氣功

ALESSIO MACIOTTA
presenta

CORSO DI QI GONG

L'arte dell'Energia

Rosa Rò
Centro Medicina Olistica Alassio Italy
L'Unione Corpo Mente e Spirito

氣功

Corso di QI GONG

Docente: Alessio Maciotta



Il termine Qi Gong è entrato comunemente in uso intorno ai primi del 900, quando fu introdotto nei testi e nei trattati con il significato di "Arte di coltivare il Qi con maestria". Il nome Qi Gong è storicamente databile all'epoca della Dinastia Ming (1368-1644), anche se sembra che fu menzionato per la prima volta dal Maestro Taoista Xu Sun vissuto intorno al IV secolo dopo Cristo.

L'Arte di coltivare il Qi è un pratica antica di millenni, tanto che si perde nella notte dei tempi e nel corso della storia ha preso nomi diversi. Il termine "Dao Qi Ling, Yi Ti Ling Ruo" che significa "Guidare il Qi porta all'armonia, condurre il corpo porta alla flessibilità" nella sua versione sintetica "Dao Yin" è uno dei più antichi nomi utilizzati nel corso della storia per indicare il Qi Gong. Altri termini utilizzati sono "Yang Sheng" ovvero "Nutrire la Vita", "Xing Qi" che significa "Muovere il Qi" e "Tu Gu Na Xin" che indica "Espellere il Vecchio, Assorbire il Nuovo". Tutti questi termini sono validi per indicare il Qi Gong, ognuno di loro evidenzia un particolare aspetto di quest'Arte.

Il termine Qi Gong è composto da due parole, Qi e Gong. Qi è l'Energia Vitale, l'ideogramma che lo esprime rappresenta l'immagine del riso (materia) che cuocendo in una pentola genera il vapore (energia). Gong è un parola che indica "lavoro svolto con impegno, costanza, abilità e maestria". Qi Gong significa quindi "Coltivazione dell'Energia Vitale svolta con maestria" o più semplicemente "Lavoro sull'Energia Vitale".

Il Qi Gong si riferisce a una serie di pratiche e di esercizi collegati alla medicina tradizionale cinese e in parte alle arti marziali che prevedono la meditazione, la concentrazione mentale, il controllo della respirazione e particolari movimenti di esercizio fisico.

Il Qi Gong si pratica generalmente per il mantenimento della buona salute e del benessere sia fisico che psicologico, tramite la cura e l'accrescimento della propria energia interna (il Qi).



Centro di Medicina Olistica RosaRò
Via Gramsci 3 - 17021 Alassio (SV)
Tel. 0182 020055 - info@rosaro.it - www.rosaro.it

Rosa Rò
Centro Medicina Olistica Alassio Italy
L'Unione Corpo Mente e Spirito

Modulo di iscrizione al
CORSO DI QI GONG

Cognome_____ Nome_____

Nato/a_____ il_____

Professione_____

Indirizzo_____

CAP_____ Città_____

Telefono_____ Cell_____

E-mail_____

TERMINI E CONDIZIONI
Il corso è suddiviso in lezioni della durata di 1 ora a cadenza settimanale.
Inizio corso mercoledì 8 gennaio 2014 alle ore 10.00
L'abbonamento a 10 lezioni dà diritto ad uno sconto del 10% (RosaròCard)

INFORMATIVA SUL TRATTAMENTO DEI DATI AI SENSI DEL DLGS 196/2003
Le informazioni raccolte saranno inserite nella nostra banca data e utilizzate esclusivamente per scopi amministrativi e promozionali e non ceduti a terzi. Le informazioni raccolte saranno trattate nel pieno rispetto del Dlgs 193/03 Nuovo Codice Privacy e successive modifiche o integrazioni.

Data_____ Firma_____