminación del aire por oxidantes fotoquímicos produce irritación de los ojos.

Los efectos de contaminación también incluyen aumento de tasa de mortalidad, especialmente entre las personas que sufren enfermedades coronarias y respiratorias.

Igualmente, la contaminación sonora contribuye a generar enfermedades y el ruido es uno de los problemas ambientales del mundo moderno, producto del desarrollo de nuevos equipos electromecánicos, el aumento en producción de medios de transporte, así como el desarrollo industrial.

El ruido puede interferir con nuestro sueño, trabajo y en casos extremos puede causar daño físico y psicológico.

Los efectos del ruido sobre la salud humana varían de acuerdo a la sensibilidad del individuo, de la exposición al ruido, naturaleza del ruido y si es un ruido constante o interrumpido. Entre los posibles efectos están: disminución de la capacidad auditiva, dolor físico, daño físico permanente al sistema auditivo o pérdida del oído.

Muchos investigadores científicos atribuyen al ruido aumento de irritabilidad, baja productividad, alta presión arterial, aumento de casos de úlceras, migraña, fatiga y reacciones alérgicas a la continua exposición a los altos niveles de ruido en el trabajo o en el ambiente. El corazón, los oídos y el cerebro junto al sistema nervioso son los más afectados a causa de la contaminación sonora.

Por último, la contaminación del suelo que se debe a la mala utilización de éste, que puede causar una contaminación tóxica de la atmósfera y del agua.

En el caso de la siembra en tierra contaminada, los cultivos que allí crecen estarían afectados con las sustancias tóxicas que el suelo tenga. Esto afectaría a las personas que consumieran los productos agrícolas provenientes de éstas.

La mala nutrición de muchas personas se hace tendencia comercial prácticamente en todo el mundo. Investigaciones demuestran que todo lo que las personas eligen para comer constituye un elemento clave de su bienestar general así como del inicio de ciertas enfermedades específicas, sobre todo cardiovasculares, neoplasias, diabetes y osteoporosis. Esto, junto al sedentarismo al que muchas veces se ven inmersas muchas personas genera más desequilibrios sobre todo físicos, los cuales influyen totalmente en la psiquis del ser humano tomado como un todo. “La ciencia moderna demuestra que una vida saludable es una vida activa [...] Investigadores médicos concuerdan que el ejercicio físico reduce la mortalidad por cualquier causa, básicamente mediante la reducción de los índices de enfermedad cardiovascular y cáncer”. (American Osteopathic association, 2006. Pág. 215)

- El consumo y abuso de drogas (ilegales, pero principalmente las legales, comunes y cotidianas como lo son el tabaco y el alcohol) es otro de los

causantes del desequilibrio físico y mental. Sin embargo estas dos sustancias de uso legal (tabaco y alcohol) contribuyen más a los problemas de salud y dificultades de los pacientes que todas las drogas ilícitas juntas.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS [*Versión electrónica*]) el tabaco es la primera causa de enfermedad, invalidez y muerte prematura del mundo. El tabaquismo es la adicción al tabaco provocada, principalmente, por uno de sus componentes activos, la nicotina; la acción de dicha sustancia acaba condicionando el abuso de su consumo.

Es importante destacar que no solo se disminuye la calidad y acorta la vida del fumador, sino que también constituye un daño importante en el fumador pasivo. Por eso es relevante además hacer cumplir las prohibiciones sobre publicidad, promoción y patrocinio de las marcas de cigarrillos; como así también promover las leyes que restringen el consumo en lugares cerrados. Aunque muchos países las tienen, aún se permite fumar en más de la mitad de los países del mundo, lo que representa cerca de las dos terceras partes de la población mundial.

El alcohol también ocasiona numerosos trastornos en la salud y problemas sociales. Es la causa o contribuyente muchas veces en muertes por accidentes, homicidios y suicidios, y en patologías como cirrosis y cáncer.

La Organización Mundial de la Salud definió a los alcohólicos como bebedores en exceso cuya dependencia del alcohol ha llegado a tal extremo que existe un trastorno mental evidente, o bien padecen problemas de salud física y mental que interfieren en sus relaciones personales, sociales y laborales. Dentro de este grupo el Comité de Salud distingue dos subgrupos, los adictos al alcohol y los bebedores sintomáticos. El último grupo incluye a los individuos no adictos que producen costos sociales, económicos o médicos como consecuencia del abuso del alcohol. (OMS <http://www.alcoholofilia.org/oms.html>)

El consumo de drogas ilícitas es otro de los causantes de desequilibrios en las personas y los daños asociados al consumo de éstas oscila entre dañinos y mortales. La prevención juega un papel fundamental en estos casos, porque la recuperación en casi todos los casos es de por vida.

- Trastornos psicológicos (miedos, fobias, depresión) y emociones negativas (ira, enojo, rencor, angustia) producen bloqueos energéticos, que muchas veces conllevan enfermedades. Es decir que se traslada lo psíquico y lo emocional al cuerpo físico. Por ejemplo, es común que la persona que tiene muchos miedos desarrolle síntomas de acidez frecuente, o alguien que tiene enojos fuertes, puede presentar problemas de hígado. La culpa siempre está ligada a dolores. La angustia se traduce muchas veces a problemas cardíacos. La ira, bronca, irritabilidad produce gastritis, úlceras.

Generalmente el desequilibrio, alteración o desarmonización que producen estos causantes se traducen en enfermedades, si bien éstas pueden deberse a factores externos al organismo (extrínsecos), como a internos (intrínsecos).

Se puede definir a la enfermedad en forma genérica como una respuesta del organismo frente a alteraciones que afectan al equilibrio u homeostasis de la persona. (López de Vergara, 2000)

En fin, las experiencias traumáticas o desagradables en el ser humano pueden bloquear sentimientos y así detener los flujos normales de energía, concluyendo en la mayoría de los casos en problemas físicos o enfermedades. Por ello, es importante mantener el equilibrio o armonía entre estos dos aspectos del hombre: el físico y el mental o emocional.

“Desde una perspectiva holística de la salud, la enfermedad se concibe como una señal del organismo que avisa a la persona que algo en su vida no funciona adecuadamente. En este sentido, se entiende a la enfermedad como un estado potencial de crecimiento personal que puede conducir a replanteamientos importantes de valores y a cambios de actitudes y comportamientos hacia uno mismo y hacia los demás”.

(López de Vergara, 2000. Pág. 157)

La indumentaria también juega un papel fundamental en la salud, porque es la encargada de cubrir el cuerpo humano.

En el pasado, se pueden reconocer prendas nocivas para la salud, como lo fue el corsé. Dicha prenda llegó al punto de usarse extremadamente ajustada, como consecuencia

las mujeres comenzaron a sufrir, por ejemplo, abortos espontáneos, desmayos por la dificultad para respirar que éste provocaba, sus órganos y la morfología de sus cuerpos se deformaban, por ende con el paso del tiempo, su silueta se modificaba.

Hoy en día no se presenta de este modo, pero hay otras prendas y textiles que producen un desequilibrio en el cuerpo tanto físico como sutil. La nueva moda implementada de los jeans tiro bajo provocaron una deformación del cuerpo femenino, acumulando a la altura de la cadera más grasa de la habitual y disminuyendo también la marca de la cintura.

Los tejidos sintéticos, creados por el hombre, como el poliéster, nylon y numerosos acrílicos, interfieren en el flujo energético natural del aura, como lo son, por ejemplo, las medias de nylon que producen una importante interferencia en el flujo de energía que recorre las piernas hacia arriba y hacia abajo, y están relacionadas con enfermedades femeninas. (Brennan, 2010)

Es por ello que siempre se recomienda evitar el uso de tejidos que están fabricados con productos derivados del petróleo, y por el contrario, lo aconsejable es utilizar tejidos naturales, los mejores son el algodón, la seda y la lana. También algunas telas compuestas mitad algodón y mitad rayón por ejemplo, pueden ser una buena opción, porque son las más comunes y fáciles de conseguir en nuestra sociedad.

Tomando esto como referente, las prendas propuestas en el Proyecto de Trabajo Final de Graduación se realizarán con tejidos naturales, para facilitar el flujo de energía por el cuerpo. Se tendrán en cuenta para las tipologías de prendas más bien sueltas o bien, algunas más al cuerpo, pero a tal punto que no afecte la salud del mismo, respetando gustos occidentales con una impronta hindú.

2.5. ¿Qué son los Chakras?

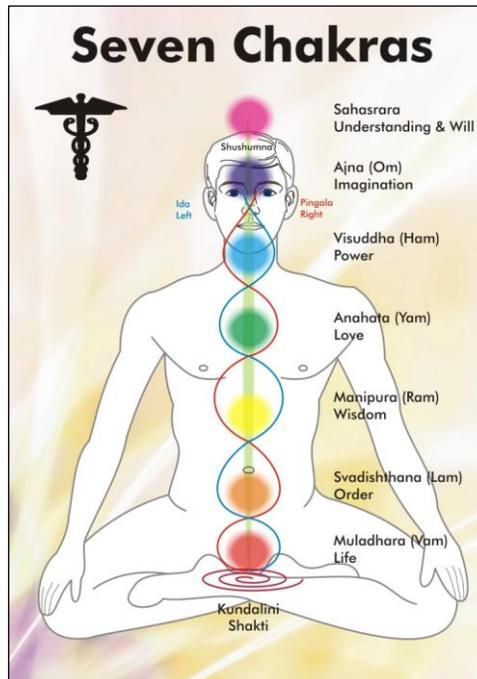


Figura 34: Nadi principal Sushuma, energía kundalini y los siete chakras.

Los Chakras son centros de energía ubicados en el cuerpo a lo largo de la columna vertebral y cada uno corresponde a uno de los principales plexos nerviosos, en los cuales se ponen en contacto el cuerpo psíquico con el cuerpo energético (Prana). Estos ayudan a crear el campo electromagnético conocido como aura, un ente luminoso que rodea al cuerpo físico y penetra en él; y cada capa del aura está relacionada con un chakra. Chakra es una palabra en sanscrito que significa rueda o algo circular, y actúa como tal. Están en constante movimiento, estemos conscientes o no, y giran en sentido de las agujas del reloj para transformar la energía psicofísica en espiritual.

La energía psicofísica es de origen electroquímico y funciona con la ayuda del prana, la cuál es la energía proveniente de la naturaleza, de la vida, de la materia y la mente; es la "fuerza vital". Ésta se distribuye a través del cuerpo por medio de los Nadis, que son canales de energía, el canal principal es llamado Sushumma que opera en la columna

vertebral (espina dorsal) y es el que está conectado con los chakras. (Johari, 2001. Van Lisebeth, 1988)

Cuando la energía pranica (agua, tierra, fuego, aire y akasha – el vacío o el espacio-) atraviesa los chakras, como por ejemplo con la respiración, influyen en nuestro temperamento y en los diferentes estados psíquicos. Harish Johari dice que “los neurobiólogos explican estos cambios como cambios bioquímicos producidos por las glándulas endocrinas, las glándulas de secreción interna cuyos jugos se mezclan entre sí en la corriente sanguínea corporal de forma directa e instantánea”. (pág. 10, 2001). Esto significa que cada chakra está relacionado con una glándula endocrina en particular, éstos toman la energía, dividiéndola, y la envían a través de los nadis hasta el sistema nervioso a las glándulas endocrinas y después a la sangre para nutrir el cuerpo.

Tener conocimiento sobre los chakras, además de mantener la salud física puede ayudar a la persona en cuanto a una introspección personal. El hombre puede conocer y controlar sus fluctuaciones mentales a través de un estado total de conciencia que lo logran con ayuda del Yoga, la meditación y el pranayama, que es el control del Prana a través de los diferentes modos de respiración.

A su vez, cada chakra tiene un símbolo y color propio que ayudan a la visualización de los mismos durante la meditación. Éstos símbolos y colores fueron definidos por Yoguis (personas que pueden pasar de un plano a otro por su estado absoluto de conciencia, puede controlar y dominar el cuerpo y el espíritu, como así también hacer cesar todos sus planos) durante la práctica de ejercicios para la activación de los chakras. Al activarlos se producen vibraciones, las cuáles fueron traducidas en sílabas que luego conformaron las palabras de los nombres de cada uno y también los diferentes colores. Éstos sugieren flores, por lo cual se simbolizan mediante la flor del Loto, cada uno con una cantidad de pétalos diferente.

Los primeros cinco chakras están relacionados con los cinco elementos, tierra, agua, fuego, aire y akasha; el sexto chakra es el mahatattva que es el conjunto de todos los elementos anteriores, o también se lo entiende como luz, y el séptimo ya no tiene relación con los elementos, está en un nivel más elevado y divino, se refiere a una relación con el universo. (Johari, 2010)

Podemos distinguir siete chakras principales en el cuerpo humano, que son:
Muladhara Chakra

Svadhithana Chakra

Manipura Chakra

Anahata Chakra

Vishuddha Chakra

Agñá Chakra

Sahasrara chakra

2.5.1 Los Siete chakras

En el cuerpo humano hay 21 chakras menores, que están situados alrededor de los chakras mayores y en otros lugares, como en la planta de los pies, las palmas de las manos y las mejillas. Estos pequeños puntos son los que se activan la mayoría de las veces con la acupuntura, método que se implementa cada vez más en Occidente.

Este Trabajo Final estará centrado en los siete chakras principales, que son los encargados de distribuir la mayor parte de la energía al cuerpo. Cada chakra será activado en complemento con la gemoterapia y cromoterapia, colocando así en un pañuelo por ejemplo, una gema que active el centro de la garganta Vishuda, añadiendo el color, o también el símbolo correspondiente. Teniendo en cuenta también los bordados, tejidos, estampas y demás materiales mencionados con anterioridad utilizados por las raíces hindúes.

A continuación se describirán los siete chakras centrales.

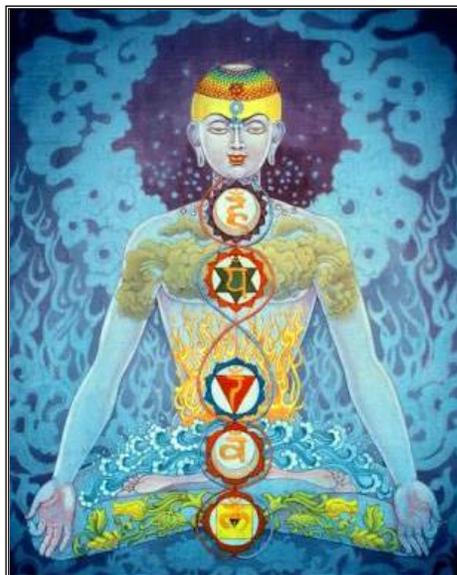


Figura 35: Ubicación de los chakras con sus respectivos símbolos y elementos.

2.5.2. Muladhara Chakra (primer chakra)



Figura 36: Símbolo y color del primer chakra Muladhara.

“Muladhara es el chakra raíz, por que soporta la raíz del ser humano. En sanscrito significa Mula = raíz, Adhara = soporte”. (Ross, 2005. Pag.33)

Su localización física es en el perineo, entre los genitales y el ano, dentro del coxis, en el plexo pélvico, en la base de la columna, más específicamente en las tres primeras vértebras.

El color con el que se lo asocia es el rojo, color con mucha vibración por lo que puede usarse para excitar pero en exceso puede producir sentimientos de furia; también otorga fuerza y vitalidad. Se lo suele utilizar terapéuticamente para tratar energéticamente la presión arterial baja, la inactividad y la impotencia sexual.

Cada chakra tiene relación con una glándula en el cuerpo humano. En este caso Muladhara se conecta con los vasos linfáticos, que forman un sistema de transporte para eliminar del cuerpo los desechos.

La forma con que se lo representa es un cuadrado con cuatro pétalos dentro de color rojo bermellón. El cuadrado es un símbolo de la tierra, con respecto a la conciencia terrenal, representa las cuatro dimensiones y las cuatro direcciones. En el centro contiene un triángulo, donde residen todas las divinidades, los nadis más importantes, el Lingam (órgano viril) y la diosa Kundalini. Los métodos utilizados para activar este chakra son dirigidos para despertar y elevar la energía Kundalini que yace hasta los centros superiores, con lo cual se eleva la conciencia de la persona a niveles más espirituales.

El cuadrado está rodeado por un círculo y cuatro pétalos de loto. Éstos representan cuatro modificaciones mentales: el estado de mayor alegría, el estado de placer natural, el deleite en el control de las pasiones y el éxtasis en la concentración. Estos pétalos son de

color bermellón (rojo con un matiz amarillento), mezclado con un tono de carmesí, lo que genera este tono color sangre.

El triángulo invertido simboliza a yoni (órgano femenino generador de vida) y es justamente donde reside kundalini, representada en forma de serpiente enrollada. También conocida como tripura (tres mundos) y representa los tres aspectos de la conciencia: cognición, conación¹ y afecto; los tres modos de experiencia: saber, hacer y sentir y los tres aspectos divinidades: Brahma, Visnú y Siva.

El elemento representativo de este chakra es la tierra. Otorga estabilidad y seguridad, al ser el chakra más cercano a la tierra, se conecta muy bien con ella y obtiene su energía.

