

Seminario di

Dò-in autoshiatsu

corso di Specializzazione

con Nicola Daniele



Il Dò-in è consigliato agli adulti, ai bambini ma anche a tutti coloro che vogliono cambiare la loro vita...



"Dò" è la traduzione giapponese della parola cinese Tao che possiamo tradurre con la Via, la strada che ci guida verso l'armonia e l'intuizione delle forze universali.

"In" significa "dentro" cioè conoscere noi stessi.



Nicola Daniele, ha iniziato lo studio dello Shiatsu nel 1975, è insegnante di AutoShiatsu Dò-in ed ha appreso questa tecnica da vari maestri: Michio Kushi, W. Ohashi, Saul Goodman...

"Gioia di Vivere"

*via del Francia, 95 - S. Macario in Monte
LUCCA - tel. 0583.327198 3480318077
nicoladaniele@gioiadivivere.it
www.gioiadivivere.it*

Il Dò-in

È una pratica antichissima di automassaggio basato sul principio tradizionale dell'Agopuntura: infatti anziché usare gli aghi lungo i canali dei meridiani, poi si procede massaggiandoli o facendo delle pressioni con le dita delle mani. Mentre l'Agopuntura è un metodo per curare i dolori e le malattie, l'automassaggio ci mantiene in buona salute. Il Dò-in al mattino s'inizia con una ginnastica che riequilibra tutto il corpo, infatti se abbiamo troppa energia possiamo scaricarla e se siamo stanchi ci ricarica. Con le nostre mani impariamo a conoscerci e ad osservarci in profondità. Aiutandoci con esercizi e pressione, sviluppiamo la nostra sensibilità per sentire le varie zone del nostro corpo: zone fredde, tensioni, colorazioni particolari, gonfiore... sono tutte spie che indicano una condizione di pericolo. Con la diagnosi preventiva e con la pratica costante del Dò-in possiamo ritornare al nostro stato di salute ottimale e in forma smagliante...

AutoShiatsu
Esercizi del Risveglio
Esercizi di Respirazione
Ginnastica Energetica

Esercizi per la testa,
per il collo, per gli occhi, per la bocca,
per il viso, per le orecchie, per le mani,
per i piedi, per l'addome, per la
schiena...

Automassaggio sui meridiani
Punti di trattamento
Diagnosi Visuale
Diagnosi Emozionale
Rilassamento Yin e Yang
Meditazione



Programma

1. Introduzione al Dò-in.
I Cinque Elementi e la Fisiognomica.
2. Elemento Legno: Fegato/Vescicola biliare - Unghie: colore, forma.. Gli Occhi, colore dimensione, Le Ciglia. Sanpaku...
3. Elemento Fuoco: Cuore/Intestino tenue - L'Aspetto. La Lingua...
4. Elemento Terra: Stomaco/Milza-Pancreas - La Bocca: colore, forma., I Denti, Gengive...
5. Elemento Metallo: Polmoni/Colon Il Naso: forme, colore. I Peli. La Pelle: macchie, nei...
6. Elemento Acqua: Reni/Vescica Le Orecchie: forma, dimensioni. Capelli...