

2022 - Il Risveglio del Femminile

Dal Ciclo Ormonale al Ciclo Spirituale

Dr. Roberta Rio



Le mestruazioni, il flusso e riflusso dell'energia, sono una "corrente alternata". Durante la menopausa, il flusso di energia si intensifica e si stabilizza, come una "corrente continua". Immaginiamo un paralume con quattro lati colorati con colori diversi. Quando siamo cicliche viaggiamo all'esterno del paralume e la vita è colorata dalla luce che si espande da ogni lato. Quando non siamo più cicliche diventiamo la lampadina al centro del paralume, dove conteniamo tutti e quattro i colori nella luce bianca.

Diventiamo un faro per noi stesse e per gli altri. È il tempo della Saggiezza.

Gli anni in cui le funzioni ovariche si evolvono gradualmente costituiscono una fase ben precisa nella vita di una donna che può durare da sei a tredici anni.

Non esiste altro periodo dell'esistenza che offra maggiori opportunità per attingere alla pura energia femminile: è la fase in cui diventiamo complete purché riusciamo a farci strada attraverso i condizionamenti culturali e alle false idee e credenze.

Il passaggio al ciclo spirituale è una potente forza trainante nella crescita e nello sviluppo della consapevolezza della donna.

E questo risveglio è solo l'inizio di qualcosa di straordinario che cambierà il mondo.

Obiettivi: L'obiettivo primario è quello di diffondere strumenti per comprendere e accettare gli aspetti fisici, emozionali e spirituali del ciclo mestruale; accedere alla nostra saggezza profonda; agire dal principio femminile, espandendoci dal ventre; dire "sì" alla vita.

Contenuti: conoscere l'utero e il suo funzionamento fisico, energetico e spirituale in peri-, pre-, post- menopausa; riportare energia nel bacino; respirare dal bacino; riequilibrare i tre principali centri energetici femminili – ventre/grembo, mente e cuore - al fine di equilibrare e ripristinare energeticamente quegli aspetti dove l'energia è più bloccata o impoverita; sessualità e spiritualità durante la menopausa. Il piacere.

Metodo: informazioni teoriche, esercizi pratici, visualizzazioni, meditazioni

A chi è consigliato: a tutte le donne che desiderano conoscersi di più in questa nuova fase di vita nel passaggio dal ciclo ormonale al ciclo spirituale, che desiderano accedere al potere di autoguarigione e autorealizzazione, godere di una sessualità più appagante, di una spiritualità più vera, ma soprattutto a tutte quelle donne che sentono la chiamata ad essere un faro per i cambiamenti epocali che stiamo vivendo.

Struttura del percorso: Le basi vengono poste con un ciclo di 3 incontri online della durata di 1,5 ore ciascuno a cadenza settimanale. Sussiste poi la possibilità di continuare il percorso in base a necessità di approfondimenti tematici che i membri del gruppo o le singole donne potrebbero rilevare alla fine o nel corso dei tre incontri.

Dr. Roberta Rio

Storica e danzatrice. Conduce seminari sul tema della sessualità e corporeità. Realizza studi comparati e interdisciplinari, abbinando ricerca teorica e applicazione pratica. Tiene seminari e conferenze in svariate università (Vienna, Klagenfurt, Linz, Innsbruck, Glasgow, Atene, Oldenburg, Milano, Bologna etc.) e istituzioni europee. È autrice di numerosi libri e articoli tra i quali "Sesso Sacro. La via del corpo", Edizioni Mediterranee, "La Via del Corpo. Il sentiero che conduce dal sesso all'Amore" Edizioni Spazio interiore

www.newhistoricalmethod.science

office@riobeyondborders.org