

# Artemide

**Dea della caccia e della luna, sorella protettrice degli animali selvatici, delle partorienti, dei bambini e di tutti gli esseri indifesi in genere.**





## ARTEMIDE/DIANA

<b>Definizione breve</b>	Sorella indipendente, protettrice degli animali selvatici, delle partorienti, dei bambini e di tutti gli esseri indifesi in genere.
<b>Parola chiave</b>	Autonomia.
<b>Il mito</b>	Nota come Diana (dai Romani) è la dea della caccia, della luna, della vita selvaggia, legata agli animali e alla natura, con cui è in comunione spirituale. Protegge le partorienti, che le si rivolgono per essere alleviate dal dolore. È rappresentata con Arco e frecce e le sue ninfe come ancelle.
<b>L'archetipo</b>	Agisce in modo rapido e deciso, per proteggere chi le chiede aiuto e punire chi le reca offesa. Personificazione dello spirito femminile indipendente. È la sorella che ama le altre sorelle, la femminista, colei che ama la luna e la natura, la competizione, gli sport, il gareggiare con gli uomini. L'essere esperta nel tiro con l'arco, comporta la capacità di concentrarsi per centrare gli obiettivi prefissi: è ostinata là dove ci sono mete da raggiungere o cause da sostenere e principi da difendere.
<b>Caratteristiche della bambina</b>	Di temperamento forte, queste bambine acquisiscono una grande sicurezza in se stesse e un altissimo livello di autostima che a volte rasenta la vanità. Fin da piccoli mostrano un carattere estroverso ed una forte attitudine per le relazioni. Se da piccola viene ostacolata nella manifestazione della sua personalità Artemide, da adulta svilupperà un senso di inadeguatezza e frustrazione.
<b>Caratteristiche dell'adolescente</b>	È il suo momento magico, alla ricerca dell'indipendenza, del movimento fisico, della cura e scoperta del proprio corpo e della ricerca di affinità con altre ragazze (ninfe-compagne). I primi conflitti si avranno quando le diranno che alcune attività "non sono adatte alle ragazze". Ha in genere un'amica del cuore con cui condividere ogni emozione, amicizia che in genere dura decenni.
<b>Caratteristiche della donna</b>	Le sue parole chiave sono "so badare a me stessa", "non dipendo da nessuno", "io sono ciò che sono e ciò che faccio", "non ho bisogno degli uomini". Indipendente anche se sposata, ha un rapporto paritario con gli uomini. La sua natura è competitiva, sfuggente è una donna Yang, guerriera, attiva, autonoma, esploratrice, sportiva, amante dei viaggi e della natura contaminata. Possiede notevole capacità di concentrazione.
<b>Figure importanti</b>	Il Padre (Zeus) e il Fratello (Apollo)
<b>Relazioni</b>	Non ha bisogno di un uomo per realizzarsi, quando si sposa il rapporto è alla pari. Molti uomini si sentono attratti dalla donna Artemide, in quanto la considerano la propria controparte femminile, oppure ricercano in lei qualità che gli mancano. Capace di creare legami di sorellanza e fratellanza.
<b>Sessualità</b>	Casta (se sposata) o avventuriera (se single entra in competizione per la miglior prestazione). Essendo una donna Yang maschile, può provare attrazione per le donne più dolci e femminili di lei.
<b>Figli</b>	Gli piacciono i bambini anche se non ha un grande istinto materno. Nel caso decida di avere figli, è una buona madre che stimolerà i propri figli alla autonomia e indipendenza. Non soffrirà quando i figli se ne andranno di casa per fare la loro vita.



