

Associazione sportiva,
ricreativa e culturale
DOJOKUN KARATE

Bruino



Esercizi Energetici
www.suikan.com
www.energiamaya.com

Anno 2009

**Patrocinato
dal Comune di Bruino**

5 per 5

Si tratta di 5 incontri per 5 temi, al fine di lavorare sulla **dimensione energetica individuale** nella ricerca del riequilibrio attraverso una serie di esercizi fisici che sono proposti in un programma di lavoro breve.

Non è necessaria alcuna particolare preparazione fisica o di conoscenza relativa agli argomenti trattati. L'unica qualità richiesta è la volontà di risolvere e l'impegno nel praticare quotidianamente gli esercizi che verranno mostrati per l'intera durata del corso (circa un mese).

Questo impegno permetterà di raggiungere lo scopo di questo lavoro e di stare meglio nella consapevolezza dell'unità già dal primo incontro.

Gli incontri si terranno dalle 18-19 oppure dalle 19-20, il **lunedì** presso **l'Associazione Dojokun karate** - palestra di V. Cordero (scuola elementare) di Bruino.

Gli incontri partiranno solo dietro il raggiungimento del minimo numero di partecipanti richiesto per l'attività proposta.

MUOVERE L'INVISIBILE

Gli esercizi energetici rappresentano un metodo per armonizzare il flusso energetico del corpo.

Sono rivolti a tutti, adulti, bambini e anziani e non necessitano di alcuna preparazione fisica in quanto comportano un graduale miglioramento delle condizioni generali dell'individuo, allineandosi alla situazione di partenza e non a un dato oggettivo preso come riferimento.

Per approfondimenti, vedasi la collana di quaderni di Astroenergia:

www.energiamaya.com



**SUI KAN
ESERCIZI ENERGETICI**

info@energiamaya.com
cell. 349 8512461

<http://www.suikan.com/>

Un giorno un guerriero incontrò il fiume e decise di combattere contro di lui. Le acque del torrente erano impetuose ma non così profonde da temerle. Il fiume osservò il guerriero e poi lo spinse ad affondare il colpo tra le sue pietre. E il guerriero rimase prigioniero fino a quando comprese che il gesto gli era stato fatale e che solo una cosa avrebbe potuto liberarlo.

Il seguire l'acqua (sui kan).



**SUI KAN
ESERCIZI ENERGETICI**

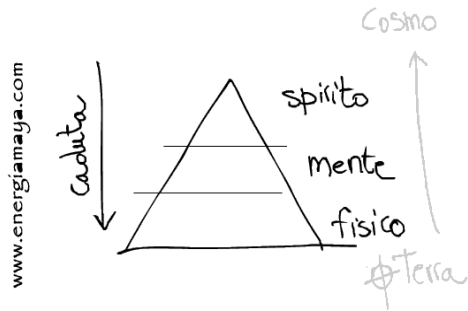
info@energiamaya.com
cell. 349 8512461

<http://www.suikan.com/>

Incontri

INTEGRARSI NELL'UNITA'

Lo scopo di questi 5 incontri è quello di riformulare l'unità individuale, ovvero rafforzare il benessere di stare con noi stessi, di ascoltarci. L'allineamento a cui sono diretti gli incontri, riporta una condizione di equilibrio e di armonia di ogni parte dell'essere.



PARTO ENERGETICO

Il rapporto tra madre e figlio è uno dei principi più evoluti dell'Amore universale. La madre porta il figlio nel suo grembo fisico per 9 Lune, e nel suo corpo energetico per un periodo che va dalle 99 lunazioni (circa sette anni) a un periodo maggiore.

Lo scopo di questi incontri è di maturare l'evoluzione del corpo energetico nella visione di quel parto che dovrà avvenire nel tempo dovuto affinché sia la madre che il figlio possano stabilire



Ristabilire un contatto con il proprio corpo energetico, aiuta a ritrovare l'ascolto della dimensione umana, spirituale e terrestre, senza che vi sia prevalenza di una parte sulle altre. Nell'unità è possibile sperimentare l'unione con se stessi verso l'Universo.

quel nuovo equilibrio necessario alla loro autodeterminazione.

Gli incontri sono diretti a una madre e un figlio/a nell'età compresa tra i 5 anni e massimo gli 11 anni, tranne casi particolari che potranno essere valutati di persona.

RISTABILIRE LA POLARITA'

Il corpo maschile e femminile è formato di una diversa polarità che permette alla coppia di ritrovarsi e di integrarsi. Questi incontri sono diretti a confermare o riaggiustare la polarità individuale sessuale degli individui, affinché essi possano ritrovare una maggiore soddisfazione e un magnetismo più intenso.

(il femminile)

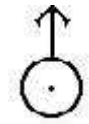


Il corso è gestito separatamente, quindi vi sarà un gruppo di sole donne e un gruppo di soli uomini,

perché il lavoro possa essere gestito al meglio e con maggiore risultato soprattutto nei confronti di quelli che possono essere i problemi specifici legati alla propria polarità.

Gli esercizi sono diretti a riequilibrare le energie sessuali nella naturale direzione dell'individuo.

(il maschile)



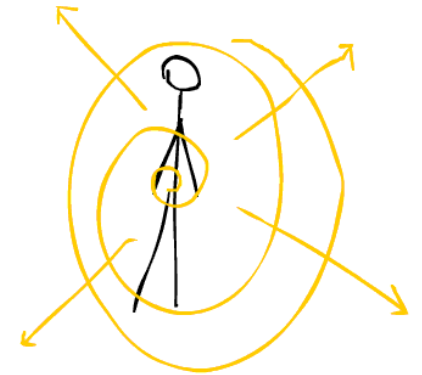
ENERGIE INTEGRATE

(coppie)

Scegliere un compagno è un progetto che coinvolge tutta la dimensione del nostro essere, in ogni sua parte e richiede la partecipazione della sua totalità. Questi incontri sono diretti a completare questo ascolto verso l'altro e riavvicinare, in una dimensione energetica, il compagno fino ad integrare i corpi energetici in un'esperienza che può mostrarsi come un dialogo non parlato, profondo e coinvolgente tale da attivare quelle qualità che a volte restano in attesa della giusta comprensione.

Gli incontri sono diretti a coppie conviventi da almeno tre anni.

www.energiamaya.com



TRAUMI DA SEPARAZIONE

Subire un trauma di separazione (perdita), porta gli individui a disperdere il proprio corpus energetico nella ricerca di una propria identità. La perdita può essere affettiva, materiale, emotiva o di altro genere. Gli esercizi proposti cercano di ristabilire un movimento direzionale atto al consolidamento individuale nella sua centralità.

Ogni gruppo di incontri partirà al raggiungimento del numero di partecipanti.

Al momento dell'iscrizione verrà richiesta una preferenza di orario che verrà presa in considerazione ma non sarà da intendersi come scelta. Per informazioni :

info@energiamaya.com

cell. 349 8512461 ore 20-21:00