

A LEZIONE DI KANPO

Il prossimo appuntamento che attende gli allievi dei corsi di naturopatia alla ripresa delle lezioni è quello con il seminario di Kanpo-Yaku, ovvero erboristeria.

Questa pratica si basa sulla cura degli squilibri energetici attraverso l'aiuto delle erbe, riducendo l'utilizzo eccessivo di farmaci ed evitando, così, l'intossicazione dell'organismo.

Le lezioni saranno condotte dai M° Pavani e Piras e si terranno nei giorni 24 e 25 Gennaio per gli allievi di Lecco ed il 10 e 11 Gennaio per quelli di Vergiate.

L'Associazione **L'indaco dell'Ulivo** aprirà ufficialmente i battenti con l'inaugurazione che si terrà il 10 gennaio 2008 a Casorate Sempione, Via Gorizia, 11.

Da anni frequento l'Associazione Italiana Shojukai e l'I.N.O., dove ho conseguito due anni fa il diploma di Naturopata Orientale presso l'Istituto. È con entusiasmo e "mille prospettive", che finalmente faccio il primo passo...non saranno certo le paure a forviare il mio credo: ciò che mi è stato trasmesso con semplicità e tradizione, ma fonte di una verità ben radicata! Nella quotidianità, dapprima inconsciamente, poi sempre più consapevole, ho vissuto la mia trasformazione.

Trasformare, non cambiare...liberarsi dai condizionamenti ed esprimere all'esterno ciò che veramente siamo, con positività, tralasciando le lamentele ma cominciando a costruire! È con Orgoglio e Rispetto che tramanderò ai miei allievi ciò che ho appreso, affinché anche loro nel rispetto della tradizione ne facciano buon uso per la loro vita, cominciando dal posto più vicino a loro: sé stessi!

Celauro Giusy

Associazione Italiana SHOJUKAI
e Istituto SHOJUKAI

Sede Op.
Via A. De Gasperi, 13
23900 Lecco - LC
tel/fax 0341/288.454
cel 334.17.69.087

Sede Legale
via C. Cattaneo, 42/H
23900 Lecco - LC
www.shojukai.it
info@shojukai.it



IN QUESTO NUMERO...

Sei Tai
Masami Okamoto
Gara e allenamento tecnico Karate
Kampo

Nuove cinture
Gendai Reiki a gennaio
Anma
L'Indaco dell'Ulivo

SEI TAI

Il termine Sei Tai significa "sistemare il corpo" ed è un sistema antico e tradizionale giapponese per riequilibrare il nostro corpo attraverso movimenti che si basano sul percorso dei meridiani. Il Sei Tai si fonda sul principio che il corpo umano è perfettamente in grado di curarsi da solo e recuperare così una condizione che in Occidente viene definita di "buona salute". Per questo motivo, le tecniche di Sei Tai insegnano prima di tutto ad osservare e poi trattare il corpo eliminando tutti quei fattori che lo rendono debole. Il metodo Sei Tai riporta il corpo umano alla sua linea originaria che, nel corso della vita, è intaccata e modificata dallo stile di vita, da posture sbagliate, da movimenti errati ripetuti quotidianamente e da fattori psicologici come ansie, depressioni o stress mentale. Tutto questo in linea con i principi del Ki, cioè dell'energia vitale che permette al nostro corpo di mantenersi in uno stato di equilibrio psico-fisico e sulla quale si fonda ogni arte orientale tradizionale. Il metodo Sei Tai è sconosciuto in Italia ma rappresenta quella parte antica e ancora molto viva del Giappone tradizionale, tramandata oralmente all'interno delle famiglie per generazioni e generazioni in quanto patrimonio ricco e importantissimo da custodire.

COMPLIMENTI alle nuove cinture promosse dal M° Pavani all'I.N.O. di Vergiate nel mese di dicembre 2008: le gialle Ariel Gasparini, Daniela Bompede e Marco Biscotto, le arancioni Giuseppina Celauro e Mariarosa Ferrario, le verdi Emanuela Del Picco e Massimo Favaro, primo grado cintura blu per Cesare Piras e secondo grado cintura blu per Roberto Dell'Orto e Claudio Montalbetti.

MASAMI OKAMOTO: LA SEMPLICITA' DEL REIKI

Hanno riscosso un buon successo le serate di presentazione di Reiki stile Gendai proposto dalla Master giapponese Masami Okamoto, svoltesi nelle sedi di Varese, Lecco e Boario.