<b>Lavoro</b>	<p>Come lavoratrice è una “donna in carriera, leader naturale” orientata al successo competitiva e ambiziosa ma rimane idealista e fermamente ancorata ai propri principi.</p> <p>Instancabili ed iperattiva, agisce immediatamente senza riandare e pensarci troppo. Per esprimere il meglio di sé deve essere mossa da degli ideali, pianificare e lavorare per obiettivi.</p> <p>Non ama la routine e il suo modo di lavorare non segue schemi tradizionali.</p> <p>Adatta a ricoprire ruoli che le garantiscano autonomia di decisione di movimento.</p> <p>È una buona alleata con le colleghe e sa essere un ottimo Manager.</p>	
<b>Aspetto fisico</b>	<p>Donna giovanile dal fisico asciutto, amante del movimento, agile e dinamica.</p> <p>Predilige i pantaloni, le gonne sopra al ginocchio o i tailleur.</p> <p>I capelli in genere sono corti o raccolti, un taglio pratico.</p> <p>La dea stessa veniva rappresentata con una tunica corta per correre più agevolmente.</p>	
<b>La Ferita/Maschera</b>	<p>Ferite: prestazione/senso di frustrazione/umiliazione.</p> <p>Maschera: competitiva/saccente.</p> <p>È stata apprezzata durante la sua infanzia non per la sua interiorità, ma per l'abilità nel fare il bene, questo l'ha spinto nel creare un'immagine vincente di sé pur di ottenere amore. Ha sposato l'attenzione dall'essere al fare, emergere e vincere è diventata la sua ragione di vita. Per sentirsi vincente, si focalizza sulla costruzione di un'immagine strategica a discapito di una reale percezione del proprio sé.</p> <p>È quindi diventata fortemente competitiva e ha fatto della sua esistenza una ricerca del successo.</p>	
<b>Rapporto con il potere</b>	<p>Ama il potere e si impegna nel conseguirlo ed esercitarlo.</p> <p>È una leader naturale, dotata di un'energia inesauribile, non fa distinzione tra vita privata e vita professionale, infatti è difficile stabilire i confini.</p> <p>La competitività è una nota dominante, essendo propositiva ambiziosa, non si fa scrupoli ad eliminare gli avversari, in quanto non accettano la sconfitta.</p> <p>Non si perde mai da animo, nessuna meta sembra irraggiungibile. Grande stratega, e manipolatrice, influenza l'interlocutore ammagliandolo grazie all'uso della parola e dell'entusiasmo che riesce a trasmettere. Vera incantatrice di serpenti, vive la relazione a fini pratici in funzione dei vantaggi che può ottenere.</p>	
<b>Bisogni Ancestrali di riferimento</b>	<p>Importanti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Creare/Produrre</li> <li>Autoaffermazione</li> <li>Sicurezza/Controllo</li> <li>Libertà</li> </ul>	<p>Non importanti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Provare piacere</li> <li>Amare ed essere Amati</li> </ul>
<b>Punti di debolezza</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Disprezzo per la vulnerabilità</li> <li>Rabbia distruttiva</li> <li>Inaccessibilità</li> <li>Freddezza</li> <li>Spietatezza</li> </ul>	
<b>Punti di forza</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stratega</li> <li>Indipendente</li> <li>Amicizia con le donne</li> <li>Propositiva</li> <li>Ambiziosa</li> <li>Competitiva</li> </ul>	



<p><b>La strada per evolvere.</b></p> <p><b>Come praticare per risvegliare e attivare l'archetipo.</b></p>	<p>L'archetipo Artemide è quello più lontano da una visione patriarcale. Diventa allora importante anche per quelle donne che meno si riconoscono in esso, nutrire e alimentare questo aspetto di sé, perché è la porta che ci permette di rimetterci in contatto con il nostro femminile più selvaggio.</p> <p>Attivare la nostra Artemide significa, riportare alla luce il nostro legame con i cicli della natura.</p> <p>Il rapporto con il proprio corpo è per Artemide fondamentale, necessita di movimento fisico intenso, correre all'aria aperta, frequentare palestre, fare sport anche di squadra nutre la Dea e le dà energia. Le passeggiate nella natura sono vitali: nel verde di un bosco, su un sentiero di montagna o su una spiaggia lontana dalla confusione e vita mondana, ovunque la natura si esprima nella sua selvaggia bellezza. Vivere il ciclo Mestruale attraverso i cicli lunari sarà un lavoro potente e magico.</p> <p>L'organo associato alla dea è il Fegato che con la Vescica biliare governa appunto i muscoli. Il Fegato è simbolo della forza vitale ed esplosiva dell'energia primaverile che scorre in Artemide, la quale ha necessità di curare in modo particolare la depurazione del proprio fegato, per far sì che la sua energia sia utilizzata in modo funzionale al suo benessere e alla sua piena realizzazione.</p> <p>Si assumeranno allora alimenti acidi che stimolino senza depauperare il fegato, come il limone o la frutta leggermente acerba dal sapore ancora asprigno.</p>
<p><b>La strada per evolvere.</b></p> <p><b>Come praticare per armonizzare l'eccesso dell'archetipo</b></p>	<p>Imparare a non giudicare la vulnerabilità altrui, ma comprenderle.</p> <p>Vivere i risultati ottenuti come bagaglio di esperienza e non unicamente come conquista.</p> <p>Accettare la propria e altrui "imperfezione", sviluppando amore verso se stessi e tolleranza verso gli altri.</p> <p>Curare il proprio sé mettendosi in contatto con le emozioni, integrando la dea Afrodite.</p> <p>Curare l'alimentazione eviteremo i cibi che stimolano il fegato (forza di Artemide): prediligendo frutta ben matura o cereali, ed evitando i sapori acidi e stimolanti per il fegato.</p> <p>Praticare attività rilassanti come lo yoga, la sauna, il bagno turco e i massaggi che decontratturando la muscolatura.</p>
<p><b>Quando utilizzare l'archetipo</b></p>	<p>Quando dobbiamo raggiungere un obiettivo</p> <p>Quando siamo soli e non possiamo contare su nessuno</p> <p>Quando abbiamo bisogno di distacco emotivo</p> <p>Quando vogliamo ritrovare il ritmo attraverso i cicli della natura</p> <p>Quando vogliamo risvegliare la nostra natura selvaggia</p> <p>Quando vogliamo creare forti alleanze</p>
<p><b>Luoghi che le appartengono</b></p>	<p>I boschi, luoghi incontaminati e selvaggi</p>

