

Articolo RUOTA MEDICINA
Di Shaida Cartella'

Durante il mio percorso sul cammino della consapevolezza, l'incontro con la **Ruota Medicina** ha segnato la mia vita in modo significativo. Molte volte ne avevo sentito parlare e avevo letto parecchi libri su questo argomento, ma la mia mente mi è sempre stata d'impedimento nella comprensione della stessa.

Nel lontano 2004, durante un intensivo di lavoro sulla Ruota Medicina con Rosalyn Bruyere, (guaritrice di fama mondiale e donna medicina della tribù Hopi e Navaho, tutt'oggi presente nella mia vita), un'antica rimembranza e una profonda comprensione si fecero strada nel mio cuore.

La mia mente era, a dir poco, attonita, stupita, incredula davanti a tanta naturalezza, presenza e semplicità con cui accadeva in me la guarigione. Nel tempo, la Ruota Medicina Hopi mi ha aiutato a sciogliere e trasformare vecchi traumi attraverso la comprensione e la riorganizzazione del mio sistema energetico. Ora, grazie alla fiducia e all'autorizzazione di Rosalyn B. con grande onore e privilegio, condivido la potenza di questo meraviglioso e incredibile **strumento di vita e consapevolezza** con i miei studenti, amici e quanti altri hanno voluto, vogliono e vorranno sperimentarlo sia attraverso intensivi di fine settimana che in incontri individuali.

Le culture primordiali, delle quali possiamo trovare ancora resti in diversi paesi dell'Africa, del Nord America, dell'America Centrale o Meso-America e nella presenza Celtica in Europa, hanno tutte conoscenza del Cerchio Sacro. Il Cerchio è un modo potente per conoscere dove ci si trova esternamente e internamente nel mondo, un modo per mantenersi sul cammino attraverso il tempo.

Nel contesto del cerchio sacro, i Nativi costruiscono la Ruota Medicina che usano ininterrottamente nella loro vita sia per invocare il Grande Spirito, che per essere da Lui guidati nel prendere decisioni riguardanti la tribù o il singolo individuo. Per esempio è utilizzata nelle cerimonie di pace, nei matrimoni, come strumento di insegnamento di vita e consapevolezza e per altri riti ancora riguardanti la pubertà, la nascita ed altro ancora.

Lo studio esperienziale della Ruota Medicina ci aiuta a scoprire noi stessi e gli altri attraverso **il recupero della nostra autenticità e integrità** ribilanciando il corpo, le emozioni, la nostra mente e lo spirito.

Per conoscere e integrare nella nostra vita la Ruota Medicina, bisogna permetterle attivamente di cambiarci e motivarci verso uno stile di vita più naturale. Essa si è rivelata da sempre un **eccellente sistema di Preghiera** e un **incredibile strumento Energetico** d'aiuto per qualsiasi scelta o decisione, nelle differenti aree della vita.

Grazie alla conoscenza dell'uso della Ruota si può **guarire** anche da eventuali **dipendenze** o schemi comportamentali accaduti in periodi diversi della nostra vita, che ci mantengono bloccati nelle differenti **“Capanne”** o **“Lodges”**. Essere bloccati porta inevitabilmente a ripetere nel tempo, nostro malgrado, le stesse attitudini negative che non danno possibilità alcuna di crescere ed evolvere.

La Ruota non ci giudica ne'c'incolpa, ma ci fornisce lo strumento per guardare a noi stessi con totale onestà, **divenendo essa stessa una mappa per l'equilibrio, il cambiamento e la crescita.**

Descrizione della Ruota Medicina

La Ruota Medicina in realtà è rappresentata da **una spirale** che, proprio perché aperta, manifesta la vita in continuo movimento nello spazio temporale.

Essa descrive il mondo interiore dell'essere umano ed è da noi posta nel centro del petto, nel nostro cuore energetico, affinché tutto il corpo possa impararla e integrarla.

E' rappresentata da **Capanne** o **Lodges** che girano intorno ad un **Centro dove è posto il Fuoco.**

E' proprio qui che inizia la vita ed è qui che il neonato sosterrà per i primi tre anni.

Il bimbo ha bisogno d'energia e nutrimento per crescere, essere vitale, svilupparsi e poter vivere la vita totalmente ... è dal Fuoco che prenderà tutto ciò.

In ogni Capanna la sosta è quindi di **tre anni** e per ogni Lodge le esperienze sono differenti a seconda della posizione in cui si trova la Capanna rispetto alle quattro direzioni, che rappresentano i quattro corpi: il corpo mentale posto ad Est, il fisico a Sud, l'emozionale ad Ovest e lo spirituale a Nord.

La Ruota è percorsa interamente ogni **ventisette anni** e il primo giro di vita **si completa ritornando al centro nel Fuoco**, da dove, dopo una nuova sosta di tre anni si uscirà per ricominciare il secondo giro di vita.... E così via.

