



MAESTRO SHAOLIN, SHI YAN HUI

Monaco Shaolin di 34° Generazione, il Maestro Shi Yan Hui è il rappresentante ufficiale del Tempio Shaolin in Italia e Presidente dell'Associazione Shaolin Quan Fa. Esperto di Arti Marziali, Chan (Meditazione Buddhista) e Medicina Tradizionale Cinese, è autore di numerose pubblicazioni su benessere e salute secondo i principi della Cultura Shaolin.

ALTRI DOCENTI DEL CORSO

prof. VINCENZO MARIA SARACENI

Membro del Comitato Etico della Fondazione Santa Lucia Irccs, è Professore Ordinario di Medicina Fisica e Riabilitazione e Direttore dell'omonima Scuola di Specializzazione presso l'Università Sapienza di Roma.

dott. MARCO TRAMONTANO

Fisioterapista e Osteopata, è Coordinatore del Servizio di Fisioterapia della Fondazione Santa Lucia Irccs e Direttore del Corso di Laurea in Fisioterapia dell'Università di Roma Tor Vergata che ha sede presso la Fondazione.

www.fondazioneantalucia.it

www.shaolinquanfa.eu

Yi 医



CORSO DI MEDICINA
TRADIZIONALE CINESE



SANTA LUCIA



CONTENUTI E ORGANIZZAZIONE DEL CORSO

Il Corso è dedicato ai principi culturali, alle basi teoriche e alle pratiche della Medicina Tradizionale Cinese, come tramandate nella tradizione Shaolin. Spazia dalla storia della Medicina Tradizionale Cinese, ai principi cardine dei meridiani, punti, Qi e sangue, approfondendo pratiche di cura e prevenzione delle malattie secondo lo Yijinjing e le tecniche di Meditazione Chan.

Le giornate di lezione si suddividono in moduli teorici al mattino ed esercitazioni pratiche nel pomeriggio.

DURATA DEL CORSO

Il Corso è di durata annuale, con la frequenza di una giornata al mese (domenica), da gennaio a luglio e da settembre a dicembre, per un totale di 11 lezioni.

MODULI DIDATTICI

MODULO 1

La storia culturale della Medicina Tradizionale Cinese

1. Introduzione alla storia e alla cultura della Medicina Tradizionale Cinese. Comprende lo sviluppo storico e le caratteristiche delle erbe medicinali cinesi, della Medicina dello Shaolin, della medicina delle diverse etnie cinesi e della medicina tradizionale
2. L'origine della cultura della Medicina nello Shaolin, le sue caratteristiche e il suo sviluppo storico; aspetti particolari della medicina durante diverse dinastie, i monaci medici famosi nella storia, le ricette medicinali e la loro produzione

MODULO 2

La base teorica della Medicina dello Shaolin. I meridiani, i punti, il Qi e il sangue

1. la formazione, le funzionalità, la traiettoria della circolazione dei meridiani e il loro passaggio durante le diverse ore della giornata
2. I nomi, la quantità, la tipologia dei punti, i punti particolari, le modalità per prendere i punti
3. La formazione e il concetto del Qi e del sangue

MODULO 3

Metodo Shaolin della regolazione dello ossa

I metodi con il Qi Gong per la regolazione della colonna vertebrale, delle articolazioni periferiche e del bacino

MODULO 4

Il metodo Shaolin della digitopressione

1. L'origine storica, lo sviluppo, le caratteristiche e la cura della digitopressione dello Shaolin
2. Lo studio dei movimenti base delle mani e dei piedi. Prova reciproca e applicazione regolare
3. Metodi come combustione, coppettazione e moxa

MODULO 5

I metodi di mantenimento della salute secondo lo Yijinjing

1. Il concetto dello Yijinjing e la sua funzionalità per il mantenimento della salute.
2. L'allenamento e la spiegazione dello Yijinjing.

MODULO 6

Le arti marziali, il Qi Gong, i concetti della medicina tradizionale cinese e i punti comuni di questi tre argomenti

1. Lo Jin
2. Le ossa

3. Il Qi

4. I tre pezzi e le quattro estremità
5. Le tre combinazioni esterne e le tre interne
6. Il metodo di regolazione Sanxing

MODULO 7

Il Chan

1. La saggezza del Chan
2. La storia del Chan
3. La teoria buddista della meditazione
4. La meditazione e la salute
5. I metodi della meditazione

MODULO 8

Le malattie quotidiane, trattamento e prevenzione

Il mal di testa, l'insonnia, il dolore vertebrale e delle articolazioni periferiche, l'ernia del disco, il dolore nelle ferite e dopo traumi contusivi

MODULO 9

Metodi di prevenzione delle malattie della colonna

Cause, sintomi e prevenzione delle malattie della colonna vertebrale

INFORMAZIONI

Associazione Shaolin Quan Fa Italia
email: shaolin.cultura@gmail.com
tel. 329 0460898

Sede del Corso: Fondazione Santa Lucia Irccs
Via Ardeatina, 354 - 00179 Roma
info: 06 5150.1500 / -1404

www.fondazioneantalucia.it/shaolin
www.shaolinquanfa.eu