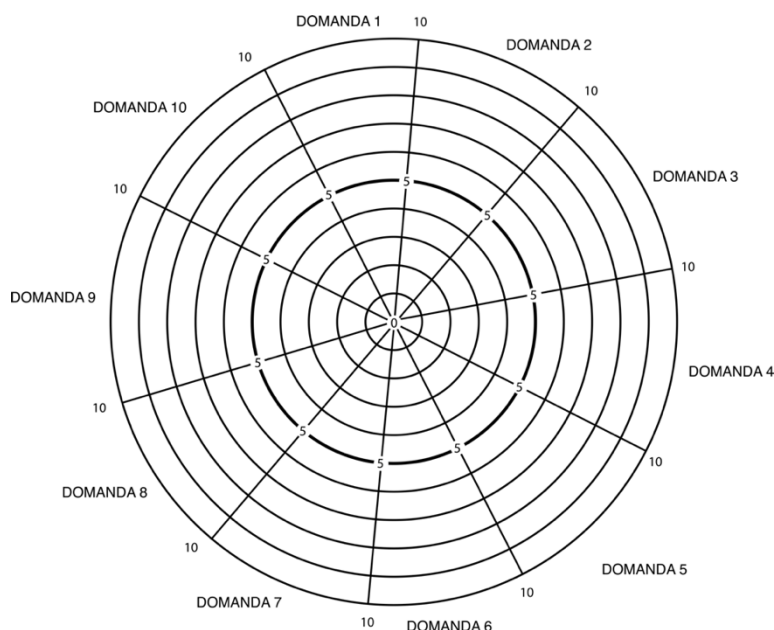


## Misura quanto sia presente in Te la Dea in questo momento: Attribuisci un punteggio da 0 a 10

N.	Domanda	da 0 a 10
1.	Nella tua vita, il successo è la leva che più ti motiva?	
2.	Quando sei focalizzata in un obiettivo, ti isoli dal resto del mondo e vedi solo la meta da raggiungere?	
3.	La parola fallimento è per te inaccettabile? Fai di tutto per evitarlo?	
4.	Quando le persone ti ostacolano nel raggiungimento del tuo obiettivo, diventi furiosa?	
5.	Pianifichi la tua giornata in anticipo e non ti piace avere imprevisti o “buchi” all’ultimo minuto?	
6.	Prediligi gli obiettivi a breve termine anziché quelli a lungo termine?	
7.	Colpisci senza pietà e duramente i tuoi potenziali rivali?	
8.	Ti piace accettare le sfide lavorative che ti consentono di fare avanzamento di carriera?	
9.	È più importante avere forza di volontà che intelligenza?	
10.	Ami circondarti di tutti quegli oggetti che proiettano una immagine di te “di successo”? (vestiti firmati, orologi costosi, telefono all’avanguardia, auto di lusso...)	
Calcola il totale e dividi per 10, per avere il punteggio della presenza della Dea in Te		

