
Newsletter

Volume 1

Marina Menichelli - Aprile 2026

DA ANIMA AD ANIMA

riflessioni e fonti di ispirazione per la vita



Questa è la nostra filosofia; il pensiero nato dalla Terra che ci ha condotto fino all'altro, agli animali, alle piante, a voi, e di nuovo a noi stessi.

www.danimaadanima.it

Cari amici,

da tempo desidero dedicare spazio e tempo a questa "comune di Esseri" che, negli anni, si è intrecciata naturalmente attorno al mio lavoro. È un cerchio nato da affinità profonde e scoperte condivise, e questa newsletter vuole essere un modo per onorare questo legame.

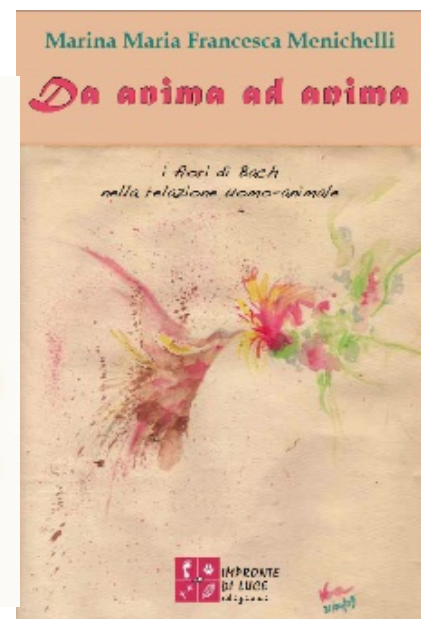
Sarà un esperimento: un tentativo di dare forma alle nostre aspirazioni e necessità. Vorrei offrirvi fonti di ispirazione e riflessioni, nutrite non solo dal mio sguardo e da quello di stimati colleghi, ma anche dal vostro prezioso contributo.

Non ho ancora fissato una cadenza rigida; vorrei che fosse il tempo, l'energia e il vostro feedback a dettarne il ritmo. Non c'è nulla da decidere ora: esploreremo insieme se questo spazio saprà portarci piacevolezza e nuova conoscenza.

Spero che ogni uscita sia l'occasione per fermarvi a bere un caffè o una tisana sotto il sole di primavera, trasformando questi pochi minuti di lettura in un momento di quiete e intimità con voi stessi e con la vita.

Buona lettura,

Marina Menichelli



Libri reperibili presso Marina Menichelli

Guarire le radici: cosa fare con l'eredità del dolore?

Liberamente tratto da un articolo della scrittrice Simonetta Tassinari su ilLibraio.it

Ci sono famiglie che somigliano a case antiche: affascinanti da lontano, piene di crepe da vicino. Madri incapaci di proteggere, padri inafferrabili, nonne mute come stanze chiuse a chiave, e segreti di famiglia custoditi come pesi insopportabili.

E poi ci sono le ferite invisibili: quelle di chi non ha subito urla o percosse, ma il graffio profondo di parole che sminuiscono e sensi di colpa che zittiscono.

Indossare una stoffa consumata

Le genealogie non sono fili d'oro: sono stoffe logore, punti caduti, trame che cedono, ma che indossiamo ogni giorno senza accorgercene.

La famiglia non è solo una foto appesa: è la struttura invisibile che muove le nostre scelte, la nostra paura del rifiuto e la nostra fatica nel fidarci. La domanda allora diventa urgente: possiamo riparare un'eredità dolorosa o siamo condannati a ripeterla?

