



Aghape Bioassociazione per lo Sviluppo Umano, l'Ambiente, la Salute e il Lavoro APS  
[aghape.it](http://aghape.it) - [naturalhygiene.it](http://naturalhygiene.it) - [aghape.it/semi-di-aghape-sardegna](http://aghape.it/semi-di-aghape-sardegna)

Magazine Marzo 2025



*“Abbiamo vissuto per troppo tempo tra i rumori delle macchine  
e ci siamo dimenticati la musica del vento tra gli alberi.”*

Kahlil Gibran

Alla Natura noi chiediamo tanto. Chiediamo di farci sopravvivere. Chiediamo di nutrirci di cibo e di energia. Chiediamo di curarci con le erbe, le piante e le acque. Chiediamo di scaldarci con il sole. Sarebbe bello porsi oggi un'altra domanda: **cosa possiamo fare noi, per la natura?**

Terra d' Aghape risponde:

**Possiamo prenderci cura del pezzo di terra in cui viviamo, del luogo che ci è stato affidato.**

E' vero che la nostra è una società evoluta e delegante, ormai. Paghiamo le tasse, e profumatamente, per cui pretendiamo che l'amministrazione comunale, l'amministratore di condominio, lo stato o chi per essi, provvedano a sistemare ogni cosa: l'aiuola sotto casa, il buco nella strada, il muro screpolato. Noi ci prendiamo cura solo della nostra proprietà privata, del "mio".

Io immagino un mondo in cui ci si possa dare tutti una mano. Immagino un mondo dove le persone che abitano in un palazzo possano ritrovarsi per accudire il giardino che dona a tutti bellezza, energia e refrigerio.

Immagino che gli abitanti di un paese, di un quartiere, di un borgo, possano incontrarsi con l'amministrazione comunale e mettere a frutto le innumerevoli competenze che i cittadini stessi possiedono, ogni singola persona, per migliorare e abbellire il loro paese. Va a vantaggio di tutti, anche della spesa pubblica.

Immagino giornate di lavoro e passione, di relazioni e amicizie non più superficiali e immagino che faticando insieme il giorno dopo, incontrandosi, ci si guardi negli occhi e ci si saluti, ci si stringa in un abbraccio. Immagino che da quel sudore e da quell'orgoglio, nessuno più sia trasparente agli altri.

Immagino che i bambini e i ragazzini siano conosciuti e non estranei, immagino che possano diventare figli di una comunità



che veglia su di loro e non più solitudini di famiglie troppo sole.

Immagino ogni singolo pezzo di terra - in cui ognuno vive e ama, dove i bambini giocano e crescono, dove gli innamorati costruiscono il futuro, dove forse siamo nati e dove forse moriremo - diventare un piccolo paradiso curato, fiorito e profumato.

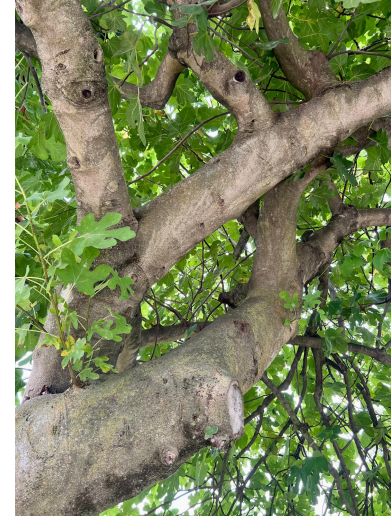
Mi piace pensare che un giorno l'essere umano non penserà più a costruire grattacieli per speculare su ogni centimetro quadrato ma progetterà e creerà villaggi concepiti come città giardino, consentendo alla sostenibilità e al paesaggio di diventare i principali motori dell'urbanistica e dalla combinazione di più villaggi si formerà una nuova configurazione urbana e un nuovo modello di città del futuro.

Il termine **Garden City** mi piace molto e lo utilizzo.

Nasce alla fine dell'800 con Ebenezer Howard con l'obiettivo di decongestionare le grandi città attraverso il decentramento della popolazione in città satelliti immerse nel verde della campagna. E' molto interessante e vi invito ad approfondire questo argomento grazie ad una **pubblicazione** che ho trovato nel sito dell'**Università degli studi Mediterranea di Reggio Calabria** a cura di **Elisabetta Amagliani** e che riporto [qui](#).

E' passato molto tempo da allora, le cose non sono andate proprio in questa direzione e io oggi voglio riutilizzare questo termine Garden City per riallacciare quel filo interrotto e riaffermare che, in Terra d'Aghape, io vedo luoghi fatti di strutture definite dalla natura e non il contrario e il "genius loci"- la loro anima - è caratterizzata da un forte senso di comunità, da contatto profondo e autentico tra le persone, da aiuto e cura reciproca, dalla consapevolezza che ogni forma di vita è in stretta e irrevocabile connessione ed espressione di un'unica energia, da una comunione tra politica e persone, un tutt'uno che lavora insieme per il massimo bene di tutti e della terra.





*“Gli alberi sono santuari. Chi sa parlare con loro, chi li sa ascoltare, conosce la verità. Essi non predicano dottrine e precetti, ma annunciano l’antica legge della vita.”*

*Hermann Hesse*



## **Abbiamo adottato Julieta, una maialotta speciale!**

E' una felicità che condividiamo tutti noi soci e sostenitori di Aghape: abbiamo insieme adottato **Julieta, una maialotta speciale** ospite del **Santuario per Animali “Fondacion ABI” di Santo Domingo**, dove opera con amore e passione la nostra *Simona Cirelli*, igienista naturale diplomata Hsu. Nel Santuario ogni creatura riceve l’opportunità di vivere **una vita piena e significativa**: la compassione, il rispetto, la sensibilità e la vulnerabilità sono i pilastri su cui si costruisce un mondo di bellezza e armonia. Anche la nostra Julieta, sottratta a una vita di sfruttamento e non rispetto, ha riconquistato la sua dignità grazie all’opera di mani e cuori

grandi. E noi siamo onorati di contribuire, nel nostro piccolo, insieme a tutti voi, a questa rinascita.

