

Rifugio dell' Anima

Periodico on-line dell'Associazione Cuore con le Ali n. 7



L'idea finale del Progetto ideato dall'Associazione Cuore con le Ali e sostenuto da tutti quei soci che, con la frequentazione dei seminari proposti, vanno ad incrementare la sua realizzazione. Il Centro avrà una funzionalità Gratuita per tutti i soci attivi e/o motivati.

Seminari online dell'Associazione

I seminari online dell'Associazione Cuore con le Ali, sono un' ottima alternativa per chi non può recarsi direttamente nella nostra struttura per la frequentazione dei Seminari.

I moduli sono stati studiati per facilitare uno studio veloce e comprensivo delle materie, per chi possiede poco tempo da dedicare e per chi è affascinato dalle innumerevoli possibilità di auto-curare il proprio sistema corpo – mente – anima .

I Seminari verranno spediti tramite mail, oppure, per chi non possiede mail, con posta tradizionale.

Come attivare un Seminario online?

Facile, in vari modi:

- **Pagando direttamente il seminario presso un nostro incaricato che vi rilascerà la relativa ricevuta, nello specifico per chi risiede in Como e limitrofi, si può recare a Como via palestro 16 Gini Mirko dalle ore 9.00 alle ore 18.00 il Lunedì, Mercoledì, Venerdì, per chi risiede nell'Olgiatese e limitrofi, Binago via piretta 189 dalle ore 9.00 alle ore 18.00 il Martedì e Giovedì Gini Mirko/Bresciani Alessandra.**
- **IBAN: IT13A0335901600100000079957 direttamente sul Conto Corrente dell'Associazione Cuore con le Ali, di cui vi forniamo il codice IBAN Banca san Paolo, compilando un Bonifico Bancario con Causale : Seminario in... Ricevuto il pagamento dei e/o del Seminario indicato, vi verrà recapitato con mail o posta tradizionale il materiale.**

Inoltre vi facciamo presente il relativo rinnovo della quota associativa (rinnovo tesserino annuo) di 15 euro per Adulti e 5 euro per Bambini.

Sono esenti dal rinnovo coloro che si sono appena iscritti all'Associazione (Marzo-Aprile-Maggio 2014).

Chiediamo cortesemente ai Soci di rinnovare il Tesserino nei mesi di

Giugno – Luglio e Settembre

prima dell'Inizio delle Attività, questo per facilitarci nella compilazione dei rinnovi, in attesa dei possibili Nuovi Soci che potrebbero arrivare dopo le Fiere in programma a Settembre (Biofera di Canzo 13 e 14 Settembre e L'isola che c'è di Villa Guardia il 20 e 21 Settembre).

I Rinnovi possono essere effettuati nei giorni di Lunedì , Mercoledì , Venerdì presso Gini Mirko Como via Palestro 16 oppure Martedì e Giovedì presso Mirko/Alessandra Binago via Piretta 189.

Il numero di telefono per entrambi i posti è il medesimo dell'Associazione : 338-8385582 mail info@cuoreconleali.it

Il rinnovo inoltre potrà essere effettuato con Bonifico Bancario IBAN: IT13A0335901600100000079957 intestato ad Associazione Cuore con le Ali Como piazza cacciatori delle alpi n2 22100 causale: Rinnovo quota associativa 2014/2015 di euro 15 per Adulti e 5 per Bambini.

Chi per qualsiasi ragione non volesse rinnovare il tesserino, ma appoggiare ugualmente gli Ideali Associativi potrà comunque fare una donazione, saremo comunque felici di inviare materiale informativo relativo ai Progetti, Collaborazioni ed Eventi.

Facciamo presente che sin dalla sua Creazione, l'Associazione si prefigge il traguardo della realizzazione di una Casa Salute "Rifugio dell'anima" con l'obiettivo di effettuare trattamenti, dare supporto e quant'altro serve per rieducare e rivitalizzare un corpo/mente/spirito che si trova in difficoltà.

Facciamo chiarezza su cos'è l'Omeopatia!

QUANTA CONFUSIONE CON L'OMEOPATIA....

Sotto il termine di omeopatia si nasconde una grandissima confusione. Tutto ciò che è di origine naturale viene chiamato omeopatico, dalle creme ai prodotti erboristici, dai dentifrici a prodotti da banco per il raffreddore o per il prurito. Ma cos'è veramente l'omeopatia rimane nebuloso, sembra un qualcosa di palliativo, ma che mai può seriamente sostituire una cura antibiotica e cortisonica!!

