La saggezza del corpo ciclico

con **Marta Mezzino**

28-29 Marzo 2020

Casa dell'Ecologia Umana

Roncosambaccio (PU)

Info: www.yunaia.com

Come lasciarsi abitare dal **ritmo ciclico del nostro corpo** sentendone pienamente la **grande forza** ?

Come sperimentare la **connessione con la nostra natura ciclica**, la **dignità d'incarnarne i suoi diversi aspetti** e sentire di **poter accoglierci a tutti livelli del nostro essere** (fisico, emotivo, mentale e spirituale)?

Come connettersi con la **potente medicina che il nostro ciclo mestruale ci regala** e che ci conduce verso la **nostra essenza profonda**, i **nostri slanci ed impulsi creativi** ?

Queste giornate sono un invito ad **esplorare e a connettersi alle fluttuazioni del ritmo del nostro corpo**, accogliendo la **forza del continuo cambiamento** che guida la nostra vita di donne.

Un invito a **ritrovarsi in cerchio**, per **interrogare e decostruire la nozione di Femminile** che ci è stata trasmessa, per **liberare insieme la saggezza delle nostre profondità,** i **doni** e la **visione profonda** che il nostro corpo ciclico è in grado di offrirci.

In questi giorni esploreremo:

- diversi passaggi iniziatici attraverso cui scorre la vita di una donna (menarca, gli anni del ciclo mestruale, menopausa e post-menopausa)
- elementi di anatomia e fisiologia del corpo femminile
- le diverse energie che attraversiamo durante il ciclo, il senso profondo, l'importanza e le potenzialità di quest'ecologia interiore e la sua risonanza con il ritmo della Terra.
- Il modo in cui possiamo cooperare con quest'energie, nell'unicità dell'esperienza di ognuna, per liberare il nostro potenziale ed incontrare (e lasciarsi incontrare) dagli slanci della nostra forza creativa.
- la connessione cuore-utero
- la forza del lavoro in cerchio attorno a questioni che pulsano nel cuore delle nostre esperienze di donna e la forza guaritrice della sorellanza.

Donne di ogni età sono le benvenute!

Dove: Casa dell'Ecologia Umana,
via Roncosambaccio, 149/A
Fano (PU)

Quando: 28-29 Marzo 2020
9.00- 18.00

Costo: 150 euro
(pranzi inclusi)

Cosa portare: matite colorate, quaderno, un oggetto che rappresenti per voi il Femminino profondo, vestiti comodi.

Iscrizioni e informazioni:
info.yunaia@gmail.com

Marta Mezzino

Sin da bambina il Mistero che emana dalla mitologia e dai racconti che riguardano la Dea Madre e Il Femminino mi ha affascinato.
Seguendo la chiamata di questa connessione, ho viaggiato per ricercare e approfondire la natura di quel legame, un legame che giorno per giorno risuonava sempre più forte ad ogni livello del mio essere. E attraverso incontri, scambi, condivisioni ed esperienze di diverso tipo mi rendevo conto di come insieme, tra donne, tale risonanza si amplificasse e fosse una sorgente di trasformazione ed ispirazione.
Nel lavoro e nella condivisione tra donne vedo ogni giorno apparire la trama e l'ordito di un tessuto che nasce dal filo d'oro dell'esperienza di ognuna, un filo d'oro che spesso è stato nascosto e rinnegato.
Da diversi anni ricerco ed esploro i molteplici aspetti dell'universo Femminile e del corpo delle donne, con insegnanti diverse tra le quali Alexandra Pope e Sjane Hugo-Wurlitzer, Uma Dinsmore-Tuli, Diana Richardson e Catherine Bechard.
Questa ricerca mi ha ispirato a creare spazi in cui le donne possano riconnettersi alla saggezza delle loro profondità, potendo cosí svelare le storie celate che nascondono e reprimono l'incredibile forza racchiusa nella coscienza dei nostri corpi e del nostro ritmo ciclico.

Per informazioni sul mio lavoro: **www.yunaia.com**