

ELENA OCONE

Counselor & Consulente Olistico

HOLI.studio

Via Corsica 80, Brescia 25125

Telefono: +39 392 0826230 anche su Telegram e Whatsapp

E-mail: elena.ocone@holi.studio



Sono nata a Brescia nel 1965, pratico come Counselor e Consulente Olistico per il mio [HOLIstudio](http://HOLI.studio), collaboro con lo Studio di Naturopatia Tradizionale L'Albero della Vita e sono cofondatore e Presidente dell'Associazione per la Ricerca e lo Studio Interculturale ARS MAGNA.

CURRICULUM VITAE

FORMAZIONE ACCADEMICA

1985 **Maturità classica** presso il Liceo/ginnasio "Arnaldo" di Brescia

1985/1987 **Design e Marketing della Moda** presso l'IED - Istituto Europeo di Design di Milano

1987/1991 **Lingue e letterature straniere** – indirizzo filologico - presso l'Università di Verona

1995 **Advanced Study Certificate** – Diploma di Studi Avanzati in Medicina Tradizionale Cinese presso lo **Shandong College of TCM** di Jinan, Shandong – Cina (1400 ore di studio e tirocinio presso l'ospedale affiliato dell'Università, Tutor personale Professor Mu Jian Hua)

2011 **Senior Acupuncture and TCM Massage Certificate** (Tuina, scraping, cupping and osteopathy) presso la **Shandong TCM Acupuncture and TCM Massage Job Training School** di Jinan, Shandong – Cina

2012 **Traditional Thai Massage Certificate** – Ruesi Datton presso la Chetawan Thai Traditional Massage School, **Wat Po Thai Traditional Medical and Ayuravate Association**, Bangkok, Thailand

2017 **Corso Sviluppatore iOS Base** con la **Swift srl** a Milano

ALTRI RICONOSCIMENTI

1997 Diploma di **Maestro Caposcuola di Qigong** per la **PWKA-MSP-CONI**

2008 **Vittoria Alata**, riconoscimento del Comune di Brescia all'Associazione Taishan per i risultati ottenuti dai bambini del Corso di Avviamento allo Sport al World Kungfu Championship di Orlando, Florida, USA

2009 Attestato di partecipazione al **Famous Masters Events** della **World CKA**

2012 **Maestro Caposcuola di Qigong** per lo **CSEN Nazionale** – **CONI**

PERCORSI DI STUDIO

Partendo dalla mia formazione umanistica classica, ho coltivato lo studio e la pratica dell'**Alchimia Occidentale**, dal Corpus Hermeticum alla Cabala Rosicruciana.

Ho quindi iniziato la mia ricerca nelle **discipline orientali nel 1987 con il Buddismo Tantrico Tibetano**, partecipando a ritiri di studio e pratica intensiva con Maestri Tibetani ed Occidentali in Italia, Svizzera, Belgio e Gran Bretagna.

NB: Non ritengo opportuno elencare pubblicamente le iniziazioni che ho ricevuto né i nomi dei miei Maestri, ma sono più che disponibile a parlarne in privato con chi ha interessi specifici legati alla pratica spirituale: se questo è il caso contattatemi in privato.

Mi sono avvicinata al **Qigong e al Tai Ji Quan nel 1991** ed ho vissuto prevalentemente in Oriente dal 1992 al 1997, lavorando nel turismo e studiando il Qigong di **tradizione Taoista e Buddista** ed altre discipline yogiche e spirituali, viaggiando in Cina, Thailandia, Indonesia, Cambogia, Hong Kong e Singapore.

In Cina ho conseguito nel **1995 l'Advanced Study Certificate - diploma universitario in Agopuntura, Tuina ed Erboristica** - presso lo Shandong College of Traditional Chinese Medicine, dove sono stata allieva del Prof. Guan Zhen, ricercatore dello Shandong College of TCM e discepolo del famoso esperto di **Qigong Terapeutico Taoista** Prof. Bi Yong Shen, autore di numerose pubblicazioni universitarie.

