

Shoju news



Editore: A.S.D. Italiana SHOJUKAI

Testi, disegni e foto: A.S.D. Italiana SHOJUKAI

Tel: 0341 176.13.58 - Web: www.shojukai.it - e-mail: info@shojukai.it

MEDITAZIONE
con Masami Okamoto

KOMYO REIKI
Il Rev. Inamoto in Italia!

REIKI Tante realta', un
mondo intero!

APPUNTAMENTI

6-7 MARZO: Stage per
operatori e Master

6 MARZO Stage Qi-Gong
con M. Sumio Ebisuno

STAGE QI-GONG con M. SUMIO EBISUNO

Alle ore 15.00 di sabato 6 Marzo lo stage primaverile inizierà con una lezione di Qi-Gong che vede il ritorno del Dott. Ebisuno Sumio, alla guida di un aggiornamento sull'antica arte cinese di movimento per il benessere psico-fisico. Il corso sarà un'ottima occasione per i nuovi allievi, che ancora non conoscono il Qi-Gong, per iniziare a scoprire l'efficacia sia per il corpo sia per il rilassamento della mente, mentre per chi già lo pratica da tempo lo stage li aiuterà a perfezionarsi nelle diverse forme e movimenti. Da anni il Qi-Gong è parte integrante della scuola di naturopatia e molti allievi lo insegnano a loro volta.

Ciò fa capire l'importanza in una vita sana, di un movimento costante, di una corretta respirazione, di un buon rilassamento, tutti elementi che hanno reso il Qi-Gong una delle forme più efficaci per il benessere personale.

6 MARZO - Dalle 15,00 alle 18,00

SCUOLA BOSINA - Via Stadio, 38 VARESE

... SI PROSEGUE CON L'AYURVEDA!

Lo stage primaverile proseguirà domenica 7 Marzo con la novità del massaggio ayurvedico che viene presentato per la prima volta agli allievi di naturopatia orientale. Le origini dell'ayurveda risalgono alla mitologia indiana. Si ritiene infatti che l'ayurveda, la "scienza della vita", derivi da Brahma, creatore dell'universo. Costui fece dono del sistema ayurvedico a Daksa Prajapati e da questi agli Asvin, ed infine da loro ad Indra, signore degli dei vedici. Da Indra infine l'ultimo passaggio ai suoi 4 discepoli, Bharadvaja, Atreya, Kasyapa e Dhanvantari. Secondo l'Ayurveda il corpo fisico è pervaso da tre dosha (energie vitali) in proporzioni diverse. Questi determinano tramite il loro stato di equilibrio o squilibrio rispetto alla costituzione individuale lo stato di benessere o squilibrio dell'individuo. La scienza ayurvedica mira a ripristinare l'energia (prana) della persona agendo sul dosha che la caratterizza e lo fa tramite un vero e proprio sistema di vita che comprende alimentazione, ginnastiche e anche il massaggio. Nel seminario viene trattata la parte dell'ayurveda che riguarda appunto il massaggio inteso come forma di benessere ed equilibrio del corpo, della mente, dello spirito. Il massaggio ayurvedico, oltre ad essere straordinariamente rilassante, agisce con l'uso dell'olio rigorosamente caldo sui chakra, punti energetici siti sul nostro corpo, in modo da riequilibrare l'organismo e migliorarne lo stato e la salute a seconda del nostro Doshha di appartenenza.



Le lezioni si terranno a Varese: presso la Scuola Bosina, in via dello Stadio 38

REIKI Tante realta', un mondo intero!

Reiki, una splendida arte di vita che dal Giappone si è diffusa, negli ultimi novant'anni, in ogni parte del mondo: oriente e occidente sono stati pervasi da questa luce, dapprima tenue e soffusa, diventata sempre più luminosa e brillante. Dal Reiki originale, praticato e insegnato da Usui sensei, sono nati tanti stili, "occidentali" e "tradizionali" e da questi ogni individuo ha creato un proprio Reiki ho (metodo di usare reiki), che meglio si addice a se. Al giorno d'oggi è possibile trovare qualsiasi cosa 'marchiata' Reiki: libri, magliette, associazioni, fotografie, televisioni, programmi radiofonici, gadgets di ogni tipo, abbracci, sorrisi, "bambini Reiki".

