

WWW.LACHANCERIA.COM

Il Giardino di Maia

Lettera dalla Chanceria

IN OMAGGIO CON LA NEWSLETTER DI

Maggio 2026



“Ora io vedo il segreto
per la creazione delle persone migliori:
è crescere all'aria aperta
e mangiare e dormire con la terra.”

Walt Whitman



WWW.LACHANCERIA.COM



IL MITO DI MAGGIO: MAIA E L'ABBONDANZA

MAGGIO DEVE IL SUO NOME A MAIA, LA PIÙ LUMINOSA DELLE SETTE SORELLE PLEIADI. NELLA TRADIZIONE ROMANA, MAIA ERA LA SPOSA DI VULCANO (IL FUOCO DELLA CREAZIONE) O, IN ALTRE VERSIONI, LA MADRE DI MERCURIO (IL DIO DELLA PAROLA E DEGLI SCAMBI). QUESTA DUALITÀ È PERFETTA PER NOI: RAPPRESENTA IL FUOCO VITALE CHE SPINGE LA LINFA E LA CAPACITÀ DI COMUNICARE QUESTA BELLEZZA AL MONDO.

MAGGIO È IL TEMPO DEL CONSOLIDAMENTO. NON È PIÙ SOLO IL MOMENTO DI SOGNARE IL CAMBIAMENTO, MA DI VEDERLO PRENDERE FORMA.

LA NATURA NON È PIÙ TIMIDA; OGNI GEMMA DI APRILE DIVENTA ORA UNA FOGLIA ROBUSTA O UN BOCCIOLO PRONTO A ESPLODERE.

MAIA ERA INVOCATA PER PROTEGGERE TUTTO CIÒ CHE È APPENA VENUTO ALLA LUCE. NEL NOSTRO ECOSISTEMA, QUESTO SIGNIFICA CURARE I PROGETTI, I LIBRI E LE IDEE CHE HANNO APPENA INIZIATO IL LORO PERCORSO.

WWW.LACHANCERIA.COM

DIARIO DELLA GRATITUDINE: IL GIARDINO DI MAIA

*Maggio è arrivato sul ponte
d'un arcobaleno,
e ha steso un tappeto di fiori
sul mondo sereno.
Emily Dickinson*

MAGGIO È IL MESE DELLA MANIFESTAZIONE. SEGUENDO L'ENERGIA DI MAIA, LA PIÙ LUMINOSA DELLE PLEIADI, SIAMO CHIAMATI A ONORARE LA NOSTRA CAPACITÀ DI RENDERE VISIBILE IL BELLO E DI PRENDERCI CURA DI CIÒ CHE È APPENA NATO. USA QUESTO DIARIO PER SETTE GIORNI: OGNI SETTIMANA DEL MESE PUOI TORNARE SU QUESTE RIFLESSIONI PER OSSERVARE COME IL TUO "GIARDINO" INTERIORE SI TRASFORMA.

NOTA PER I PARTECIPANTI:

QUESTO DIARIO È UN INVITO A RALLENTARE. PUOI RIPETERE QUESTI 6 ESERCIZI OGNI SETTIMANA DI MAGGIO, NOTANDO COME LE TUE RISPOSTE CAMBIANO MAN MANO CHE LA PRIMAVERA AVANZA VERSO L'ESTATE.

WWW.LACHANCERIA.COM

GIORNO 1: LA MANIFESTAZIONE DELL'INVISIBILE

OSSERVA CIÒ CHE TI CIRCONDA. PROPRIO COME I FIORI CHE AD APRILE ERANO SOLO GEMME E ORA SONO PETALI SPIEGATI, QUALE IDEA O EMOZIONE CHE HAI "SEMINATO" NEL SILENZIO STA FINALMENTE DIVENTANDO VISIBILE NELLA TUA VITA?

Oggi sono grato/a per questo inizio:



GIORNO 2: IL RITO DELLA PROTEZIONE

MAIA È LA CUSTODE DI CIÒ CHE È FRAGILE E NASCENTE. COME PUOI PROTEGGERE IL TUO PROGETTO O IL TUO NUOVO STATO D'ANIMO DALLE INTEMPERIE DELLA FRETTA O DEL DUBBIO? INDIVIDUA UN GESTO CONCRETO DI CURA VERSO TE STESSO/A.

