

La ciclicità femminile, una serata per le donne e gli uomini

• (*) Domenica 4 ottobre dalle 17 alle 19 alla Filanda si svolgerà un Cerchio informativo sulla ciclicità femminile per donne e uomini.

“Noi donne non siamo lunatiche, siamo lunari, siamo cicliche...” parole di Cinzia Santo che condurrà il Cerchio tramite “Il filo di Luna” per scoprire la magia della ciclicità della Luna, della Donna. Le donne hanno ricevuto il dono di incarnare la ciclicità: in soli 28 giorni vivono le quattro stagioni, le quattro facce della Luna. L'incontro sarà moderato da Ulrico Selinger nell'ambito di “La Via del Cerchio”, ciclo degli incontri mensili a “La Filanda”: dall'antica e affascinante cultura dell'ascolto empatico e del dialogo tramandata dai nativi americani.

Ulrico, ci spieghi come funziona il Cerchio secondo la pratica dei nativi americani tramandata da Manitonquat?

Il Cerchio è la forma più rispettosa d'incontro e di parola, dove nessuno prevale e nessuno si esclude, ma tutti occupano una posizione ugualmente importante. Le regole sono: il Rispetto, l'Onestà, la Fiducia, “Nessun Con-

siglio”, il Bastone della Parola e “Nessun commento”.

Perché il tema sulla ciclicità della donna? Quando ho conosciuto Cinzia mi aveva raccontato di averlo già trattato in vari Cerchi, soprattutto femminili. Per me è stato subito chiaro che questa tematica riguarda anche noi maschi. Invito quindi, oltre alle donne, noi uomini a partecipare alla serata che sicuramente ci aiuterà a comprendere ancora di più le donne. “... sono e agiscono quattro donne diverse e non solo una donna” come afferma in modo giocoso Cinzia.

Cinzia Santo, cosa intende con le quattro facce della Luna?

La donna ha una ciclicità simile a quella

lunare, come la luna e come anche le stagioni, ha quattro fasi diverse dettate dalla sua biologia e dai suoi ormoni. Conoscere queste fasi e saperle gestire, saper cogliere ciò che meglio sappiamo fare e ciò che invece ci risulta più difficile, può veramente semplificarci la vita quotidiana.

La serata è aperta anche agli uomini, non sono forse “cose da donna”?

La ciclicità femminile influenza tutte le sfere della vita di una donna e tocca anche le nostre relazioni. Gli uomini non vivono una ciclicità come la nostra e capirne i meccanismi aiuta a comprendersi meglio. Spesso gli uomini sono grati di poter avere queste informazioni che li aiutano a capire meglio le loro compagne, colleghe, figlie, ... in questo modo si possono evitare malintesi o incomprensioni. Il ciclo mestruale accompagna una donna per una quarantina d'anni, una fetta importante della sua vita; se ci fosse maggior consapevolezza su questo tema sono convinta che potremmo vivere questi anni con più leggerezza e naturalezza, dal menarca alla menopausa.

Per informazioni e iscrizioni (entro il 2 ottobre 2020): ulrico.selinger@gmail.com – 091 921.25.65

