

LA RISCOPERTA DEL FEMMINILE

Rassegna di seminari solo per donne

Dr. Roberta Rio

MODULO: SESSUALITA' FEMMINILE

SCOPI: conoscere l'utero e il suo funzionamento fisico ed energetico, riportare energia nel bacino, riscoprire l'importanza delle ghiandole mammarie oltre al loro uso per l'allattamento, scoprire senza pregiudizi dove risiede il nostro piacere sessuale, cosa ci piace e ci fa bene e cosa no, lasciar fluire l'energia sessuale

RIVOLTO A: donne

DURATA: da venerdì sera a domenica a pranzo

oppure - quando possibile: serie di incontri infrasettimanali

NR. MAX PARTECIPANTI: min. 7 – max 14

Ai nostri giorni le donne vengono normalmente utilizzate in messaggi pubblicitari per vendere qualsiasi genere di prodotto.

È indifferente che si tratti di piastrelle o di scarpe, della donna vengono accentuati proprio quegli elementi in grado di lanciare all'uomo un richiamo sessuale visivo. In questo gioco, siamo entrambi – uomini e donne – vittima di un condizionamento.

Nella sessualità le donne sono portate a soddisfare il partner prima ancora di sapere cosa piaccia e cosa faccia bene a loro stesse, ovvero si modificano per vari motivi secondo i canoni della sessualità maschile, per esempio per il bisogno di essere riconosciute dall'esterno.

Questo atteggiamento ha un'origine remota. Si pensi che antiche tradizioni sessuali, come per esempio il taoismo, vennero portate avanti dagli uomini, per gli uomini. Le donne avevano in esse un ruolo solo nella misura in cui potevano aiutare l'uomo nel mantenimento del benessere fisico e nel processo di crescita.

Si aggiungano a questi pregiudizi, stereotipi, idee errate, esperienze personali che hanno portato sofferenza, difficoltà a vivere bene e accettare l'energia sessuale e il proprio corpo così com'è, condizionamenti culturali e religiosi. Tutto questo porta conseguenze sulla salute fisica e sull'equilibrio emotivo delle donne: sindrome premestruale, irregolarità o assenza di ciclo mestruale, difficoltà nel concepimento e nel parto, tumori al seno e all'utero, cisti ovariche, menopausa precoce, depressioni, mancanza di vitalità, disturbi alimentari, dipendenze di varia natura etc.

Sono tutti segnali che la nostra anima ci invia attraverso il corpo affinché riprendiamo in mano il nostro destino.

Questo seminario è una via femminile di ritorno a casa.

Attraverso informazioni teoriche ed esperienze pratiche, esso si prefigge lo scopo di colmare una pesante assenza di conoscenza relativa all'energia sessuale femminile e al suo funzionamento. Si farà tra l'altro ricorso a tecniche di respirazione, automassaggio, visualizzazioni, movimento e danza.

Gli organi sessuali femminili – a differenza di quelli maschili - sono principalmente interni, nascosti. Questo è già un elemento che ci mostra in modo evidente la sostanziale differenza tra queste due energie. L'energia sessuale femminile non deve essere “fatta o allenata”, essa si “manifesta”.

Conoscere l'utero e il suo funzionamento fisico ed energetico, riportare energia nel bacino, riscoprire l'importanza delle ghiandole mammarie oltre al loro uso per l'allattamento, scoprire senza pregiudizi dove risiede il nostro piacere sessuale, cosa ci piace e ci fa bene e cosa no, lasciar fluire l'energia sessuale sono tutti punti importanti di questo percorso, nel rispetto delle varie fasi di vita in cui ogni donna si trova. È una forma di responsabilità nei confronti di noi stesse, che ha ripercussioni positive anche sul modo di rapportarci all'altro sesso. Infatti, solo se siamo consapevoli di noi stesse, della nostra natura, del nostro piacere e delle qualità della nostra energia femminile, saremo in grado di incontrare e accogliere l'energia maschile in modo corretto, via da stereotipi e da meccanismi di rivalità e di potere che nei secoli hanno portato il rapporto tra i sessi su una strada che non è quella prevista dalla natura, che desidera invece l'equilibrio e la complementarità tra l'energia femminile e maschile.

L'obiettivo primario è quello di diffondere strumenti: comprendere e accettare la nostra natura, accedere alla nostra saggezza profonda, vivere appieno la nostra sessualità in modo appagante e rispettoso di noi stesse, conoscere il nostro potenziale più profondo, dire "sì" alla vita.

Roberta Rio

Storica e danzatrice. Conduce seminari sul tema della sessualità e corporeità.

Laureata in storia, è specializzata in Paleografia, Archivistica e Diplomatica ed è membro dell'Associazione degli Storici della Germania.

Realizza studi comparati e interdisciplinari, abbinando ricerca teorica e applicazione pratica. Ne discende una conoscenza esperienziale ricca di scoperte e rivalutazioni del corpo, della danza, della musica, del femminile e della sessualità.

Tiene seminari e conferenze in svariate università (Vienna, Klagenfurt, Linz, Innsbruck, Glasgow, Atene, Oldenburg, Milano, Bologna etc.) e istituzioni europee. È autrice di numerosi libri e articoli di carattere storico. "Sesso Sacro. La via del corpo" è il suo ultimo libro (2014).