

Η οικολογική ομάδα "Μητέρα γη" την Κυριακή 3 Ιουνίου διοργανώνει σεμινάριο με θέμα:

### **«Η Καλλιέργεια της Ζωτικής Δύναμης στο Chi Kung και στο Tai Chi»**

Την Κυριακή 3 Ιουνίου ολοκληρώνεται ο κύκλος των φετινών μας εκδηλώσεων. Το σεμινάριο θα παρουσιάσει ο Γιώργος Κατσαντώνης, εκπαιδευτής Healing Tao, στις 10:30 πμ, στο Δημοτικό πάρκο Κατερίνης. Το σημείο συνάντησης είναι πίσω από την παιδική χαρά του πάρκου. Θα διαρκέσει περίπου ως της 12:00 και θα ακολουθήσει γιόγκα γέλιου από την ομάδα "Γιόγκα Γέλιου Κατερίνης" από την Βασιλική Αγοράτσιου.

### **"Τσι Κουνγκ και Τάι Τσι"**

Η προφορική παράδοση λέει πως οι τεχνικές του Τσι Κουνγκ αναπτύχθηκαν στην αρχαία Κίνα, από ανθρώπους που είχαν εξαιρετική ικανότητα παρατήρησης της φύσης και του εαυτού τους. Οι άνθρωποι αυτοί συνδύασαν δυναμικές στάσεις, αναπνευστικές ασκήσεις και εστίαση του νου, καταφέροντας να καλλιεργήσουν τη ζωτική τους δύναμη σε πολύ υψηλό βαθμό.

Ο μύθος λέει πως ένας από αυτούς τους ανθρώπους έτυχε κάποια στιγμή να δει έναν αετό ο οποίος προσπαθούσε να πιάσει ένα φίδι. Το φίδι αντιστεκόταν και η μάχη κράτησε πολύ ώρα. Από τις κινήσεις αυτής της μάχης, ο άνθρωπος αυτός εμπνεύστηκε την τέχνη του Τάι Τσι.

Οι τέχνες αυτές βασίζονται στη θεώρηση ότι η σχέση μας με το Σώμα, η σχέση μας με τη Φύση και η σχέση μας με το Πνεύμα, είναι άρρηκτα συνδεδεμένες η μία με την άλλη και ο συνδυασμός τους προσφέρει την πραγματική Υγεία. Σε μια εποχή που όλες αυτές οι σχέσεις κλονίζονται, ίσως μπορούμε να μάθουμε κάτι από αυτές τις αρχαίες τέχνες.

Ο Γιώργος Κατσαντώνης μαθητεύει από το 1997 στις Ταοϊστικές Τέχνες, στην Ελλάδα, στην Ευρώπη και στην Ταϊλάνδη. Είναι Πιστοποιημένος Εκπαιδευτής του συστήματος 'Healing Tao'.

Ευχαριστούμε θερμά όλους τους ομιλητές μας και όσους συνέβαλαν ώστε να υλοποιηθούν οι

φετινές μας δράσεις.

Ευχαριστούμε:

- τον Δήμο Κατερίνης
- το γυμναστήριο Colosseum
- το χώρο YOGA STUDIO "ΔΙΑΜΑΝΤΙ"
- το εστιατόριο "Απόλαυση"
- το Διαφημιστικό γραφείο - Ψηφιακές εκτυπώσεις Γαϊτάνης
- το Διαφημιστικό γραφείο UTOPIA
- το φωτογραφείο Πανταζή
- τον Ανανιάδη Κωνσταντίνο

Χαιρόμαστε ιδιαίτερα που κάθε χρόνο όλο και περισσότεροι συμπολίτες μας αγκαλιάζουν τις δράσεις της "Μητέρας Γης".

Ευχόμαστε ένα όμορφο καλοκαίρι με ξέγνοιαστες στιγμές και συναισθήματα ελπίδας, χαράς και αγάπης!!