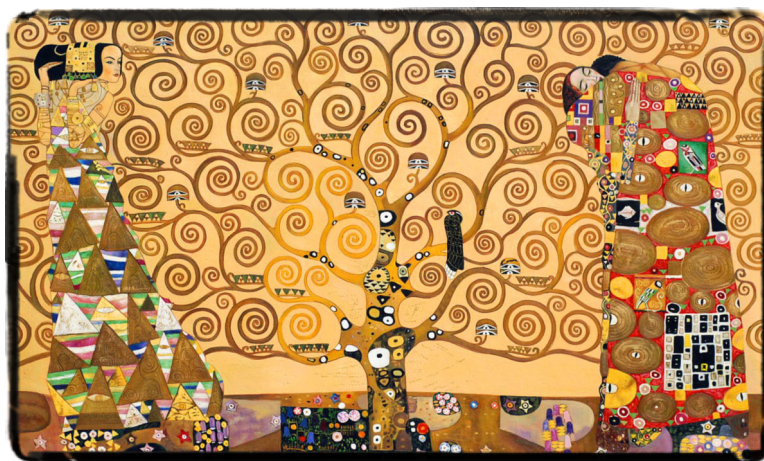
Capire non è trasformare, è illuminare

Riparare non significa riscrivere il passato o perdonare per forza. Comprendere i vuoti di una madre o le fughe di un padre non li renderà presenti oggi, ma toglie loro il potere di governare il nostro presente.

Ciò che non si nomina ritorna: non conta solo da dove veniamo, ma verso dove scegliamo di andare. Il passato spiega, ma non condanna. Dare un nome al dolore significa trasformare un mostro che ci insegue in un fatto che ci appartiene, ma che non scrive più il nostro copione.

Il coraggio di interrompere il silenzio

Ci sono case in cui si è parlato troppo, e case in cui non si è parlato mai.



Gustav Klimt -
l'albero della
vita

In molte genealogie il silenzio è stato la forma più antica di sopravvivenza: non si ricordava, non si chiedeva, non si spiegava.

Le nonne, spesso, sono state le custodi di quel mutismo: donne cresciute in epoche in cui il dolore non si raccontava, si stringeva in tasca.

Così il silenzio è passato di mano in mano: madri che non spiegano, figli che non chiedono, nipoti che imparano a tacere.

Riparare, allora, significa restituire parole a ciò che ne è stato privato.

Non per accusare, ma per interrompere la trasmissione del “non si dice”, “non importa”, “si va avanti”.

Ogni parola restituita è un pezzo di libertà.”

Non tutti possono essere amati come vorrebbero

Un equivoco diffuso: credere che guarire significhi trasformare un rapporto.

Come se la riparazione fosse un abbraccio tardivo, una lettera commovente, una riconciliazione cinematografica. A volte accade. Spesso no.

Ci sono madri che resteranno ostili. Padri che continueranno a fuggire. Nonne che non ricorderanno mai.

In questi casi, riparare significa qualcosa di più maturo: accettare ciò che è stato e cercare altrove ciò che non si è ricevuto.

La libertà di non somigliare

“È più facile ripetere che cambiare”, diceva Virginia Satir.

Ed è vero: chi ha avuto un padre distante rischia di diventarlo; chi ha avuto una madre rigida rischia di ereditarne la durezza.

Ma la vita non è soltanto eredità: è scelta.

Ogni volta che un adulto parla con dolcezza a un bambino, sta cambiando il destino della sua famiglia.



Ogni volta che si dice “scusa” invece di gridare, che si abbraccia invece di punire, che si ascolta invece di umiliare, l’albero genealogico mette una foglia nuova.

Tessere con filo nuovo

Non si nasce “da” una famiglia: si nasce “dentro” una vicenda. E ogni vicenda può cambiare direzione.

Abitare la propria vita, non subirla

Riparare la genealogia non è abbellire una ferita né dire che “in fondo è servito”. È riconoscere il segno, senza farne una condanna.

Non tutte le case diventano luminose, ma quasi tutte possono diventare abitabili. La verità non salva da sola, ma salva dal fingere.

Costruire genealogie scelte

Una delle rivoluzioni più grandi del nostro tempo è questa: *le famiglie emotive*. Si può essere figlia di una maestra che ha creduto in noi più della nostra famiglia. Nipote di una vicina che ci cucinava minestre quando vedeva la nostra tristezza.

Erede di una comunità, di un’amicizia, di un libro.

Le genealogie non si esauriscono nel sangue: si allargano a chi ci ha fatto del bene. Non sostituiscono la famiglia biologica, ma la completano e, a volte, la riscattano.