Fin dall'antichità, il famoso medico Ippocrate enuncia due leggi terapeutiche: una per contrari e una per similitudine.

La prima sostiene il metodo di operare "contro" la causa di malattia, quando essa è conosciuta (tolta la causa, tolgo l'effetto).

La seconda aiuta il malato nella sua reazione alla malattia quando non è conosciuta la causa.

Al di là di queste differenze, due leggi implicano una diversa concezione della malattia: una meccanicistica e rivolta all'esterno che mira alla guarigione dell'organo interessato, l'altra dinamica rivolta all'interno dell'uomo o animale che considera tutto l'individuo. Dalla prima si avrà la medicina degli Anti: antidolorifico, antibiotico, antifebbre, antidiarroico ecc. Dalla seconda avranno origine le medicine che sollecitano le energie dell'uomo a guarire dal suo stato di malattia. Il metodo per similitudine, omeopatico, utilizza dosi opportunamente diluite e dinamizzate cioè sottoposte a scosse, invece di dosi ponderali, i ben conosciuti milligrammi e grammi. Ciò che scienza ufficiale contesta all'Omeopatia sono le dosi infinitesimali che si usano per curare, senza ricordarsi che il nostro corpo utilizza anch'esso questo sistema. Per fare un esempio, l'adrenalina viene secreta nell'ordine 1:5 millesimi di milligrammo e ci dà le scariche nervose che ben conosciamo tutti, oppure 8 grammi di uranio sprigionano l'energia di 100.000 litri di petrolio. La dose infinitesimale esiste in natura, ma è la nostra mente che fa fatica a riconoscerlo.

Ma cosa vuol dire curare per similitudine?

Vuol dire somministrare a dosi infinitesimali quei rimedi, che sperimentati a forti dosi su uomini sani, hanno provocato sintomi simili a quelli rilevabili alla malattia in atto. Può capitare di andare in montagna e mangiare inavvertitamente delle bacche rosse che assomigliano a mirtili. Dopo poco si

è colpiti da febbre violenta, rossore in viso, pupille dilatate, sudorazione e delirio. Si è ingerito delle bacche di belladonna. Se ci troviamo di fronte a una febbre simile, e nei bambini è frequente, per la legge della similitudine somministreremo belladonna, che opportunamente diluita e dinamizzata, non conserva il potere patogeno delle bacche, ma stimola per similitudine il potere di autoguarigione dell'organismo.

Un'altra caratteristica non conosciuta del sistema omeopatico, è che viene sfruttata l'energia di autoguarigione che l'organismo possiede, che è potentissima, ma che si può spegnere a tal punto, con stress, abuso di farmaci e vessazioni psicologiche, che l'organismo non è più in grado di reagire agli stimoli avversi, e continua a sviluppare malattie, che apparentemente non hanno un legame tra loro, ma che sono una conseguenza dell'altra. Dunque l'Omeopatia, è un metodo di cura che si basa sulla legge dei simili, sull'individualità del soggetto e sullo stimolo dell'energia vitale.



Con l'omeopatia si possono curare pressoché tutte le malattie, sia acute che croniche. Sull'acuto le risposte sono rapidissime, al contrario di un altro luogo comune che vuole l'azione della medicina omeopatica lenta (le coliche non chirurgiche per esempio). Il processo cronico, ha bisogno di più tempo, e può essere risolto definitivamente con la vera guarigione del paziente (tendiniti, dermatiti, problemi gastroenterici, calori ravvicinati o sterilità, problemi nervosi e geriatrici). La dottrina omeopatica non vuole assolutamente sostituirsi all'impostazione medica tradizionale, ma vuole collaborare con essa, fornendo un nuovo apporto farmacologico e una nuova interpretazione della patologia.

I farmaci omeopatici vengono solitamente somministrati per bocca, diluiti in acqua, sono insapori e inodori e date le loro dosi infinitesimali, non lasciano alcuna traccia del loro percorso terapeutico nell'organismo. L'altra caratteristica piacevole del farmaco omeopatico è che costa molto poco e non lasciando residui rispetta anche l'ambiente. Come sapete infatti, i medicinali residuano nelle feci e inquinano il suolo.

