

## Corso di Anpuku

La nostra pancia (hara) è il centro dell'incarnazione, in vero e proprio baricentro fisico, punto centrale del nostro corpo. Nell'addome avvengono i processi più strabilianti: le entità esterne vengono trasformate alchemicamente in sostanza, tanto materiale che psichica.

E' in questa zona che viene elaborato tutto quanto ricevuto dall'esterno, ridotto ai suoi costituenti più semplici e riaggregato nelle nostre sostanze complesse, tanto a livello di cibo che di pensieri.

Lo stato di salute del nostro corpo dovrebbe mantenersi sempre perfetto, in quanto il nostro organismo possiede un incredibile numero di sistemi di protezione, di difesa e di ripristino delle condizioni ottimali. La malattia è dovuta ad una nostra incredibile incuria nei riguardi del nostro sistema vitale, protratta per un tempo irragionevole, ovvero sino a starare quei meccanismi di riequilibrio che garantiscono il perfetto funzionamento metabolico.

La centralità del nostro essere completo (corpo+anima+spirito) è quando lo consideriamo comprensivo del suo corpo di carne. Il Buddha sosteneva la centralità della condizione umana, la sola veramente completa, in questo esaltandola rispetto ed apparentemente ben più elevate condizioni divine. Secondo questa profonda concezione, il livello massimo della spiritualità si realizza proprio nel Mondo materiale, vale a dire a livello fisico.

L'Anpuku è una manipolazione viscerale. È un metodo per eliminare il Qi bloccato nell'addome.

Questo metodo di diagnosi energetica e di trattamento delle viscere e degli organi interni ha origine dal Chi Nei Tsang cinese.

Nell'antica Cina, i saggi osservarono che gli esseri umani possono sviluppare negli organi interni dell'addome dei blocchi energetici che producono dei nodi e dei grovigli causati da emozioni come paura, rabbia, preoccupazione, etc. o da superlavoro, stress, incidenti, interventi chirurgici, tossine ed una postura scorretta.

Quando sono ostruiti, gli organi immagazzinano energie "tossiche" e tossine fisiche vere e proprie che possono attaccare altri sistemi corporali ed emergere come emozioni negative o malattie. Quando le energie "tossiche" non riescono a trovare una via d'uscita, si spostano nell'addome congestionandolo e bloccando tutto il resto del corpo..

### PROGRAMMA DEL CORSO

#### Programma parte teorica

- Le origini dell'Anpuku;
- La filosofia;
- La fisiologia dell'addome
- I principi di funzionamento dell'Anpuku;
- I benefici;
- Indicazioni e controindicazioni.

#### Programma parte pratica

- La tecnica;
- L'utilizzo dei palmi delle mani
- L'utilizzo dei pollici;
- Lavoro in posizione supina.

### Nandin

Vicolo degli Orti Portuensi, 36 – 00149 Roma

06.31074772 – 328.7459227 – 333.1845370

segreteria@nandin@gmail.com