Nel 1999 ho seguito un corso di **studi intensivi sul Jing Gan Li Gong (Vajra Qigong, o Qigong del Diamante)** con il Maestro Yu Xiang Hua, presso il suo istituto di Liaocheng (Shandong, Cina): 34° detentore di questa tradizione specializzata nelle **tecniche del Qigong Marziale dette del "Corpo d'Acciaio"**, il Maestro Yu ha fatto parte del gruppo di maestri scelti dal Governo Cinese per contribuire alla ricostituzione del corpo degli insegnanti del Monastero di Shaolin.

Dal 1993 al 2009 sono stata allieva del Prof. Jiang Zhou Cun, direttore del Dipartimento di Educazione Fisica della Shandong Teachers' University, pluridecorato Campione Nazionale Cinese di combattimento, Gran Maestro della Yuan Yang Men scuola che raccoglie l'immenso patrimonio di Kung Fu Tradizionale dei Maestri Zhou Run Xiang e Zhou Run Fu, dichiarati "Tesori Nazionali" della Cina.

Con il Prof. Jiang, ho studiato prevalentemente **Stili Interni: Tai Ji Quan di stile Yang e Chen, il Ba Gua Zhang e lo Xing Yi Quan** e come sua allieva diretta sono annoverata fra i Maestri della Terza Generazione della Yuan Yang Men.

Nel 2011 ho conseguito il **Senior Acupuncture and TCM Massage Certificate** (Tuina, scraping, cupping and osteopathy) presso la Shandong TCM Acupuncture and TCM Massage Job Training School di Jinan, Shandong - Cina, una delle nuove istituzioni con cui il governo cinese intende tutelare l'integrità dell'insegnamento della Medicina Tradizionale in accordo al desiderio dell'OMS di diffonderne la pratica.

Nell'Agosto 2012 a Bangkok ho conseguito il **Traditional Thai Massage Certificate - Ruesi Datton** presso la prestigiosa Scuola del Wat Po, il Tempio del Buddha Sdraiato, culla della Medicina Tradizionale Thailandese e del Nuad Thai.

ESPERIENZE

Ho iniziato l'insegnamento in Italia nel 1997 tenendo corsi di **Qigong e Tai Ji Quan** presso la Palestra California di Mazzano (BS) e per la Quinta Circoscrizione del Comune di Brescia .

Già responsabile della Yuan Yang Men in Europa per l'insegnamento del **Qigong e della propedeutica degli Stili Interni** , sono stata cofondatore e Vicepresidente della prima Associazione Taishan fino al 2010, i cui allievi si sono sempre distinti nelle più prestigiose competizioni internazionali, come il World Kungfu Championship di Orlando, Florida del 2008.

Oltre all'insegnamento, nell'Associazione Taishan ho curato viaggi di studio in Cina e in Thailandia, e stages di pratica intensiva, invitando in Italia prestigiosi Maestri del Kungfu Tradizionale come il Gran Maestro Zhong Lianbao, esperto della Mantide Religiosa delle Sette Stelle.

Nell'impegno a rendere le arti tradizionali concretamente fruibili a tutti i livelli, ho tenuto corsi presso il Centro Anziani del Comune di Gussago (BS) utilizzando con successo tecniche del Tai Ji Quan per ristabilire la consapevolezza corporea, migliorare la circolazione e soprattutto l'equilibrio e la stabilità nei movimenti – e sulla base di questa esperienza ho istituito il protocollo del **Programma Forza ed Equilibrio per la prevenzione delle cadute**.

Dal 1995 mi dedico alle applicazioni dell'Yi Ching (il Classico dei Mutamenti) nel Qigong, nel Tuina , nella Spagirica e nel Nei Dan , con una **ricerca comparata della latromatematica occidentale e dell'Astrologia Alchemica Taoista**.

PROGETTI **ATTIVI**

Nel 2012 ho fondato l'Associazione per la Ricerca e lo Studio Interculturale **ARS MAGNA** ed ho iniziato a divulgare alcuni aspetti fondamentali della ricerca esoterica attraverso una serie di incontri pubblici , fra cui quelli dedicati a Lo Specchio e la Sfera, in cui spiego come e perché utilizzo le tecniche di sviluppo della chiarezza e della divinazione come strumenti di emancipazione ed evoluzione spirituale nella mia pratica del **Counseling**.