El sentido del olfato está relacionado con este elemento y la nariz es el órgano de los sentidos de este chakra.

A todos los chakras se los simboliza mediante un animal hindú, en este caso a Muladrara le corresponde Airavata, un elefante blanco de siete trompas. Este animal se refiere a la estabilidad de la tierra, ya que sus enormes piernas se consideran cuatro pilares que son el sostén del peso del universo. En la India es honrado como símbolo de prosperidad, ya que concede a las personas los bienes materiales. (Ross, 2005)

Este chakra es el adecuado para actividades sedentarias ya que otorga persistencia. Está relacionado con el funcionamiento del cuerpo y las sensaciones físicas, tiene una fuerte voluntad de vivir.

Cuando este centro se encuentra cerrado o bloqueado disminuye la vitalidad física, por ende la persona carecerá de poder físico y su energía estará baja. Puede llegar incluso a un estado enfermizo.

¹ Conación: (Del latín, conatio, esfuerzo).

1. Conjunto de los procesos psíquicos que conducen a la acción (por ejemplo la atención, la voluntad).
2. Por extensión, esfuerzo.

Diccionario Médico, Dr. Manuel García García.

http://www.portalesmedicos.com/diccionario_medico/index.php/Conacion

2.5.3. Svadhisthana Chakra (segundo chakra)



Figura 37: Símbolo y color del segundo chakra Svadhisthana

Svadhisthana es una palabra en sanscrito que su traducción es “lugar de morada del ser” Sva = ser o prana, Dhisthana = lugar de residencia. (Johari, 2001. Ross, 2005)

Este chakra está ubicado en la región genital, plexo hipogástrico. Y es por eso que tiene una fuerte relación con la energía sexual, la calidad del amor por el sexo opuesto, dando y recibiendo placer físico, mental y espiritual. También es el centro de las emociones originales no filtradas de las fuerzas creativas.

La conexión glandular de Svadhisthana son los órganos reproductores: los testículos en el hombre y los ovarios en la mujer.

El color con el cual se lo representa es el anaranjado, un color alegre y estimulante. Se lo suele utilizar como antidepresivo, y en el segundo chakra estimula los riñones y el aparato urinario. (Ross, 2005)

Está asignado al elemento agua, del que ha surgido toda la vida biológica. Es un elemento que sugiere mucha femineidad, por lo que guarda relación también con el movimiento del mar y la luna (que simboliza procreación). También tiene mucho que ver este elemento con la zona del cuerpo humano en el que se ubica, total relación entre el agua y los riñones y sistema urinario.

El órgano del sentido es la lengua y el sentido predominante es el gusto.

El símbolo es un círculo con la luna creciente dentro, el círculo representa al elemento agua es por ello que es de color blanco, transparente o azul claro. Esta clara relación entre el agua y la luna, hace referencia a los cambios emocionales en la persona,

según las fases cambiantes que va adoptando la luna; cómo influye también en el cambio de las mareas oceánicas.

Fuera del círculo se encuentran los seis pétalos del Loto, son de un color bermellón con un toque de carmín, que representan las seis modificaciones mentales más importantes: afectuosidad, sospecha, desdén, engaño, destructividad y falta de compasión.

El cocodrilo es el animal significativo para este chakra ya que representa el vigor sexual, es por ello que en la antigüedad se utilizaba la grasa del cocodrilo para aumentar la virilidad.

2.5.4. Chakra Manipura (tercer chakra)



Figura 38: Símbolo y color del tercer chakra Manipura.

Manipura significa ciudad de las joyas o gemas, a veces traducido también como ciudad de la alegría. (Ross, 2005)

Se localiza en la parte de la columna vertebral que corresponde a la distancia media entre el ombligo y la boca del estómago.

El color relacionado con este chakra es el amarillo, al cual se asocia a los procesos mentales, el intelecto, la objetividad y el pensamiento crítico. También se lo vincula a la mayor fuente de energía: el sol.

Manipura es representado por una flor de loto de diez pétalos de color amarillo, dorado. En el centro se encuentra un triángulo de color rojo que representa el elemento fuego, en el interior de éste se encuentra un símbolo que significa felicidad, movimiento y fluir energético.

La glándula que se relaciona con este chakra son las suprarrenales, ubicadas en el estómago, por encima de los riñones.

El elemento de la naturaleza asociado a Manipura es el fuego, que transforma y purifica. Se refiere al fuego gástrico, que hace posible la transformación de los alimentos en energía.

El carnero es el animal que lo simboliza, alude a la impulsividad y a la fuerza de la pasión, sin embargo es un animal que puede ser domesticado. Al ser el tercer chakra va serenando la energía del primero. En la India se suele ofrecer este animal en sacrificios.

2.5.5. Chakra Anahata (cuarto chakra)



Figura 39: Símbolo y color del cuarto chakra Anahata

“El significado del nombre es invicto o no golpeado”. (Ross, 2005. pag 87)

Se localiza en centro del pecho, en la zona cardíaca de la columna vertebral, el plexo cardíaco.

El verde es su color, está relacionado con la salud y la sanación, expresa equilibrio, naturaleza, y vegetación. Terapéuticamente se lo utiliza para tratar desequilibrios energéticos que necesitan un proceso de purificación.

Se simboliza mediante la flor de loto de doce pétalos, en su interior un hexagrama o estrella de seis puntas, haciéndola circular en todas las direcciones, interviniendo en el funcionamiento de los pulmones y el corazón. La estrella está rodeada de un círculo desde donde se abren los doce pétalos de color rojo profundo y a su vez dentro de él hay otro círculo a la derecha del corazón con ocho pétalos de color rojo luminoso, como el oro fundido y en el centro hay un corazón que simboliza el corazón espiritual que es la sede del Ser o templo de Dios como lo reconocen muchas tradiciones espirituales, actuando como nuestro maestro o guía interior que nos conduce por el camino de la Verdad, esto

acompañado con el movimiento ascendente de la energía, por eso se recomienda concentrarse en los sonidos del corazón al meditar. (Johari, 2010)

El elemento representativo de Anahata es el aire, sustancia inmaterial, mucho más sutil que los elementos de los chakras anteriores, asociado con lo activo, creador y lo vital. La ubicación de este chakra, cercana a los pulmones guarda estrecha relación con el elemento que lo representa.

Se relaciona con la glándula timo, pequeño órgano situado en la base de la garganta, es el más importante del sistema inmunológico.

El antílope negro o el ciervo del Himalaya son los animales simbólicos del corazón, cuya característica es saltar con alegría, además de poseer gracia y amabilidad, por eso es el amor el sentimiento que reina en este chakra y es utilizado en la meditación como centro de devoción y transformación, es el Ser verdadero de una persona, centrándolos y así lograr la concentración que luego lleva a la meditación, aumentando la compasión y el servicio desinteresado a través del Amor.

2.5.6. Chakra Vishudha (quinto chakra)



Figura 40: Símbolo y color del quinto chakra Vishudha

Significa puro y se localiza en la región del cuello, garganta, plexo carótido, la zona cervical de la columna vertebral.

La forma del elemento es el Creciente que es símbolo de pureza, la purificación es el rasgo de este chakra, en su interior un círculo blanco, que simboliza el vacío. La luna representa la energía psíquica, clarividencia y comunicación no verbal. Rodeando al creciente y al círculo hay dieciséis pétalos de loto de color gris lavanda o púrpura ahumado. En vishudha los elementos de los chakras inferiores se disuelven en el akasha o eter que es

el elemento que lo rige y el sonido es el Hang que al emitirlo correctamente hace vibrar el cerebro, lo que provoca que el líquido cerebro-espinal fluya hacia la garganta, proporcionándole a la voz un tono dulce y armonioso.

Este chakra tiene dos colores representativos, el turquesa, que ayuda a reforzar el organismo en general y el azul que tranquiliza y puede ayudar a bajar la presión arterial.

La conexión glandular se da con la tiroides y las paratiroides, ubicadas en el cuello. Forman parte del sistema endócrino y segregan una hormona vital llamada tiroxina, la cual se encarga de mantener los niveles correctos de calcio en la sangre, fundamental para el desarrollo de la actividad muscular. (Ross, 2005)

El animal relacionado al chakra es el elefante, que nos transmite la paciencia, la autoconfianza. Es de color gris humo.

2.5.7. Chakra Ajna (sexto chakra)



Figura 41: Símbolo y color del sexto chakra Ajna

“Significa centro de mando o el que dirige”. (Ross, 2005. Pág. 123)

Se localiza en el entrecejo, plexo medular, plexo pineal, glándula pineal, en el interior del cerebro.

El color blanco representa a Ajna, en realidad un no color, en el que la luz blanca contiene a todos los demás colores. Simboliza a la pureza, la totalidad y la síntesis.

También se lo suele representar con el color índigo, que indica la espiritualidad elevada.

La forma del elemento es una flor de loto dos pétalos grisáceos, que hacen referencia a que todo es dual, a que nada es totalmente blanco o negro. En el centro tiene el símbolo viril y el femenino acentuando esta dualidad. Hay además una luna que remite a la luz de la conciencia y por encima de esta hay un punto que alude al espacio infinito.

La conexión glandular de este chakra es con la glándula pineal, como un tercer ojo, del tamaño de un poroto, ubicado en el centro de la cabeza por encima de las orejas.

Segrega la hormona melatonina.

El elemento es justamente la luz. Los demás elementos están presentes en él en su esencia más pura.

“Este chakra no tiene animal que lo represente, luego del sexto chakra ya no hay lugar para nada en el orden de lo ordinario”. (Ross, 2005. pag125)

Este chakra es utilizado como elemento de focalización en la meditación, los hindúes se pintan un punto en el entrecejo de color azafrán o bermellón para activarlo. Es considerado un tercer ojo, que mira el futuro, mientras los dos ojos físicos miran al pasado y al presente.

Al meditar en Ajna se liberan impurezas y deseos, convirtiendo a las personas unidireccionales al mantener la respiración y la mente bajo control desaparece la dualidad. Al estar relacionado con la glándula pineal ayuda a regular el flujo del líquido cerebroespinal. La mente alcanza el verdadero Conocimiento para llegar a la Verdad.

2.5.8. Chakra Sahasrara (séptimo chakra)



Figura 42: Símbolo y color del séptimo chakra Sahasrara.

Sahasrara también conocido como el loto de los mil pétalos, Vacío. El lugar de residencia sin apoyos.

Ubicado en la parte superior del cráneo o coronilla, plexo cerebral. Por lo tanto es un centro de sabiduría y espiritualidad.

La forma con que se lo identifica es el círculo con la luna llena y arriba de ésta hay un parasol de mil pétalos de loto ubicados según los múltiples colores del arco iris.

El color es el dorado o violeta, colores relacionados con niveles muy altos de espiritualidad.

El elemento que lo representa es el pensamiento, totalmente elevado e intangible.

A través de este chakra se logra la inmortalidad, el prana asciende hasta alcanzar su punto máximo, no hay actividad mental, disolviéndose la causa de todos los sentimientos, emociones y deseos. Se llega a la Verdad, el éxtasis, que es el estado más elevado de la conciencia. Según los textos sagrados Sahasrara es donde reside el alma auto luminiscente o esencia del Ser, puede conectarse con lo Divino.

2.6. Métodos para activar los chakras

La apertura de los chakras es una introspección, una forma de estar en armonía con uno mismo, llegar a un equilibrio de todo nuestro cuerpo, no solo el físico, sino también el mental-emocional.

Muchas veces estos centros de energía del cuerpo humano sufren bloqueos, por los motivos explicados anteriormente en el capítulo 2.4. Para desbloquearlos existen métodos o terapias de diferentes índoles, por ejemplo: el yoga, los aromas, los sonidos, los colores y las piedras preciosas que pueden ser de gran ayuda en el camino hacia la apertura y armonización de los chakras.

A continuación se describirán los métodos que van a ser utilizados para la creación de los diseños y otros serán usados para realizar una mejor propuesta de marca en cuanto al local.

Los más utilizados en las prendas serán gemoterapia y cromoterapia, como bien se ha dicho antes, con el complemento de ambas se estima lograr un buen resultado para activar las energías de los usuarios.

2.6.1. Yoga

El yoga es una ciencia holística de la vida, que se originó en la India hace miles de años (entre 3500 y 5000). Es el sistema de desarrollo y evolución personal más antiguo del mundo y abarca el cuerpo, la mente y el espíritu. Las técnicas que utiliza son: ásanas o posturas para trabajar el cuerpo, estirando y tonificando músculos y articulaciones, la columna vertebral y toda la estructura ósea, también los órganos internos, glándulas y nervios, para mantener el organismo saludable; al liberar la tensión física y mental, los ásanas liberan nuestro caudal de energía. Otra de las técnicas que utiliza son los ejercicios respiratorios o pranayamas que revitalizan el cuerpo y ayudan a controlar la mente, proporcionando un estado de calma y vitalidad al mismo tiempo. La práctica de la meditación aumenta la claridad y poder mental, el discernimiento, la consciencia y la concentración.

Los antiguos yoguis tenían una comprensión profunda de la naturaleza esencial del hombre y de sus necesidades para vivir en armonía consigo mismo, con el medio ambiente y con el mundo que los rodea (relaciones, afectos). Concibieron el cuerpo físico como un vehículo, en el cual la mente es el conductor, el alma la verdadera identidad del hombre, y la acción, las emociones y la inteligencia las tres fuerzas que movilizan al cuerpo-mente. Ellos entendían perfectamente la relación recíproca entre el cuerpo y la mente, así crearon este método para mantener dicho equilibrio, un método que combina todos los movimientos necesarios para asegurar la salud física con las técnicas de respiración y de meditación que nos proveen la paz mental, dando un estado de unión, lo que justamente significa literalmente la palabra yoga, unión entre cuerpo-mente y espíritu, y a través de esta unión individual lograr la unión la conciencia absoluta o pura, unión del microcosmo con el macrocosmo.

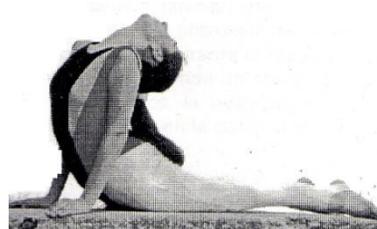


Figura 43: Virasana o postura del héroe. Activa Muladhara.

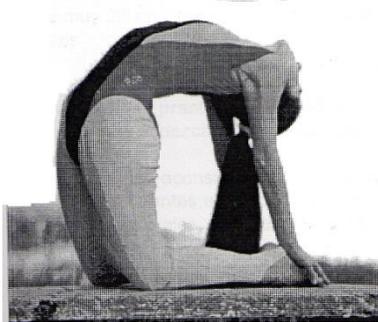


Figura 44: Bhujangasana o postura de la cobra. Activa Svadhisthana.

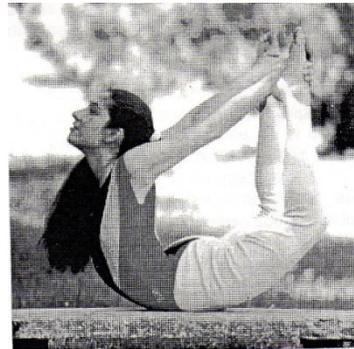


Figura 45: Ushatrasana o postura del camello. Activa Manipura..



Figura 46: Dhanurasana o postura del arco. Activa Anahata.

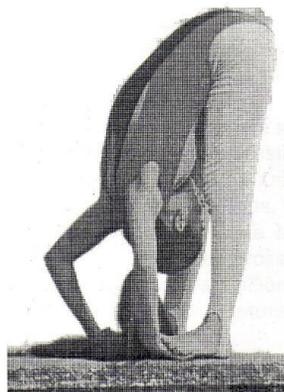


Figura 47: Giros de cuello. Activan Vishuddha

Figura 48: Padhahasthasana o postura de La cigüeña. Activa Ajna.

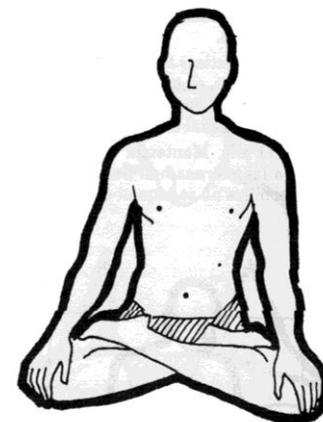


Figura 49: Dyana o postura de meditación. Activa Sahasrara.

2.6.2 Acupuntura

Es el arte de la colocación de agujas muy finas en el cuerpo humano con fines curativos. Es una práctica muy antigua originaria de China de más de cinco mil años, según historiadores médicos. Pero recién en el siglo XIX se incorpora a la medicina occidental. Este método terapéutico no fue muy aceptado al principio, aunque en la actualidad ya es común hablar de él e incluso muchos la han experimentado. Si bien es una de las llamadas

medicinas alternativas, es decir que no forma parte aún de la medicina tradicional. La Organización Mundial de la Salud le atribuye muchos méritos y la promueve, reconoce la acupuntura como un medio eficaz para el tratamiento de al menos cuarenta y nueve enfermedades y desórdenes.

Los tratamientos de acupuntura consisten en la inserción de agujas en ciertos sitios del cuerpo llamados puntos de acupuntura o acupuntos. Esto provoca movimientos en los flujos de energía logrando así restaurar la salud y el bienestar del paciente.