Riparare significa anche questo: allargare il concetto di casa.

Guarire gli antenati

Riparare la genealogia, in fondo, è questo: riconoscere il segno del passato, senza farne la nostra condanna. Non serve essere perfetti per riparare: basta essere diversi. Guarire le radici senza cancellare la propria storia. L’eredità più grande di una famiglia non è ciò che ci ha dato, ma ciò che scegliamo di portare con noi.

❖ Nascere Due Volte: trasformare l’eredità familiare in opportunità

Guarire è l’istante in cui smetti di trascinare i pesi di chi è venuto prima di te; in cui deponi lo zaino degli altri. L’istante in cui rinunci a farti carico del passato per iniziare a camminare. Non è cancellare la storia, ma onorare la memoria che ci ha generato per scegliere finalmente la propria direzione.

Incontro con *Marina Menichelli* sabato 9 Maggio dalle 15 alle 17

Quota di partecipazione 10€ (devoluta in beneficenza)

Prenotazione obbligatoria al 338 9131435 *Marina*

Terranuova Bracciolini (Ar) presso *La Culla delle Fate*

“Il Legame Silenzioso quando l'Anima Incontra l'Anima-le”

Di Marina Menichelli

Esiste qualcosa di ineffabile e impossibile da descrivere nella relazione tra uomo e animale: un'intimità pura, spesso preclusa persino ai rapporti umani. È un senso di appartenenza alla vita stessa, all'Amore; una comunicazione che va al di là di tutte le lingue degli uomini, oltre i concetti, per parlare direttamente da Anima ad Anima.

È forse questa esperienza a riconsegnarci al senso sacro dell'esistenza. La relazione con gli animali ci permette di riscoprire il termine "spirituale" con una nuova consapevolezza, libera dagli schemi sociali. Perché ciò davanti a cui la mente si arrende, l'anima riconosce: questo legame ancestrale ci permette di trovare casa nella nostra natura più antica che è costruita di bene e per il bene, anche quando facciamo esperienza del male e del dolore.

È un lento procedere verso noi stessi.

L'animale non è un semplice ospite nel mondo umano, ma un protagonista della nostra evoluzione. La sua è una vera e propria missione: non per essere usato o abusato, ma per essere onorato come compagno di crescita. Chi si sottrae a questo principio compie un atto di separazione dalle proprie radici e dalla forza vitale e, in definitiva, da sé stesso.

Le creature di cui ci prendiamo cura entrano nella nostra vita con uno scopo preciso:

- * Risonanza: Il loro mondo emotivo funge da diapason per il nostro.
- * Armonia: Ci invitano a riaccordarci con l'antica **m u s i c a**



dell'universo — l'Amore.

* Specchio: Nelle loro gioie e paure scorgiamo le nostre, trasformando ogni interazione in una "lezione di vita" fondamentale per la nostra maturazione.

La Bussola della Compassione

In un'epoca in cui l'uomo appare spesso "stonato" rispetto al creato, l'animale ci esorta a ritrovare l'accordo attraverso l'unico linguaggio universale: quello dei sentimenti.

Primariamente, ci insegnano la compassione. Come possiamo dire di amare se non sappiamo essere partecipi della sofferenza altrui? Se non sappiamo abbracciare l'essenza di chi è "altro" da noi?

Come un Virgilio a quattro zampe, l'animale ci guida tra i gironi della nostra quotidianità, insegnandoci un'empatia sensoriale fatta di gesti e ascolto. È questa empatia che ci permette di compiere il passo più importante: il passaggio dall'Io al Tu, dal narcisismo alla maturità del cuore.

Gli animali sono gli Angeli della nostra vita... ma noi, sappiamo essere gli Angeli dei nostri animali?

❖ Il Patto silenzioso: La sacra missione degli animali nella nostra vita.

Incontro con *Marina Menichelli* Domenica 24 Maggio dalle 15 alle 17 presso PRONATURA VALDARNO

LOC. Le Corti Castelnuovo dei Sabbioni

Quota di partecipazione 10€ (devoluta interamente all'Associazione PRONATURA)

Prenotazione obbligatoria al 338 9131435 *Marina* o 3317650255 *Daniela*

❖ Il filo invisibile che unisce il Cielo alla Terra: Dialoghi tra il regno angelico e il regno animale.

