



ACCADEMIA  
AINAO



## LA VISIONE AL FEMMINILE nella NATUROPATIA ORIENTALE

*"Osservati tu hai in te il cielo e la terra"*

*Ildegarda Von Bingen*

La particolarità che caratterizza il nostro gruppo è una presenza tutta al femminile.

Il percorso intrapreso nella naturopatia orientale guiderà ognuna di noi ad un differente obiettivo, ognuna rappresenterà la propria unicità, ma il fine sarà per tutte lo stesso: portare benessere applicando le tecniche apprese in questi tre anni di studio e di pratica.

In alcune culture antiche la religione si articolava intorno al concetto della Dea Madre, spesso raffigurata in statue dai fianchi rotondi e che rimanda al simbolismo materno della creatività, della nascita, della fertilità, della sessualità, del nutrimento e della crescita.

Questo aspetto evidenzia come fin dall'antichità, la figura femminile viene connessa al culto della Madre Terra, poiché essa esprimeva l'interminabile ciclo di nascita-sviluppo-maturità-declino-morte-rigenerazione che caratterizzava sia le vite umane, sia i cicli naturali e cosmici.

Nella mitologia greca si racconta di Igea, figlia di Asclepio.

Asclepio era Dio della medicina intesa come cura della malattia. Igea, rappresentata come prosperosa figura femminile che abbeverava un serpente, veniva invece invocata come Dea della salute per mezzo della prevenzione e del mantenimento del corretto stato fisiologico.

Potremmo definirla una antica naturopata quindi, prima ancora che il termine venisse coniato.

La naturopatia che abbiamo studiato qui, in questi 3 anni, ci insegna innanzitutto l'importanza della prevenzione e del riportare in equilibrio. Alcuni strumenti di cui dispone sono antiche tecniche nate in Oriente, dove la medicina si è specializzata nel rafforzare e promuovere l'energia e la salute dell'organismo attraverso trattamenti efficaci nel riequilibrio energetico e fisico quali Shiatsu, Tuina, Anma, Ankyo o tecniche più "sottili" come la meditazione o il Reiki.

La naturopatia tradizionale orientale si basa sul Tao, ovvero l'equilibrio tra due forze contrapposte, ma complementari: lo yin e lo yang. Questo equilibrio ben rappresenta il corretto stato di salute.

Le doti del femminile si esprimono prevalentemente attraverso lo yin: rappresentano le caratteristiche legate all'intuizione, alla notte, all'energia, all'accoglienza, alla cura.

Applicare le doti del femminile consapevole significa predisporre all'ascolto di tutto quello che l'altro trasmette.

Risulta quindi fondamentale porre attenzione alla cura di sé, del proprio spirito e del proprio corpo, solo attraverso un equilibrio armonico di questi aspetti avremo la solidità per aiutare chi, in difficoltà, si rivolgerà a noi per recuperare il benessere psicofisico.

Consigli importanti saranno dati su alimentazione e rimedi fitoterapici, tuttavia sarà fondamentale "vedere" e "sentire" la persona utilizzando come strumento privilegiato l'intuito, l'empatia e l'ascolto.

Questa modalità permetterà di guidare le persone verso il percorso più adatto per loro perché non c'è una strada giusta e una sbagliata ma quella migliore in quel caso particolare, quello che serve in quel periodo.

Lo scopo sarà quello di piantare semi di consapevolezza volti a migliorare il proprio stile di vita, tornando in armonia con i propri ritmi, ripristinando la connessione con la natura.

Potremo aiutare a lenire il dolore, ma insegneremo anche a svuotare la mente, a nutrire lo spirito, poiché questi tre aspetti, corpo-mente-spirito, sono in totale interconnessione tra loro.

La visione al femminile ci riporta al tema della cura, abbinare questo tema alle numerose potenzialità dei rimedi naturali permetterà una visione più ampia.

Non ci limiteremo a consigliare rimedi curativi, sarà qualcosa di più... molto di più.

Gli antichi dicevano: "*Conosci te stesso*".

Queste parole... ci riportano ad un concetto molto importante: l'energia femminile a cui si fa riferimento non coincide solo con la femminilità biologica, ma si riferisce alla parte femminile insita in ogni individuo.

Ciò riporta all'importanza dell'equilibrio interiore, perché se negli anni la tendenza è stata quella di sopprimere tutti gli aspetti legati al femminile, è arrivato il momento di riconoscere la forza dell'archetipo femminile che ci porta in dono il "sentire" anche in termini energetici.

Questa competenza deve guidare ogni professionista che si avvicina alle scienze olistiche, con l'intenzione di portare benessere e guarigione.

Il femminile ci permette quindi di essere persone in profonda sintonia con la natura, lei si prende cura di noi e degli altri, come una madre che si prende cura dei suoi figli, ci dona tutto quello di cui abbiamo bisogno, a noi il compito di attingere e mettere in pratica.