Por lo tanto, esta disciplina está totalmente relacionada con los chakras a través de estos acupuntos energéticos que coinciden en ubicación con centros y canales energéticos relacionados a los chakras.

Un médico de origen alemán describió en 1998 un procedimiento que se denomina Acupuntura de los Chakras, como una rama de la acupuntura tradicional china. Ya que los centros de energía de los chakras, pertenecientes a la medicina ayurvédica se activan de forma similar a la estimulación de los canales Yin-Yan chinos. Ambas buscan armonizar el flujo de energía a través de la disolución de bloqueos en los canales y órganos.

2.6.3. Gemoterapia



Figura 50: Gemoterapia.

Consiste en utilizar piedras o minerales sobre el cuerpo para energizar o equilibrar los diferentes chakras. Las piedras o minerales son limpiados con agua y sal, y energizados bajo la luz del sol o de la luna, dependiendo lo que se quiera lograr. El sol activa el principio masculino y da fuerza, fortaleza y seguridad. La luna estimula el principio femenino de la receptividad, la armonía y la apertura.

Para curar un chakra específico mediante esta terapia, se pueden llevar colgados del cuello las piedras o minerales o colocados en el lugar físico del chakra durante quince minutos al día. Luego de este proceso es importante lavar bien la piedra o colocarla al frío para limpiarla, debido a que puede haber absorbido toda la negatividad emanada por el chakra tratado.

Estos serían los cristales utilizados para trabajar sobre los distintos chakras:

- Chakra Muladhara: rubí, granate, sanguinaria, hematites, pirita.
- Chakra Svadhishthana: cornalina, ojo de tigre, ágata, cuarzo, calcita.
- Chakra Manipura: topacio, citrina, diamante amarillo, ópalo.
- Chakra Anahata: esmeralda, peridoto, jade, cuarzo rosa, rubí.
- Chakra Vishuddha: calcedonia, aguamarina, turquesa, jade, crisocola.
- Chakra Ajna: zafiro, tanzanita, iolita, lapislázuli, esteatita.
- Chakra Sahasrara: amatista, alejandrita, ópalo del fuego, labradorita.

Estas piedras tendrán un gran papel en el trabajo final, porque serán unos de los principales elementos utilizados en los diseños de las prendas. Como se menciona con anterioridad, cada piedra activa un chakra diferente, y colocando a éstas en el lugar correspondiente conjuntamente con la indumentaria generarán un flujo mayor de energía en el cuerpo del usuario, tratando así al desequilibrio o dolencia.

2.6.4. Aromaterapia



Figura 51: Aromaterapia

La aromaterapia (del griego aroma = aroma y therapeia = atención, curación) es una rama de la herbolaria, que utiliza aceites vegetales concentrados llamados aceites esenciales para mejorar la salud física y emocional. A diferencia de las plantas utilizadas en herbolaria, los aceites esenciales no se ingieren sino que se inhalan o aplican sobre la piel.

Esta terapia fue seguramente uno de los primeros encuentros del hombre con el poder sanador del reino vegetal. En la primera cocción o en el primer fuego, seguramente se experimentó la transformación de los vegetales en sahumerios; pero el olfato no empezó con el fuego, y el aroma particular de algunas plantas, debió ser conocido como sanador. Por eso cada pueblo tenía su aromaterapia, al igual que ahora, en la época de la globalización, conocemos varios aceites con efectos similares.

La aromaterapia es una antigua forma de medicina natural que ayuda a armonizar desde lo físico y lo emocional, hasta lo mental y lo espiritual. Es un tratamiento holístico que se combina con masajes, baños aromáticos, preparados sobre bases de cremas o aceites base con aceites esenciales y remedios florales.

La aromaterapia armoniza rápidamente problemas emocionales, pero si el desequilibrio se manifiesta en lo físico, se necesita más tiempo. En caso de enfermedad manifiesta, debe completarse con un tratamiento médico. Este tratamiento no reemplaza la medicina tradicional, sino que la acompaña.

Hoy en día esta terapia ha logrado una mayor aceptación por parte de la medicina tradicional y terapeutas de aromaterapia clínicos.

Cada aroma estabiliza de una manera diferente, según lo que se necesite, por ejemplo:

- Relajantes: amaro, ciprés, clavel, enebro, gálbano, ylang-ylang, cedro, mandarina, manzanilla, mejorana, mirra, nerolí, rosa, sándalo y vetiver.
- Equilibradores: albahaca, bergamota, geranio, incienso y lavanda.
- Estimulantes: angélica, canela, cardamomo, clavo, elemí, eucalipto, hinojo, jengibre, lima, menta, naranja, palmarosa, petit grain, pimienta negra, pino, pomelo y romero.

- Antidepresivos: albahaca, amaro, bergamota, clavel, geranio, ylang-ylang, incienso, jazmín, lavanda, lima, limón, mandarina, manzanilla, naranja, nerolí, pachuli, palmarosa, petit grain, pomelo, rosa y sándalo.
- Afrodisíacos: amaro, angélica, canela, cardamomo, cilantro, clavel, clavo, gálbano, ylang-ylang, jazmín, jengibre, madera de cedro, nerolí, pachuli, romero, rosa, sándalo y vetiver.
- Estimulantes de la mente: albahaca, cardamomo, cilantro, eucalipto, menta, pino y romero.

La aromaterapia conjuntamente con las esencias florales, también tendrán un lugar importante en el trabajo final. Se les podrá ofrecer a los usuarios, de acuerdo a su dolencia o malestar, una esencia para rociarle a las prendas luego de comprarlas, y de este modo podrá seguir estimulando los centros energéticos después del lavado de las mismas.

2.6.5. Esencias florales



Figura 52: Esencias florales.

Otra terapia es la curación con esencias de tipo florales, la más conocida y difundida es la desarrollada por el doctor Edward Bach (homeópata de los años 1930), llamada “Flores de Bach”. Su meta era crear remedios que actuaran directamente sobre el cuerpo emocional, pensaba que las flores podían curar emociones dolorosas y discordantes.

Experimentó con diversas flores silvestres hasta encontrar 38 remedios naturales, cada uno con propiedades curativas para distintos problemas emocionales. A estas 38 flores se les llaman Flores de Bach.

Su teoría era que las enfermedades físicas tienen un origen emocional, y que si los conflictos emocionales subsisten por mucho tiempo, la enfermedad del cuerpo empieza a aparecer. Sin embargo, al restaurar el equilibrio emocional se resuelve la enfermedad física. Fue de esta forma que desarrolló la Terapia de las emociones.

Después de más de setenta años, las Flores de Bach han sido probadas como un sistema eficaz para tratar los problemas físicos, mentales y emocionales de las personas.

Este descubrimiento aporta su poder curativo a problemas físicos o trastornos emocionales. Trabajan a través de los chakras, basándose en el color y las afinidades emocionales.

2.6.6. Cromoterapia



Figura 53: Cromoterapia

Durante miles de años esta terapia ha sido la forma tradicional de armonizar los chakras, de restablecer el equilibrio en el sistema energético humano, combinando cada color con un chakra.

Es posible transformar, activar o equilibrar cada núcleo energético llevando el color necesario. Existen distintas maneras de llevar el color al campo energético, por ejemplo envolver el cuerpo con paños de colores o colocar algún elemento del color en alguna parte del cuerpo correspondiente con el chakra que no está funcionando correctamente.

Otra manera de curación mediante el color consiste en la utilización de gafas etenopecas (con agujeros) fabricadas en el color del chakra a tratar, durante diez a quince minutos al día. Los ojos absorben el color y lo transmiten al chakra correspondiente.

En la India aún utilizan dos métodos muy antiguos para curar los campos energéticos a través del color: ambos consisten en dejar al sol un recipiente, en un caso lleno de agua y en otro con miel, tapados con una seda del color del chakra a tratar, hasta que el color haya impregnado el contenido del recipiente. Luego la persona debe tomar una porción de agua o miel todos los días para equilibrar su campo energético.

En la actualidad, los cromoterapeutas utilizan una amplia gama de técnicas. Algunas son: llevar piedras preciosas o minerales, comer cierto tipo de alimentos, beber agua solarizada o situarse bajo focos con filtro de color. Estos tratamientos suelen ser efectivos, son suaves y no invasivos; ayudan a la persona a equilibrarse prescindiendo de medicamentos, si bien es importante consultar con un médico si las condiciones prevalecen.

Correspondencias de chakras y colores:

Chakra Muladhara: Rojo, es el color de la vibración, otorga fuerza y vitalidad. Terapéuticamente se lo utiliza para tratar presión arterial baja, inactividad e impotencia sexual. Si se lo utiliza en exceso puede producir sentimientos negativos de furia.

Chakra Svadhisthana: Anaranjado, es un color muy alegre y estimulante. Se lo utiliza generalmente como antidepresivo. Estimula los riñones y el aparato urinario.

Chakra Manipura: Amarillo, a este color se lo asocia con todos los procesos mentales, intelectuales y de pensamiento crítico. También se lo relaciona al sol, como núcleo de energía.

Chakra Anahata: Verde, color del equilibrio y sobre todo de la naturaleza y el reino vegetal. Terapéuticamente se lo suele usar para tratar desequilibrios energéticos que requieren purificación.

Chakra Vishudha: Turquesa, color que tiene poder para reforzar el cuerpo en general. También se le atribuye el color azul, proporciona relajación y se lo utiliza para bajar la tensión arterial.

Chakra Ajna: Blanco, aunque en realidad es la ausencia de color, ya que la unión de todos los colores da como resultado una luz blanca, por lo que simboliza la totalidad y la síntesis. Se lo asocia a la pureza y es una metáfora del espíritu durante la meditación.

También se lo relaciona con el color índigo, simboliza la creatividad, la inspiración y la visión de futuro, se utiliza para tratar desórdenes en la audición, la pérdida de olfato y en enfermedades de la vista, en especial cataratas.

Chakra Sahasrara: Violeta, este color es usado para tratar desordenes mentales, dolores de cabeza o migrañas, epilepsia y la meningitis.

Según Ann Brennan el aura de nuestro cuerpo se impregna del color de las prendas que utilizemos diariamente (2010, pág. 187) es por ello que es esencial utilizar prendas coloridas y de varias texturas. La persona tiende, inconscientemente a seleccionar la ropa que se pondrá durante el día, esto es porque su cuerpo y su aura están necesitando de algún color en especial, quizás el aura esta baja en ese color y necesita energizarse con él. Esto lo podemos experimentar diariamente en nuestras vidas.

Es por ello que la indumentaria es fundamental y de gran ayuda para energizar nuestro cuerpo.

Los diseños de las prendas del trabajo final tratarán de activar los chakras por ejemplo, si una persona tiene desactivado el chakra Manipura, será optimo llevar una blusa o camisola color amarillo con bordados con piedras de opalo y citrilla, o bien un accesorio (collar) que de justo en el punto de manipura con una gema o símbolo correspondiente a ese chakra. Tal desequilibrio será diagnosticado por una persona, dentro del local de la marca, capacitada en el tema para orientar y asesorar al cliente. Dicho análisis se realizara a partir de una pequeña encuesta con el fin de saber cuáles son las dolencias y que chakra esta desequilibrado.

2.6.7. Sonoterapia

Esta terapia consta de música y cantos vocales que crean vibraciones a las que responde cada chakra. Éstos, tienen diferentes sonidos, con frecuencias sónicas particulares que se utilizan para invocar la energía que el chakra que se esté tratando necesite, ya sea para armonizar, serenar, vigorizar.

En las áreas oncológicas, las que se ocupan del cáncer, se investiga hace un tiempo sobre los efectos del sonido y de las notas musicales sobre las células cancerígenas. Se comprobó que cada nota influye modifica las formas y colores de las mismas. Por lo que se llega a la conclusión de que los sonidos armonizan y/o refuerzan las células sanas y producen una cierta inhibición en las células con cáncer. (Scardulla, 2006)

La voz también es un elemento relevante en la terapia del sonido. Estos sonidos vocales, como así también las claves musicales corresponden a un chakra en especial, cuando se busc a equilibrarlo. (Diemer, 1999)

Activación de los puntos energéticos del cuerpo mediante indumentaria y accesorios
TFG: Liz Vietto

NOTA MUSICAL	CHAKRA	La falta de la frecuencia se asocia con problemas o afecciones en	
		CUERPO FÍSICO	CUERPO EMOCIONAL
Do	Muladhara	Sistema reproductivo, circulatorio; desequilibrios hormonales y digestivos. También problemas de piel en gral, artritis, infecciones en el oído medio, sinusitis, mala absorción de nutrientes, fatiga.	Poder personal, mecanismos de supervivencia, formas de control (represión o dependencia), sexualidad.
Do#	Svadhithana	Proceso digestivo, úlceras estomacales, articulaciones, órganos sexuales, cáncer de mama, cáncer cérvicouterino, quistes ováricos, inflamación de la próstata, y colon. También asociado con: hipo e hiper-tiroidismo, apoplejía, migrañas y dolores de cabeza, bocio.	Dureza consigo mismo y con los demás, apegos, sarcasmo, fanfarronería, intimidación, territorialidad.
Re	Svadhithana	Proceso digestivo (digestión de almidones y grasas), asimilación del complejo B, hígado, vesícula biliar, diabetes, tópo-glucemia, bazo, páncreas.	Auto aprobación (autoestima baja), quejarse por hábito, miedos, problemas para entablar comunicaciones íntimas, adicciones.
Re#	Manipura	Oxigenación del proceso digestivo, proceso respiratorio, oxigenación de pulmones, intestino delgado, sistema linfático, úlceras, colitis.	Rapidez para dar respuestas, información, no comparte sus emociones profundas con facilidad, claridad mental, inseguridad, terquedad.
Mi	Manipura	Sistema respiratorio, pulmones (oxigenación, trauma de nacimiento o sofocación), sistema linfático. También asociado con: alergias, todo tipo de enfermedades pulmonares (bronquitis, asthma, enfisema).	Autosabotaje, necesidad de ser necesitado, expresión inhibida, aprendizaje lento.
Fa	Anahata	Sistema urinario (eliminación de las toxinas ambientales), riñones (retención de líquidos), vejiga. También asociado con: timo, corazón. Disminución de la presión arterial, insomnio, comunicación celular.	Discernimiento, postergación de las responsabilidades (dejar las cosas "para después"), falta de compasión, confianza, autenticidad.
Fa#	Anahata	Sistema urinario (riñones, vejiga), timo, corazón. También asociado con: regeneración bioquímica, conexión mente-cuerpo, anemia enfermedades de los huesos, sistema inmunológico, depresión clínica, depresión bipolar, tensión ocular.	Postergación de tareas y responsabilidades, inflexibilidad. Capacidad de respuesta baja.

Sol	Vishudha	Neurotransmisores, dolores de cabeza, desórdenes mentales, desórdenes bipolares. Disminución de minerales (huesos). También elevación de la presión arterial, problemas de garganta y tiroides, regeneración bioquímica. Cáncer en la garganta.	Postergación de tareas y responsabilidades, inflexibilidad. Capacidad de respuesta baja.
Sol#	Vishudha	Producción de enzimas, tiroides, laringitis, amigdalitis, dolores de espalda, resfriado común, sinusitis. También bronquitis, cáncer pulmonar, infecciones, lupus, enfermedades propias de la vejez, diabetes, alcoholismo, infecciones digestivas, presión arterial alta y baja.	Proyección sumamente limitada de la persona. Se considera a sí misma poco importante: oscila fácilmente entre la autoestima baja y la egolatría.
La	Ajna	Reconstitución corporal, eliminación de toxinas, ojos y oídos (sordera), hemorragias, glándula pituitaria. También asociado con: Sistema endocrino, minerales remanentes, Aitzimer, Parkinson, síndrome de Down. gastritis, úlceras estomacales, indigestión aguda, flatulencias.	Da prioridad a los aspectos no físicos, bloquea su creatividad, desconfianza, falta de motivación.
La#	Ajna	Autorregulación del organismo, aprovechamiento de minerales, ojos y oídos, sistema nervioso, epilepsia. También congestión de los riñones, urticaria, leucemia, cáncer pulmonar, cáncer estomacal, cáncer del intestino delgado, colitis, hemorroides, desórdenes neurológicos.	Dar en exceso, se esfuerza demasiado en complacer. Indecisión,
Si	Sahasrara	Sistema nervioso, respuestas psicomotoras finas, purificación de la sangre, epilepsia. También asociado con: herpes, sífilis, lupus, enfermedad de Lyme, paratiroides, circulación capilar fina (oído, ojos), bioquímica de la circulación, artritis, metabolismo.	Tiende a sentirse mártir, piensa que merece más pero no sabe cómo recibir sin sentirse egoísta, padece de atención dispersa.

Tabla realizada a partir de datos tomados de la página:

http://medicinaalternativa.entornomedico.org/index.php?option=com_content&view=article&id=87&Itemid=109

El cuadro se realizó para una mejor comprensión de cómo se asocian las dolencias con la falta de las frecuencias musicales.

La sonoterapia se tendrá en cuenta a la hora de elegir la ambientación del local. Se pondrán en práctica las notas musicales para lograr una armonía en el punto de venta y serenar al cliente.