Seminario condotto da *Marina Menichelli* Domenica 7 giugno dalle 14.30 alle 18.30

Con possibilità di seguire in presenza in loco, via zoom o tramite registrazione in differita

Terranuova Bracciolini (Ar) presso *La Culla delle Fate*

Quota di partecipazione 50€

Iscrizioni al 338 9131435 *Marina*

Si fa presto a dire Fiori di Bach...

Di Marina Menichelli

Edward Bach: La Mappa per la Medicina del Futuro

IL dottor Bach non è stato solo un medico; è stato un anticipatore. Ci ha lasciato in eredità la mappa per quella che lui stesso definiva la “medicina del futuro”, un approccio che interpreta il malessere non come un nemico, ma come l'indicazione di un attrito tra la nostra espressione terrena e la nostra origine spirituale.

Oltre l'Omeopatia: Una Visione Spirituale

Se Hahnemann aveva già introdotto il concetto olistico con l'omeopatia, Bach compie un passo ulteriore. Inserisce la pratica clinica in un quadro spirituale che la arricchisce senza renderla puramente mistica.

Oggi, a distanza di un secolo, la sua visione non è più oggetto di incredulità, ma si rivela in tutta la sua bellezza, complessità e profonda attualità.

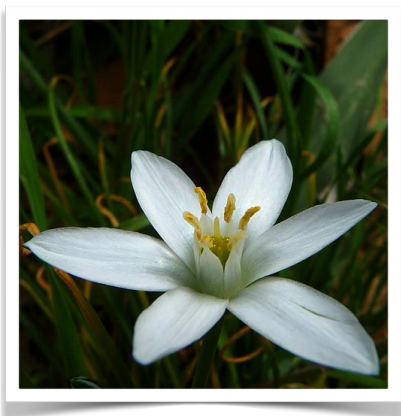
Il Medico che Ascoltava la Natura

Il percorso di Bach è guidato da un legame viscerale con la Natura. Fin da giovane, tra le colline del Galles, la sua curiosità si nutriva di quell'osservazione silenziosa che lo condurrà a diventare:

- ❖ Lo scienziato: Patologo e batteriologo di fama.
- ❖ Il ricercatore: Alla ricerca di una terapia semplice che curasse la personalità e non solo il sintomo.

La sua stessa personalità in bilico tra la vocazione medica e quella sacerdotale, trovò la sintesi perfetta nella Natura.

"La malattia è il risultato di un conflitto in cui la personalità rifiuta di obbedire ai dettami dell'Anima."



Le Emozioni come Terreno di Guarigione

Bach intuì che alcuni fiori possedevano la forza di agire sul terreno più difficile da trattare: le emozioni. Ogni fiore corrisponde a una tipologia umana, ai suoi limiti e alle sue potenzialità evolutive.

Secondo il suo pensiero:

- ❖ La Vita è una Metamorfosi: Trasformiamo le "qualità inferiori" in virtù elevate, seguendo un codice animico individuale.
- ❖ L'Io è uno Strumento: Riflesso di una parte spirituale invincibile che guida la nostra crescita.
- ❖ La Terra è una Scuola: Ogni passaggio della vita terrena è, per Bach, un "giorno di scuola".

Una Bussola per il Presente (e per il Mondo Animale)

In questo momento storico così complesso, i rimedi floreali si offrono come una bussola di consapevolezza. Non sono strumenti riservati solo all'uomo: gli animali, per loro natura privi di sovrastrutture, sono estremamente ricettivi al linguaggio archetipico del regno vegetale.

Il Testamento Spirituale

Nonostante la brevità della sua produzione scritta, i tre testi cardine — Essere se stessi, Libera te stesso e Guarisci te stesso — rappresentano un vero testamento spirituale. Sono linee guida essenziali per medici, terapeuti e per chiunque desideri intraprendere un viaggio verso la propria armonia interiore.

