Qi Gong e Tai Ji Quan in Seminario

martedì 13 ottobre 2009

FONDAZIONE PASQUA2000

Qi Gong e Tai Ji Quan per tutti

Cos’è il Qi Gong?

Il Qi Gong è la più antica arte terapeutica della Medicina Cinese risalente secondo fonti storiche al III° sec. a.C. Il Qi Gong è una Ginnastica Medica, ed in quanto tale, fa parte integrante della Medicina Tradizionale Cinese e di questa, ne esprime tutte le potenzialità terapeutiche. Tutti possono praticare il Qi Gong sia a scopo preventivo, per potenziare il sistema di difesa dell’organismo, sia a scopo terapeutico, per favorire il corretto scorrere dell’energia corporea e ristabilire lo stato di benessere.

Cos’è il Tai Ji Quan, stile yang?

Nato come arte marziale nell’antica Cina, si è evoluto attraverso i secoli come un sistema estremamente raffinato di esercizi per lo sviluppo dell’individuo nella sua unità psico – fisica. Esso consiste in una serie di movimenti, lenti e armonici, adatti a sviluppare la forza interna del corpo, la sua flessuosità e la sua resistenza. Il Tai ji quan è attualmente inserito in un programma di salute globale dai migliori centri di riabilitazione e prevenzione internazionale.

Inizio dei corsi: 3 novembre 2009

Luogo: Palazzo del Seminario (via Cosenza, 90 - Erice C. S.)

Docente: Dr.ssa Anna Maria Grifo, medico chirurgo, agopuntore ed esperta in Qi Gong medico e Tai Ji Quan. (cell. 3473359020 per le iscrizioni)

Giorni di pratica: Martedì e Giovedì II° livello, avanzato: ore 17,00 – 18,00

I° livello, principianti: ore 18,15 – 19,15

Costo: € 40 mensili (comprendente anche l’iscrizione tra i soci di Fondazione Pasqua2000)

Si chiama “la porta d’oriente” il progetto nato dall’incontro tra un gruppo di medici trapanesi che promuovono la conoscenza della medicina cinese e la Fondazione Pasqua2000. Obiettivo: sviluppare una visione della persona che mette insieme il doppio sguardo, orientale ed occidentale, sull’uomo. La millenaria saggezza cinese infatti esprime con un linguaggio potente un modo di concepire l’uomo, l’universo e la vita ancora tutto da esplorare che nasce dall’intuizione che l’uomo vive la sua vita come un albero le cui radici stanno profondamente nella terra e la chioma svetta anelando al cielo e cerca in quest’armonia profonda tra l’uomo e l’energia del creato, la guarigione e anche la via per realizzare una condizione di infinitezza. Una concezione che ben si collega a quella visione olistica e unitaria dell’uomo propria del cristianesimo ma spesso mortificata o deformata.