

## NATUROPATIA ORIENTALE

L'Associazione Italiana Shojukai è lieta di comunicare che, tramite l'Istituto SHOJUKAI, nell'anno accademico 2007-08 si aprirà un nuovo primo anno del corso di Naturopatia Orientale a Lecco.

Il corso si svilupperà, come quello tenuto alla I.N.O. di Vergiate, in 3 anni, trattando tutte le materie tipiche della Kampo (medicina Cino-Giapponese) e delle antiche tecniche di origine Giapponese.

Chiunque fosse interessato può richiedere informazioni inviando una mail a [info@shojukai.it](mailto:info@shojukai.it). Informazioni più dettagliate saranno comunicate a breve.



Il gruppo di shinpiden che ha partecipato al seminario con il rev Inamoto. Con grande impegno e ammirabile determinazione, per due giorni, hanno seguito le spiegazioni, molto sottili ed approfondite, di Hyakuten Sensei.

Le prossime date del corso di Naturopatia Orientale, presso l'**I.N.O.**:

14 - 15 Aprile	Kampo (I - II anno)
12 - 13 Maggio	Japan Reiki (I anno)
26 - 27 Maggio	Japan Reiki (II - III anno)
9 - 10 Giugno	Kampo (III anno)
22 - 23 - 24 Giugno	Stage Estivo



UOVA, COLOMBE E CIOCCOLATO!  
FORSE ESISTE UN MODO MIGLIORE  
PER FESTEGGIARE LA PASQUA...

Associazione Italiana SHOJUKAI  
e Istituto SHOJUKAI

Sede op.  
Via A. De Gasperi,  
23900 Lecco - LC  
Tel. 0331-96.49.02  
Tel. 0341-28.84.54  
Cell. 334-17.69.087

Sede legale  
Via C. Cattaneo, 42/H  
23900 Lecco - LC  
[www.shojukai.it](http://www.shojukai.it)  
[info@shojukai.it](mailto:info@shojukai.it)



APRILE 2007

# SHOJU NEWS

心柔会

Editore: **Associazione Italiana Shojukai**

Testi, disegni e foto: **Associazione Italiana Shojukai**

Web: [www.shojukai.it](http://www.shojukai.it)

E-mail: [info@shojukai.it](mailto:info@shojukai.it)

Web: [www.ino-kai.it](http://www.ino-kai.it)

E-mail: [info@ino-kai.it](mailto:info@ino-kai.it)

tel/fax: 0331-96.49.02

cell: 334-17.69.087

tel/fax: 0331-94.24.13

cell: 338-84.94.588

### MOXA

Dott. Giuseppe Pavani

La parola *moxa* (pronunciata mogusa) è giapponese, non cinese, e significa erba per bruciare. Si usa l'artemisia volgare che, erba comunissima anche da noi, ha la proprietà di bruciare a velocità costante, consentendo il controllo della combustione. In oriente viene raccolta e stagionata per l'utilizzo sul corpo e venduta in qualità più o meno pregiate.

Ci sono due importanti rami derivanti dalla tradizione cinese sulla moxa. Uno trae origine da Bian Que, famoso medico-filosofo di 2500 anni fa, ritenuto il primo codificatore del corpus energeticum cinese. Il secondo ramo trae invece da Huang Ti, ovvero il mitico Imperatore Giallo.

La MOXA è una terapia che si basa sulla stimolazione dei punti di agopuntura. In questa tecnica è il calore il principio attivo e si combina con l'effetto Riflessoterapico dell'Agopuntura. Finché esiste energia nel corpo essa può essere manipolata in vari modi, quali Shiatsu, Anma, Agopuntura, Reiki[...] ma quando l'energia è scarsa e muoverla sarebbe sconsigliabile, si usa la moxa per introdurre energia dall'esterno.

La Moxa è una pratica molto efficace ma richiede grande capacità ed attenzione, poiché è molto facile, specialmente utilizzando i coni, procurare ustioni cutanee.



