



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

aghape.it - naturalhygiene.it

Magazine Ottobre 2024



“Chi, vivendo in città, e non amando la natura, o non curandosi di essa, non ha mai fatto l’esperienza di penetrare in una vera foresta, con la luce del giorno, o magari nell’oscurità della notte, rischiarata appena dalla luce lunare; chi non ha mai ascoltato le sue voci, i suoi sussurri, i suoi silenzi: lo stormire delle foglie, il richiamo degli uccelli, il ronzio degli insetti; chi non ne ha mai aspirato il profumo di resina, chi non si è perso ad ammirare la danza delle lucciole, nelle dolci sere d’estate; chi non ha mai provato a farsi piccolo, a lasciar andare il proprio ego, per consentire alla foresta di parlargli, sussurrandogli ciò che non aveva mai udito prima, e che mai più gli sarà dato udire: costui non può capire, non può comprendere tutto il fascino arcano, la profonda e indimenticabile epifania che una tale esperienza riserva a chi sia capace di accoglierla.” Francesco Lamendola

In Terra d'Aghape abbiamo a cuore la bellezza della Natura. Della perfezione che ispira ogni nostro progresso, della bellezza che ci congiunge al divino, della vibrazione che ci riaccorda. Ogni persona è uno strumento, un campo di onde che presto perde la sua accordatura in "questa nostra vita moderna" che ha così tanto complicato ogni cosa, che ha trasformato la semplicità e la verità essenziale che essa contiene per costruire cattedrali effimere, per sfamare l'ingordigia di alcuni a scapito di tanti e per nutrire l'interesse personale che abita ormai dappertutto.

Una camminata nei boschi, respirare i terpeni che le piante diffondono, abbracciare gli alberi, osservare un fiore che sboccia, lasciarsi penetrare dai colori accesi che ogni stagione ci propone, ascoltare il canto delle cicale d'estate, perdersi nella nenia delle onde del mare, smarrirsi nelle nubi, nei tuoni e farsi abbagliare da un fulmine, sono attimi della nostra vita che valgono più di quanto immaginiamo, sono attimi che ci curano e che ci espandono verso quella dimensione più alta che ogni essere umano contiene, sono attimi che ci ispirano. Le nuove scienze e le più recenti scoperte e conoscenze ci confermano il come e il perché non possiamo prescindere dal nostro connubio con essa.

Noi abbiamo un sacro dovere di custodire questa meravigliosa creazione fatta di cielo, di alberi, di insetti e animali, di montagne, di mari, di luce, di spazi infiniti e incommensurabili. Non è quello che stiamo facendo.

Oggi abbiamo formato isole di plastica. Il nostro commercio smodato di cibi confezionati, di beni usa e getta, di acqua imbottigliata ha fatto sì che siamo sepolti sotto ammassi indistruttibili di plastiche.

Abbiamo inquinato aria, falde acquifere, fiumi e mari con i veleni dei prodotti industriali e con l'acidità corrosiva degli allevamenti intensivi, che non solo vedono soffrire in modo disumano gli animali ma che avvelenano terra, aria e acqua.

Abbiamo sgretolato montagne per abbellire con marmi e graniti le nostre dimore, per ricavarne calce e cemento per costruire alveari umani che offendono l'armonia della natura e costringono gli esseri umani ad ammassare le proprie energie l'una sulle altre, creando intolleranza, rabbia e odio. Abbiamo abbattuto foreste per costruire alberghi di lusso e resort per i più ricchi.

Fiorenza Guarino

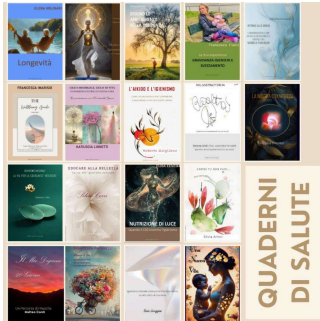
« Vorrei poter raccogliere le vostre case nella mia mano, e come il seminatore, disperderle su prati e foreste, e valli vorrei fossero le vostre strade, e verdi sentieri i vostri viali, perchè possiate a vicenda cercarvi tra le vigne e giungere con l'abito profumato di terra.....Nel loro timore, i vostri antenati vi hanno radunati insieme, troppo vicini. E in voi durerà ancora un pò quella paura. E le mura delle vostre città separeranno ancora dai campi i vostri focolari..... E che mai custodite



dietro l'uscio sbarrato? Avete la pace, il calmo impulso che rivela la vostra forza? Avete dei ricordi, archi di tremula luce tesi tra le sommità della mente? Avete la bellezza, che conduce il cuore dalle case di legno e di pietra verso la santa montagna?

