



Aghape Bioassociazione per lo Sviluppo Umano, l'Ambiente, la Salute e il Lavoro APS

aghape.it - naturalhygiene.it - aghape.it/semi-di-aghape-sardegna

Magazine Dicembre 2024



Che sia un anno pieno di bellezza!

Penso al 2025, ai buoni propositi che si fanno a fine anno, a quel rito così pieno di speranza e di intima promessa di volontà e di impegno.

E quale potrebbe essere un proposito che tutti li riassume e che sia denso di significato e di senso? Io Aghape rispondo così: "Scelgo, per questo nuovo anno, per ogni suo giorno, per ogni momento di gioia ma anche nei momenti in cui i cieli si faranno più bui, scelgo di avere un faro che mi guida... **scelgo la bellezza come stile di vita...** perché la bellezza abbraccia tutto quanto c'è in noi e fuori di noi".

La bellezza come stile di vita ha a che fare con ciò che siamo noi: il nostro corpo, i pensieri, le emozioni, la nostra anima. Siamo un fuori, un dentro e un intangibile che, abbracciati, ci determinano e ci esprimono. La nostra espressione è il nostro modo di stare e di

essere in questo infinito spazio: è fatta di forma, di movimento, di gesti, di parole, di suoni. Tutto questo da noi si irradia verso l'esterno e determina una risposta. Più è dolce e aggraziato è il nostro fondere l'aria, il silenzio, gli altri, più soave la risposta che indietro ci torna.

La bellezza come stile di vita ha a che fare con le relazioni: quel rapporto di scambio con gli altri deve essere guidato dalla bellezza, solo così sarà traboccante di nutrimento per la nostra anima che vive di accenti, di sfumature, di quel sentire fatto di emozioni ed energia. Dobbiamo avere cura della bellezza delle nostre relazioni, dobbiamo sceglierle e coltivarle affinché da esse ci giungano tutti quei micronutrienti di cui il nostro spirito è affamato e in cui possiamo riversare, in egual misura, tutto quell'amore che abbonda in ognuno di noi.

La bellezza come stile di vita ha a che fare con i luoghi. I luoghi possono esserci molto intimi: la nostra casa, il nostro ufficio, la nostra automobile; dobbiamo prendercene cura e innalzarli al più alto concetto di bellezza, perché è da loro che ricarichiamo la nostra energia, sono loro che ci riposano, che ci rilassano, che ci ispirano, che ci muovono e ci commuovono. Ma luogo è tutto ciò che ci circonda, è la natura che ci avvolge, è l'ambiente nato dalla fusione della natura con l'opera dell'uomo e con le sue creazioni; è il paese, la città dove abitiamo, la terra e il mondo che ci ospita. Possiamo e dobbiamo averne cura, arricchirlo e renderlo migliore, più bello, con la consapevolezza che è la nostra casa, quella in cui nasciamo e in cui i nostri figli ameranno e cammineranno domani. Abbiamo ricevuto Bellezza in eredità. Nostro compito è continuare e migliorare ciò che ci è stato dato.

La bellezza come stile di vita partorisce il compito ultimo di ogni esistenza: il nostro creare, il nostro aggiungere un tassello di armonia in questa creazione sublime. Creare è il compito di ogni persona: da noi nascono vita e idee. E le idee diventano opere d'arte: il lavoro, in qualsiasi sua espressione, è un'opera d'arte.

E così continuiamo il gioco dell'esistenza, aggiungiamo vita alla vita e opere per migliorare questo creato. Come possiamo non pensare di essere divini?

La bellezza, in ultima analisi, ci conduce alla pura consapevolezza.

Fiorenza Guarino e lo staff Aghape

Abbiamo adottato un albero a protezione di *Terra d'Aghape*.

E' **un Pino Solitario**. E' un guardiano che si erge forte e indomito sulla collina.

E' l'Albero Madre della valle che sovrasta.

Suzanne Simard, professoressa di Ecologia Forestale presso l'Università della Columbia Britannica, grazie alle sue ricerche, ci ha permesso di capire che sotto il suolo della foresta c'è una vasta rete sotterranea di radici e funghi che collega gli alberi insieme, consentendo loro di condividere risorse come acqua, azoto e carbonio, ma anche informazioni sui loro livelli di salute, nutrizione e stress. Nel nome della collaborazione, e non della competizione.

Al centro di queste reti tentacolari ci sono "**alberi madre**", vecchi alberi che aiutano a sostenere e rigenerare la foresta, aiutando i loro parenti a sopravvivere.

Ecco perché il Pino Solitario è il simbolo che ci rappresenta.

Quando ci sentiamo troppo pressati dai nostri impegni sentiamo d'istinto il bisogno di immergerci in un bosco o in un parco. **La relazione tra Uomo e Natura ha radici profonde**. Già nelle culture indo-vedica, cinese, aborigena e dei nativi americani, seppero riconoscere e ricercare il potere terapeutico della natura attraverso il contatto con gli alberi, allo scopo di ricaricare la forza vitale e rafforzare il carattere.

