



## 7° volume: Yi Liao Neigong

### “Qigong terapeutico dei 14 meridiani”

## L'IDEA

### Presentazione del Qigong terapeutico dei 14 meridiani

Facendo seguito al precedente 3° volume dedicato al Neigong (Qigong) fondamentale, quest'ultimo, nell'ordine, il settimo della collana di produzione, è il secondo volume tematico, che in questo caso è dedicato al Qigong terapeutico. Esso si propone di approfondire le conoscenze pratiche e didattiche dello studente con la componente terapeutica, fondamentale per approcciare lo studio parallelo della medicina tradizionale cinese.

Il lavoro “interno”, così definito per la difficoltà tangibile di coglierne gli aspetti nell'immediato, è una pratica che richiede almeno tre condizioni. La prima è subordinata all'insegnamento. Questo dovrà essere il più possibile diretto nel lignaggio e nella trasmissione. Quindi consentire allo studente di attingere alla fonte originale il più possibile in linea diretta. La seconda condizione prevede che lo studente abbia acquisito le abilità qualitative derivanti dalla pratica del Neigong fondamentale, statico “Zhan Zhuang” e dinamico “Dong Gong”. Ciò affinché egli sia in grado di riconoscere gli aspetti peculiari dei due sistemi e sappia tradurli nei loro ambiti di principio. Quindi la terza condizione, che pone in enfasi, per lo studente, la sua maturazione didattica e pratica nelle competenze legate alla medicina tradizionale cinese, sulla quale definire quei riscontri pratici, utili all'insegnamento, verso di sé e di conseguenza per gli altri.

Spesso, la tendenza Occidentale è quella di teorizzare le conoscenze didattiche del Neigong, traducendole attraverso la medicina tradizionale cinese. Ci si dimentica, infatti, che la pratica del Neigong è storicamente antecedente alla traduzione canonizzata della MTC. Ciò in quanto disciplina di natura empirica, adottata in seguito anche dalla medicina cinese, per i valori ed i contenuti insiti in essa. Ne è riprova il fatto che molti esperti della disciplina del Neigong, non necessariamente la traducono come arte medica, bensì come disciplina trascendente da ogni ambito, visto che in sé li contempla tutti. Ed allo stesso luogo, la medicina cinese accorpa e tiene conto delle circolazioni curiose, o straordinarie, derivanti dalla pratica del Neigong, collegandole ad eventi e condizioni derivanti dall'ambiente e dall'indirizzo spirituale verso il quale si applica la teoria psichica della disciplina medica.

Ecco, pertanto, che il volume stesso, desidera essere per lo studente un'indicazione a rivolgere lo sguardo e l'attenzione verso lo studio della materia medica, attraverso appunto la medicina tradizionale cinese e così avvalersi di ulteriori competenze e strumenti pratici derivanti da questa cultura sinergica nei principi applicativi.

## Il parere del maestro

Seguendo la mia esperienza, derivante dal fatto che, fino dagli esordi, i miei maestri, oltre ad essere tali nelle discipline “interne”, avevano tutte competenze in arti mediche. Il loro insegnamento, mi è sempre giunto in riscontro, oltre che alle mie necessità fisiche, talvolta derivanti da incidenti di percorso, anche con l'intento di fornirmi strumenti di riscontro per le mie conoscenze.

Oltre a ciò, grazie anche al vigore fisico e mentale acquisito dalla pratica costante negli anni, mi hanno permesso di essere da esempio in vari ambiti terapeutici e così, grazie a queste occasioni, mi è stato molto semplice acquisire competenze specifiche in ambito medico scientifico. Ancora oggi, nella trasmissione dell'insegnamento, amatoriale e professionale, dedico uno spazio adeguato allo studio terapeutico di riscontro alla mia pratica ed utilizzo queste conoscenze per arricchire le conoscenze mie e dei miei studenti.