Oggi proteggero la mia energia attraverso:



GIORNO 3: IL CALORE CHE NUTRE

IL SOLE DI MAGGIO È PIÙ FORTE, INVITA ALL'ESPANSIONE. SENTI QUESTO CALORE SULLA PELLE E NEL CUORE. QUALE SITUAZIONE O PERSONA STA AGENDO COME "SOLE" PER LA TUA CRESCITA IN QUESTO MOMENTO?.

Oggi celebriamo il calore di:



GIORNO 4: LA BELLEZZA DELLA CONSOLIDAZIONE

NON SIAMO PIÙ NEL TIMIDO RISVEGLIO, MA NELLA PIENEZZA. NOTA UNA COSA CHE NELLA TUA VITA È ORMAI SOLIDA E RIGOGLIOSA. RINGRAZIA PER LA STABILITÀ DELLE TUE "RADICI" CHE ORA PERMETTONO AI RAMI DI TOCCARE IL CIELO.

Oggi apprezzo la solidità di:



GIORNO 5: IL PIACERE DELLA CONDIVISIONE

MAGGIO È ESPLOSIONE DI COLORI E PROFUMI PER TUTTI. COME DICEVA TORO SEDUTO, ABBIAMO TUTTI LO STESSO DIRITTO DI VIVERE E FIORIRE SU QUESTA TERRA. QUALE ATTO DI GENTILEZZA O BELLEZZA PUOI CONDIVIDERE OGGI CON I TUOI "FRATELLI" UMANI O ANIMALI?.

Oggi ho donato bellezza a:



GIORNO 6: LA CURA DEL DETTAGLIO

NELLA NOSTRA "ARTIGIANERIA" INTERIORE, OGNI DETTAGLIO CONTA. FERMATI A OSSERVARE LA PERFEZIONE DI UN SINGOLO FIORE O DI UN PICCOLO GESTO QUOTIDIANO. LA GRATITUDINE VIVE NELLE PICCOLE COSE.

Oggi ho trovato gioia in:





a fine mese

IL RACCOLTO DELLE INTENZIONI

RILEGGI I GIORNI PRECEDENTI. COME SI È EVOLUTA LA TUA PERCEZIONE DI TE STESSO/A IN QUESTA SETTIMANA? COME MAIA, SEI MADRE E PADRE DEI TUOI SOGNI. SEI PRONTO/A A LASCIARLI FIORIRE COMPLETAMENTE?

Oggi riconosco che io posso:

WWW.LACHANCERIA.COM

MEDITAZIONE DI MAGGIO: L'ESPANSIONE E IL PIENO SOLE

LA PREPARAZIONE

TROVA UN ANGOLO DOVE LA LUCE DEL SOLE POSSA RAGGIUNGERTI, ANCHE SOLO ATTRAVERSO UN VETRO. SIEDI CON LA SCHIENA BEN DRITTA, LE MANI APPOGGiate SULLE GINOCCHIA CON I PALMI RIVOLTI VERSO L'ALTO (GESTO DI RICEZIONE, TIPICO DELL'ABBONDANZA DI MAIA).

LA VISUALIZZAZIONE: L'ALBERO MAESTRO

CHIUDI GLI OCCHI E IMMAGINA DI ESSERE UN ALBERO NEL PIENO DEL SUO SPLENDORE PRIMAVERILE.

1. LE RADICI: SENTI I PIEDI O LA BASE DELLA COLONNA SALDI A TERRA. LE TUE RADICI ORA SONO PROFONDE, CAPACI DI ATTINGERE NUTRIMENTO SENZA SFORZO.
2. IL TRONCO: LA TUA COLONNA VERTEBRALE È IL TRONCO, FORTE E FLESSIBILE, CHE TRASPORTA LA LINFIA (IL TUO RESPIRO) DALLE RADICI VERSO L'ALTO.
3. LA CHIOMA (L'ESPANSIONE): AD OGNI INSPIRO, IMMAGINA I TUOI RAMI CHE SI ALLUNGANO. NON AVERE PAURA DI OCCUPARE SPAZIO. VISUALIZZA LE TUE FOGLIE VERDI E LUCENTI CHE ASSORBONO LA LUCE DEL SOLE, TRASFORMANDOLA IN ENERGIA VITALE.

IL RESPIRO SOLARE

INSPIRA CONTANDO FINO A QUATTRO, IMMAGINANDO DI INSPIRARE LUCE DORATA. TRATTIENI IL RESPIRO PER DUE SECONDI, SENTENDO QUESTA LUCE CHE SI ESPANDE IN OGNI CELLULA. ESPIRA LENTAMENTE, RILASCIANDO OGNI TENSIONE RESIDUA.

