

氣功

QI GONG PER LA VISTA

Metodo Ma Litang Yang Qi Gong

12 e 13 Maggio

Corso Roma, 27 Arizzano – (Verbania)
Sede Associazione AmaMusica – Ex Municipio

Il Qi Gong , traducibile con "allenamento dell'energia vitale" è una tecnica terapeutica cinese sviluppata in più di due millenni dai medici taoisti e buddisti.

Si basa su facili esercizi fisici, metodi di respirazione e di concentrazione mentale, suoni che stimolano i differenti organi interni.

Secondo la Medicina Tradizionale Cinese i problemi agli occhi sono causati, per la maggior parte, da squilibri energetici nei principali organi interni. Per questo motivo la pratica del Qi Gong non solo tonifica i muscoli oculari ma prende in esame l'intero sistema fisiologico e perfino il rapporto fra gli occhi e le emozioni, che sono spesso fonti insospettite di disturbi della vista: " Non ci vedo più dalla rabbia!" Che ne pensate?, oppure "Ha un velo di tristezza negli occhi!" e così via....

Il Qi Gong della vista mentre cura gli occhi, migliora anche lo stato di salute nel suo complesso, ed aiuta a trovare calma e serenità e un altro "punto di vista".

a cura di **Doriana Cereda** .

(co-fondatrice dell'Ass.ne italiana Ma Litang Yang Qi Gong)

Sabato dalle 10.00 alle 17.00

Domenica dalle 10.00 alle 16.00

per le iscrizioni rivolgersi a:

Doriana Cereda 3358372763

LO STAGE E' APERTO A TUTTI