❖ I Rimedi di Emergenza: Equilibrio e Serenità in un istante

Esploriamo nuovi rimedi di emergenza nati da studi ventennali per gestire stress, imprevisti, piccole e grandi emergenze quotidiane, ritrovando il benessere per noi stessi e per i nostri compagni animali.

Incontro con *Marina Menichelli a Grosseto a fine maggio e a Terranuova Bracciolini (Ar) presso La Culla delle Fate (date in via di definizione).*

Temi affrontati: Concentrazione e lucidità mentale, Energia, Ansia e nervosismo, Ansia da prestazione, Protezione, Paura di volare

Animali: Ansia da separazione, Viaggio, Batti, paura del dottore

Quota di partecipazione 10€ (devoluta in beneficenza)

Prenotazione obbligatoria al 338 9131435 *Marina* (evento Terranuova B.ni)

Barbara (evento su Grosseto), tramite messaggio whatsapp

Vorrei dedicare queste ultime pagine con un approccio laico e trasversale, alle nostre riflessioni più profonde e al pensiero dei grandi mistici, filosofi e pensatori riguardo la vita, la Natura e il nostro rapporto con gli altri Esseri, in modo da portare con noi le loro parole come fonte di ispirazione e incoraggiamento.

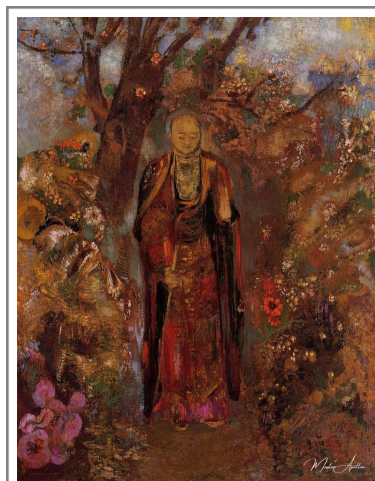
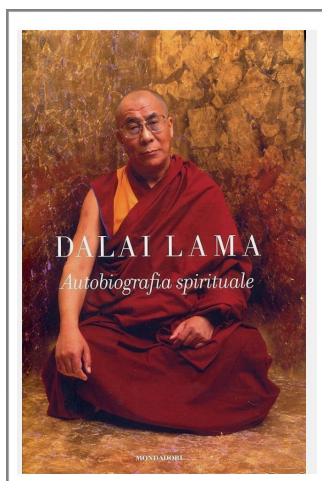
Grazie a tutti per avermi accompagnato fin qui...

Marina

RIFLESSIONI DI SUA SANTITA' IL XIV DALAI LAMA TENZIN GYATSO ESTRATTE DAL SUO LIBRO "Autobiografia spirituale"

La protezione della natura non è necessariamente un'attività sacra, né richiede sempre compassione: in quanto Buddisti siamo compassionevoli verso tutti gli esseri senzienti, ma non necessariamente verso ogni pietra, albero o abitazione. La maggior parte di noi si prende cura della sua casa, ma non per questo provano compassione nei suoi confronti. Allo stesso modo, il nostro pianeta è la nostra casa e noi dovremmo prendercene cura con attenzione, per assicurare la nostra felicità e quella dei nostri figli, dei nostri amici e di tutti gli esseri senzienti che condividono con noi questa bellissima dimora. ***Se pensiamo al nostro pianeta come alla nostra casa o come a nostra "madre", la nostra Madre Terra, non potremo fare altro che prendercene cura.***

Oggi capiamo che il futuro dell'umanità dipende dal nostro pianeta, il cui futuro dipende dall'umanità. Ma questo concetto non è sempre stato così chiaro. ***Fino ad ora la nostra Madre Terra è riuscita a tollerare la nostra negligenza, ma oggi il comportamento umano, la popolazione e la tecnologia hanno raggiunto livelli tali che la nostra Madre Terra non può più accettare in silenzio.*** "I miei figli si stanno comportando male", ci ammonisce, per farci capire che ci sono limiti che non dovrebbero essere superati.