Molti ricercatori oggi hanno cominciato a constatare che **esistono forti parallelismi tra alcuni aspetti della fisiologia animale e vegetale**. Le recenti scoperte del LINV (Laboratorio Internazionale di Neurobiologia Vegetale) di Firenze hanno evidenziato ad esempio come l'apparato radicale delle piante presenti una forte affinità con il cervello animale, e come esse abbiano sofisticate capacità di rispondere agli stimoli e di calcolare le risposte più idonee verso l'ambiente e gli organismi viventi con i quali entrano in contatto.



Questa affinità che emerge tra uomo e pianta ci conferma che all'origine dei processi vitali esiste una sorta di **linguaggio energetico o elettromagnetico capace di mettere in relazione le cellule dei viventi tra loro e queste con l'ambiente**. Questo è confermato sia dalle antiche culture orientali così come dalle più recenti scoperte occidentali, risulta così evidente che “la Vita è una manifestazione dell'Energia”.

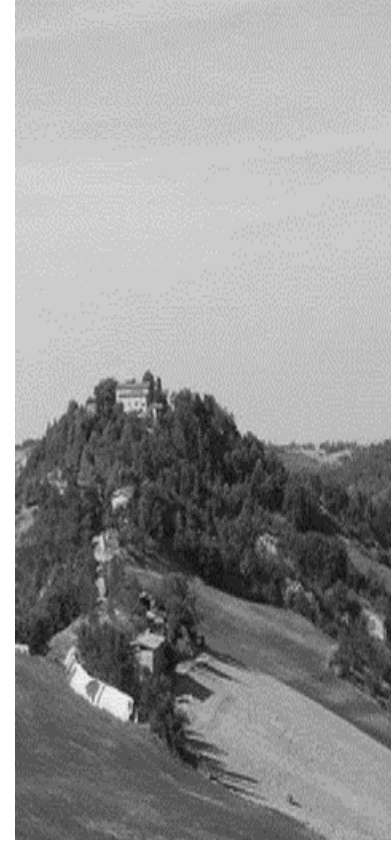
Un approfondimento sul tema degli alberi e delle loro vibrazioni lo troviamo nella tesi *Le frequenze della salute* di Angela Montereali, diplomata Hsu. Nel suo elaborato Angela compie un affascinante viaggio che pone al centro del benessere l'importanza di una presenza in contesti naturali, la connessione con la natura, alla scoperta dei sensi sviluppati nelle piante e di un extra senso, oltre ai 5 conosciuti, il senso della felicità.

Angela Montereali parla di Forest Bathing, intelligenza delle piante, teoria dell'attenzione involontaria, natura come equalizzatore sociale, sindrome da deficit di natura, monoterpeni, ionizzazione dell'aria, disegnando un panorama di interesse ai fini di una salute a 360°.

[La tesi è disponibile a questo link.](#)

Fiorenza Guarino





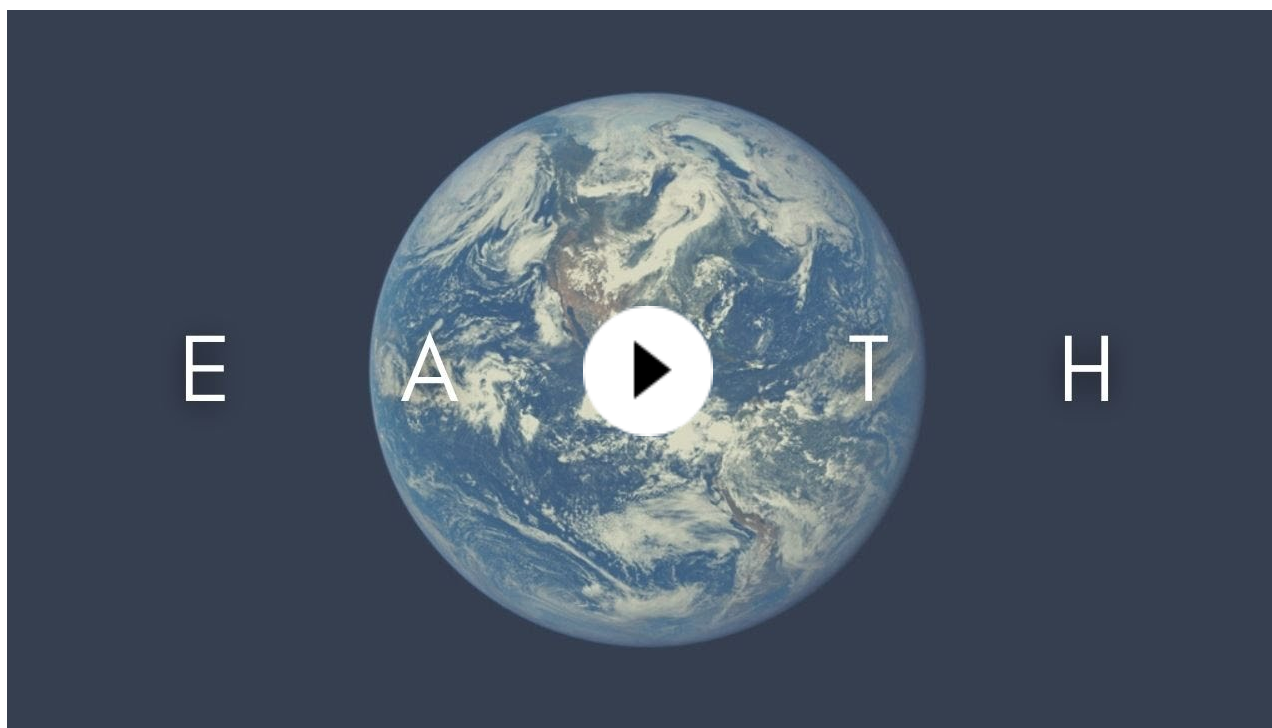
*“Non credo che vedrò mai
una poesia bella come un albero.*

