



Corso di DŌ-IN

edizione 2009/2010

Primo incontro
sabato 3 Ottobre
dalle ore 15 alle ore 18



PARSIFAL
Viale GORIZIA, 6 - MILANO

info: 02 89423673
info@parsifal-yoga.it
www.parsifal-yoga.it

CORSO di DŌ-IN 2009/2010

Una è l'Energia Universale e innumerevoli sono le forme in cui si manifesta nel suo Perenne Mutamento, da quella più densa e materiale a quella più rarefatta e spirituale, ed esse sono tutte modificazioni intermedie delle due energie fondamentali, contrapposte e complementari : Yin e Yang.

Yin e Yang fluiscono senza limiti e in modi sempre diversi e come il buio della notte sfuma nel chiarore dell'alba, il freddo dell'inverno si muta nel tepore della primavera, ciò che è nascosto si svela, si nasce e si muore...così nell'essere umano corpo, emozioni e pensiero variano continuamente a seconda degli accadimenti esterni ed interni...

Il DO-IN ci guida in un affascinante viaggio alla scoperta delle energie fisiche, psichiche e spirituali che fluiscono in noi per darci l'opportunità di divenire responsabili del nostro benessere e della nostra serenità, liberi da tutti quei malesseri che ci impediscono di star bene e di raggiungere i nostri obiettivi.

Attraverso l'approccio teorico e pratico alla millenaria Medicina Tradizionale Cinese nata dalla filosofia Taoista ("DO" è la traduzione di "TAO") in un percorso di ascolto e di autopercezione, si potranno apprendere le tecniche di massaggio e gli esercizi fisici, respiratori e spirituali, adatti a mantenere o recuperare quello stato di energia equilibrata che ci permetta di adeguarci in modo armonioso al Perenne Mutamento che tutto regge.

Il corso si articolerà in 9 incontri, una volta al mese, il sabato dalle 15 alle 18.

Consultare in segreteria o sul sito il calendario degli incontri.

Gli incontri si terranno presso

Parsifal a.s.d., in Viale Gorizia, 6 - Milano
Per informazioni telefonare allo: 02 89423673.



Argomenti del corso:

- La Legge dei 5 Movimenti: interrelazioni tra i Movimenti, tra le coordinate spazio/temporali, i livelli evolutivi, le energie esterne ed interne, le stagioni, gli strati corporei, gli Organi e i Visceri, gli stati emotivi e mentali, i colori, i sapori, gli odori, i cibi...
- Percorso dei principali Canali Energetici (Meridiani)
- Studio a livello energetico di: Organi e Visceri, Testa, Viso, Collo, Spalle, Braccia, Mani, Tronco (Schiena/Colonna Vertebrale, Petto/Addome/Ventre), Gambe, Piedi
- Studio a livello riflessologico dei piedi
- Tecniche di massaggio energetico, riflessologico e metamorfico
- Asanas, educazione al respiro e alla concentrazione, ed esercizi vari energetici inerenti agli argomenti trattati.

Verrà rilasciato un certificato di frequenza a chi avrà frequentato almeno 7 incontri.