3. Propuesta de diseño y Proyecto de Marca

3.1. Propuesta de diseño.

A través de este trabajo de investigación se desea generar una colección destinada a una mujer joven, femenina, elegante, bohemia y vanguardista, desarrollando las prendas en base a métodos para activar los centros energéticos del usuario. Dentro de estos métodos se destacan el uso de piedras, símbolos, estampas, materiales y colores correspondientes a cada chakra, aplicándolos en la indumentaria y en los accesorios, acomodándolos de tal forma que den en el punto exacto de los centros energéticos del cuerpo, para así poder activarlos.

En las etiquetas de las prendas aparecerá un pequeño texto informativo, dando a conocer la filosofía de la marca y cuál es el fin de la misma. Explicando también como se debe utilizar la prenda y cuál será el chakra que la misma estará activando.

La inspiración de la colección estará centrada en la filosofía hindú, la cual posee un estilo de vida distinto al de Occidente, con costumbres y tradiciones muy particulares. Se plantearán los diseños enfocándolos principalmente en la vestimenta tradicional hindú en todos sus aspectos, tomando de base también los conceptos que tienen sobre las energías, ya que influye mucho en el estilo de su indumentaria y telas. Se tendrán en cuenta como base las tipologías de las prendas utilizadas por nuestra cultura, volcando el estilo hindú en ellas, como sus texturas, telas, colores, bordados y apliques.

El festival Holi se tomará también como fuente de inspiración. Se tendrá en cuenta básicamente los sentimientos que sugiere el mismo, como la alegría, la amistad, unidad y también la amplia paleta de colores, utilizando tanto tonos brillante como mate, translúcido como opacos, cálidos como fríos, siguiendo los colores que sugiere cada chakra y el color de su elemento. Además se tendrá en cuenta la estación del año en la que se festeja Holi, por ende la colección del trabajo será primavera-verano.

La marca tendrá un estilo muy marcado, sus prendas serán muy ricas en estampados, bordados, detalles y accesorios. Se logrará fusionar todos los recursos y los materiales para poder así darle a las prendas una imagen armónica, con actitud y

personalidad. La colección tendrá un estilo audaz, colorido y alegre, intentando darle la misma esencia que las prendas hindúes contienen.

El local de la marca tendrá un asesoramiento personalizado, por una persona capacitada en el tema que guíe al cliente de acuerdo a sus necesidades, y al funcionamiento de sus chakras, realizando alguna preguntas para poder asesorarla. Además se tendrá en cuenta la sonoterapia al momento de colocar música en el ambiente.

También se incorporará la aromaterapia, en la ambientación del local y ofreciendo al cliente la esencia para que rocíe sobre la prenda que más le convenga, como una opción para complementar la indumentaria y lograr así una mayor activación de los centros energéticos.

3.2. Antecedentes

Observando y realizando un análisis del mercado nacional no se encuentran competencias directas pero si marcas que realizan prendas con características similares y una impronta hindú en el diseño/estilo de sus productos. En cuanto al usuario se dirigen a un público relativamente similar con la diferencia que el trabajo final de grado se dirige también a una mujer que busque además de diseño, un equilibrio energético.

Entre estas marcas se destacan Rapsodia, Holi e India Style que básicamente se dirigen a una mujer joven, audaz, femenina, romántica y bohemia que disfrutan las tendencias mundiales. Los viajes alrededor del mundo son la inspiración de sus propuestas.

3.3. Proyecto de Marca.

3.3.1. Misión

Ofrecer a mujeres jóvenes productos que realcen sus energías con un estilo propio, diseño y calidad, brindando siempre satisfacción a los clientes.

3.3.2. Visión.

Ser reconocidos a nivel nacional por ser la única marca de indumentaria que se enfoca en la activación de las energías por medio de prendas y accesorios.

3.3.3. Objetivos.

Lograr la posición sólida de la marca en el mercado cordobés y luego a nivel nacional por la calidad y la originalidad de los diseños con una impronta hindú marcada.

3.3.4. Metas.

- Lograr productos de excelente calidad y diseño.
- Lograr que la marca sea reconocida a nivel nacional.
- Generar prendas que activen las energías del usuario.
- Marcar en cada prenda la esencia Hindú.

3.3.5. Valores.

Los valores de la marca son:

- CALIDAD: ofrecer al cliente calidad de alto nivel en las prendas y atención.
- ORIGINALIDAD: la marca se distinguirá por el estilo y diseño singular de sus productos.
- CONFIANZA: mantener un trato serio y cordial con el cliente para que sientan tranquilidad a la hora de adquirir los productos.
- RESPONSABILIDAD SOCIAL Y DE MEDIO AMBIENTE: la marca utilizará un packaging reutilizable para colaborar con el ambiente que todos habitamos.
- CONCIENCIA: Lograr que los clientes se concienticen sobre la importancia que tiene la indumentaria sobre el cuerpo y de los beneficios que puede traer en la salud.

3.3.6. Políticas

- La marca colaborará con el cuidado del medioambiente en relación a la contaminación durante el proceso de fabricación y ventas.
- La marca no utilizará telas ni fibras que se hayan obtenido dañando a animales.
- La marca siempre ofrecerá productos originales, con diseño Hindu y calidad.

3.3.7. Personalidad de la marca.

- DIVERTIDA.
- RESPONSABLE.
- COMPROMETIDA.
- VANGUARDISTA.
- ORIGINAL.
- COLORIDA.

3.4. Perfil del público objetivo

- Sexo: es una marca enfocada al sexo femenino.
- Clase social: Esta marca apunta a mujeres de una clase social media alta-alta.
- Edad: es una marca dirigida a mujeres entre 25 a 40 años de edad
- Gusto e intereses: Dirigida a una mujer joven, femenina, elegante, bohemia, vanguardista e innovadora, que busca adquirir productos personalizados, y estar en armonía tanto con el mundo interior como exterior. Está en búsqueda de un equilibrio y armonía natural.

Son mujeres solteras o en pareja que invierten energía en crear un medio ambiente doméstico lo más cercano a su ideal. Tienen una sensibilidad intuitiva y valoran el diseño, la calidad de los materiales, la terminación, el proceso de elaboración de las prendas, el toque artístico y la atención extraordinaria.

Disfrutan estar al aire libre y en contacto con la naturaleza.

Les gusta la música alegre y tranquila, también escuchan mantrams en un momento del día para relajarse o simplemente mientras realizan sus tareas.

- Origen: mujeres que viven en Córdoba, Argentina como así también de cualquier otra parte del país.



3.5 Análisis FODA de la marca.

El análisis F.O.D.A. es aquel que permite analizar aspectos de la empresa de carácter internos y externos. Dentro de los internos se estudian las fortalezas y debilidades de la marca; y dentro de los aspectos externos, es decir los relacionados con el mercado en el cual se desarrolla, se analizan las posibles oportunidades y amenazas.

3.5.1. Fortalezas

- Prendas únicas, y con una alta capacidad creativa.
- Texturas y bordados muy elaborados
- Atención personalizada y asistencia de vestuario según las necesidades de cada cliente, en el local.
- Respuestas rápidas frente a sus necesidades.

3.5.2. Oportunidades

- Posibilidad de lanzar nuevas líneas de productos.
- Nicho de mercado no atendido.

- Contexto social en constante movimiento, buscan nuevos métodos para encontrar la armonía.
- Prioridad de las personas de vestirse de forma elegante y exclusiva.

3.5.3. Debilidades

- Producción lenta de las prendas.
- Alta inversión inicial.
- Limitación en cuanto a la obtención de los materiales.
- Escasez de mano de obra calificada en Córdoba.

3.5.4. Amenazas

- Aparición de empresas con características similares.
- Inestabilidad económica en el país.
- Países con costos menores de producción.
- La moda es muy cambiante hoy en día en la sociedad.
-

3.6. Branding de la marca

El Branding es el proceso de construir y comunicar los elementos de una marca al público objetivo, entre lo que se encuentran el Isologotipo- Isotipo- Tipografía, las Etiquetas y el Packaging, el modo de comercialización y el sitio web, que identifican a la marca influyendo en el valor de la misma, tanto para el cliente como para la empresa propietaria de la marca.

El nombre seleccionado para la marca es “Prana” que significa la energía vital, la energía de la vida. Podría decirse que es un nombre apropiado para la marca, quiere transmitir esa frescura, esa energía, más que una marca es una filosofía de vida.

3.6.1. Isologotipo, Isotipo y Tipografía

Tipografía: Bradley Hand Tc



PRANA

3.7. Comercialización

Se ha elegido el barrio Güemes de la ciudad de Córdoba como lugar de emplazamiento del local de la marca. Es uno de los barrios más tradicionales de la ciudad. Con mucha historia en sus calles y un característico aire bohemio que desde hace un tiempo es la marca distintiva de la zona.

De la mano del Paseo de las Artes, barrio Güemes se ha convertido en un nuevo circuito que atrae a público de todas las edades gracias a una interesante combinación de tradición y modernidad. Con la consolidación de la zona como lugar de encuentro, la oferta de bares y restó fue creciendo vertiginosamente, sumándose al paisaje configurado por locales de diseño, artesanías y antigüedades. La zona más bohemia de la ciudad, donde lo antiguo se funde con lo vanguardista. En el barrio Güemes, uno de los más antiguos de Córdoba, se mezclan anticuarios, bohemios y artistas; lo llaman "el San Telmo cordobés". En sus calles, coloridas casas antiguas y recién restauradas se mezclan con otras en vías de revalorización. Se localiza en el centro de la ciudad, cerca de la plaza San Martín y bordeado por la tradicional Cañada. Un antiguo conjunto de viviendas obreras revivió bajo el nombre de

Paseo de las Artes en donde junto al pintoresco pasaje Revol, los sábados, domingos y feriados se monta una feria donde exponen cerca de doscientos artesanos; hay también libros, plantas, flores, antigüedades y discos. En las calles aledañas continúan los anticuarios, rodeados por almacenes, restaurantes y bares.

Estas características propias del barrio propician el encuentro del usuario o público objetivo con la marca, ya que se puede definir como una mujer joven, bohemia y espiritual.

La edificación elegida para situar la marca es una casa del barrio, con la arquitectura típica italianizante de los barrios tradicionales de la ciudad, de fachada alta, cornisas, molduras y altas aberturas, propio de la zona.

-Localización del comercio



-Fachada del local



-Interior del local comercial





3.8. Modelo de presupuesto a utilizar para sacar costos de una prenda confeccionada.

En el siguiente cuadro se estiman los costos de producir una prenda. Los Valores numéricos son a modo de ejemplo.

COSTOS VARIABLES

MATERIALES	U. MEDIDA	CONSUMO	VALOR UNIT.	VALOR X PRENDA
Cuero	metros	1	\$ 60,00	\$ 60,00
Forro	metros	1	\$ 30,00	\$ 30,00
Etiqueta marca		1	\$ 50	\$ 0,50
Packaging		1	\$ 3,00	\$ 3,00
Total Materiales			\$ 93,50	\$ 93,50

MANO DE OBRA	Nombre	Pago por prenda
Confeccion		\$ 80,00
Total Mano de Obra		\$ 80,00

TOTAL MATERIALES Y MANO DE OBRA	\$ 173,50
--	-----------

	173,50 x 10	\$
TOTAL COSTOS VARIABLES: (\$14,34 X 300 prendas)	prendas	1.735,00

COSTOS FIJOS

GASTOS GENERALES	Frecuencia	Costo Unitario	Costo Final
Alquiler	mensual	\$ 3.500,00	\$ 3.500,00
Transporte	semanal	\$ 20,00	\$ 20,00
Total			\$ 3.520

TOTAL COSTOS FIJOS	\$ 3.520,00
---------------------------	--------------------

COSTO TOTAL: Costos Variables + Costos Fijos

COSTO TOTAL **\$ 5.255,00**

COSTO TOTAL UNITARIO: Costo Total/ N° de prendas		
COSTO TOTAL UNITARIO: 25,77 / 1	10	\$ 525,50

UTILIDAD

UTILIDAD: Costo Total Unitario X % de utilidad		
GANANCIA:	525,50 x 110%	\$ 1.051,00

VALOR DE VENTA : Costo Total Unitario + Utilidad		
VALOR DE VENTA		\$ 1.051,00

4. Conclusiones

A partir del objetivo principal definido en el Presente Proyecto de Trabajo Final de Grado, “lograr un equilibrio físico-mental en las personas activando sus chakras o núcleos de energías corporales a través de indumentaria terapéutica” se fue desarrollando en los diferentes capítulos.

Se comenzó a investigar desde un comienzo como la filosofía Oriental se introdujo en la filosofía Occidental (contexto donde es realizado el trabajo), y cuáles son los puntos que tienen en común. Se vio que desde el inicio ambas tienen una ideología en particular, que luego Occidente se fue alejando de las mismas y en la actualidad, por diferentes comprobaciones científicas, está queriendo volver a ese pensamiento que el hombre y el universo forman un todo.

Es por ello que se eligió la Filosofía Hindú como base de inspiración, y todo lo que esta implica, sus creencias, costumbres, festivales y su vestimenta rica en bordados, materiales y colores vivos, para incorporarla cada vez más en Occidente, porque tiene una ideología que va más allá de lo material y se enfoca en lo espiritual de la persona, esto se complementa con los diferentes métodos para activar el cuerpo sutil energético. Lo que justamente hace falta en Occidente, disminuir los malestares, las dolencias y el estrés con medicinas alternativas y más naturales, que no contengan tantos químicos y así sacarle provecho a lo que la naturaleza nos regala.

De esta manera, una vez identificados los problemas de las personas en la sociedad y los métodos para mejorar la calidad de vida, se proponen prendas que puedan fomentar un buen flujo de energía en el cuerpo. Para eso se tiene en cuenta los materiales, colores, símbolos, sonidos y esencias que sugiere cada chakra y las medicinas alternativas como la cromoterapia, aromaterapia y gemoterapia.

A partir de esto se quiere fomentar un nuevo pensamiento, de la utilización de indumentaria terapéutica ya no de modo inconsciente sino que las personas tomen conciencia de lo que las prendas pueden llegar a transmitir y de cierto modo mejorar la salud física y mental.

Finalmente, de acuerdo a todo lo mencionado, podemos expresar que los objetivos planteados se pudieron resolver favorablemente, por lo que se logró arribar a una propuesta de diseño que intenta modificar y mejorar la calidad de vida y las energías de los usuarios femeninos de las prendas. Así, una vez llevada a cabo la propuesta y al haber realizado el producto, se estima obtener resultados que satisfagan a nuestro público objetivo. Como así también, poder posicionar la marca en el mercado como algo innovador y creando un valor único en las prendas.

Además se espera una maduración del trabajo final, de modo que surgirán nuevas ideas para mejorar al mismo.

5. Bibliografía

Libros

VAN LISEBETH, André, “Pranayama a la serenidad por el yoga”. (1988). Emecé Editores Buenos Aires, Argentina.

CALLE, Ramiro A.: “Mística oriental para occidentales”, 1976. Bruguera Editorial. Barcelona, España.

BRENNAN, Barbara Ann: “Manos que curan” (2010) Grupo Editorial Planeta S.A.I.C. Capital Federal, Argentina.

HARISH, JOHARI: “Chakras Los centros energéticos de transformación” (2001) Editorial EDAF S.A. Madrid.

WOLPIN, Samuel: “Temas de Filosofía Oriental” (1989) Editorial Kier S.A. Buenos Aires, Argentina.

RENOU, Louis: “El Hinduismo” (1991) Editorial Paidós. Buenos Aires, Argentina.

NOVEL MARTÍ, Gloria – LLUCH CANUT, Teresa – MIGUEL LOPEZ DE VERGARA, Dolores: “Enfermería Psicosocial y Salud Mental”. (2000) Elsevier Doyma. Barcelona, España.

AMERICAN OSTEOPATHIC ASSOCIATION: “Fundamentos de Medicina y Osteopatía 2da edición”. (2006) Editorial Medica Panamericana. Buenos Aires, Argentina.

FERRATER MORA, José: “Diccionario de Filosofía” (1994) Editorial Ariel Referencia S.A. Barcelona, España.

DR. VINOD, VERMA: “Ayurveda la salud perfecta” (1993) Editorial Robin Book. Barcelona, España.

WAUTERS, Ambika: “El libro de los chakras” (2002) Editorial EDAF S.A. Madrid, España.

DIEMER, Deedre: “Terapia con los chakras”. (1999) Editorial EDAF S.L Madrid, España

SCARDULLA, Carlos: “Fobias, estrés y pánico”. (2006). Editorial Kier S.A. Buenos Aires, Argentina

JAUSET BERROCAL, Jordi A.: “Música y neurociencia: la musicoterapia: sus fundamentos, efectos y aplicaciones terapéuticas”. (2008) Editorial UOC. Barcelona, España.

GERBER, Richard: “La curación vibracional”. (2001) Ediciones Robinboock S.L. Barcelona, España.

OLESON, Terry – NOGIER, Raphael – CARBALLO, Ana María: “Auriculoterapia, Sistema chino y occidental de acupuntura auricular” (2008) Editorial Medica Panamericana. Buenos Aires, Argentina.