La fortuna di avere avuto maestri illustri, ai quali devo molto, per la dedizione dimostratami nella trasmissione del loro sapere, mi permette oggi di poter confermare e riconoscere una disciplina dai suoi contenuti fondamentali, senza perdersi negli aspetti estetici e di superficie. Cosa questa che inganna molti studenti neofiti della materia.

È proprio a loro, che dedico questo volume, affinché, lo stesso, possa servire da guida, per poter avventurarsi nel percorso pratico del Neigong, preservandone i contenuti fondamentali.

“Isidoro Li Pira”

## Benefici

**Scopo del corso.** Come in tempi odierni, confermano molti studi scientifici i benefici della pratica del Neigong (Qigong), sono ampiamente documentati. È indubbio quindi che i contesti salutistici identificati da questa pratica sono in primo luogo orientati agli ambiti strutturali e fisiologici dell'essere umano.

Ma ciò che da un decennio a questa parte emerge ancor più evidente è il contesto psico-sociologico, al quale la disciplina del Neigong si rivolge particolarmente, avendo insiti nella pratica l'educazione etica e morale dell'individuo, che strutturano quello che possiamo definire igiene mentale. Quest'insegnamenti, derivanti dalla cultura Confuciana, si estendono alla relazione “uomo ambiente” allorché si ampliano con gli elementi di cultura Taoista e Buddista. Detti contesti che svolgono il ruolo di cultura filosofica, nella pratica si traducono in vere e proprie strategie applicative, oggi comunemente utilizzate, nel welfare aziendale, nel coaching ed altre materie che hanno preso campo nella società attuale.

Per tali ragioni, attraverso la pratica e lo studio del Neigong (Qigong) possiamo valutare l'opportunità di dotarci di uno strumento strategico ed efficace da applicare consapevolmente, sia in ambito salutistico che in ambito professionale e per le relazioni sociali.

Nello specifico la tematica determinata in questo volume del Neigong “terapeutico dei 14 meridiani” ci permetterà di esplorare il corpo come una mappa energetica, nel quale tutta la fisiologia, sino ad ora compresa in maniera convenzionale, interagisce con flussi ancor più sottili. Ciò potrà renderci ancor più sensibili alla percezione dei movimenti psico-corporei, garantendoci un livello di controllo, che funzionerà come struttura preventiva per la salvaguardia della salute psico-fisica.

## Descrizione

Acquistando questo video corso potrai:

- Avere una serie di video, suddivisa in 10 episodi dettagliati sui differenti aspetti pratici del Neigong (Qigong) terapeutico, dei quali due inediti guidati dal M° Wang ZX, per la pratica diretta.
- Una esposizione chiara e dettagliata dei contenuti della materia del Neigong suddivisa fra i vari meridiani, più un supporto fotografico delle varie posizioni presenti nella sequenza.
- Una sequenza dell'automassaggio che si applica, sia singolarmente nella pratica quotidiana, oppure in preparazione alla pratica della sequenza.
- Un video di presentazione che indica le linee guida da adottar per la pratica del metodo terapeutico.
- Le mappe anatomiche dei meridiani che illustrano i vari percorsi e che antecedono la sequenza pratica.

