

## KI-DO una perla che brilla da migliaia di anni

**SI PUO' PARLARE DI "NOVITA'" SU UN TEMA ANTICO QUANTO IL MONDO?**

Ki-Do, letteralmente "Via dell'energia", è uno dei fiori all'occhiello del corso di Naturopatia Orientale, che lo differenzia da altre realtà sui generis e contribuisce a renderlo Tradizionale.

Lo scorso weekend, 7 e 8 novembre, si è svolto a Vergiate il seminario dedicato agli allievi frequentanti il terzo anno della scuola.

Un'innovazione su un tema antico come quello dell'Energia, Ki appunto, la forza primordiale che permea tutto ciò che ci circonda, noi stessi, l'universo stesso. Proprio il concetto di Ki, l'energia, è il fulcro della scuola e la base di tutte le materie (le Arti) insegnate: una mancanza o un eccesso di energia è ciò che determina la nostra "buona salute"; usare lo Shiatsu, l'Anma o modificare l'alimentazione di una persona significa agire sotto vari aspetti sul suo equilibrio energetico. Ancora più profondamente, l'energia rappresenta il nostro legame con la natura e con l'Universo, di cui non ci rendiamo nemmeno conto ma è invece fondamentale per vivere in "armonia" con ciò che ci circonda e ciò che ci ha generato. Nel weekend dedicato a questo corso i dottori Pavani e Piras, esperti e ricercatori dell'energia e delle sue possibilità, hanno esplicitato approfonditamente questi concetti, facendo praticare agli allievi anche diversi esercizi di Ki, per capire e cimentarsi nel suo utilizzo: l'energia non si vede, ma si può imparare ad usarla e sentirla!

### **DICEMBRE CI PARLA DI SAMURAI E TRADIZIONE: ANMA, ANTICO E ATTUALE**

La materia proposta agli allievi di Naturopatia Orientale nel mese di Dicembre, fortemente voluta dal dott. Pavani è Anma.

Si tratta dell'antico massaggio dei Samurai, una tradizione prettamente giapponese (materiale originale della famiglia Hattori e appunti personali, dell'allora allievo, dott. Pavani) che comprende molte tecniche, anche molto diverse tra loro, tutte utili al raggiungimento di un unico e solo scopo: il benessere psicofisico.

Si parlerà quindi del do-in anma "tecnica di auto massaggio" da eseguire sia su se stessi che sugli altri; si praticheranno degli esercizi fisici anma che agiscono sui meridiani e servono a sciogliere e ripristinare eventuali blocchi del Ki =energia, soffio vitale e per ultimo, ma non in ordine di importanza si potranno vedere e "sentire" i benefici del piacere di un tocco morbido e fluido sul nostro corpo atto alla riabilitazione del movimento naturale di tutti gli arti.

Il nostro corpo ci parla e ci manda continuamente dei messaggi, impariamo ad ascoltarlo e a migliorare la qualità della nostra vita quotidiana! Anma è da considerarsi una delle perle che contribuiscono a rendere unico, nel suo genere, il corso di Naturopatia Orientale sviluppando e diffondendo sempre più queste antichissime conoscenze Orientali quasi sconosciute nel nostro Occidente.

**In questo numero parliamo di...**

- \* *KI-DO, una perla [...]*
- \* *Naturopatia Orientale / Anma*
- \* *Soke Kozo Kuniba / 14 Novembre*
- \* *Naturopatia Orientale / Anatomia*
- \* *Hikari, una nuova "scintilla"*
- \* *Allenatori di Qi-Gong*

**Un sorriso è come uno spazzolino. Devi usarlo spesso per mantenere i denti puliti.**

*Proverbio del mese*



Un semplice esercizio energetico

## SOKE KOZO KUNIBA: LA TRADIZIONE NEL PRESENTE

Un vero successo lo stage presieduto da Soke Kozo Kuniba sabato 14 Novembre al palazzetto comunale di Fagnano Olona (VA). Un nutrito numero di partecipanti, molto attivi ed interessati, hanno seguito le particolareggiate spiegazioni di soke Kuniba alle tecniche di Goshin-Do, lo stile di difesa personale della famiglia Kuniba standardizzato dal padre di Kozo Kuniba, il defunto Shogo Kuniba, che vanta oltre ottocento tecniche.