ROSS, Sebastián: “Chakras, correspondencia y vitalidad energética” (2005) Editorial LEA S.A. Buenos Aires, Argentina.

EL PAIS AGUILAR: “India, Guías visuales” (2007) Editorial El País Aguilar. Madrid, España.

OBIOLS, Guillermo A.: “Nuevo curso de lógica y filosofía” (1993) Editorial Kapeluz S.A. Buenos Aires, Argentina.

OMS

CLARÍN: “Libro del viajero de National Geographic – India” (2011) Editorial Artes Gráficas. Buenos Aires, Argentina.

KENDALL, T. : “Manual para el tinte de hilos y tejidos” (2006). Editorial Acanto Barcelona, España.

Páginas web

- Tola F. y Ragonetti C. (2003) El mito de la oposición entre la filosofía occidental y pensamiento de la India. El brahmanismo. Las Upanishads [*Version electrónica*] *Revista de ciencias de las Religiones*, 8 159-200
Recuperado de <http://www1.uprh.edu/rsoto/ILUR0303150159A.pdf>
- Entorno Medico (14 de Junio de 2011). *Otras terapias integrativas, sonoterapia*
Recuperado el 22 de Junio de 2011. Dirección de URL
http://medicinaalternativa.entornomedico.org/index.php?option=com_content&view=article&id=87&Itemid=109
- Que dice la OMS. Recuperado el 22 de Junio de 2011. Dirección de URL
<http://www.alcoholofilia.org/oms.html>
- Sahki artesanías. Dirección de URL <http://www.sakhifashions.com/Craft.do>

6. Índice de Imágenes

- Figuras 1: Las calles de India, convivencia. Fotografía tomada por Tomas Alejo Kinem.
- Figura 2: Las calles de India y la vestimenta. Fotografía tomada por Tomas Alejo Kinem.
- Figura 3: Dios Brahma [Versión electrónica] Recuperado de URL:
<http://spanish.alibaba.com/product-free/brahma-stone-statue-105169676.html>
- Figura 4: Dios Shiva 21 de Junio del 2010 [Versión electrónica] Recuperado de URL:
<http://nuevafrontera.wordpress.com/2010/06/28/shiva/>
- Figura 5: Dios Nataraja avatar de Shiva [Versión electrónica] Recuperado de URL:
http://es.123rf.com/photo_2221609_estatua-de-indio-dios-hindu-shiva-nataraja--senor-de-la-danza-aislados-en-blanco.html
- Figura 6: Dios Vishnú. 17 de Febrero del 2010 [Versión electrónica] Recuperado de URL:
http://thelastpath.blogspot.com.ar/2010_02_01_archive.html
- Figura 7: El Sari. El País Aguilar 2007. India, guías Visuales. El País Aguilar. Madrid, España. Página 30.
- Figura 8: El Salwar Kameez. El País Aguilar 2007. India, guías Visuales. El País Aguilar. Madrid, España. Página 30.
- Figura 9: La ghaghara. El País Aguilar 2007. India, guías Visuales. El País Aguilar. Madrid, España. Página 31.
- Figura 10: El Punjabi. Shunya. India. [Versión electrónica]
Recuperado de URL: <http://www.shunya.net/Pictures/NorthIndia/Patiala/PunjabiBride.jpg>

- Figura 11: El Kathak. El País Aguilar 2007. India, guías Visuales. El País Aguilar. Madrid, España. Página 28.
- Figura 12: El Odissi. El País Aguilar 2007. India, guías Visuales. El País Aguilar. Madrid, España. Página 28.
- Figura 13: El Bharat natyam. El País Aguilar 2007. India, guías Visuales. El País Aguilar. Madrid, España. Página 29.
- Figura 14: El Manipuri. El País Aguilar 2007. India, guías Visuales. El País Aguilar. Madrid, España. Página 29.
- Figura 15: Batik. 14 de Junio del 2010. [Versión electrónica] Recuperado de URL: <http://grupos.emagister.com/debate/batik/13957-697915>
- Figura 16: Estampación con moldes [Versión electrónica] Recuperado de URL: <http://www.bauldemoda.com.ar/artesantias.html>
- Figura 17: Mano de bloque de impresión [Versión electrónica] Recuperado de URL: <http://www.sakhifashions.com/Craft.do>
- Figura 18: Ikat [Versión electrónica] Recuperado de URL: <http://www.casasugar.com/Designer-Ikat-Upholstery-Fabric-11305028>
- Figura 19: Técnica Shibori [Versión electrónica] Recuperado de URL: <http://www.flickr.com/photos/tela-shibori/454747353/sizes/m/in/photostream/>
- Figura 20: Tie dye [Versión electrónica] Recuperado de URL: <http://schools.nashua.edu/middle/maroon/Pages/Maroon.aspx>

- Figura 21 : Diseño Kalamkari “Arbol de la vida” . [Versión electrónica] Recuperado de URL http://www.redbag.in/1038-kalamkari-paintings?isolang=fr&id_lang=2&p=13
- Figura 22: Diseño Kalamkari. 1 de Agosto del 2012 [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://designdecoranddisha.blogspot.com.ar/2012/08/indian-art-kalamkari-south-indian-art.html>
- Figura 23: Cut work Tie dye [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://www.sakhifashions.com/Craft.do>
- Figura 24: Shadow work [Versión electrónica] Recuperado de URL: <http://www.sakhifashions.com/Craft.do>
- Figura 25: Trabajo de lentejuelas [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://www.sakhifashions.com/Craft.do>
- Figura 26: Badla [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://www.sakhifashions.com/Craft.do>
- Figura 27: Trabajo de aplicación [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://www.sakhifashions.com/Craft.do>
- Figura 28: Ari trabajo [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://www.sakhifashions.com/Craft.do>
- Figuras 29: Brocados Varanasi. El País Aguilar 2007. India, guías Visuales. El País Aguilar. Madrid, España. Página
- Figura 30: Flickr de Yahoo. 6 de Marzo de 2009. [Versión electrónica] HOLI 1 Recuperado de URL: <http://www.flickr.com/photos/jitens/3354154418/>
- Figura 31: Blog de Bolliwood. 21 de Marzo de 2011. [Versión electrónica] HOLI 2

Recuperado de URL: <http://bollywoodsitarebcn.blogspot.com/2011/03/festival-de-holi-la-fiesta-de-los.html>

- Figura 32: Blog the heart of life. 28 de Marzo de 2011. [Versión electrónica] HOLI 3
Recuperado de URL: <http://kay-gee-music.blogspot.com/2010/03/holi-festival-of-colors-2010.html>
- Figura 33: 19 de Marzo 2011 [Versión electrónica] HOLI 4
Recuperado de URL: <http://www.bhaktiatweb.com/index.php?q=node/83>
- Figura 34: Blog Reale, Romina. Explorar nuestro interior. 22 de Junio de 2011. [Versión electrónica] Recuperado de URL: <http://romina-reale.blogspot.com/p/los-chakras.html>
- Figura 35: Harish Johari (2010) “Chakras – Los centros energéticos de transformación”
Buenos Aires. Emecé Editores. Imagen de tapa de libro
- Figura 36: Blog Dharmaterapia. 8 de Enero 2009. [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://lordjable.blogspot.com/2009/01/los-chakras.html>
- Figura 37: Blog Dharmaterapia. 8 de Enero 2009. [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://lordjable.blogspot.com/2009/01/los-chakras.html>
- Figura 38: Blog Dharmaterapia. 8 de Enero 2009. [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://lordjable.blogspot.com/2009/01/los-chakras.html>
- Figura 39: Blog Dharmaterapia. 8 de Enero 2009. [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://lordjable.blogspot.com/2009/01/los-chakras.html>
- Figura 40: Blog Dharmaterapia. 8 de Enero 2009. [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://lordjable.blogspot.com/2009/01/los-chakras.html>
- Figura 41: Blog Dharmaterapia. 8 de Enero 2009. [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://lordjable.blogspot.com/2009/01/los-chakras.html>

- Figura 42: Blog Dharmaterapia. 8 de Enero 2009. [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://lordjable.blogspot.com/2009/01/los-chakras.html>
- Figura 44: Escuela Yoga Vital. 2009. Pág 114.
- Figura 45: Escuela Yoga Vital. 2009. Pág 86.
- Figura 46: Escuela Yoga Vital. 2009. Pág 93.
- Figura 47: Escuela Yoga Vital. 2009. Pág 89.
- Figura 48: Escuela Yoga Vital. 2009. Pág 67.
- Figura 49: Escuela Yoga Vital. 2009. Pág 84.
- Figura 50: Escuela Yoga Vital. 2009. Pág 170.
- Figura 51: Blog. Sonia Mendrieta. 31 de Mayo 2009. [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://www.soniamendieta.com.ar/2009/05/31/chakras-y-gemoterapia/>
- Figura 52: Gemoterapia. Mayo 2010. [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://aromaterapia-esencias.com/category/bano-de-aceite>
- Figura 53: Aromaterapia. Mayo 2010. [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://aromaterapia-esencias.com/category/bano-de-aceite>
- Figura 54: Cromoterapia. Mayo 2010. [Versión electrónica] Recuperado de URL <http://aromaterapia-esencias.com/category/bano-de-aceite>

7. Anexo

7.1. Cuadro comparativo entre Occidente y Oriente

	OCCIDENTE	ORIENTE
FIBRAS	Artificiales o sintéticas. Naturales (entre las más comunes cueros, algodón y lana).	Naturales .
TELAS	Nylon, poliéster, rayón, entre otros. Seda, lana, algodón y cueros.	Seda, lana, algodón, cueros no vacunos.
FOTO	 <p>Figura: (http://www.facebook.com/paulacahendanvers)</p>	 <p>“Sari” El país aguilar,(pag. 30.)</p>
PRENDAS	Jeans, remera, camisa, saco, bufanda, cartera, botas, pollera, vestido, calzas.	Sari, petikot, punjabi, salwar, kameez, ghaghra, choli.
COLORES	Mayor utilización del negro y colores oscuros. Se mezclan en ocasiones con colores vivos.	En general se utilizan colores vivos.

7.2 Cuadro de los centros de energía

CHAKRA	COLOR	LOCALIZACIÓN	ELEMENTO	ANIMAL	RELACIONADO CON:	SÍMBOLO
Muladhara	Rojo	Perineo, debajo de los genitales y por encima del año, plexo pélvico.	Tierra	Serpiente	<ul style="list-style-type: none"> energía física. vitalidad. persistencia. 	
Svadhithana	Anaranjado	Región genital, plexo hipogástrico.	Agua	Cocodrilo	<ul style="list-style-type: none"> energía sexual. calidad de amor. placer físico, metal y espiritual. 	
Manipura	Amarillo	En la parte de la columna vertebral que corresponde al ombligo.	Fuego	Carnero	<ul style="list-style-type: none"> extroversión. procesos mentales impulsividad. transformación. 	
Anahata	Verde	En la zona cardíaca de la columna vertebral, el plexo cardíaco.	Aire	Ciervo	<ul style="list-style-type: none"> amor, cordialidad. vitalidad, naturaleza, vegetación. equilibrio. función cardíaca. 	
Vishudha	Azul	Región del cuello, garganta, plexo carótido, zona cervical de la columna.	Eter	Elefante	<ul style="list-style-type: none"> asimilación. expresión, creatividad. comunicación. garganta. 	
Ajna	Índigo / blanco	Punto entre las cejas, plexo medular, plexo pineal, glándula pineal.	Luz		<ul style="list-style-type: none"> entendimiento. pureza, totalidad y síntesis. visualización. 	
Sahasrara	Violeta / Dorado	En la parte superior del cráneo, plexo cerebral.	Pensamiento		<ul style="list-style-type: none"> sabiduría. espiritualidad. verdad. lo divino. unión. 	

7.3. Entrevistas

Nombre: **Dr. Carlos Ernesto Sueldo**

1. ¿Cuántos años hace que se recibió y se dedica a esta rama de la medicina?

- 56 años desde que me recibí, y 50 años hace que me dedico a esta rama

2. ¿Qué tipos de tratamientos realiza?

- Yo me dedico a la acupuntura y a la homeopatía. La forma en la que practico la medicina es, a los métodos clásicos le agrego los métodos anteriores, digamos lo natural.

3. ¿Ha notado incremento en el número de pacientes que están predispuestas a someterse a estos tratamientos en los últimos años?

- Sí, cada vez es más el interés por parte de la gente. Es difícil decir un porcentaje pero lo más importante es que veo opiniones favorables en las personas, en los libros, publicidades y demás.

4. ¿Cuáles son los resultados de los tratamientos en los pacientes en las distintas patologías?

- En general los resultados son positivos, se torna más difícil en los enfermos crónicos, porque a veces estas personas quieren resultados rápidos y en estos casos es lento, no por lento deja de ser eficiente.

5. ¿Podría decirse que la mayoría obtiene resultados positivos? O se llega a una cura?

- Si pienso que si, sino no seguirían con el tratamiento o cambiarían de terapia.

Lo fundamental es la predisposición y el compromiso del paciente, y la honestidad del profesional en cada caso, si se va a llegar a una cura o va a ser un paciente crónico.

6. ¿Entre que edades oscilan los pacientes? ¿De que sexo? ¿Y clase social?

- Las edades varían mucho, te puedo decir desde el año hasta los 80. Por ejemplo puede venir una mamá con su hijo de 1 año.

De ambos sexos, en general son mujeres.

La clase social es amplia en cuanto lo económico, pero mi gran satisfacción y orgullo es que en cuanto a cultura y estudio el 80% son un de una clase media y alta, son muy correctos y educados.

7. ¿Opina que la indumentaria es un buen complemento para mantener un estilo de vida saludable?

- Por supuesto es muy importante, y pienso que a veces la moda le quita flexibilidad a la ropa, cuando es demasiado ajustada o por ejemplo los tacos muy finos y altos. Y en cuanto a textil yo soy partidario del algodón, permite una fluidez de la energía y absorbe la transpiración.

Nombre: **Dr. Marcelo Mariano Biolatto**

1. ¿Cuántos años hace que se recibió y se dedica a esta rama de la medicina?
- 18 años hace que me recibí y me dedico a esta rama.

2. ¿Qué tipos de tratamientos realiza?
- Medicina tradicional china y dentro de esta línea utilizo básicamente 2 técnicas: fitoterapia y acupuntura.

3. ¿Ha notado incremento en el número de pacientes que están predisuestas a someterse a estos tratamientos en los últimos años?
- Si hay un incremento, porque hay una apertura y conocimiento mayor por parte de la gente.

4. ¿Cuáles son los resultados de los tratamientos en los pacientes en las distintas patologías?
- Son asombrosos los resultados en patologías que no tienen cura para la alopátia, por ejemplo los inmunodepresores como los corticoides tienen efectos adversos en enfermos crónicos.
Es muy gratificante ver los resultados positivos en las distintas patologías de los pacientes. Esto también depende de la predisposición de la persona y como profesional aplicarla en forma consciente, teniendo siempre una buena formación académica.
Siempre estoy predisuesto a complementarla con la medicina occidental.

5. ¿Podría decirse que la mayoría obtiene resultados positivos? O se llega a una cura?
- Si totalmente, el porcentaje que no avanza es mínimo, y se debe a que no tienen continuidad o no hacen los cambios que tienen que hacerse. La gente tiene que realizar el cambio, cambio de paradigmas y creencias.

6. ¿Entre que edades oscilan los pacientes? ¿De que sexo? ¿Y clase social?
- Edades de todo tipo. Más femenino que masculino. Gente que no tiene recursos y no encontró el resultado en la medicina alopática

7. ¿Opina que la indumentaria es un buen complemento para mantener un estilo de vida saludable?
Si es importante sin duda, la ropa sintética tiene que también ver con la no fluidez de la energía en el cuerpo.