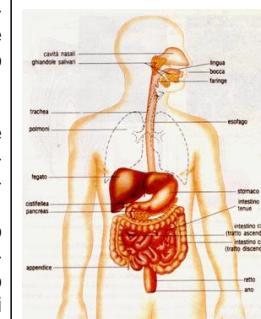
Da sinistra:  
il rev Inamoto,  
il dott. Pavani,  
il dott. Sumio ed  
il dott. Piras

(All'interno il resoconto della visita del Monaco Tendai presso l'I.N.O.)

### MISURA IL TUO METABOLISMO CON ODOR TEST

Da Aprile è possibile prenotarsi presso lo studio del Dott. Pavani per effettuare ODOR TEST, un originale

metodo d'indagine per determinare il metabolismo intermedio, cioè come vengono bruciati nel corpo i costituenti di tutti gli alimenti -zuccheri grassi e proteine- per fornire energia. Conoscere l'attività del proprio metabolismo - lento o veloce- è un elemento molto importante che aiuta



a capire l'origine di diversi squilibri e le motivazioni per cui il nostro organismo fatica a digerire o a perdere peso anche se si mangia poco e correttamente. Compresi nel test ci sono anche MetaV e MetaL, prodotti naturali che rappresentano un valido aiuto per regolarizzare il metabolismo e consigli personalizzati per seguire un corretto stile di vita.

SOMMARIO	PAG
Moxa	1
Metabolismo	1
Qi-Gong	2
Kyou Ken Jutsu	2
Komyo	2
Kampo	3

## UN SUCCESSO LA VISITA DEL REV. INAMOTO!

La visita di tre giorni del Rev. Inamoto Hyakuten a Vergiate, presso l'Istituto di Naturopatia Orientale, è stata davvero una fantastica esperienza che ha riscontrato un grande successo. A partire dall'incontro, aperto a tutti, nella serata di venerdì 9 Marzo, durante il quale il monaco ha spiegato le origini e la diffusione del Reiki illustrando le sue spiegazioni con numerose foto dei luoghi della nascita di questa disciplina in Giappone e del monte Kurama. Il rev Inamoto, inoltre, si è dimostrato molto aperto e disponibile rispondendo alle tante curiosità dei presenti.

Le giornate di Sabato 10 e Domenica 11 sono state invece riservate alla formazione degli Shinpiden. Numerosi i partecipanti: oltre agli allievi della scuola di Naturopatia (Vergiate), sono arrivati gruppi di studenti Komyo Reiki anche da Savona, Caserta, Lecco e Brescia, per ricevere l'insegnamento direttamente da Hyakuten. Avere l'opportunità di praticare e ricevere Reiki da una persona così vicina alle fonti originali è stata un'esperienza preziosa; infatti, solo Hyakuten ha potuto fornire agli allievi dettagli sulla storia e la pratica di quest'arte che nessun altro poteva conoscere. La cerimonia della consegna dei diplomi Shinpiden con timbro e firma originali giapponesi, arricchita da gioia, foto e applausi, ha concluso le due giornate con la consapevolezza di ognuno di essere sulla strada giusta per vivere appieno una vita serena.

(nelle varie pagine alcuni momenti dei tre giorni in compagnia di Hyakuten)



## KYOU KEN JUTSU

Finalmente, dopo una lunga attesa, con grande aspettativa è stata aperta la palestra Comunale di Rancio, in via Alcide de Gaspari, a Lecco.

Grazie all'appoggio del Consiglio di Zona n°3 il M° Piras Marco Vinicio ha avuto la possibilità di diffondere il sapere di un'antica disciplina di vita orientale: la KYOU KEN JUTSU (letteralmente "arte e ricerca della salute"). Così, da Lunedì 19 Marzo alle ore 18, ha preso il via il corso in programma che si svilupperà in 10 lezioni settimanali.