Con gli allievi del M° Pavani e del M° Piras anche gli amici di Canneto sull'Oglio del Goju Ryu e gli allievi della Fe.I.Ka., coorganizzatrice dell'evento, provenienti da tutta la Lombardia: un appuntamento come questo vale qualche ora di macchina!

Durante le tre ore di intensa lezione soke Kuniba ha dato prova dell'efficacia delle tecniche di famiglia e delle conoscenze acquisite nel corso di anni di pratica.

Al termine della lezione lo stesso soke ha consegnato personalmente ad ognuno, adulti e bambini, gli attestati di partecipazione, autografati, e...sorpresa!

Soke Kuniba ha conferito al M° Pavani il diploma ufficiale della Kuniba-kai (riconosciuto dalla JKF e dalla WKF) di Shihan Karate-Do in merito all'impegno nella diffusione e nella pratica costante e per la continua ricerca nelle Arti Marziali.

Un importantissimo riconoscimento ufficiale è stato consegnato anche al M° Piras, presidente dell'Associazione Italiana Shojukai: la scuola di Arti Marziali Shojukai è stata riconosciuta dalla Kuniba Kai Motobu-ha Shito-ryu Karate-do, della quale Kozo Kuniba è soke Internazionale, risultando così annoverata tra le scuole riconosciute dalla JKF.



## HIKARI, UNA NUOVA "SCINTILLA"

Sabato 24 ottobre è stato inaugurato ad Ispra lo Studio "Hikari" di Zacconi Vitaliano. Un grande traguardo per l'allievo di Naturopatia Orientale che ha deciso di intraprendere professionalmente la strada delle arti orientali e dedicarsi anima e corpo a questo lavoro che, oltre ad essere una professione, è principalmente una grande scelta di vita. La scelta stessa del nome, su suggerimento del Dott. Pavani, è significativa: infatti "Hikari" in giapponese significa Luce e ciò può essere interpretato in tanti modi, la luce dell'energia, della vita, della speranza e soprattutto di qualcosa di nuovo che inizia.

Diversi, tra allievi e ex-allievi della Naturopatia Orientale hanno aperto o sono in procinto di aprire Studi professionali e Associazioni per la divulgazione di quanto appreso. La Scuola è orgogliosa dei traguardi raggiunti e confida che ognuno, ora è il momento di Vitaliano, trasmetta ciò che ha appreso in questi anni con volontà, entusiasmo e dedizione.

## NATUROPATIA ORIENTALE: BASI DI ANATOMIA E FISILOGIA

In un corso completo a 360° quale è il nostro corso di Naturopatia Orientale, non può certo mancare un accenno alla morfologia del corpo umano, lo studio dell'Anatomia. La nostra scuola si avvale dell'ausilio di docenti "specializzati" per ogni materia e gli allievi di Lecco e Vergiate hanno potuto contare sulla Dott.ssa Marta Micheli e sul dott. Franco Porzio. Si rende quindi necessario, per il proseguo degli studi, conoscere le nozioni basilari di Anatomia studiando le fondamenta del corpo, sia di Fisiologia, cioè lo studio dei processi vitali e delle funzioni del corpo in condizioni naturali. Sarà interessante sviluppare e approfondire curiosità in questo ambito con chi normalmente lavora e usa la medicina allopatrica, così diversa e complementare alla Tradizione Medica Orientale.

## I nuovi Allenatori di Qi-Gong

Le nostre più sentite congratulazioni e i migliori auguri ai nuovi allenatori di Qi-Gong:

Barbazza Alberto, Bompede Daniela, Casartelli Fiorella, Celauro Giuseppina, Comi Valeria, Dell'Orto Roberto, Del Picco Emanuela, Gamberoni Stefania, Gasparini Ariel, Ghezzi Matteredo, Piras Cesare e Taiana Patrizia.

Ora che siete diplomati fatevi valere!



A.S.D. Italiana SHOJUKAI

Sede Operativa:

Via A. De Gasperi, 13 - 23900 Lecco -LC-

Sede Legale:

Viale Ticino, 24 - 21026 Gavirate -VA-

tel: 338 84.94.588 // e-mail: info@shojukai.it // web: www.shojukai.it