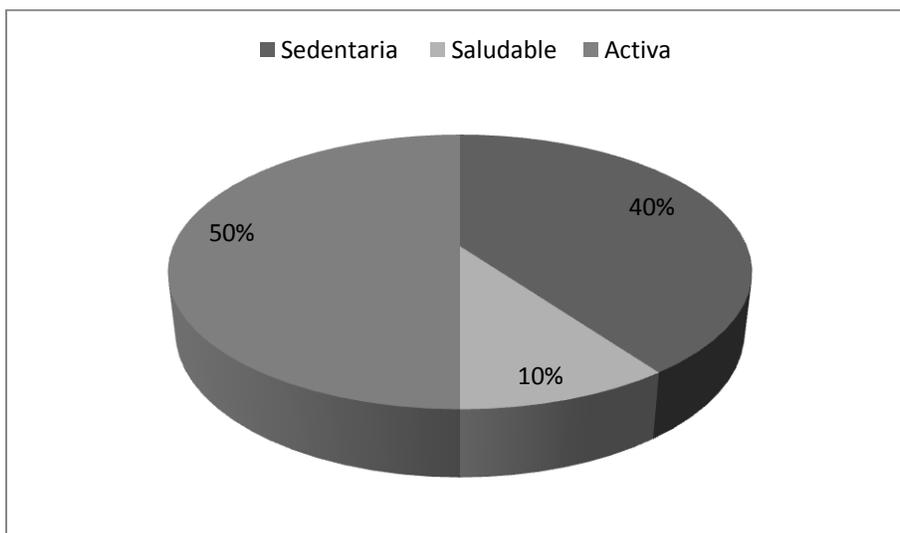
7.4. Encuestas

Total de encuestados: 50

Respuestas

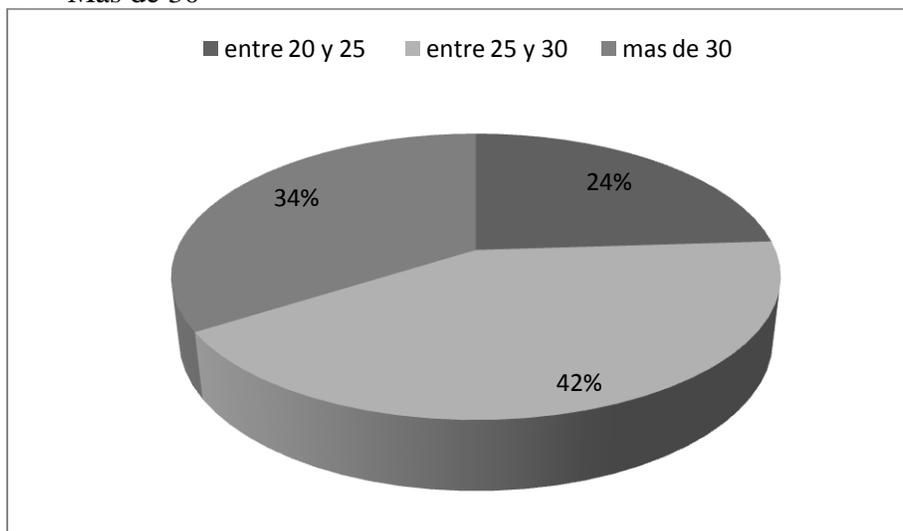
1- ¿Qué estilo de vida llevas?

- Sedentaria
- Saludable
- Activa



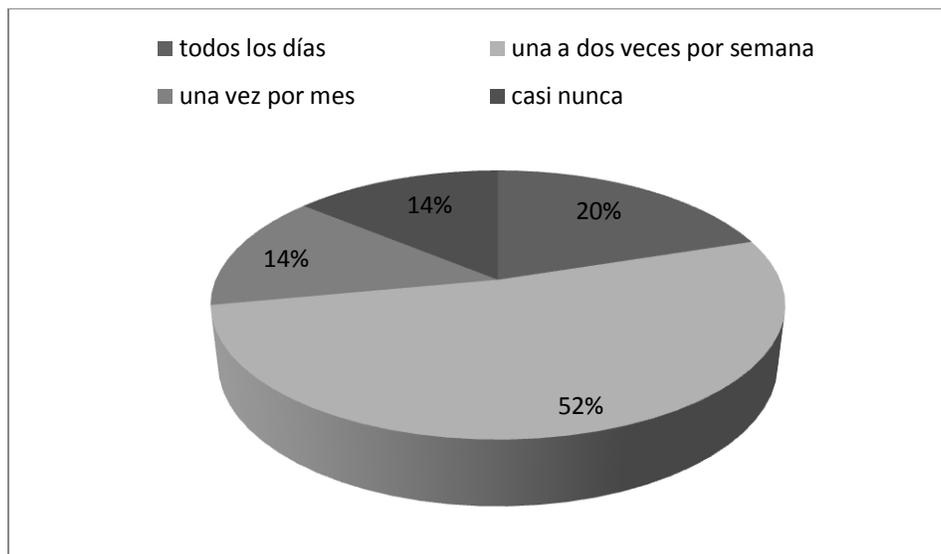
2- ¿Qué edad tenés?

- Entre 20 y 25
- Entre 25 y 30
- Más de 30



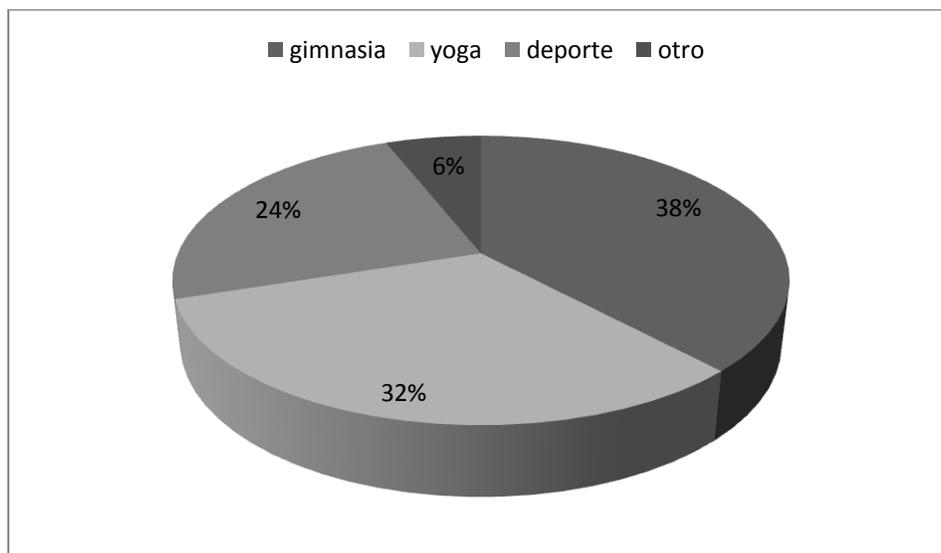
3- ¿Cuán a menudo hacés ejercicio?

- Todos los días
- Una a dos veces por semana
- Una vez por mes
- Casi nunca



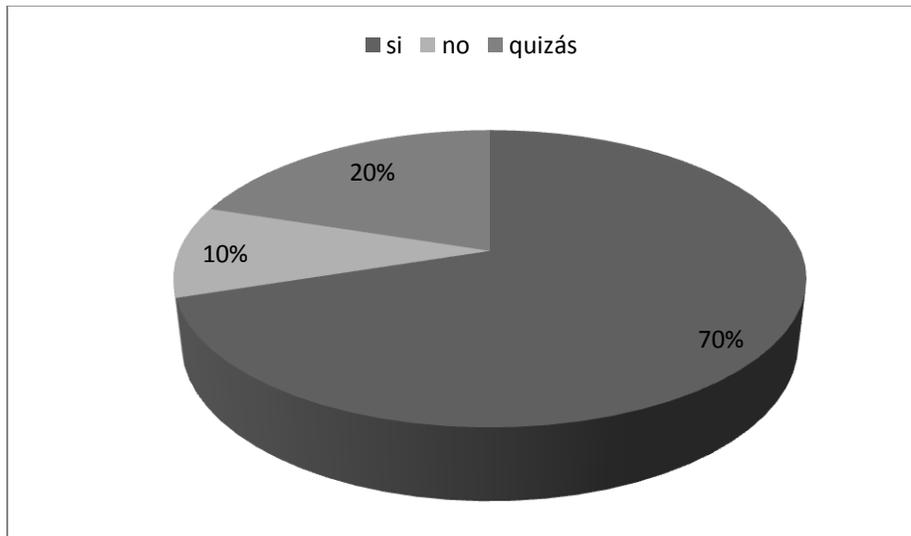
4- ¿Qué tipo de ejercicio físico realizás?

- Gimnasia
- Yoga
- Deporte
- Otro



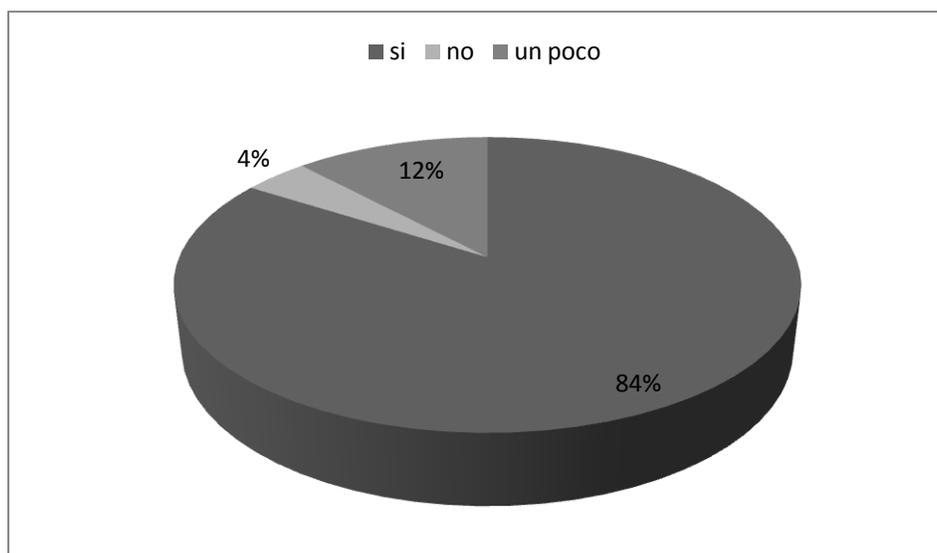
5- ¿Crees en la relación cuerpo-mente?

- Si
- No
- Quizás



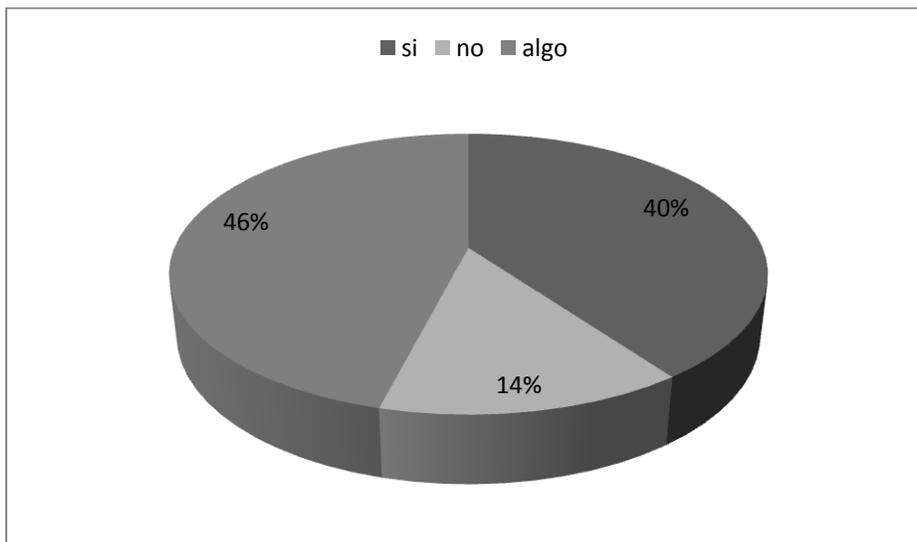
6- ¿Pensás que lo emocional influye en lo físico?

- Si
- No
- Un poco



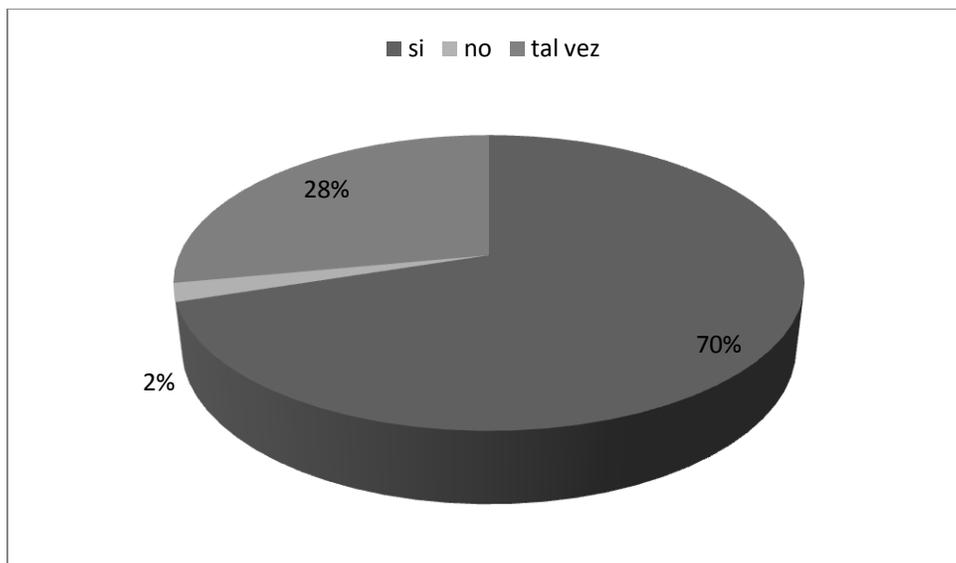
7- ¿Conocés algo acerca de los puntos energéticos del cuerpo humano (chakras)?

- Si
- No
- Algo



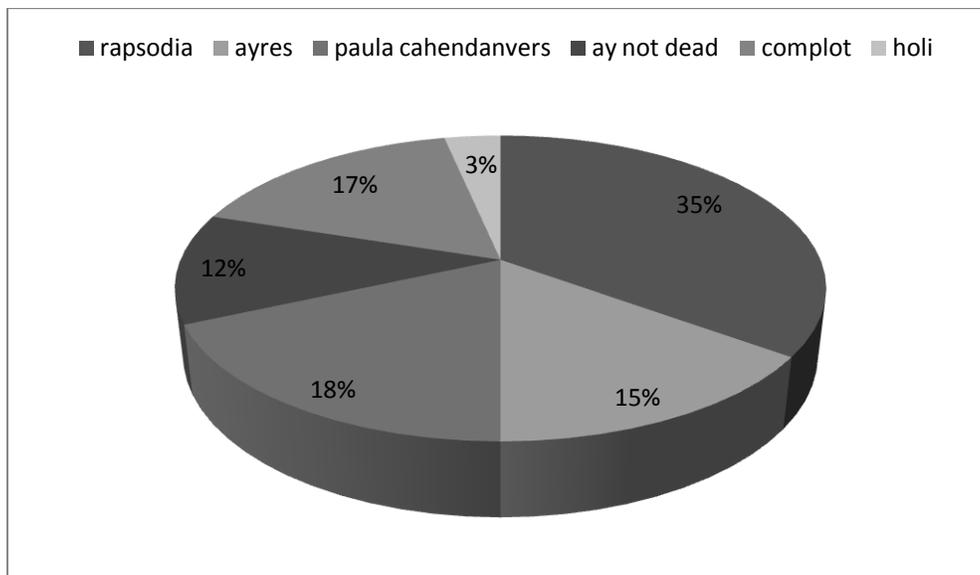
8- ¿Usarías indumentaria que ayude a activar estos puntos energéticos?

- Si
- No
- Tal vez



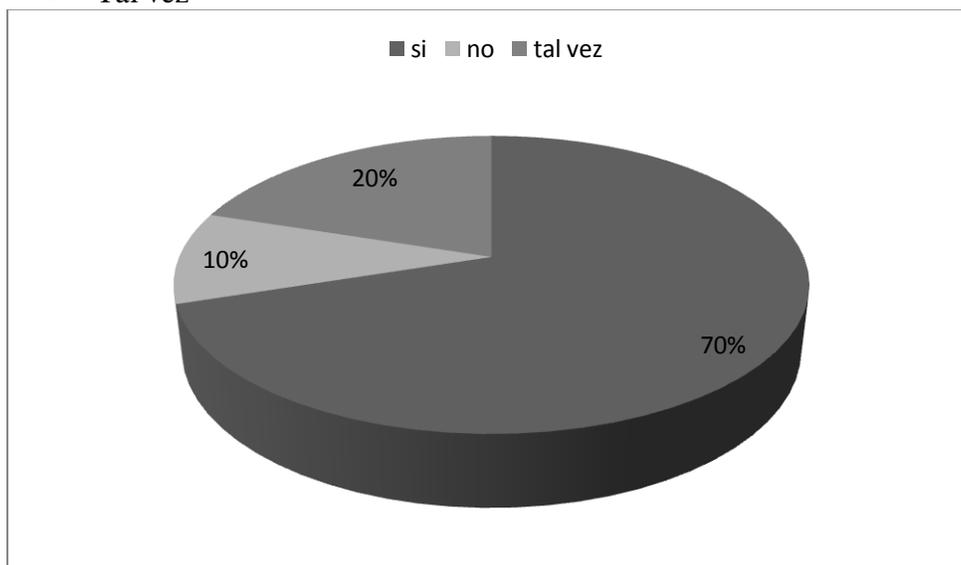
9- ¿Con cuál/cuales de estas marcas te sentís más identificada?

