



La grande Via è calma e aperta, nulla è facile, nulla è difficile.

Shinjinmei

## ARTI E DISCIPLINE

- 1989 Inizia lo studio e la pratica del Tai Chi Chuan della tradizione Yang presso il centro Dharma di Milano.
- 1990 Inizia l'esperienza con il Rebirthing Transpersonale
- 1990-96 Si dedica allo studio della meditazione Zen, Vipassana e Mahayana. Partecipa a incontri e seminari residenziali guidati da Theodor Entai Rosenberg, Corrado Pensa, Thich Nhat Hanh.
- 1991 Inizia la pratica dello Hata Yoga e del Pranayama.
- 1991-93 Frequenta il Corso didattico esperienziale di Rebirthing Transpersonale condotto dal Dott. Filippo Falzoni Gallerani.
- 1994-95 Approfondisce gli studi sul Tai Chi Chuan attraverso la partecipazione al corso istruttori Tai Chi Chuan Yang Style condotto dai M° Angelo Abruzzo e M° Orio Zecchini.
- 2000-04 Si diploma in riflessologia del piede secondo la Medicina Tradizionale Cinese presso la Scuola Superiore di Reflessologia Zu di Milano diretta da Alfredo Esposito Baldassare.
- 2000 Riprende lo studio al Dojo del Tai Chi Chuan Yang sulla forma del M° Cheng Man Ch'ing presso il centro Dharmadhatu di Milano con Orio Zecchini.
- 2006 Frequenta un seminario intensivo di Wudang Chikung e Tui Na con il maestro Sun Junqing.
- 2006 Inizia lo studio del Tai Chi Chuan e delle Biospirali con Franco Mescola del Centro Ricerche Tai Chi di Venezia iscrivendosi al corso istruttori.
- 2006 Partecipa al seminario residenziale Yang Acquavenice con il M° Franco Mescola
- 2006 Inizia una collaborazione didattica nella formazione di massaggiatori con la Art School di Savona ente riconosciuto onlus patrocinato e finanziato dalla provincia di Savona nell'insegnamento di tecniche atte a sostenere il lavoro dei futuri massaggiatori per la centratura e l'utilizzo dei potenziali energetici nel lavoro di sostegno all'essere umano.
- 2007 Inizia il corso triennale per istruttori del metodo Biospirali con Franco Mescola.
- 2007 Frequenta il corso didattico per istruttori con Franco Mescola a Varallo Pombia.
- 2007 Frequenta il seminario residenziale Acquavenice come traduttrice delle insegnanti di Tai Chi Marianne Plouvier e Sue Woodd.

Dal 2006 organizza ogni anno uno stage residenziale a Genova per il Maestro Franco Mescola sullo studio della Tai Chi e del Tui Shou.

La pratica e lo studio proseguono attraverso corsi di approfondimento sulla Medicina Tradizionale Cinese e lo sviluppo dei potenziali energetici interni e la loro applicazione.

Insegna Tai Chi Chuan in corsi annuali e seminari a Genova e provincia.

2007 Partecipa al primo convegno organizzato dal Coordinamento Ligure Discipline Olistiche in collaborazione con la Regione Liguria "Benessere è Qualità"

2007 Partecipa alla giornata sul Benessere presso l'Associazione Meridiana a favore di Emergency.

Collabora con l'Associazione Meridiana

Pratica il massaggio di Riflessologia Zu  
prosegue l'aggiornamento didattico con il lavoro di gruppo e la supervisione di Alfredo Esposito.

Collabora con scuole di formazione per operatori in biodiscipline nell'insegnamento della riflessologia Zu.

Dal 1990 Utilizza la respirazione circolare quale strumento di evoluzione e armonizzazione, prosegue l'aggiornamento didattico con il lavoro di gruppo e la supervisione del Dott. Falzoni. Divulga la pratica del Rebirthing Transpersonale attraverso seminari esperienziali.