Cliccando il pulsante qui sotto, puoi leggere la toccante lettera che Julieta ci ha spedito per ringraziarci della nostra scelta e se qualcuno volesse fare un nuovo gesto di amore, può visitare il sito [www.fundacionabi.com](http://www.fundacionabi.com), per conoscere gli altri ospiti da sostenere e i progetti del Santuario.

Lettera di Julieta



### **E' nata Aghape Sardegna**

La **Sardegna**. Un'isola magica e sacra, magnifica espressione di bellezza e di purezza; della terra, della natura, di un mare senza paragoni, della sua gente. La Sardegna potrebbe essere patria di un mondo diverso, di quel mondo che ognuno di noi sogna e rincorre.

E non è un caso che il **primo Seme di Aghape** mostra il suo germoglio proprio qui. I Semi di Aghape sono unità locali fondate sui principi e sui valori di Aghape, capaci di creare una rete di centri di riferimento che siano fari di conoscenza, benessere e crescita personale e sociale.

E **Aghape Sardegna** prende vita per portare tutte le conoscenze di Aghape e della Health Science University a livello locale, tra le persone, nella comunità.

Il referente è un volto noto di Aghape, **Thomas Cabriolu**, che già da anni è parte della direzione organizzativa e che ne rappresenta tutti i principi e i valori. Thomas assume la responsabilità di dar vita a questa nuova creatura. La base sarà a Villacidro ma **la sua missione**

è **portare conoscenza in tutta la Sardegna**, dapprima nel Sud Sardegna e poi procedere verso l'alto. Spero siate in tanti a volerlo aiutare e a proporre collaborazioni e sinergie.

Semi di Aghape

## SUMMER SCHOOL HSU



**SUMMER SCHOOL HSU  
VACANZA STUDIO  
Natural Hygiene Lifestyle**

**INFO, COSTI E ISCRIZIONI:**  
THOMAS Tel. 349 892 6971 thomas@aghope.it;  
Tel. 335 199 7815 aghope@aghope.it;  
www.naturalhygiene.it

**dal 7 al 14 giugno 2025  
Sardegna  
Solanas del Sinnai ( Ca)**

L'Hsu organizza una **vacanza studio in Sardegna dal 7 al 14 giugno 2025**: una grande opportunità per chi desidera unire una vacanza in uno dei luoghi più belli del mondo e, al contempo, imparare e studiare la scienza della salute naturale, quale cammino intermedio per l'acquisizione del diploma di **“Educatore alla scienza della salute naturale e igienista”**. Un'occasione speciale *per nutrire lo spirito, la nostra energia vitale e la conoscenza.* [Qui tutte le informazioni.](#)

## REMISE EN FORM



la tua settimana di

**REMISE EN FORME**  
una pausa tra bellezza e benessere  
Natural Hygiene Lifestyle

una settimana in riva al mare della Sardegna  
per una pausa di benessere e disintossicazione,  
di immersione nella bellezza di una natura incontaminata  
... per ritrovare forma e benessere

Una settimana nella Casa sulla Scogliera di Solanas del Sinnai (Ca) **in riva al mare della Sardegna**, per una **pausa di benessere e disintossicazione**, di immersione nella bellezza di una natura incontaminata, per ritrovare forma e benessere. L'Hsu organizza **dal 7 al 14 giugno 2025** un momento di *remise en forme* in cui **prendersi cura del corpo e della mente secondo principi della Natural Hygiene**, in un luogo incontaminato che ancora diffonde odore di salsedine, di mirto, di elicriso e di rosmarino. [Qui tutte le informazioni.](#)

## FEMMINILE E FEMMINILITA'



Il **seminario "Femminile e femminilità"** è uno straordinario evento Aghape dedicato a tutte le donne e a tutti gli uomini, in programma **Sabato 24 maggio dalle 9,30 alle 17,30 su Zoom**. Un viaggio tra la bellezza, l'amore, la cura, la sensibilità, la resistenza, la perseveranza, il buonsenso, l'intuito, l'empatia e la capacità di sostenere e alimentare la vita. Qualità proprie del femminile che, trascurate nella lunga storia dell'umanità, oggi gridano per uscire e che è profondamente necessario far riemergere e integrare. [Qui trovi il programma del 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 degli **involtini di verza e quinoa** è un'idea semplice e d'effetto, che colpisce per i suoi colori e i suoi profumi decisi. [Qui puoi leggere la ricetta.](#)

## SCUOLA IGIENISTA PRIMO ANNO



Sono aperte le iscrizioni al **nuovo anno accademico dell'Hsu** in partenza il prossimo 26 ottobre. La **Scuola di igienismo naturale** diploma i nuovi professionisti igienisti, e trasmette loro un **nuovo stile di vita**. Vero. Autentico. Semplice. Naturale. Efficace. Salutare. Consapevole. Uno stile di vita che si fonda sui principi dell'alimentazione naturale e sull'equilibrio mentale e spirituale, pratiche e comportamenti che avvalorano e soddisfano le esigenze etiche, estetiche, fisiche, psichiche e animiche dell'essere umano. [Qui tutte le informazioni.](#)