- Rapsodia
- Ayres
- Paula Cahendanvers
- Ay not dead
- Complot
- Holi



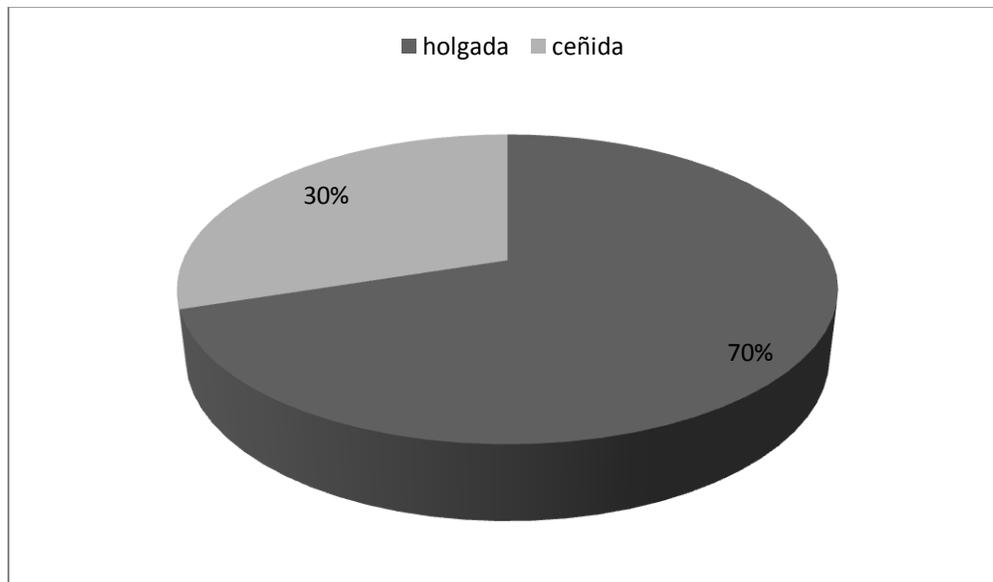
10- ¿Pensás que la calidad de la indumentaria influye en tu estado de ánimo al igual que los colores?

- Si
- No
- Tal vez



11- ¿Con qué estilo de ropa te sentís más cómoda?

- Holgada
- Ceñida



Los datos recabados en las encuestas son importantes al momento de definir mejor el usuario, en cuando a edad, estilo de vida, pensamientos, gustos y demás. En conclusión, se puede decir que los resultados de las encuestas, se asemejan mucho al el perfil del usuario objetivo pensado por la marca. Se observa en general, que los usuarios estarían dispuestos a utilizar las prendas de las marca. Se muestran interesados para probar usar prendas que pueden activar sus centros energéticos.

7.5. Análisis de mercado

Revista naturista: Contiene publicidades con ofertas de profesionales que ofrecen medicina natural o complementaria. Esta revista se puede encontrar en distintos lugares de la ciudad, como dietéticas, restaurantes naturistas o en los mismos centros de medicinas complementarias.

VIDA NATURAL

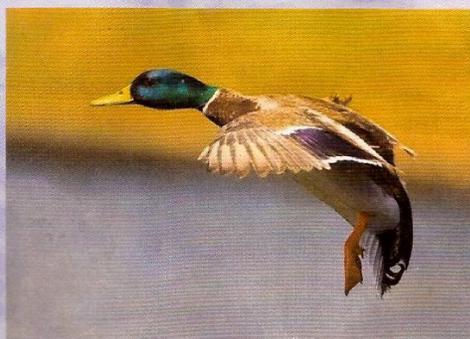
Naturismo
Alimentación
Ecología
Salud / Autoconocimiento
Terapias Complementarias
Ejemplar de Distribución Gratuita

122

Junio / 12

Milagro

Cualquier milagro en el mundo material debe ser precedido de un cambio milagroso en nuestro propio carácter. La realidad física y la naturaleza humana están íntimamente conectadas. Cuando creamos una transformación extraordinaria dentro, el poder permite al universo expresar externamente este cambio interno.



BALDASARE

REIKI DOJO

donde vive el Reiki en Córdoba

www.reikiencordoba.com

Avellaneda 738

471 94 18 (0351)

hectorbaldasare@hotmail.com



Plenitud

Flores de Bach, California, Bush, Argemflor, Spirit Stone, Saint Germain, Esencias Korte Phi. Gemoterapia, Aromaterapia, Sales de Schuessler. Accesorios, Cursos de Capacitación.

Plenitud
Productos Naturales

Córdoba: Tel. 0351 / 424 8925

Carlos Paz: Tel. 03541 / 156 20 777



FARMACIA

SUPPIA

HOMEOPATIA

Antroposóficos - Flores de Bach

Tel. 425 1766 / 425 5453

Coronel Olmedo 174 **ENVIOS A DOMICILIO**

Lun. a Vier. de 9.30 a 13 y de 16.30 a 20.30 hs. - Sáb. de 9 a 13 hs.

ESCUELA DE MILAGROS

REIKI



Todos los Niveles y Maestrías con Manual y Certificado
Linaje cercano a USUI
Clases de YOGA y TAI CHI

Molinari Romero 1376 (altura Campillo 175) - Cofico - Cba

Cel: (0351) 156844960 - 156850212

escuelademilagrosreiki@hotmail.com

Instructorados - Profesorados Escuela de Meditación



Entre Ríos 441
Paraná 621

Tel. 424 5944
Cel. 153 462 003

yogaclasico@hotmail.com
www.yogaclasico.com.ar

CURSOS DE ASTROLOGIA

concienciaazul@gmail.com
www.concienciaazul.es.tl

**CONSULTAS
CARTAS NATALES
REVOLUCION SOLAR**



facebook

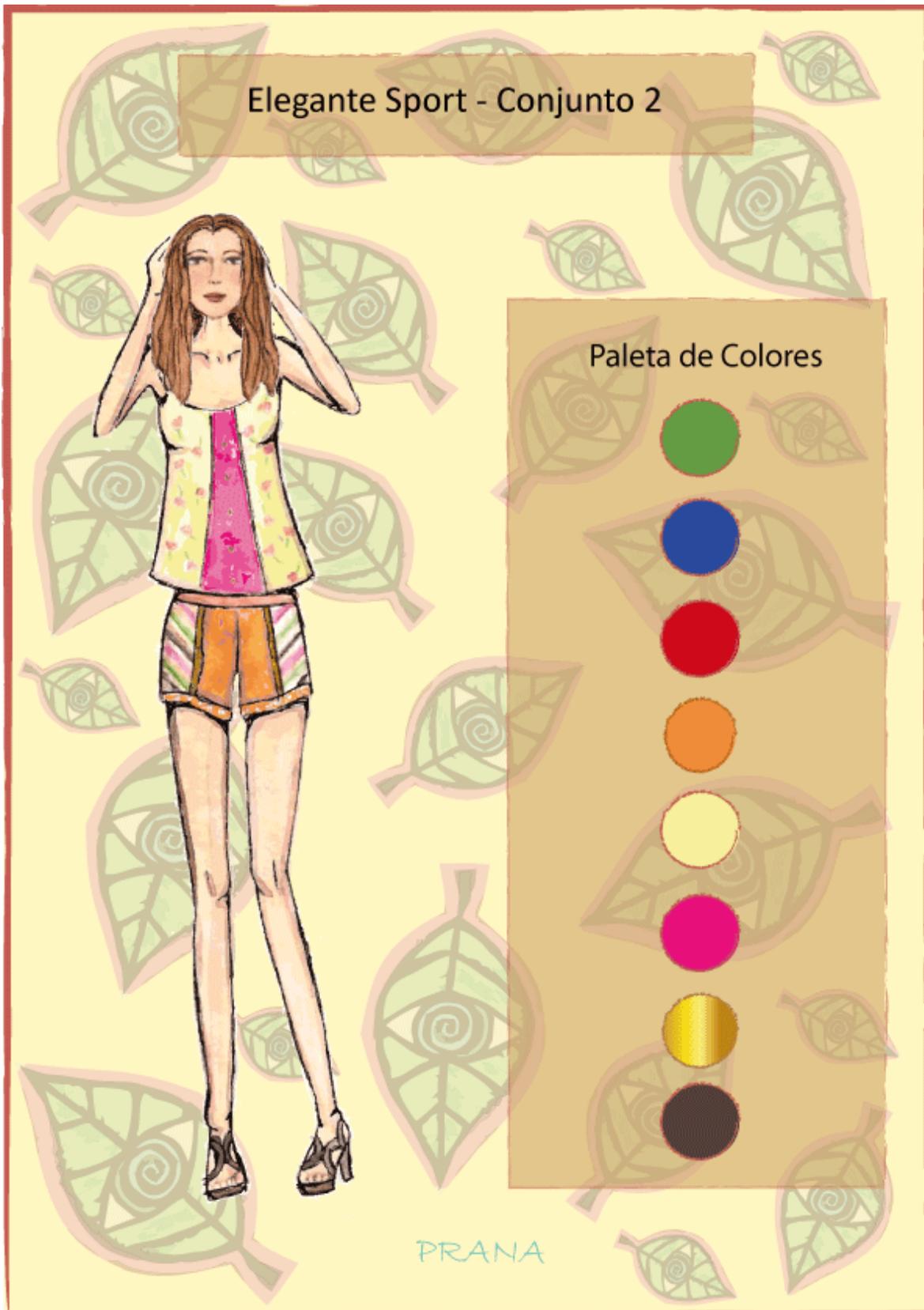
Cel 155-339000











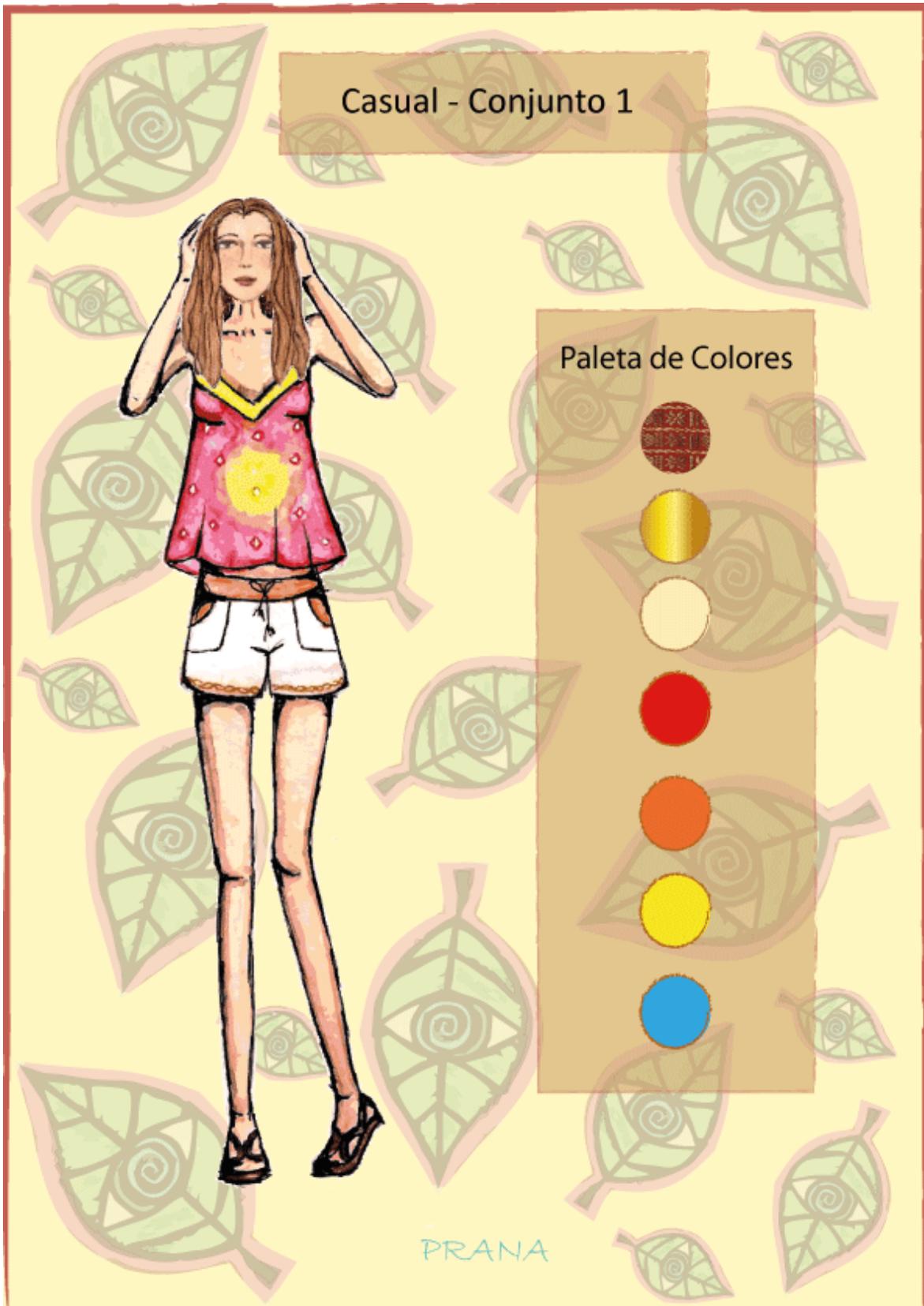








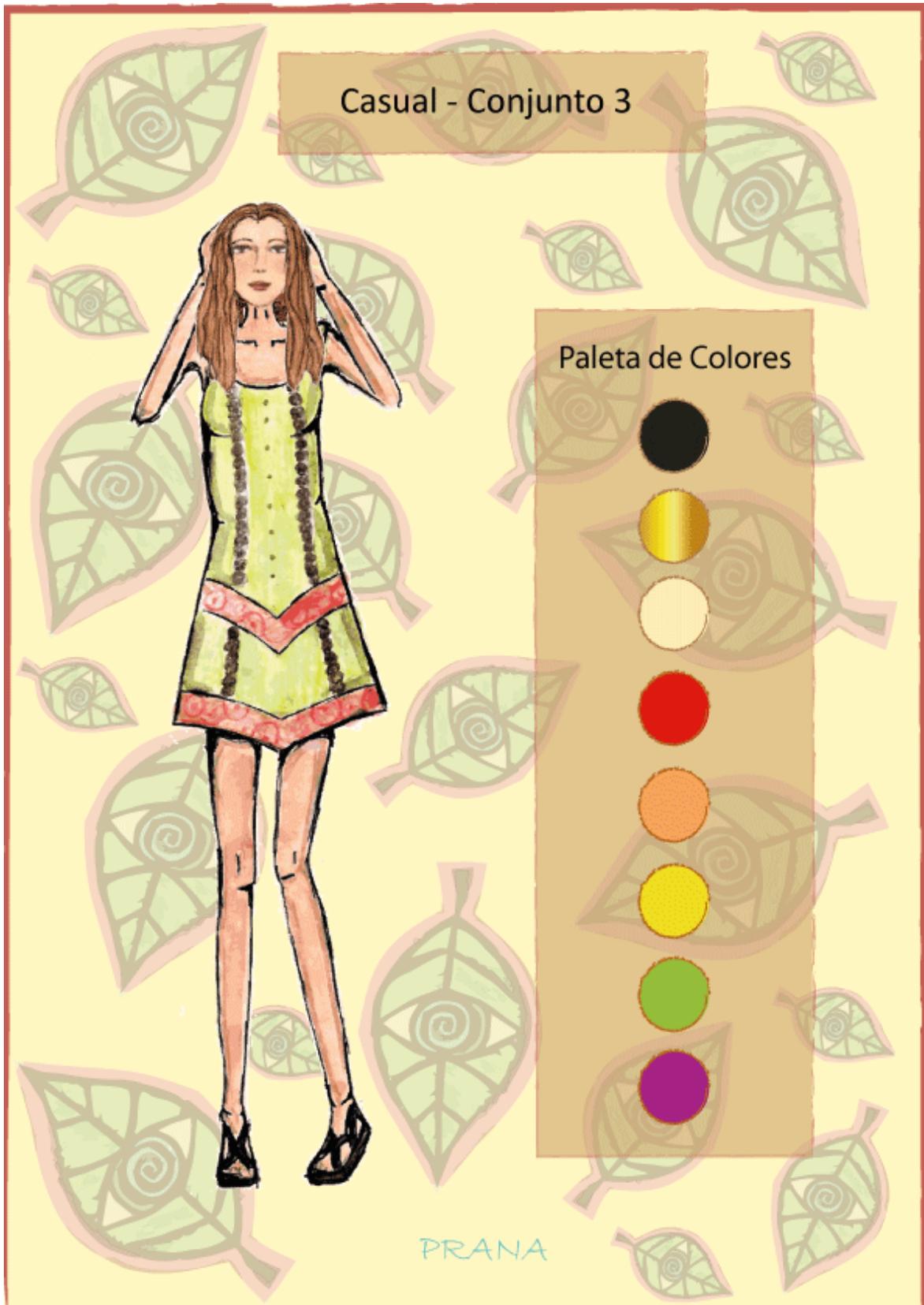




















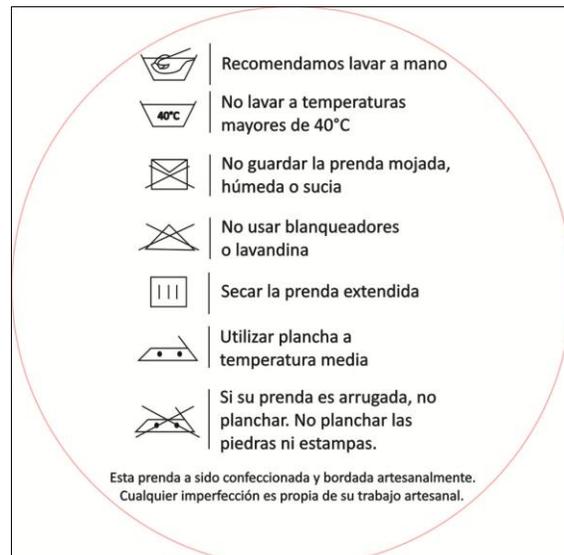
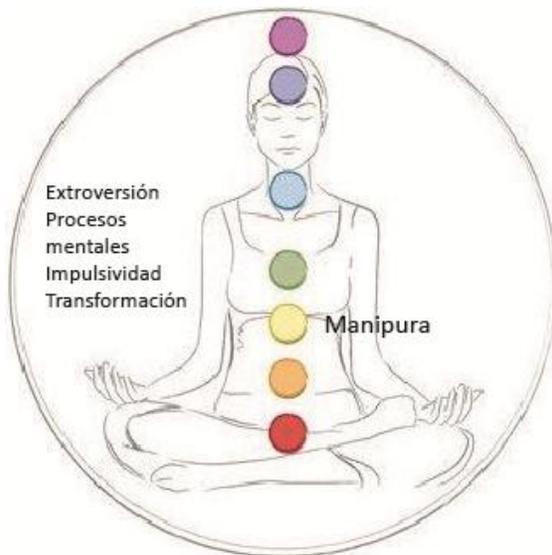
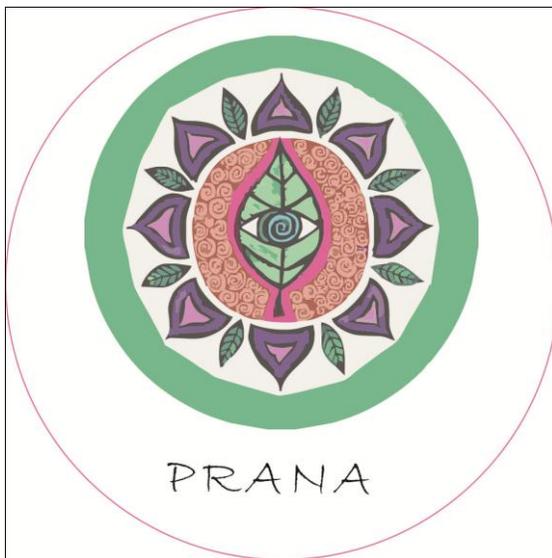


7.6.2 Foto Conceptual



7.6.3 Etiquetas

La etiqueta de la prenda cuenta con cuatro partes: El logo y nombre de la marca, -
La filosofía de la marca, - Información sobre el chakra que activa (según prenda) e -
Información de lavado.