Il seminario online proposto dall'Associazione, permette di acquisire in modo veloce ma completo, la base per un approccio Omeopatico fai da te, con la possibilità di avere contatti o supporto dal Tutor di Omeopatia.

Cosa sono i fiori di Bach

Il campo su cui maggiormente agiscono i Fiori di Bach è quello dell'emotività e degli stati d'animo, ma certamente come la medicina psicosomatica insegna, la mente non è staccata dal corpo, e ciò che si mostra a livello mentale, ha un significato ed un'influenza anche sul piano fisico. I segnali che le emozioni danno, sono solo dei segnali precedenti a quelli del corpo, vale a dire i sintomi fisici, perciò osservando e conoscendo l'aspetto emotivo e mentale si può correggere anche ciò che succede nel fisico.

La **floriterapia** non cura la malattia, ma gli stati d'animo e le reazioni agli eventi delle persone. Esempio: come reagiamo ad un determinato avvenimento: con rabbia, paura, indifferenza, scoraggiamento, ecc. La risposta che diamo all'evento o al sintomo ci indica quali fiori ci saranno utili in quel momento.



I diversi rimedi sono la congiunta dell'acqua e elementi terra ed aria fiore, la pianta che li ha cresciuta fra la terra e

somma dell'azione del fuoco, visto che gli sono già presenti nel generati è difatti l'aria del cielo.

I fiori sono raccolti in una giornata di sole, messi in acqua ed esposti per tre o quattro ore al sole, oppure quando questo per motivi stagionali non sia possibile, si mettono a bollire. Una volta che l'informazione trasformatrice del fiore si trasferisce nell'acqua, a questa è aggiunto del brandy (come conservante)... e I Fiori di Bach sono pronti.

I Fiori di Bach, terapia vibrazionale

Per informazione s'intende un messaggio vibrazionale positivo. Non è un concetto di principi attivi presenti nel fiore da un punto di vista chimico - fisico, ma piuttosto di principi energetici che ogni pianta possiede. I "semplici", vecchi erboristi dei secoli passati, si basavano proprio sulla forma, sul colore e sulle particolarità di ogni pianta per capire il campo di utilizzo. All'epoca non esistevano laboratori per la ricerca di elementi e sostanze presenti nella pianta, allora l'intuito e la capacità di entrare in contatto con la natura stessa della pianta permettevano di capire a cosa poteva essere utile. Le proprietà delle erbe tramandate dai "semplici" sono poi state confermate dagli attuali studi scientifici.

Seminario online

Cosa sono i sali di Schüssler e qual è il loro funzionamento

Oggi giorno, una alimentazione scorretta, cibi sempre più denaturalizzati, l'inquinamento ambientale, l'assunzione smodata di tè, caffè, cioccolato, il fumo e il modo di vivere sempre più stressante, **determinano un impoverimento dei sali minerali inorganici presenti nel nostro organismo e una generale disarmonia** che, secondo il dr. Schüssler, favorisce l'insorgenza di numerosi disturbi e malattie.

Il dottor Schüssler (1821/1898) affermava infatti che **i tessuti si ammalano perché le cellule che li costituiscono non contengono più, nelle quantità necessarie alla buona salute, le sostanze minerali (sali) che entrano normalmente a far parte della loro costituzione.**



Le sue sperimentazioni lo portarono a selezionare 12 sali minerali con i quali ricostituire, in modo completo e duraturo, le normali funzioni cellulari. Vedi nella colonna qui a fianco quali sono e le loro funzioni principali. Con l'apporto in piccole dosi di queste sostanze, è possibile ricostituire la struttura sana delle cellule, che così possono riacquistare la loro vitalità. Integrando la perdita di questi sali si guarisce la cellula e con essa tutto l'organismo: dunque egli riteneva che nei sali inorganici è il segreto della salute dell'uomo. I sali di Schüssler **non sono sostanze minerali come quelle presenti negli alimenti e negli integratori alimentari.**

I sali di Schüssler sono diluiti e dinamizzati omeopaticamente ma non sono da considerarsi omeopatici perché non seguono la regola del simillimum. La diluizione omeopatica permette ai sali minerali di portare "l'informazione" del sale là dove è necessaria. Non si va dunque a compensare delle carenze quantitative mediante il sale di Schüssler, ma **si invia l'informazione** affinché il nostro corpo utilizzi le sostanze minerali di quel sale specifico, che sono già presenti nell'organismo, e assorba meglio i sali minerali presenti negli alimenti. La scelta del sale più appropriato non è legata al sintomo, o almeno non esclusivamente, ma avviene anche attraverso metodi differenti di ricerca come: la radiestesia.