Buddha che cammina
tra i fiori – Odilon Redon

Come Buddisti tibetani noi sosteniamo **la moderazione, che non è scollegata rispetto all'ambiente, poiché noi non consumiamo nulla a dismisura; poniamo dei limiti alle nostre abitudini di consumo e apprezziamo uno stile di vita semplice e responsabile.** La nostra relazione con l'ambiente è sempre stata speciale. Le nostre antiche scritture parlano del recipiente e del suo contenuto: il mondo è il recipiente, la nostra casa, mentre noi, gli esseri viventi, il suo contenuto.

Il risultato di ciò è una relazione speciale con la natura, dato che senza il recipiente il contenuto non può essere, appunto, contenuto. **Non è affatto riprovevole che gli esseri umani usino le risorse naturali per soddisfare i propri bisogni, ma non dovremmo sfruttare la natura oltre la misura strettamente necessaria.**

È fondamentale riesaminare da un punto di vista etico la quota che abbiamo ricevuta, la quota per la quale siamo tutti responsabili; e la quota che lasceremo alle generazioni future.

È ovvio che la nostra generazione sta attraversando una fase critica: abbiamo accesso a forme di comunicazione globale, eppure i conflitti sono più comuni dei dialoghi per costruire la pace; i miracoli della scienza e della tecnologia coesistono con molte tragedie come la fame nel mondo e l'estinzione di alcune forme di vita; ci dedichiamo all'esplorazione dello spazio quando gli oceani, i mari e le fonti d'acqua dolce diventano sempre più inquinate.

È possibile che i popoli della Terra, gli animali, le piante, gli insetti e perfino i microorganismi saranno sconosciuti alle future generazioni. Dobbiamo agire prima che sia troppo tardi.



Il vostro contributo

Inviateci le vostre foto più suggestive, pensieri, riflessioni, esperienze...
quello che pensate e sentite, sia importante da condividere.

Faremo del nostro meglio per dare spazio senza invadere



Dido e Olivia 

INFO UTILI

- ❖ Se siete interessati ad approfondire il tema affrontato in “**GUARIRE LE RADICI**”, potete seguire l’incontro previsto e/o prendere un appuntamento per una sessione individuale
- ❖ Chi desidera fare una riflessione sulla relazione con i propri animali per comprenderne il significato come suggerito in **IL LEGAME SILENZIOSO**, può farlo primariamente nel l’incontro di condivisione proposto presso ProNatura Valdarno e/o approfondire privatamente tramite una consulenza privata.
- ❖ I **Rimedi di emergenza** proposti sono sempre disponibili su richiesta! ma si ricorda che per un’azione volta ad un benessere stabile è consigliabile un trattamento che preveda un percorso individuale mirato, sia per gli animali che umani.
- ❖ I residenti in **Maremma** possono fissare un appuntamento mandando un messaggio whatsapp a Barbara al 3355354435, sia per umani (in studio a Grosseto) che animali (a domicilio). Vengo regolarmente ogni mese. Ad Aprile sarò presente il 13 e il 14 Aprile. Chi ha bisogno dei rimedi avvisi entro il 10 del mese.
- ❖ A **Firenze** sono presente normalmente ogni 10 giorni circa, solo per le consulenze a domicilio con gli animali
- ❖ Per le **consulenze in Umana** sono disponibile in studio il lunedì e il mercoledì pomeriggio a San Giovanni Valdarno. Solo su appuntamento
- ❖ I **Rimedi** in zona Valdarno vengono **consegnati** fra il giovedì e il venerdì di ogni settimana, presso Erboristeria IL CANTO DELLE ERBE a San Giovanni Valdarno e Il MOLINO CICOGNI a Levane. Si raccomanda quindi di comunicare le proprie necessità entro il mercoledì mattina, per permettere la preparazione. Idem per i rimedi che vengono spediti per **posta** .
- ❖ Per qualunque necessità vi chiedo gentilmente di comunicare tramite whatsapp con messaggi scritti o brevi vocali entro 1 m. In caso di bisogno scrivete **URGENTE** sul messaggio, in modo che possa vederlo chiaramente e dare la precedenza.