## Indice

- Introduzione
  - Presentazione del progetto Yiliao Neigong - Qigong terapeutico 14 meridiani e significato essenziale.
  - Specificità per la pratica e lo studio del metodo terapeutico, come approcciarlo e come svilupparlo.
  - Indicazioni su come comprendere il linguaggio del corpo sensoriale e le intuizioni dell'atteggiamento psicologico.
  - Indicazioni su come il Neigong può divenire uno strumento per coltivare il benessere per sé e per gli altri.
  - Indicazioni su come comprendere il linguaggio scientifico insito nella pratica e che diviene esperienza traducibile per i vari ambiti.
- Teoria
  - Il linguaggio didattico specifico alla pratica e lo studio del Yiliao Neigong
  - Breve introduzione alle finalità intrinseche alla materia pratica.
  - Didattica sull'automassaggio dedicato agli ago-punti.
  - Elementi didattici finalizzati alla comprensione del linguaggio sensoriale del corpo e lo stato mentale.
- Fondamenti
  - La sequenza completa di "Yiliao Neigong dei 14 meridiani" secondo il lignaggio tradizionale della scuola dell'acqua.
  - La sequenza di automassaggio completa, con la stimolazione diretta sugli agopunti e la tecnica di battuta "Baifa", applicata a differenti zone del corpo fisiologico.
  - La pratica della sequenza vista con il dettaglio dei i vari meridiani coinvolti, oltre alla sequenza fotografica, per migliorare la postura durante la pratica a solo.
  - Illustrazione delle due varianti sul come praticare la stessa sequenza in maniera statica e/o dinamica.

- Indicazioni sullo stato mentale da adottare durante la pratica della sequenza e che permette di esplorare e migliorare la percezione sensoriale del corpo.
- Principi fondamentali del Yiliao Neigong che possono integrarsi alla pratica del Taijiquan e di molte altre discipline interne.

## Cosa acquisto?

### Cosa comprende l'acquisto del corso multimediale di Yiliao Neigong?

Acquistando questo corso ti vengono forniti subito via mail i **link per scaricare il corso completo senza limiti di tempo**, potrai quindi consultare le lezioni su qualunque dispositivo (pc, tablet, smartphone) ovunque tu voglia e senza dover essere collegato a internet.

### Contenuti

Tutto quanto compreso nel corso è indicato nel dettaglio nella scheda INDICE presente in questa pagina. Qui riepiloghiamo gli elementi salienti.

- 1 video dedicato a presentare, nel linguaggio didattico specifico, la pratica del Yiliao Neigong dei 14 meridiani, che illustra gli aspetti storico-culturali della disciplina e la sua corretta collocazione nell'ambiente degli stili interni.
- Una dispensa introduttiva alla disciplina del Qigong, in formato "pdf", contenente i concetti fondamentali della scuola della forma dell'acqua, nella pratica e nella didattica di principio.
- 9 file video per un totale di circa 77,40 minuti. I file così divisi permettono di identificare le singole tematiche che compongono la disciplina, così come nel programma della scuola dell'acqua:
  - La presentazione del metodo terapeutico dei 14 meridiani;
  - Il 1° episodio dedicato al vaso di concezione (sistema endocrino) ed i meridiani del movimento metallo: polmoni e grosso intestino;
  - Il 2° episodio dedicato al movimento terra: stomaco e milza;
  - Il 3° episodio dedicato al movimento fuoco di attivazione: cuore e piccolo intestino;
  - Il 4° episodio dedicato al movimento acqua: vescica urinaria e reni;
  - Il 5° episodio dedicato al movimento fuoco di controllo: maestro del cuore (pericardio), triplice riscaldatore;
  - Il 6° episodio dedicato al movimento legno: vescica biliare (cistifellea) e fegato; quindi, il vaso governatore (sistema nervoso);
  - Il 7° episodio video che riporta la sequenza pratica in vista fotografica per la correzione di ogni postura.
  - L'8° episodio video dedicato all'automassaggio Tuina che riporta la sequenza condotta dal M° Wang Zhixiang.
  - Il 9° episodio video dedicato alla sequenza pratica condotta dal M° Wang Zhixiang.