*Un albero la cui bocca bramosa sia attaccata
al dolce seno fluente di madre.*

*Un albero rivolto a Dio per tutto il giorno,
che innalza al cielo le sue frondose braccia
in segno di preghiera.*

*Un albero che in estate può indossare
un nido di pettirossi tra i capelli.*

*Sopra il cui cuore la neve si stende leggera,
che vive intimamente con le piogge.*



*“In ogni passeggiata nella natura
l'uomo riceve molto di più di ciò che cerca”
John Muir*

Le poesie sono scritte dagli sciocchi come me,
ma solo Dio può creare un albero.

Joyce Kilmer

TESSERA ASSOCIATIVA 2025



Con l'arrivo del nuovo anno vogliamo ricordarti che è necessario **rinnovare o sottoscrivere la tessera associativa per poter essere parte di Aghape e della Hsu** e poter quindi usufruire di tutti i servizi che essa contempla. Essere in Aghape significa riscoprire in primo luogo il proprio unico, inequivocabile valore e da qui finalmente poterlo vedere e amare in tutto ciò che ci circonda. [A questo link](#) trovi vantaggi, modalità e costi della sottoscrizione della tessera associativa 2025 di Aghape.

CICLO BIOBOX



Parte il 16 gennaio **BIOBOX by Night di Hsu**, il **ciclo di lezioni serali di alta formazione zoom o videolezione**, progettate per offrire strumenti pratici e conoscenze essenziali su come **mantenere, migliorare e ripristinare una salute ottimale** in tutte le dimensioni della vita: fisica, mentale, psichica, spirituale, relazionale e creativa. Con un approccio olistico, esploreremo come nutrire ogni aspetto dell'esistenza. [Qui trovi il programma delle BIOSBOX by Night.](#)

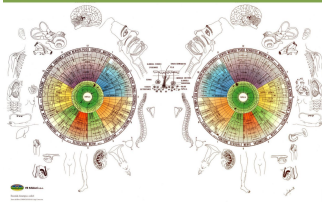
MASTER 5 LEGGI BIOLOGICHE



Il Master 5 Leggi Biologiche, in partenza il 19 gennaio, approfondisce lo studio delle leggi a cui si attengono i programmi naturali iscritti negli organismi animali e vegetali, coinvolti in determinate condizioni di conflittualità biologica. Scoperte dal **dr. Hamer** alla fine degli anni '70 sono state pubblicate nei primi anni '80 dopo verifica su migliaia di casi clinici. La validità scientifica di queste scoperte si basa sui fondamenti biologici dell'**embriologia** e della **filogenesi**. [Qui tutte le informazioni.](#)

SCUOLA DI IRIDOLOGIA

SCUOLA DI IRIDOLOGIA NATURALE



L'iridologia è uno strumento di conoscenza straordinario che permette di valutare la forza vitale di un individuo, la sua inclinazione a fenomeni infiammatori acuti o cronici, l'attività metabolica dei suoi tessuti, la condizione degli organi da un punto di vista genetico e il livello di intossicazione. La **scuola di Iridologia Naturale**, in partenza il 15 febbraio, si riconduce agli insegnamenti di **Luigi Costacurta** ed ha un approccio umanistico, olistico e igienista. [Qui tutte le informazioni.](#)

CONVINZIONI



E' in programma **sabato 1 febbraio 2025, a Imola**, dalle ore 10 alle ore 18, una giornata intensiva con il **dott. Giuseppe Cocca** tra conoscenza ed esperienza, per lavorare sulle convinzioni e i condizionamenti limitanti. Le convinzioni profonde sono forme pensiero che plasmano la nostra esistenza, veri e propri programmi mentali che funzionano in automatico e che si sono installati nel nostro inconscio.

[Qui tutte le informazioni sul seminario.](#)

CUCINA SALUTISTA IGIENISTA



Essere igienisti significa percorrere la via della salute con equilibrio e consapevolezza. I pasti diventano l'occasione per **portare in tavola benessere e bellezza**, per rispettare i tempi della natura, per godere dei suoi regali più desiderati. La ricetta delle **crostatine con frutta secca e cioccolato, senza zucchero e crudiste** (a parte il cioccolato sciolto a bagnomaria) è un'idea semplice e d'effetto, capace di sprigionare i profumi e le emozioni delle giornate di festa. [Qui puoi leggere la ricetta.](#)

