



# HAKUSHA CENTRO STUDI SHIATSU E MOXA

Organizza Seminario di

## QI GONG PER LA VISTA

ESERCIZI CINESI PER LA SALUTE DEGLI OCCHI

**Quando:** sabato e domenica 26 e 27 MAGGIO 2018 dalle 9.30 alle 17.00

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.

E’ una ginnastica dolce, preventiva e curativa, che agevola la circolazione sia del sangue sia dell’energia lungo i meridiani.

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

Gli esercizi, una volta appresi, vanno praticati per pochi minuti ogni giorno.

Per i problemi della vista, le tecniche elaborate dalla dottoressa Ma Xu Zhou, primario in un ospedale oftalmico di Pechino, prevengono e curano:

miopia e presbiopia,

strabismo e astigmatismo,

miopia dei bambini,

glaucoma e cataratta agli stadi iniziali.

Secondo la medicina tradizionale cinese i problemi degli occhi sono in gran parte causati da squilibri energetici negli organi interni. Per questo motivo il trattamento non si limita a tonificare i muscoli oculari, ma prende in esame l’intero sistema fisiologico, e perfino il rapporto fra occhi ed emozioni, spesso fonti insospettite di disturbi della vista.

**Docente:** DOMINIQUE FERRARO

Per informazioni ed iscrizioni:  
e-mail [varese@hakusha.it](mailto:varese@hakusha.it)

tel 0332 264297 cell 3393128609