**File scaricabili subito dopo l'acquisto, che potrai consultare senza limiti di tempo utilizzando il tuo computer, tablet e smartphone, dove e quando vuoi, senza bisogno di essere connesso ad internet!**

## Dati tecnici

- Durata di ogni file video dai 5 agli 11 minuti c.a.
- Risoluzione file video: 1920x1080
- Dimensione dei files: da 400 MB a 1,55 GB (suddivisi in più file da scaricare)
- Avvertenze, note legali e copyright riferite all'**art. 1 della Legge n. 633/1941**,

**Autore** Profilo: [M° Isidoro Li Pira](#)



Curriculum esteso su: <https://iacma.com/index.php/m-li-pira/>

## Curriculum riassuntivo riportato sotto

- 1976/1981 Allievo del M° Fung Yip Ko: Kung Fu stile Choy Lee Fut (Stile Buddista Di Choy e Lee) e Pak Siu Lam (Shaolin del Nord)
- 1979/1990 Allievo ad Hong Kong del M° Tsang Chiu Yu: Kung Fu Pak Shing Choy Lee Fut, Taiji Quan (Yang) e studio della Medicina Tradizionale Cinese (Agopuntura e Tui Na)
- 1983/1993 Allievo ad Hong Kong del M° Wong Gong: Kung Fu stile Hung Shing Choy Lee Fut e Luo Han Buddhist Chi Kung (Qigong)
- 1985/1989 Seguo il M° Yuan Hi Tzai (Kungfu Hong Chuan)
- 1989/1997 Allievo del M° Wu Chan Lin: Taiji Quan (scuole: Yang, Chen e Wu), Bagua e Xing Hi Chuan, Qi Gong Taoista
- 2000/2008 Seguo gli insegnamenti del M° Xu Guo Min: Taijiquan (scuola Chen) e Lan Shou, Neigong Marziale
- Dal 2002 Seguo gli insegnamenti del M° Wang Zhi Xiang: Taijiquan Scuola Yang (Dong Yin Jie), Medicina Tradizionale Cinese e Neigong Tuina
- 2012/2016 Formazione col Dott. Zhou Xin Wen; Neigong Tuina - Shanghai
- Nel 2014 Formazione Tuina col Dott. Zhang Jing Zong e MTC col Dott. Jing Ling- Pechino

### RISULTATI DI RILIEVO

- 1980/1981 Campione italiano assoluto Kung Fu Choy Lee Fut (forme e combattimento libero e interstile)
- 1983 Riconosciuto dalla Hong Kong Chinese Martial Arts Association Ltd
- 1984 Nominato membro a vita dalla Choy Lee Fut World Union Ltd
- 1989 Riconosciuto dalla China Wu Shu Association; nominato Rappresentante Europeo per la "Hung Shing Choy Lee Fut Association"
- 1990 Fondatore della IACMA (International Academy of Chinese Martial Arts)
- 1992 Membro onorario per l'Europa per la Chan Heon Foundation
- 1993 Co-Fondatore delle Fédération Suisse de Taijiquan.
- 1996 Insignito dalla Shandong Wu Shu Research & Development come membro onorario per lo sviluppo dello sport e la cultura della regione dello Shandong in Europa
- 2008 Diplomato come Terapista in Neigong Tuina presso la Shanghai Clinic of Traditional Chinese Medicine Dott. Zhou Xinwen
- 2010 Responsabile Tecnico del progetto formazione terapeuti Neigong Tuina Presso il



Policlinico di Milano: Clinica De Marchi

- 2012 Diplomato come terapeuta in Neigong Tuina presso la Shanghai University of Traditional Chinese Medicine
- 2014 Insignito della carica di consigliere Onorario dalla International Wushu Federation, per la grande opera di divulgazione fatta negli anni in Europa
- Dal 2006 Formazione terapeuti Neigong Tuina presso la IACMA
- Dal 2009 Formazione Qigong per terapeuti MTC presso la scuola di Medicina Empirica a Lamone
- Dal 2015 Direttore della formazione internazionale per la UPWA degli Insegnanti di Taijiquan (stile Yang della forma dell'acqua) e Neigong: Italia, Svizzera, Francia e Germania.
- Dal 2016 Presidente della Università popolare Wang Academy, che si occupa della formazione certificata del Taijiquan/Qigong e Neigong Tuina