Percorrendo la Ruota Medicina nei **primi** ventisette anni di vita, troviamo:

Ad **Est** la **Capanna degli Uomini o del Contrario** o del Perché - dai **tre ai sei anni** di vita: è il tempo dei perché, i bambini imparano a porre la giusta domanda e a rendersi conto del sociale con il quale entrare in contatto.

A **Sud-Est** la **Capanna della Pace** - dai **sei ai nove anni** di vita: è il tempo in cui si scopre la meditazione, il bimbo gioca molto da solo, ha un forte desiderio di pace per se stesso e per il mondo che lo circonda. Il bambino si acquieta prima di entrare nel corpo.

A **Sud** la **Capanna del Guerriero** - dai **nove ai dodici anni** di vita: per i Nativi, il corpo e' innocente ed e' da amare quindi e' un periodo in cui il bambino fortifica il suo corpo e rafforza il sistema immunitario. Ama molto fare sport e qualsiasi tipo di movimento fisico. Impara a dire conscienciosamente “no” nel caso in cui qualcosa d'esterno potrebbe recargli

danno. Per i Nativi solo i guerrieri sono autorizzati ad uccidere per proteggere la tribù (la guerra non può accadere che nell'innocenza).

A Sud-Ovest la Capanna dei Cantastorie e dei Medium - dai dodici ai quindici anni di vita: periodo in cui, tra le antiche tribù, si svolgevano i primi rituali di pubertà. Inizia il misticismo e si comincia a guardare al proprio futuro (primi innamoramenti, nuovi indirizzi scolastici, ecc. esplosione sessuale e spirituale nello stesso tempo).

Ad Ovest la Capanna delle Donne o del Silenzio - dai quindici ai diciotto anni di vita:

si impara a gestire le proprie emozioni scaricandole nella terra. In questa capanna vuoi sperimentare tutto: sensazioni ed emozioni. Si è così convinti di essere totalmente nel giusto che ci si permette di sperimentare ogni cosa, anche solo per verificare quanto in realtà non si è ancora saggi. La saggezza arriva quando si scopre che è nel silenzio interiore la chiave e non nel riversare addosso agli altri le proprie emozioni.

A Nord-Ovest la Capanna del Consiglio delle Donne - dai diciotto ai ventuno anni di vita - è la capanna dove impari a dire di "sì" alla vita in generale: nuove scelte, carriera, scuola, famiglia e impari a dire di "no" a ciò che non ti sostiene nella tua evoluzione. È il tempo giusto per riorganizzare la propria vita.

A Nord la Capanna dei Cacciatori e dei Raccoglitori - dai ventuno ai ventiquattro anni di vita - è tempo di manifestare, di raccogliere energia e spirito per poter realizzare ciò che è stato scelto nella capanna precedente. Impari a prenderti più cura di te e degli altri, impari le leggi divine al posto di quelle degli uomini. Tutti i giorni t'impegni a cacciare e raccogliere spirito (in un modo spirituale).

A Nord-Est la Capanna dei Soldati e Cani - da ventiquattro a ventisette anni di vita - sono gli anziani e saggi del villaggio poiché hanno completato tutto il percorso della Ruota Medicina; essi hanno l'ultima parola, quella che conta. Ciò dimostra come per i Nativi le decisioni devono essere prese solo quando si è in contatto con lo Spirito e non altrimenti. È tempo di assumersi le responsabilità non solo per se stessi ma per "i bambini dei bambini dei bambini"...per la Generazione del futuro.

Ora hai **ventisette anni**, hai finito il tuo primo giro e sei pronto a **ritornare** al centro nel **Fuoco** dove nessuno si aspetta niente da te perché sarai impegnato a raccogliere energia per ricominciare un nuovo giro di vita. Nel centro la tua connessione con lo Spirito è più viva ed è mantenuta attiva dalla fiamma che ti aiuterà a bruciare tutte le idiosincrasie che hai accumulato fino ad ora.

Se percorri la Ruota per almeno tre giri, sei definito un saggio, ma **non prima degli ottantuno anni d'età puoi pensare alla morte. Solo da quel momento** in poi i Nativi cominciano a pensare che "...è sempre un buon giorno per morire...." ma mai prima. Essi hanno un gran rispetto per la vita e sono assolutamente chiari dell'importanza di vivere a lungo per poterla sperimentare nella sua totalità.

Sono mille volte grata a questa antica e così attuale saggezza che ogni giorno mi aiuta ad amare, rispettare e onorare il mio cammino, riconoscendo attraverso Coloro che sono già passati, la semplicità, la naturalezza, la spontaneità, la ricchezza e la bellezza di questo così antico, amabile e gioioso Pianeta Terra.

Ahoo!!!!

“Gli Esseri umani hanno incominciato ad imparare dagli uomini nel momento in cui si sono separati dalla Madre Natura”. (Anonimo)