Seminario online

Principi di Naturopatia

La Naturopatia è una disciplina salutistica riconosciuta dall'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità), che agisce favorendo la capacità innata dell'organismo di star bene, armonizzando naturalmente le funzioni corporee e normalizzando gli equilibri alterati da abitudini di vita scorrette, errata alimentazione, inquinamento, stress e ritmi frenetici a cui più o meno tutti siamo costretti.

Più precisamente la naturopatia è una multidisciplinaria, dal momento che si fonda su un'integrazione di molteplici metodologie e tecniche naturali e non invasive per il mantenimento e la promozione della salute e del benessere individuale.

Il principio di base della naturopatia è molto semplice: il corpo ha il potere di curarsi da sé, se solo possibile. Il lavoro del naturopata è quindi quello di aiutare l'organismo a mantenere questo potere e a stimolarlo quando è necessario.



Il termine "Naturopatia" dall'inglese *Nature's* naturale", ovvero la conserva o ripristinare lo stato di benessere), ma racchiude anche un'altra interpretazione ("sentire secondo natura", "vivere in armonia con la Natura", dal latino *natura* e dal greco *pathos*).

gliene diamo la naturopatia è quindi l'organismo a potere e a stimolarlo
 deriva
path ("sentiero strada della Natura per

L'approccio naturopatico

La naturopatia si avvicina al malessere, al disagio e alla sofferenza con modalità diverse rispetto alla medicina, adottando un'ottica naturale e autenticamente olistica nella quale corpo, mente, emozioni e contesto ambientale rappresentano elementi strettamente interdipendenti. Utilizza infatti un approccio globale alla salute, per cui ogni individuo viene visto nella sua totalità, a prescindere dai singoli disturbi, e unicità, sulla base delle specifiche caratteristiche costituzionali e di stile di vita.

La naturopatia non procede secondo logiche di diagnosi e terapia - tipiche ed esclusive della medicina -, ma si prefigge il compito di riequilibrare il sistema psico-fisico-emozionale e di stimolare in maniera dolce e non invasiva le

capacità di autodifesa, autoregolazione e autoguarigione insite in ognuno di noi, coadiuvando i meccanismi fisiologici legati alle naturali risorse dell'uomo.

L'assunto su cui la naturopatia si basa è che l'essere vivente possiede sin dalla nascita un determinato quantitativo di energia vitale, che governa ogni processo biochimico seguendo un modello di "intelligenza biologica" (la cosiddetta *vis medicatrix Naturae*, il potere risanatore della Natura): è appunto la quantità di energia vitale di ogni persona - che muta nel tempo e a seconda di determinate variabili, come lo stile di vita, l'alimentazione, ecc. - a determinare la salute o la malattia.

La naturopatia valuta questa "capacità" vitale e aiuta il soggetto a conservarla o a ripristinarla in caso di squilibri e disfunzioni, utilizzando, in maniera integrata, differenti discipline e tecniche naturali.

La naturopatia, pertanto, pur non avendo come obiettivo la cura delle patologie, può risultare indirettamente terapeutica, poiché, mediante interventi di riequilibrio del [terreno](#) del soggetto e di stimolazione della *vis medicatrix*, può favorire processi di guarigione.

Il seminario volge alla comprensione base della Naturopatia, con riferimenti alle principali metodiche di auto-rigenerazione, di alimentazione e di consigli fai da te.



Seminario online



Calendario News

Conferenza Gratuita aperta a tutti sul Qi Gong.

Mercoledì 24 settembre ore 20.30 presso la nostra struttura in Como piazza cacciatori delle alpi n.2.

Relatore : Fabio Bernasconi Insegnate volontario
Associazione Cuore con le Ali

SABATO 27 SETTEMBRE:

AYURVEDA: LA RIFLESSOLOGIA AYURVEDICA DELLA MANO. Seminario/conferenza dalle ore 15.00 alle ore 17.00. (RICHIESTA PRENOTAZIONE).

YOGA DELLA RISATA. dalle ore 17.30 alle ore 19.00.

Per l'occasione saremo ospiti presso la struttura dell'Università della Terza Età a Como via Palestro 17 con parcheggio interno gratuito.

Esperienza aperta a tutti entrata ad offerta libera.