Uno degli allievi del M° Piras è lo stesso presidente del consiglio di Zona, il sig. Rusconi Alfredo, il quale non ha nascosto il proprio interesse verso queste discipline fin dalla prima lezione. Allievi, consiglieri del CDZ3 e il Maestro soddisfatti dopo la prima lezione: oserei dire "un successo".

Prossimamente, sempre nello stesso luogo, il M° Piras farà partire altri corsi, in orari differenti, così da permettere a tutti gli interessati di partecipare.

## KAMPO YAKU, L'ERBORISTERIA GIAPPONESE

È il termine che in giapponese si utilizza per indicare le metodologie di trattamento delle alterazioni dell'energia umana che traggono origine dalle conoscenze della più antica Cina.

Nei giorni sabato 14 e domenica 15 Aprile alla I.N.O. si svolgerà il seminario di *Kampo yaku*, erboristeria Cino-Giapponese, per gli allievi frequentanti il primo e secondo anno del corso di Naturopatia Orientale.

Argomento principale che per i nuovi allievi saranno le erbe, delle quali verranno spiegate le proprietà benefiche, le loro componenti e le modalità di utilizzo.

Gli allievi che nell'anno precedente hanno già potuto approfondire lo studio delle erbe si troveranno invece ad imparare le basi della dietologia orientale, intesa come corretto stile di vita, che è la base della nostra vita secondo la Medicina Tradizionale Orientale. Il seminario si terrà il sabato dalle 15.00 alle 18.00 e la domenica dalle 09.30 alle 18.00.

Un momento della presentazione.  
Da sx: il rev. Inamoto, la M° Grandi ed il dott. Pavani



## STAGE DI PRIMAVERA

In occasione dello Stage di Primavera, durante il quale sono state ripassate tutte le materie trattate finora, un insegnante d'eccezione ha incantato gli allievi. Il dott. Sumio ha ripresentato lo Shiatsu e lo Zen. Il dott. Sumio ha mostrato agli studenti lo Shiatsu che ha imparato in Giappone, il quale differisce dallo stile tramandato dal dott. Pavani solo per dei piccoli particolari. Il dott. Ebisuno, come il dott. Pavani, ha avuto nella sua vita modo di praticare meditazione Za-Zen in un monastero ed ha portato la propria esperienza per meglio spiegare agli allievi ciò che lo Zen insegna.

Nella giornata di Domenica, invece, il dott. Pavani e il dott. Piras hanno ripreso le radici dell'insegnamento ed ha mostrato agli studenti il Te-A-Te, la più antica tecnica di

imposizione delle mani ad oggi conosciuta. La base, il perno attorno a cui ruotano tutte queste arti è sempre il non-pensiero, lo ZEN. Vuotare la mente per poter fare senza pensieri e pregiudizi.



Il gruppo degli allievi I.N.O. che ha partecipato alla serata con il rev. Inamoto. Pag 3

## IL 13 APRILE IL DOTT. SUMIO - ASSISTITO DAL DOTT. PAVANI - INSEGNA A GAVIRATE

Venerdì 13 Aprile dalle ore 18 alle ore 19.30 si terrà una serata di presentazione di Qi Gong, aperta a tutti, condotta dal Dott. Ebisuno Sumio. L'evento, organizzato dallo Studio Kokoro della Dott. Stefania Gamberoni in collaborazione con l'Associazione Italiana Shojukai, si terrà presso Il Tempio del Benessere in Viale Verbano, a Gavirate. Durante la serata il Dott. Sumio descriverà e farà praticare agli allievi le forme di base del Qi-Gong, ginnastica respiratoria cinese per incanalare l'energia vitale e vivere una vita sana. Il Qi-Gong, letteralmente "energia del movimento" è infatti una ginnastica dolce di origine orientale adatta a tutti che, attraverso movimenti lenti e una corretta respirazione, ristabilisce il libero movimento del corpo, rendendolo più morbido e allentando le tensioni della vita di tutti i giorni.