



经济及社会理事会

Distr.: General
19 November 2014
Chinese
Original: English

妇女地位委员会

第五十九届会议

2015 年 3 月 9 日至 20 日

第四次妇女问题世界会议以及题为“2000 年
妇女：二十一世纪两性平等、发展与和平”
的大会特别会议的后续行动

具有经济及社会理事会咨商地位的非政府组织美国“日常生活中习瑜伽”组织提交的陈述*

秘书长收到以下陈述，现按照经济及社会理事会第 1996/31 号决议第 36 和第 37 段分发。

* 本陈述未经正式编辑而印发。



陈述

瑜伽如何支持性别公平

我们看到的许多男女差异都是由我们所生活的社会造成的！男性应当“刚强”、女性应当“温柔”，男性可以自由活动并且感到安全，而女性却不能——社会对男女区别对待、赋予男性另一种地位，从而造就了这一不公正现象。

只要我们这么认为，并以此方式行事，我们永远都无法实现性别平等！我们必须看到个人，而不是性别陈规定型观念。瑜伽起源于古代的吠陀文化，教导人们尊重并理解每个人的独特性及平等地位，即，我们中的每个人，无论男女，都是出色的，从本质上讲，每个人都与他人平等。

练习瑜伽是为了让身体、精神和心灵内部保持平衡；增强专注程度，提高注意力，摒弃消极的行为方式，冷静思考，提高内在力量，缓解压力，促进自我调节。练习瑜伽带来的这些必然的益处十分有利于男女平等地享有幸福。

本组织的目标是将女性从男性的压迫中解救出来。然而，这一目标并无任何母权制色彩，也绝不是女性压迫男性。本组织的目标是实现两性之间的平等、公平和公正。