Parto dai testi dottrinali e li traduco in linguaggio scientifico moderno per svelare le basi biologiche e neurologiche di quello che le filosofie orientali chiamano Legge del karma, Illusorietà dell'esperienza condizionata, Non-esistenza dell'Ego.

Una volta chiariti i meccanismi della percezione del sé e del tempo, utilizzo lo specchio nero tradizionale come strumento di un percorso di **Chiarezza del sé** , fatto prima di tutto di introspezione, quindi di visione del passato, ed infine di costruzione del presente e proiezione nel futuro.

Completato questo percorso, introduco quanti desiderano andare oltre alla pratica magico-mistica vera e propria.

Dal 2015 ho unito la mia esperienza decennale nel webdesign e le mie conoscenze esoteriche fondando una sezione dell'associazione Ars Magna dedicata alla comunicazione informatica olistica e alla promozione dell'hosting ecologico: **ArsMagnaWeb**

Dal gennaio 2017 collaboro come Consulente e Counselor Olistico nello **Studio di Naturopatia Tradizionale L'Albero della Vita** , aperto dal mio allievo Stefano Rossi.

Nel gennaio 2018 ho aperto il mio **HOLstudio Counseling & Consulting** per la mia attività di Counseling e di Consulenza Olistica per la persona, la coppia, l'azienda.

I FONDAMENTI TECNICI DEL MIO **WEBDESIGN** OLISTICO

Ho iniziato ad usare il computer da autodidatta nel **2000**, avvicinandomi alla grafica e al webdesign per sviluppare supporti per la mia associazione sportiva e culturale.

Ho iniziato lavorando prima con **Microsoft Frontpage** e poi con la suite Macromedia – **Fireworks e Dreamweaver**.

Con l'avvento dei CMS, dopo i primi lavori con **Joomla**, dal 2012 tutti i miei siti sono sviluppati con **WordPress**.

Dopo aver maturato una buona padronanza dell'uso di **Photoshop**, del linguaggio **CSS** e dei rudimenti di **HTML e PHP**, nel gennaio 2017 ho frequentato con successo il Corso base per **sviluppatore iOS** della Swift University di Marcello Catelli.

Recentemente ho iniziato ad usare anche **Affinity Designer** per la grafica, e a studiare i primi elementi di **Unity**, con l'obiettivo per il prossimo futuro di creare app e giochi di supporto alle mie attività di counseling e formazione olistica.

PRESENZA **WEB** CHE HO COSTRUITO E GESTISCO

Il mio sito principale è HOLI.studio

Il sito dell'Associazione Ars Magna: <https://ars-magna.eu/>

Il primo progetto di counseling olistico, che sto facendo confluire in HOLI.studio :
<https://tantracounseling.org/>

Le basi del webdesign olistico sono in [ArsMagnaWeb](#) , con il portale di siti demo in continuo aggiornamento [DEMO.Network](#)

Il sito dello Studio di naturopatia Tradizionale L'Albero della Vita :
<https://www.arborvitaenaturopatia.com>

Un progetto che ho iniziato a sviluppare per la consulenza alimentare olistica e il nutrimento come supporto della pratica spirituale, collegato ad HOLI.studio: [Tantra in the Kitchen](#)

E NATURALMENTE I **SOCIALS**

Personali

<https://www.facebook.com/elena.ocone> <https://twitter.com/ElenaOcone>
<https://www.instagram.com/elena.ocone/>

Gli account social di **HOLI.studio** sono stati creati da poco

<https://www.facebook.com/HOLIstudioConsulenze> <https://twitter.com/Holistudio1>
<https://www.instagram.com/therealholistudio> <https://www.facebook.com/TantraintheKitchen/>

Collegati alle attività dell'Associazione Ars Magna

<https://www.facebook.com/arsmagna.alchimiae> <https://www.facebook.com/loSpecchioelaSfera>
<https://www.facebook.com/arsmagnaweb> <https://www.instagram.com/arsmagnaproject>
<https://arsmagnaproject.tumblr.com>