## Bibliografia

*P. Yogananda Autobiografia di uno Yogi*, Astrolabio Ubaldini, Roma 1962. *P. Yogananda, Il Maestro Disse...*, Astrolabio Ubaldini, Roma 1970. *Grof S.: La Mente Olotropica (La Respirazione Olotropica per Giungere ai Livelli più Profondi della psiche)* Red 1975, Falzoni Gallerani, F.: *Il Respiro dell'Anima*, Edizioni Armenia, Milano, 1991. *Patanjali, Gli Aforismi dello Yoga (Yogasutra)*, Bollati Boringhieri, Torino 1978. *A. Van Lysebeth, Pranayama: la Dinamica del Respiro*, Astrolabio Ubaldini, Roma 1973. *Falzoni Gallerani, F.: Rebirthing Transpersonale*, Rusconi, Milano 1996. *Pert Candace "Molecole di Emozioni"* Corbaccio Editore Milano, 2000 *Wilber, K.: Grazia e Grinta, la malattia mortale come situazione di crescita*, Ediz. Cittadella, 1995. *Del Boca B. Iniziazione alle Strade Alte*, Edizioni Bresci, Torino, 1985. *Satprem, L'Avventura della Coscienza*, Edizioni Galeati, Imola. *Nitamo Montecucco Cyber, la visione solistica, Mediterranee*. *Del Boca, B.: Che cosa è l'Età dell'Acquario*, Edizioni Bresci, Torino, 1991. *Grof S. e Grof C.: Emergenza Spirituale, la Crisi Personale come Rinnovamento Profondo*, Edizioni RED, Como, 1993. *Nisargadatta Maharaj: I Am That*, Chetana Publisher, Bombay, 1973. *Radhe Shyam: La Via del Cuore, un Libro su Babaji, Herakhan Wale Baba, Trungpa, C.: Shambhala. La Via Sacra del Guerriero*, Astrolabio Ubaldini Editore, Roma, 1975. *Watts, A.: Il Tao - La Via dell'Acqua che Scorre*, Astrolabio Ubaldini Editore, Roma, *Il significato della felicità Alan Watts Ubaldini, Isabella di Soragna "Il Libro del Risveglio"* Kappadue, Milano, 2000 *B. Del Boca, Il Segreto, L'Età dell'Acquario - Ed. Bresci, Grignasco (NO) 1986. J. Krishnamurti, La rete del pensiero, Aequilibrium, Milano 1981. J. Krishnamurti, Gli Ultimi Discorsi & Shyp Saanen 1985, Astrolabio Ubaldini, Roma 1987. H. Hesse, Dall'India, Mondadori, Milano 1990. . Hesse, Siddharta, Adelphi, Milano 1975. B. Del Boca, Il Servizio, L'Età dell'Acquario - Ed. Bresci, Grignasco (NO) 1988. King, Il Libro dei Mutamenti, a cura di Richard Wilhelm, Astrolabio Ubaldini, Roma 1963 *Il Bardo Thodol, Libro Tibetano dei Morti*, Ed. Atanor, Roma 1974. *Buddhadasa, La consapevolezza del respiro*, Ubaldini 1988. *O. Wirth L'imposition des mains*, Ed. de la Maisnie 1975 ; *B.A. Brennan, Mani di Luce, Longanesi, Milano 198; A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada, La Baghavad Gita così com'è The Bhaktivenanda Book Trust, Astrolabio Ubaldini, Roma 1964. K. Gibran, Il Profeta, Guanda, Parma 1981. . Godman, Ramana Maharshi ed il Suo Insegnamento, Edizioni Il Punto d'Incontro, Vicenza 1987. *Lao Tseu Tao Te King il libro della via e della virtù, commentato da Claude Larre, Sowaen. Maurice Mussat, corso di energetica dei sistemi viventi applicata all'agopuntura*, Cisu, 1986. *C. Larre, F. Berera, filosofia della Medicina Tradizionale Cinese*, Jaca book. *Y. Mollard, M. Maiola, l'uomo prima della nascita*, Sowe, *Thich Nhat Hanh cultivating the mind of love-the practise of looking deeply in the Mahayana Buddhist Tradition. Thich Nhat Hanh, respira sei vivo, Ubaldini. Thich Nhat Hanh, vita di Siddharta il Buddha, Ubaldini. Thich Nhat Hanh, toccare la pace, Ubaldini. Nader Butto, Il settimo senso, Mediterranee. Ngakpa Chogyam, le energie elementari del Tanta, Ubaldini. J.C. Cooper, Yin e Yang - l'armonia taoista degli opposti, Ubaldini. " I Classici del Tai Chi " di Waysun Liao Ubaldini Editore - Roma *Tredici saggi sul T'ai Chi Ch'uan, Cheng Man Ch'ing, Feltrinelli; A.E. Baldassarre,****

*Reflessologia ZuVol I-II, ed Zu Center, Ken Wilber-I.Engler-D.P.Brown, le trasformazioni della coscienza, Ubaldini, Alex Lattanzi Il Tao del mal di schiena, edizioni Baul, Nitamo F. Montecucco, Cyber, la visione olistica, Mediterranee, Ulderico Lanza, agopuntura classica Vol I – Il Gros,1976.Jodorowsky A. La Danza della Realtà Feltrinelli 2004. Jodorowky A. I Vangeli per Guarire, Mondadori2004. Dalai Lama D.Goleman Emozioni distruttive, Mondadori. Terzari T. Un altro giro di Giostra, Longanesi 2004. Mambretti-Seraphin La medicina sottosopra,e se Hamer avesse ragione? Amrita 2004.David Boadella Jerome Liss La psicoterapia del corpo Astrolabio.Eaco Cogliani Ken Wilber Alba Magica Edizioni.Isabella di Soragna I non guru del non culto del non metodo, Jubal editore. Agopuntura Tradizionale la Legge dei Cinque Elementi Diane M. Connely, PhD M.Ac. Ed. Oltre il Ponte. Reflessologia Zu Vol III Energetica, A.E. Baldassarre Ed. Zu Center. Ken Wilber una sintesi del pensiero di Ken Wilber, la nuova visione del mondo, la visione integrale, la pratica integrale, Eaco Cogliani, Alba Magica Edizioni. L'io Trasparente, Filippo Falzoni Gallerani;Ken Wilber, oltre i confini,cittadella; I tre poteri segreti del Taiji Quan: Corpo-Mente-Energia Flavio Daniele,Luni Editrice. La ricerca del Ki Kenji Tokitsu Luni Editrice. Tai Chi Chuan armonia del corpo e dello spirito James Kou, Luni Editrice;Eckart Tolle, il potere di adesso, armonia; Umberto Galimberti, la casa di psiche, Feltrinelli;Umberto Galimberti , le cose dell'amore,Feltrinelli;Wudang Chikung, Sun Junqing, Mediterranee;La danza delle grandi madri Clarissa Pinkola Estès,Frassinelli.*

Informazioni sulle pratiche ai siti:

[www.taichi.it](http://www.taichi.it) [www.dharmadhatu.it](http://www.dharmadhatu.it) [www.riflessologiazu.it](http://www.riflessologiazu.it) [www.rebirthing-italia.com](http://www.rebirthing-italia.com)  
[www.liguriaolistica.org](http://www.liguriaolistica.org) [www.associazionemeridiana.com](http://www.associazionemeridiana.com)

**Malinverni Paola , Via G. Acerbi, 12 /15 – 16148 – GENOVA – TEL. 3498744174 – 010389975**  
[paolamalinverni@libero.it](mailto:paolamalinverni@libero.it)