## Scatta una foto istantanea!

Colora la ruota di Artemide in base al punteggio dato





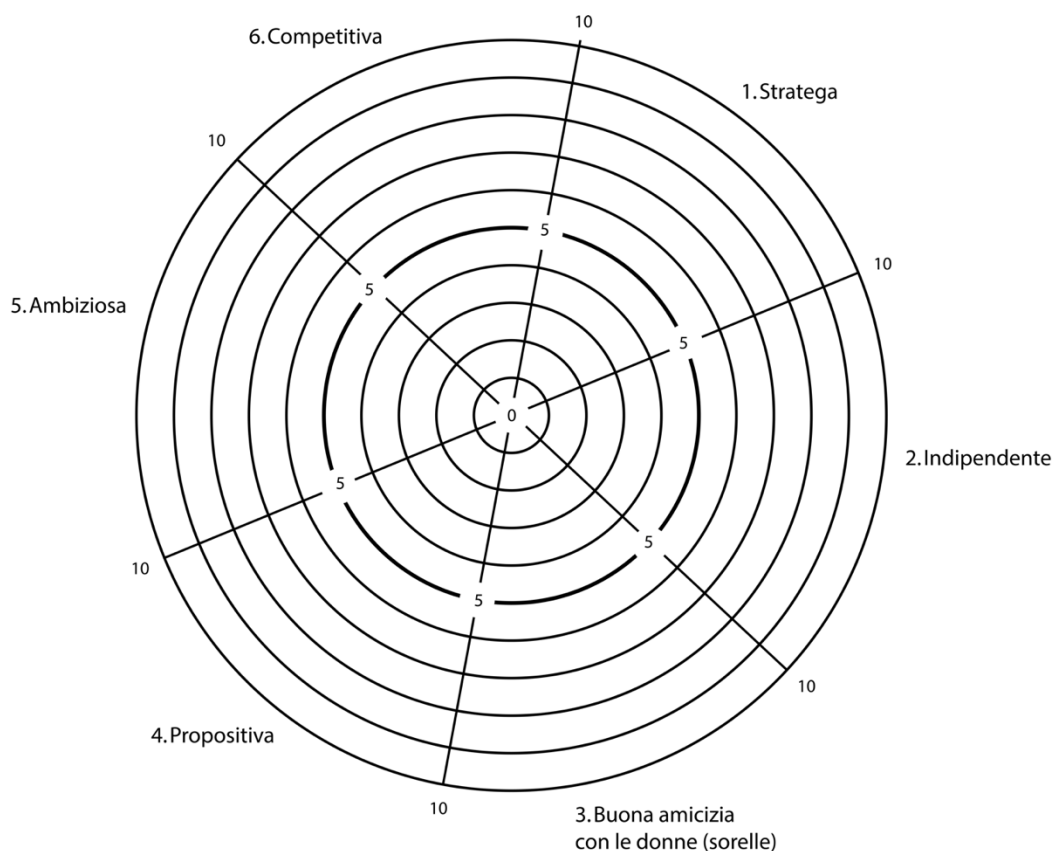
## Misura quanto siano attivi in Te i punti di forza della Dea Artemide in questo momento:

Attribuisci un punteggio da 0 a 10

N.	Punti di forza	da 0 a 10
1.	Stratega	
2.	Indipendente	
3.	Buona amicizia con le donne (sorelle)	
4.	Propositiva	
5.	Ambiziosa	
6.	Competitiva	
Calcola il totale e dividi per 6, per avere il punteggio dei punti di forza della Dea in Te		

## Scatta una foto istantanea!

Colora la ruota di Artemide e valuta la presenza in Te dei punti forza in base al punteggio dato:







