



La dottrina dei quattro elementi

Aria, fuoco, terra e acqua



Introduzione

I quattro elementi si intrecciano e dialogano in un equilibrio complesso e dinamico. Comprendere le loro interazioni ci permette di leggere la natura e noi stessi in modo più integrato e consapevole.

“Durata: 3 ore circa”

Modulo 1 – Introduzione al workshop

Il workshop "Il Fuoco, l'Acqua, l'Aria e la Terra" offre un percorso teorico approfondito sui quattro elementi fondamentali della medicina tradizionale mediterranea. Questi elementi, da sempre considerati le radici di ogni fenomeno naturale e umano, rappresentano un linguaggio simbolico essenziale per comprendere l'equilibrio tra corpo, mente e ambiente.

Questo percorso si inserisce in un più ampio quadro di formazione, che comprende altri workshop dedicati agli aspetti complementari della tradizione mediterranea, offrendo così una visione integrata e multidisciplinare.

*Sol di quattro umor soprani
Son composti i corpi umani :
L' ipocondrio, il bilioso,
Il sanguigno , e il flemmatoso ;
Cui si vuol, che corrisponda
Terra, fuoco, aere, ed onda.*

— **dal Regimen Sanitatis Salernitanum**



Modulo 2 - Aria calda e umida

L'aria è il soffio vitale che distribuisce la vita nell'universo. Senza di essa, nulla potrebbe esistere sulla Terra. Questo elemento incarna una vitalità leggera e spensierata, capace però di trasformarsi in forza impetuosa e incontrollata, come una tromba d'aria. Scopriamo insieme il suo ruolo e le sue corrispondenze nel nostro organismo.



Modulo 3 - Fuoco caldo e secco

Il fuoco è il principio creativo originario, la cui energia istintiva si muove incessantemente, generando contemporaneamente creazione e distruzione. È la scintilla che accende il cambiamento e la trasformazione, plasmando materia e spirito. In questo modulo esploreremo la sua presenza e la sua influenza all'interno dell'essere umano.



Modulo 4 - Terra secca e fredda

La terra è la struttura fondamentale dell'universo, simbolo di stabilità e radicamento. Essa cristallizza il fuoco primordiale e definisce le forme. In questo modulo esploreremo come la terra si manifesta nel corpo umano e nella natura circostante.



Modulo 5 - Acqua fredda e umida

L'acqua è la madre primordiale, fluida, mutevole e profonda come le emozioni umane. Scorre, purifica e rigenera, ma può anche manifestarsi in forme impetuose e travolgenti. In questo modulo esploreremo la sua natura e le sue corrispondenze nel corpo e nell'ambiente.