Tutte queste forme di espressione sono giuste, purchè partano dal cuore e conducano verso la semplice e unica verità che il Maestro Usui ha insegnato ai propri allievi: Reiki è una strada per raggiungere l'Anshin Ritsumei, l'assoluta pace interiore, un percorso per giungere all'illuminazione, un sentiero per costruire la propria vita nell'amore incondizionato. Scoperto da Usui Mikao sensei sul monte Kurama, dopo 21 giorni di digiuno e meditazione, il Reiki è uno stile di vita, un metodo per affrontare le tempeste del vivere quotidiano in maniera differente, in armonia e con responsabilità ma senza sofferenza o per lo meno attenuarla, utilizzando i famosi 5 principi i quali hanno un'importanza non da sottovalutare in questa arte di vita. Nella pratica il reiki (o Reiki Ryoho, "guarigione" Reiki) si esprime attraverso l'imposizione delle mani: tutto avviene in maniera naturale, senza forzature né movimenti particolari. L'energia Universale che fluisce attraverso il praticante, attraversandolo come un canale, si muove naturalmente dove c'è una necessità.

Reiki, uno degli argomenti basilari del corso di Naturopatia Orientale, che fa dell'energia vitale il proprio caposaldo, è stato affrontato e piacevolmente vissuto nel mese di Febbraio da insegnanti e allievi.

KOMYO REIKI Il Rev. Inamoto in Italia!

È con grande onore che l'Associazione Italiana Shojukai ospita il Rev. Inamoto Hyakuten per l'ennesima volta in Italia.

Dietro espressa richiesta del rev. Inamoto, il dott. Pavani e il dott. Piras sono stati invitati ad organizzare e ospitare la conferenza (naturalmente incentrata

sul Reiki) che il monaco Jodo terrà la sera del 19 marzo nella città di Varese. Il rev. Inamoto introdurrà i curiosi lungo il sentiero di Reiki, spiegando loro di cosa si tratta, approfondendone la storia ed esplicando la propria esperienza con Reiki in tutto il mondo.

Tra gli altri eventi in programma il seminario per i futuri Shinpiden e la consueta giornata di approfondimento riservata a chi ha già conseguito il livello Shinpiden.

Una novità introdotta quest'anno, durante la visita del monaco in Italia, è prevista per lunedì 22: attraverso i contatti della rete internet il rev. ha deciso di proporre una serata di scambi Reiki aperta a tutti! Due ore intense di trattamenti ed esercizi energetici, il rev. Inamoto vuole proporre un incontro in puro stile (U.R.R.G.) giapponese!!

Associazione
italiana SHOJUKAI®



**Rev.
Hyakuten
Inamoto**

Fondatore del metodo
Komyo Reiki ©



**Varese
vive
REIKI!**



dott. Pavani Giuseppe

Shiniden Komyo Reiki - Shihan Zen Reiki
fondatore della Naturopatia Orientale e di Un.I.R.E.

Venerdì 19 Marzo - ore 20.30

Conferenza sul Reiki:

**Origini, cuore e tradizione di questa fantastica
disciplina che è entrata nelle nostre vite.**

Per partecipare: info@shojukai.it - 338.84.94.588

Lunedì 22 Marzo - ore 20.30

Serata di scambi Reiki

**Trattamenti e purificazioni guidati
dal Rev. Inamoto aperta a TUTTI!!**



MEDITAZIONE CON MASAMI

Anche quest'anno è stata con noi Masami Okamoto Sensei, invitata dal M° Pavani in Italia per trasmettere lo stile da lei elaborato, dopo oltre vent'anni di esperienze e ricerche nel mondo del Reiki, che ha chiamato "Zen Reiki", proprio per indicare la semplicità e l'essenza dello spirito del Reiki, il cuore.

La sera del venerdì 15 Gennaio a Vergiate presso la via Sempione si è svolto lo shuyokai con la Master, una serata di meditazione zen, è stata tutta una sorpresa, che ha entusiasmato il gruppo di allievi che ha avuto la fortuna di parteciparvi. Un'incontro entusiasmante, disteso e sereno, quello tra gli allievi e la Sensei Okamoto: un primo esercizio per armonizzare il gruppo, una lunga meditazione gassho e la ricerca di un obiettivo per ognuno attraverso delle semplici carte.

Dopo

un seminario personale molto intensivo Sensei Okamoto ha consegnato la qualifica di Shihan Zen Reiki (che corrisponde al livello Master) al dott. Pavani allievo diretto della Master, che ha organizzato nel weekend del 30-31 Gennaio le lezioni con i primi studenti Shoden dello stile Zen Reiki, gli insegnamenti sono stati molto profondi e interessanti; uno stile semplice, diretto, mirato allo sviluppo della sensibilità e dell'intuito come nella tradizione originale di Usui Sensei (del quale ha raccolto molte metodiche originali!).

Lo Zen Reiki (o forse vale la pena definirlo solamente Reiki) punta allo sviluppo della persona, mira all'obiettivo

raggiunto dal maestro Usui: Anshin Ritsumei. Coltivando la gratitudine, l'amore incondizionato, cercando dentro di se il vero amore, si entra in risonanza con il divino e con la luce di Reiki.

È così che sarà da non perdere il prossimo seminario che l'associazione Shojukai organizza nei giorni 20-21 Febbraio a Vergiate.