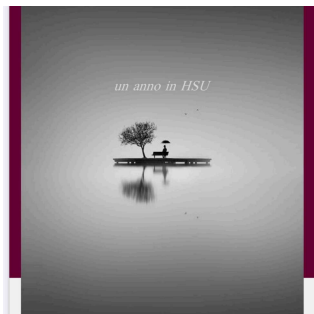
Ditemi, avete tutto ciò nelle case? O avete soltanto il benessere e la brama del benessere, quella cosa furtiva che entra in casa come forestiera, poi diventa ospite, e poi padrona?....» k.Gibran

I NUOVI QUADERNI DELLA SALUTE



Sono [disponibili qui](#) le ultime edizioni dei **Quaderni della Salute** realizzati dai neodiplomati HSU dell'anno accademico **2023/2024**. I Quaderni della Salute sono pubblicazioni di altissimo valore educativo, culturale e formativo, che Aghape ha deciso di mettere a disposizione di tutti coloro che vorranno approfondire i temi della salute naturale **fino al 31 dicembre 2024**. **Da gennaio 2025 tutte le pubblicazioni (circa 200) saranno accessibili solo ai soci.**

UN ANNO IN HSU



Gli igienisti sono persone gentili, sanno provare la compassione, sono curiosi e preparati, sanno osservare se stessi e gli altri, sanno leggere la vita nelle sfumature, in un suono, nel profumo che aleggia nell'aria, nella bellezza di un tramonto o nella pioggia dirompente. Questa **raccolta** nasce da una domanda a cui, al termine della scuola, agli studenti neodiplomati è stato chiesto di rispondere: **"Abbiamo camminato insieme per un anno: chi ero e chi sono oggi?"**. [Qui gli elaborati.](#)

TESTIMONIANZE



Gli studenti neodiplomati dell'anno 2023/2024 si raccontano. In questi **video** ci parlano di desideri, progetti, obiettivi. Raccontano cosa per loro abbia significato frequentare l'HSU e quali nuove consapevolezza e conoscenze abbia trasferito loro la Health Science University, un **percorso di crescita, formazione, arricchimento, scoperta e conoscenza trasformativo**. Ascoltiamo [a questo link le loro testimonianze.](#)

FOREST BATHING



Il Forest Bathing è un'esperienza multisensoriale, un **bagno di foresta**, un'immersione in contesti naturalistici che insegna a rallentare, abbandonarsi all'energia degli alberi e dei fiori, restare connessi con se stessi e con ciò che circonda. Chiamata Shinrin Yoku in Giappone (dove questa attività è nata negli anni '80, per essere inserita nei protocolli di cura ospedalieri), consiste in un passeggiare a ritmo lento per entrare in sintonia con la natura, abbracciare gli alberi... [\(Continua a leggere\)](#)

LA SALUTE NEL PIATTO



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 dei **Quadrotti di Polenta Integrale con Funghi Porcini** è un'idea semplice e d'effetto capace di sprigionare i profumi dell'autunno e godere della bontà di un vero e proprio prodigio della Natura. [Qui puoi leggere la ricetta.](#)

MASTER IN NUTRIZIONE VEGETALE E PNEI



E' in partenza il **6 ottobre** il **Master in PNEI e Nutrizione Vegetale**, che spiegherà gli effetti sul sangue delle piante spontanee e medicinali, in correlazione con le patologie moderne più diffuse. Il docente, **Dr. Andrea Sassola**, condurrà a capire la corretta integrazione terapeutica naturale finalizzata al **controllo della risposta infiammatoria** (citochina). **Il corso, aperto a tutti e ancora disponibile**, si articolerà in **6 lezioni**, fruibili in modalità on line. [Continua a leggere.](#)

SCUOLA IGIENISTA - PRIMO ANNO



Il **27 ottobre** inizia il **nuovo anno accademico di Igienismo e Scienza della Salute Naturale**. Gli studenti riceveranno una **formazione ampia** in chiave igienista e **approfondimenti** su materie quali Digiuno, 5 Leggi Biologiche, PNEI, Microbiota Intestinale, Psicologia, Energia, Vibrazioni, Natura, Comunicazione, Coaching e Public Speaking. **Le iscrizioni sono aperte.** [Continua a leggere.](#)



Fiorenza Guarino

Presidente Aghape e Direttrice Health Science University

Bologna, V.le Aldini 28 | Tel. 335 199 7815 | aghape@aghape.it

www.aghape.it

www.naturaligiene.it

Le nostre pagine social

www.instagram.com/healthscienceuniversity; www.facebook.com/Aghapeperlosviluppoumano ; www.facebook.com/healthscienceuniversity

Per associarsi

<https://aghape.it/diventare-socio/>

IBAN AGHAPE

AGHAPE ASSOCIAZIONE

BANCO POPOLARE