



# Tiandao Taiji

## PRESENTAZIONE DI UN'ARTE ANTICA

Domenica 29 settembre 2019 ore 16.30 a Milano

Parco Montanelli ingresso via Manin (a destra subito dopo la Fontana). Lezione gratuita aperta per tutti gli interessati

Prenotate la vostra partecipazione

[info@tiandao.it](mailto:info@tiandao.it) – 342 9438538 Tiandao



## PROVA IL TAICHI



Indagare con attenzione, scoprire, gustare, stupirsi, sentire il benessere, ritrovare l'energia, guadagnare salute, sentirsi rinnovati, ritornare ad essere determinati come bambini che imparano a gattonare, a camminare o a prendere il cibo, incuranti del fallimento e capaci di continuare lo sforzo ...per arrivare all'obiettivo.

Un metodo per allenare Consapevolezza e Intenzione, per sviluppare Intelligenza partendo dalle sensazioni profonde del corpo fisico (primo Dantian) per poi muoversi nell'emozionale (secondo Dantian) e nel mentale profondo (terzo Dantian).

Volontà, sforzo corretto e aspirazione, uniti all'accettazione delle nostre resistenze al cambiamento, alla gentilezza, alla rettitudine sono alcune delle qualità che sviluppiamo nel percorso grazie al Maestro, agli Insegnamenti, e ai compagni di pratica. [Tiandao.it](http://Tiandao.it)



ALLA SCOPERTA DI SE'

MOVIMENTO ARMONICO E MEDITAZIONE