Etiqueta Interna



7.6.4 Fichas Técnicas

Empresa: Prana						
Descripción: Chaleco con bordado de flores en cinta dorada		Prana				
Fecha de Entrega: 26/11/2012						
Material: Chaleco de lino de algodón. Bordados: cinta dorada. Bies de algodón						
Curva de Talles a producir						
Talle:	38/22	40/24	42/26	44/28	46/30	48/32
Cantidad:	10	10	10	10	10	10
Total: 60						
Importante: Una vez terminada la prenda, limpiar hilos. Respetar la Simetría de la prenda						
Avios	Cantidad	Ubicación				
Etiquetas de composición	1	Interior de la prenda del lado izq entre la costura de los laterales				
Etiquetas de Talle	1	centrada hacia abajo de la etiqueta de marca				
Etiquetas de Marca	1	centrada en la vista de espalda interior				
Cinta dorada	c/n	bordado de flores del lado izquierdo y derecho delantero. Cinto del lado trasero				
Bies	c/n	Borde del frente y cuello del chaleco				
Piedras	6	1 piedra para el frente y 5 pequeñas para el cinto trasero				

Empresa: Prana						
Descripción: Remera de algodón bordada						Prana
Ficha Técnica: geometral frente y espalda con detalles y especificaciones						
Fecha de Entrega: 26/11/2012						
Material: Remera de fibrana. Bordados: hilo camila. Cordón: hilo de algodón						
l a r g o t o t a l 6 0 c m						
	Curva de Talles a producir					
Talle:	38/22	40/24	42/26	44/28	46/30	48/32
Cantidad:	10	10	10	10	10	10
Total: 60						
Importante: Una vez terminada la prenda, limpiar hilos. Respetar la Simetría de la prenda						
Avios	Cantidad	Ubicación				
Etiquetas de composición	1	Interior de la prenda del lado izq entre la costura de los laterales				
Etiquetas de Talle	1	centrada hacia abajo de la etiqueta de marca				
Etiquetas de Marca	1	centrada en la vista de espalda interior				
Hilos camila para bordado	c/n	bordado anahata y bordado a lo largo de la remera				
Cordon	84 cm	donde comienza el escote en v				

Empresa: Prana						
Descripción: Pantalón semi chupin con cinto						Prana
Ficha Técnica: geometral frente y espalda con detalles y especificaciones						
Fecha de Entrega: 26/11/2012						
Material: Lino indù						
Curva de Talles a producir						
Talle:	38/22	40/24	42/26	44/28	46/30	48/32
Cantidad:	5	5	10	10	10	10
Total: 50						
Importante: Una vez terminada la prenda, limpiar hilos. Respetar la Simetría de la prenda						
Avios	Cantidad	Ubicación				
Etiquetas de composición	1	Interior de la prenda del lado izq entre la costura de los laterales				
Etiquetas de Talle	1	centrada hacia abajo de la etiqueta de marca				
Etiquetas de Marca	1	centrada en la vista de espalda interior				
Cierre rojo de 12 cm	1	en el frente				

Empresa: Prana						
Descripción: Chaleco de cuero calado con bordes en cinta dorada						Prana
Ficha Técnica geometral frente y espalda con detalles y especificaciones						
Fecha de Entrega: 26/11/2012						
Material: Chaleco de cuero de cabritilla. Bordes en cinta dorada. Bordado: hilo de seda dorado						
l a r g o t o t a l 4 6 c m	Delantero			Trasero		
Curva de Talles a producir						
Talle:	38/22	40/24	42/26	44/28	46/30	48/32
Cantidad:	10	10	10	10	10	10
Total: 60						
Importante: Una vez terminada la prenda, limpiar hilos. Respetar la Simetría de la prenda						
Avios	Cantidad	Ubicación				
Etiquetas de composición	1	Interior de la prenda del lado izq entre la costura de los laterales				
Etiquetas de Talle	1	centrada hacia abajo de la etiqueta de marca				
Etiquetas de Marca	1	centrada en la vista de espalda interior				
Cinta dorada	c/n	bordes del chaleco excepto mangas				
Hilo de seda dorado	c/n	Bordado alrededor de figura en la parte trasera				

Empresa: Prana						
Descripción: Musculosa de seda con bordado de flores y volado						Prana
Ficha Técnica geometral frente y espalda con detalles y especificaciones						
Fecha de Entrega: 26/11/2012						
Material: Musculosa de seda lavada. Bordados: flores de seda lavada cocidas con hilo dorado, y piedras en la flor central						
L a r g o t o t a l 6 0 c m	Delantero					
	Cuello redondo	Flores de seda bordada con hilo dorado	Flor de seda central bordada con piedras	Trasero		
		Volado de 6 cm.	Union lateral de las partes. Costura invisible		Cuello redondo	
		Costura simple con hilo dorado				
Curva de Talles a producir						
Talle:	38/22	40/24	42/26	44/28	46/30	48/32
Cantidad:	10	10	10	10	10	10
Total: 60						
Importante: Una vez terminada la prenda, limpiar hilos. Respetar la Simetría de la prenda						
Avios	Cantidad	Ubicación				
Etiquetas de composición	1	Interior de la prenda del lado izq entre la costura de los laterales				
Etiquetas de Talle	1	centrada hacia abajo de la etiqueta de marca				
Etiquetas de Marca	1	centrada en la vista de espalda interior				
Flores de seda	5	volado delantero				
Hilo dorado	c/n	Bordado de flores delanteras y costuras				
Piedras	c/n	ubicadas en flor frontal delantera				

Empresa: Prana						
Descripción: Pollera de gasa de seda con bordado de flores y volado pintado						Prana
Ficha Técnica geométral frente y espalda con detalles y especificaciones						
Fecha de Entrega: 26/11/2012						
Material: Pollera de gasa de seda. Bordados: flores con hilo camila.						
Curva de Talles a producir						
Talle:	38/22	40/24	42/26	44/28	46/30	48/32
Cantidad:	10	10	10	10	10	10
Total: 60						
Importante: Una vez terminada la prenda, limpiar hilos. Respetar la Simetría de la prenda						
Avios	Cantidad	Ubicación				
Etiquetas de composición	1	Interior de la prenda del lado izq entre la costura de los laterales				
Etiquetas de Talle	1	centrada hacia abajo de la etiqueta de marca				
Etiquetas de Marca	1	centrada en la vista de espalda interior				
Cierre	1 de 16 cm.	Lateral izquierdo				
Hilo camila	c/n	Bordado de flores delanteras y traseras				
Piedras	c/n	ubicadas en las flores delanteras				

Empresa: Prana						
Descripción: Saco con bordado de flores y ramas en lentejuelas						Prana
Ficha Técnica geometral frente y espalda con detalles y especificaciones						
Fecha de Entrega: 26/11/2012						
Material: Saco de gabardina. Bordados: lentejuelas rosa, celeste, azul y dorada.						
Curva de Talles a producir						
Talle:	38/22	40/24	42/26	44/28	46/30	48/32
Cantidad:	10	10	10	10	10	10
Total: 60						
Importante: Una vez terminada la prenda, limpiar hilos. Respetar la Simetría de la prenda						
Avios	Cantidad	Ubicación				
Etiquetas de composición	1	Interior de la prenda del lado izq entre la costura de los laterales				
Etiquetas de Talle	1	centrada hacia abajo de la etiqueta de marca				
Etiquetas de Marca	1	centrada en la vista de espalda interior				
Lentejuelas	c/n	Flores y ramas en todo el saco				
Piedras	1	como avio en la parte delantera				

Empresa: Prana						
Descripción: Vestido de gasa seda pintado con bordado en lentejuelas						Prana
Ficha Técnica geometral frente y espalda con detalles y especificaciones						
Fecha de Entrega: 26/11/2012						
Material: Vestido de gasa de seda. Bordados: lentejuelas violeta y fuccia						
Largo total 85 cm	Delantero					
	Cuello de un hombro (izquierdo)	Recorte 5 cm.	Trasero			
	Recorte de 12cm. c/u	Cuello redondo				
	Guarda dorada					
	Recorte de 10cm. c/u					
	lentejuelas					
	Costuras invisibles					
	Volado de 10 cm.					
Curva de Talles a producir						
Talle:	38/22	40/24	42/26	44/28	46/30	48/32
Cantidad:	10	10	10	10	10	10
Total: 60						
Importante: Una vez terminada la prenda, limpiar hilos. Respetar la Simetría de la prenda						
Avios	Cantidad	Ubicación				
Etiquetas de composición	1	Interior de la prenda del lado izq entre la costura de los laterales				
Etiquetas de Talle	1	centrada hacia abajo de la etiqueta de marca				
Etiquetas de Marca	1	centrada en la vista de espalda interior				
Lentejuelas	c/n	volado y recortes				
Guarda dorada	c/n	Corte debajo del busto				

7.6.5. Costos

MATERIALES	U. MEDIDA	CONSUMO	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
CONJUNTO 1				
CHALECO CALADO				
Cuero	metros	1	\$ 120,00	\$ 120,00
Forro	metros	1	\$ 30,00	\$ 30,00
Cinta dorada	metros	1,5	\$ 2,50	\$ 4,00
SUBTOTAL CHALECO			\$ 156,30	\$ 157,80
MUSCULOSA FLORCITA				
Seda lavada	metros	0,6	\$ 26,00	\$ 15,60
Piedras		10	\$ 0,50	\$ 5,00
SUBTOTAL MUSCULOSA			\$ 26,50	\$ 20,60
POLLERA FLORCITA				
Seda	metros	1	\$ 120,00	\$ 120,00
Cinta dorada	metros	2	\$ 2,50	\$ 5,00
SUBTOTAL POLLERA			\$ 122,50	\$ 125,00
Subtotal Materiales Conjunto 1			\$ 305,30	\$ 303,40
CONJUNTO 2				
VESTIDO				
Seda	metros	1,5	\$ 120,00	\$ 180,00
Lentejuelas	metros	1	\$ 3,00	\$ 3,00
Forro	metros	1,5	\$ 40,00	\$ 60,00
SUBTOTAL VESTIDO			\$ 163,00	\$ 243,00
SACO				
Gabardina	metros	1,2	\$ 40,00	\$ 48,00
Lentejuelas	metros	26	\$ 3,00	\$ 78,00

Activación de los puntos energéticos del cuerpo mediante indumentaria y accesorios
TFG: Liz Vietto

Forro	metros	1,2	\$ 24,00	\$ 28,80
SUBTOTAL SACO			\$ 67,00	\$ 154,80
Subtotal Materiales Conjunto 2			\$ 230,00	\$ 397,80
CONJUNTO 3				
REMERA FIBRANA				
Fibrana	metros	0,65	\$ 45,00	\$ 29,25
Cordón	metros	1	\$ 1,50	\$ 1,50
SUBTOTAL REMERA			\$ 46,50	\$ 30,75
PANTALON				
Lino hindú	metros	1	\$ 50,00	\$ 50,00
Cierre		1	\$ 3,00	\$ 3,00
SUBTOTAL PANTALON			\$ 53,00	\$ 53,00
CHALECO				
Lino de algodón	metros	0,6	\$ 50,00	\$ 30,00
Forro	metros	0,6	\$ 50,00	\$ 30,00
Cinta dorada	metros	5	\$ 2,00	\$ 10,00
Bies	metros	1,5	\$ 1,00	\$ 1,50
SUBTOTAL CHALECO			\$ 103,00	\$ 71,50
Subtotal Materiales Conjunto 3			\$ 202,50	\$ 155,25

COSTOS GENERALES				
Etiqueta marca		8	\$ 0,50	\$ 4,00
Packaging		8	\$ 3,00	\$ 24,00
Etiqueta interna		8	\$ 0,30	\$ 2,40
SUBTOTAL COSTOS GENERALES			\$ 3,80	\$ 30,40

TOTA MATERIALES	\$ 886,85
------------------------	----------------------

MANO DE OBRA	PAGO POR PRENDA
CONJUNTO 1	
CHALECO UNO	
Confeccion	\$ 120,00
Calado	\$ 30,00
SUBTOTAL CHALECO	\$ 150,00
MUSCULOSA FLORCITA	
Confeccion	\$ 60,00
Bordado	\$ 15,00
SUBTOTAL MUSCULOSA	\$ 75,00
POLLERA FLORCITA	
Confeccion	\$ 80,00
Bordado	\$ 200,00
SUBTOTAL POLLERA	\$ 280,00
Subtotal Mano de Obra Conjunto 1	\$ 505,00
CONJUNTO 2	
VESTIDO	
Confeccion	\$ 90,00
Teñido	\$ 20,00
SUBTOTAL VESTIDO	\$ 90,00
SACO	
Confeccion	\$ 110,00
Bordado	\$ 500,00

SUBTOTAL SACO	\$ 610,00
Subtotal Mano de Obra Conjunto 2	\$ 700,00
CONJUNTO 3	
REMERA FIBRANA	
Confeccion	\$ 60,00
Bordado	\$ 60,00
Teñido	\$ 10,00
SUBTOTAL REMERA	\$ 130,00
PANTALON	
Confeccion	\$ 80,00
Bordado	\$ 5,00
Teñido	\$ 10,00
SUBTOTAL PANTALON	\$ 95,00
CHALECO	
Confeccion	\$ 100,00
Teñido	\$ 20,00
SUBTOTAL CHALECO	\$ 120,00
Subtotal Mano de Obra Conjunto 3	\$ 345,00
TOTA MANO DE OBRA	\$ 1.550,00

TOTAL MATERIALES Y MANO DE OBRA	\$ 2.436,85
---------------------------------	-------------

TOTAL COSTOS VARIABLES: 304,61 x 8

COSTOS FIJOS

GASTOS GENERALES	Frecuencia	Costo Unitario	Costo Total
Alquiler	mensual	\$ 4.000,00	\$ 4.000,00
Transporte	semanal	\$ 20,00	\$ 20,00
Publicidad	mensual	\$ 800,00	\$ 800
Impuestos	mensual	\$ 100,00	\$ 100
Luz	bimestral	\$ 395,00	\$ 395
Teléfono	mensual	\$ 220,00	\$ 220
Sueldo empleada	mensual	\$ 4.000,00	\$ 4.000
Total		\$ 9.535,00	\$ 9.535

TOTAL COSTOS FIJOS	\$ 9.535,00
---------------------------	--------------------

COSTO TOTAL: Costos Variables + Costos Fijos

COSTO TOTAL \$ **11.971,85**

COSTO TOTAL UNITARIO: Costo Total/ N° de prendas		
COSTO TOTAL UNITARIO: 25,77 / 1	8	\$ 304,61

UTILIDAD

UTILIDAD: Costo Total Unitario X % de utilidad		
GANANCIA:	304,61 x 110%	\$ 335,07

VALOR DE VENTA : Costo Total Unitario + Utilidad		304,61+335,07
VALOR DE VENTA		\$ 639,68