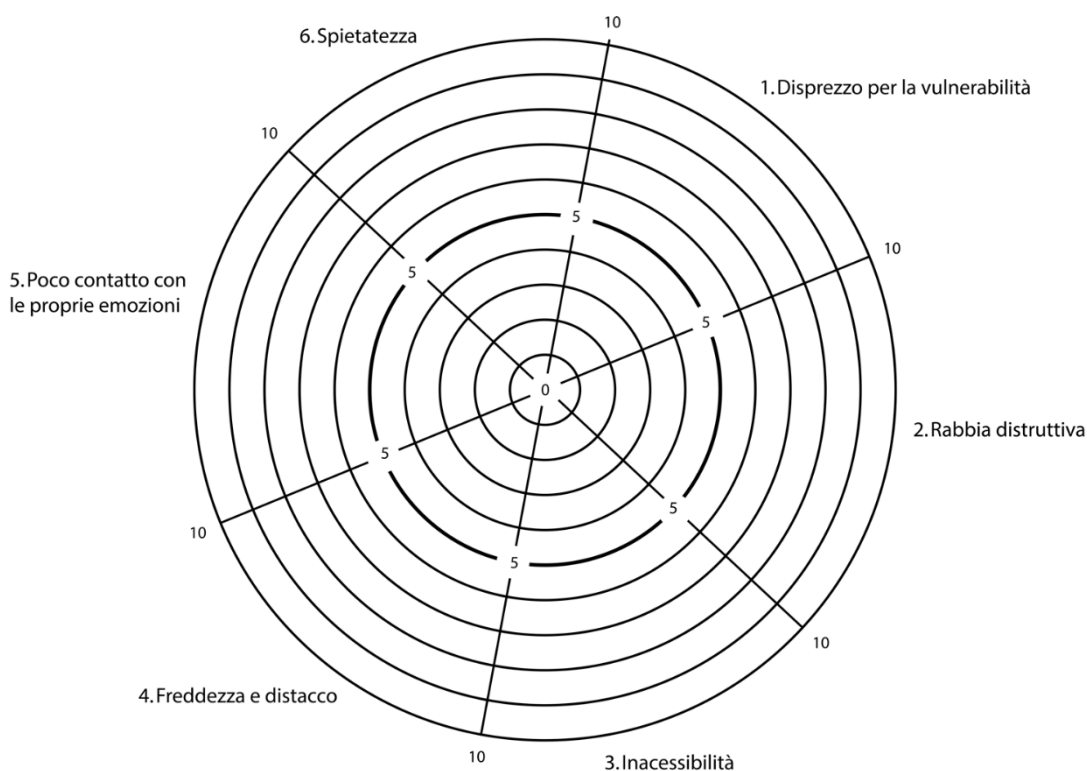
## Misura quanto siano attivi in Te i punti di debolezza della Dea Artemide in questo momento:

Attribuisci un punteggio da 0 a 10

N.	Punti di debolezza	da 0 a 10
1.	Disprezzo per la vulnerabilità	
2.	Rabbia distruttiva	
3.	Inaccessibilità	
4.	Freddezza e distacco	
5.	Poco contatto con le proprie emozioni	
6.	Spietatezza	
Calcola il totale e dividi per 6, per avere il punteggio dei punti di debolezza della Dea in Te		

## Scatta una foto istantanea!

Colora la ruota di Artemide e valuta la presenza in Te dei punti deboli in base al punteggio dato





## Decidi ora come desideri attivare o armonizzare la Dea!

In quale area della tua vita senti più attiva la Dea?

Lavoro -  Famiglia -  Amicizie -  Me Stessa -  Salute -  Sport  - Altro

---

Scrivi in quali ruoli della tua vita senti più attiva la Dea?

(moglie, figlia, mamma, amica lavoratrice ...)

---

Analizzando il tuo punteggio in riferimento ai punti di debolezza e di forza della Dea e confrontandoli con il capitolo dedicato ai consigli pratici su come attivare o armonizzare la Dea, quale comportamento desideri adottare e cambiamento vuoi intraprendere per vivere la Dea dentro di Te?

**Cosa decidi di fare di più:**

Scrivi tutte le azioni e i buoni propositi che intendi mettere in pratica, ti ho dato moltissimi suggerimenti su come vivere la Dea, ora tocca a Te decidere come viverla appieno.

Sii molto specifica e dettagliata nel descrivere le azioni da compiere!

Azione specifica	Quando lo faccio	Con quale frequenza

**Cosa decidi di fare di meno o smettere totalmente:**

Scrivi tutte le azioni che intendi mettere in pratica, per eliminare o diminuire tutto ciò che non concorre al tuo benessere. Sii molto specifica e dettagliata nel descrivere le azioni da compiere!

Azione specifica	Quando lo faccio	Con quale frequenza

Scheda da compilare a termine di almeno 15 giorni di pratica:



*Divina Mente Dea*  
*Il Sacro Cerchio di Sorellanza*

**Ora decidi cosa Vuoi mantenere delle abitudini/comportamenti/caratteristiche della Dea:**

In base alle settimane effettuate di sperimentazione della Dea e alle nuove abitudini, comportamenti che hai adottato in riferimento alle caratteristiche dell'archetipo, cosa intendi mantenere nel tempo?

Sicuramente la partica ti avrà dato modo di comprendere cosa ti è utile dell'archetipo e cosa no.

Prima di vivere un'altra Dea, fissa e scrivi cosa intendi mantenere nella tua vita.

Abitudini/comportamenti/caratteristiche della Dea che decido di mantenere nella mia vita	Quando lo faccio	Con quale frequenza

*Ora condividi quello che senti e pensi con le tue Sorelle sul Gruppo*

**Le Dee del Sacro Cerchio di Sorellanza**