

I.R.C ORGANIZZA

ANIMAZIONE DELLA SPADA®

CON IL MAESTRO UMBERTO DI GRAZIA E I SUOI ISTRUTTORI

L'ARTE MARZIALE SACRA OCCIDENTALE

L'Animazione della Spada® rappresenta la via dell'antico monaco-guerriero che, attraverso il Buon Combattimento (l'esserci, l'agire, il mettersi in gioco), scopre la propria forza, il proprio equilibrio in ogni possibile battaglia interna ed esterna e la parte più valorosa di sé. Questo insieme di tecniche e rituali s'ispirano alla tradizione iniziatica occidentale dei popoli latini, iberici, anglosassoni e germanici. Attraverso di essa si ottengono risultati riguardanti l'incremento della volontà, l'abbassamento di tensioni, l'affievolirsi delle paure e delle idee ossessive. Si rievoca il proprio Io più profondo, fonte di antiche memorie e conoscenze, ritrovando così il dialogo sacro con quella Energia Vitale "Bios" capace di renderci migliori, più consapevoli, più forti e più sani. Il percorso della disciplina dell'Animazione della Spada® comprende:

- SIMBOLOGIA DELLA SPADA
- MOVIMENTI CON LA SPADA LIBERI E PRESTABILITI
- MEDITAZIONE ATTIVA E PASSIVA
- ASSUNZIONE DI POSIZIONI GEOMETRICHE CON E SENZA SPADA
- CONTATTO CON LA SUA NATURA E LE SUE ENERGIE

Il corso prevede dieci lezioni, un weekend al mese, presso:

**Palestra Mikazuki Aikido
Dojo
via Carlo Avolio, 60
Roma**

Per info e prenotazioni:
3296064121
aleale252@gmail.com



I.R.C.

Istituto di Ricerca della Coscienza

Sito web I.R.C

www.coscienza.org



INCONTRI

Febbraio :

sabato 2 ore 10:00 - 18:00
domenica 3 ore 15:00 - 19:00

Marzo :

sabato 2 ore 10:00 - 18:00
domenica 3 ore 15:00 - 19:00

Aprile :

sabato 13 ore 10:00 - 18:00
domenica 14 ore 15:00 - 19:00

Maggio :

sabato 25 ore 10:00 - 18:00
domenica 26 ore 15:00 - 19:00

Giugno :

sabato 8 ore 10:00 - 18:00
domenica 9 ore 15:00 - 19:00

Luglio :

sabato 6 ore 10:00 - 18:00
domenica 7 ore 15:00 - 19:00

Settembre :

sabato 14 ore 10:00 - 18:00
domenica 15 ore 15:00 - 19:00

Ottobre :

sabato 12 ore 10:00 - 18:00
domenica 13 ore 15:00 - 19:00

Novembre :

sabato 9 ore 10:00 - 18:00
domenica 10 ore 15:00 - 19:00

Dicembre :

sabato 7 ore 10:00 - 18:00
domenica 8 ore 15:00 - 19:00

N.B. Gli incontri sono aperti a tutti e non ci sono limiti di età. Per partecipare è necessario essere Soci I.R.C.

***La Spada come strumento di meditazione e di combattimento
per vincere il nostro nemico più forte e non visibile:
"NOI STESSI"***