La Master di origine giapponese ha introdotto la storia del reiki, la sua nascita e la sua evoluzione nel tempo, arricchendo il racconto con episodi della sua esperienza personale che l'hanno portata ad avvicinarsi a questa splendida pratica e a viverla giorno per giorno, cercando di trasmetterne a tutti la semplicità.



Sopra e a lato, due momenti delle conferenze tenute da Masami Okamoto, rispettivamente a Varese e Lecco.

A GENNAIO SEMINARI DI GENDAI A LECCO, VERGIATE E BOARIO TERME

Il 17 e il 25 Gennaio e il 1 Febbraio 2009 si terranno dei seminari di Gendai Reiki condotti dai Maestri Giuseppe Pavani, Marco Vinicio Piras e Antonino Didiano.

Gli incontri si svolgeranno dalle ore 9.30 alle ore 17.30 nelle diverse sedi dell'Associazione Shojukai: il 17 a Lecco, il 25 a Vergiate e il 1 a Boario Terme.

I seminari saranno rivolti a tutti coloro che desiderano apprendere gli insegnamenti dei livelli Shoden ed Okuden dello stile Gendai Reiki-Ho praticato da Hiroshi Doi e dalla sua allieva diretta Masami Okamoto che è stata ospite della Shojukai a dicembre 2008.

GLI ALLIEVI DELL'I.N.O. ALLA GARA DELLA FE.K.D.A.

Domenica 30 Novembre 2008, tre allievi di Karate del M° Pavani hanno partecipato alla gara ad Orzinuovi (Bs) organizzata dalla F.E.K.D.A. Federazione Europea Karate Discipline Associate. Gli allievi Roberto dell'Orto e Cesare Piras nella categoria Juniores e Matteo Ghezzi nella categoria Veterani, hanno avuto così la possibilità di concorrere in una vera e propria gara ad alti livelli, la prima di una lunga serie aperte a tutti gli allievi dell'I.N.O.

Venerdì 30 Gennaio 2009 si svolgerà inoltre all'Istituto di Naturopatia Orientale di Vergiate un allenamento tecnico di Karate condotto dai Maestri Claudio Pastore 9° Dan commissario tecnico nazionale Shotokan e segretario generale Fe.K.D.A. (Federazione Europea Karate Discipline Associate) e Giuseppe Pavani 8° Dan commissario tecnico nazionale Shojukai.

La serata organizzata dall'Associazione Shojukai in collaborazione con la Fe. K. D.A. (Federazione Europea Karate Discipline Associate) avrà luogo dalle ore 20 alle ore 22 e sarà aperta a tutti gli allievi di karate delle due scuole che potranno così praticare con i due maestri tecniche di karate tradizionale.

Logo of Associazione Italiana SHOJUKAI (left) and logo of F.E.K.D.A. (right). Text: "in collaborazione con F.E.K.D.A." (top right). "Venerdì 30 Gennaio 2009 dalle ore 20.00 alle 22.00" (middle left). "ALLENAMENTO TECNICO DI KARATE" (center, large blue text). "tenuto dai Maestri" (below center). "M° CLAUDIO PASTORE (9° Dan) Commissario Tecnico Nazionale SHOTOKAN Segretario Generale F.E.K.D.A." (middle right). "M° PAVANI GIUSEPPE (8° Dan) Commissario Tecnico Nazionale SHOJUKAI" (bottom right). "presso I.N.O. Istituto Naturopatia Orientale Via Boschetto,16 - 21029 Vergiate (VA) tel: 338.8494588 mail: info@ino-ka.it web: www.ino-ka.it" (bottom).

ANMA: PUNTI E MERIDIANI

Grande soddisfazione per gli allievi che hanno preso parte alle lezioni la lezione svoltesi a Lecco il 21 e 22 Dicembre, riguardanti le tecniche dell'Anma. Quest'arte mira ad eliminare rigidità muscolari, attivare la circolazione sanguigna, eliminare la tensione, prevenire ed intervenire sulle dislocazioni ma, soprattutto, ristabilire l'equilibrio energetico mente-corpo-emozione-spirito agendo direttamente sui blocchi energetici eventualmente presenti nel nostro organismo. Infatti, Anma si basa principalmente sui principi della medicina tradizionale cino-giapponese ed utilizza tutte le tecniche principali del massaggio terapeutico su punti specifici del corpo umano, e sui meridiani (Keiraku) lungo i quali sono situati i punti stessi.