L'AFFERMAZIONE DI MAGGIO

RIPETI MENTALMENTE O A VOCE ALTA, LASCIANDO CHE LE PAROLE RISUONINO NEL PETTO:

"IO MERITO DI SPLENDERE. MI APRO ALL'ABBONDANZA DELLA VITA E PERMETTO ALLA MIA LUCE INTERIORE DI MANIFESTARSI SENZA RISERVE."

LA RICETTA DELLA MANIFESTAZIONE: INSALATA RIGOGLIOSA

QUESTA NON È UNA SEMPLICE INSALATA, È UN OMAGGIO AI COLORI DELLA TERRA CHE ESPLODONO. È PENSATA PER ESSERE UN PASTO CHE NON APPESANTISCE, LASCIANDO LA MENTE LUCIDA PER LA LETTURA E LA MEDITAZIONE.

INGREDIENTI (PER 2 PERSONE):

- 1 MAZZO DI ASPARAGI TENERI (PREFERIBILMENTE BIO)
- 200G DI FRAGOLE FRESCHE E SODE
- UN LETTO DI SPINACINI NOVELLI O VALERIANA (IL VERDE DELLA RINASCITA)
- 50G DI SCAGLIE DI MANDORLE TOSTATE (PER IL RICHIAMO ALLA CROCCANTEZZA DELL'INSERTO DI APRILE)
- CAPRINO FRESCO O FETA (OPZIONALE, PER UN TOCCO DI SAPIDITÀ)
- PER IL DRESSING: OLIO EVO, UN CUCCHIAINO DI MIELE (L'ORO DI MAIA), SUCCO DI LIMONE E UN PIZZICO DI PEPE ROSA.

LA RICETTA DELLA MANIFESTAZIONE: INSALATA RIGOGLIOSA

IL PROCEDIMENTO COME ATTO DI CURA:

- LA PREPARAZIONE: LAVA GLI ASPARAGI E RIMUOVI LA PARTE DURA. INVECE DI CUOCERLI CLASSICAMENTE, USA UN PELAPATATE PER TAGLIARLI A LAMELLE SOTTILISSIME NEL SENSO DELLA LUNGHEZZA. LASCIARLI CRUDI NE PRESERVA TUTTE LE VITAMINE E IL SAPORE ERBACEO E "VIVO".
- L'INCONTRO: TAGLIA LE FRAGOLE A METÀ O IN QUARTI. UNISCILE AGLI ASPARAGI SUL LETTO DI FOGLIE VERDI.
- LA TOSTATURA: PASSA LE MANDORLE IN PADELLA PER POCHI MINUTI FINCHÉ NON SPRIGIONANO IL LORO PROFUMO. QUESTO PASSAGGIO RICHAMA L'ELEMENTO "FUOCO" DI VULCANO, SPOSO DI MAIA.
- L'ALCHIMIA: EMULSIONA GLI INGREDIENTI DEL DRESSING. IL MIELE SERVE A BILANCIARE L'ACIDITÀ DEL LIMONE E DELLE FRAGOLE, CREANDO UN'ARMONIA PERFETTA.

IL TOCCO DELLA CHANCERIA: MENTRE PREPARI QUESTA RICETTA, OSSERVA I CONTRASTI: IL VERDE BRILLANTE E IL ROSSO INTENSO. SERVILA IN UN PIATTO DI CERAMICA ARTIGIANALE O DI LEGNO, ONORANDO LA BELLEZZA DELLA PRESENTAZIONE.

SUGGERIMENTO PER IL CONSUMO CONSAPEVOLE:

Mangia lentamente, assaporando l'unione di questi frutti della terra. Ogni boccone è un modo per accogliere dentro di te l'abbondanza di maggio.

WWW.LACHANCERIA.COM

L'ATTIVITÀ DI MAGGIO: IL SACCHETTO DEI GERMOGLI

A MAGGIO NON LAVORIAMO PIÙ NEL BUIO DELLA TERRA, MA ALLA LUCE DEL SOLE. QUESTA ATTIVITÀ SERVE A DARE UNA "DIMORA" SIMBOLICA A UN PROGETTO, UN'EMOZIONE O UN DESIDERIO CHE HAI VISTO NASCERE NELLE SCORSE SETTIMANE E CHE ORA VUOI VEDER CRESCERE FORTE.

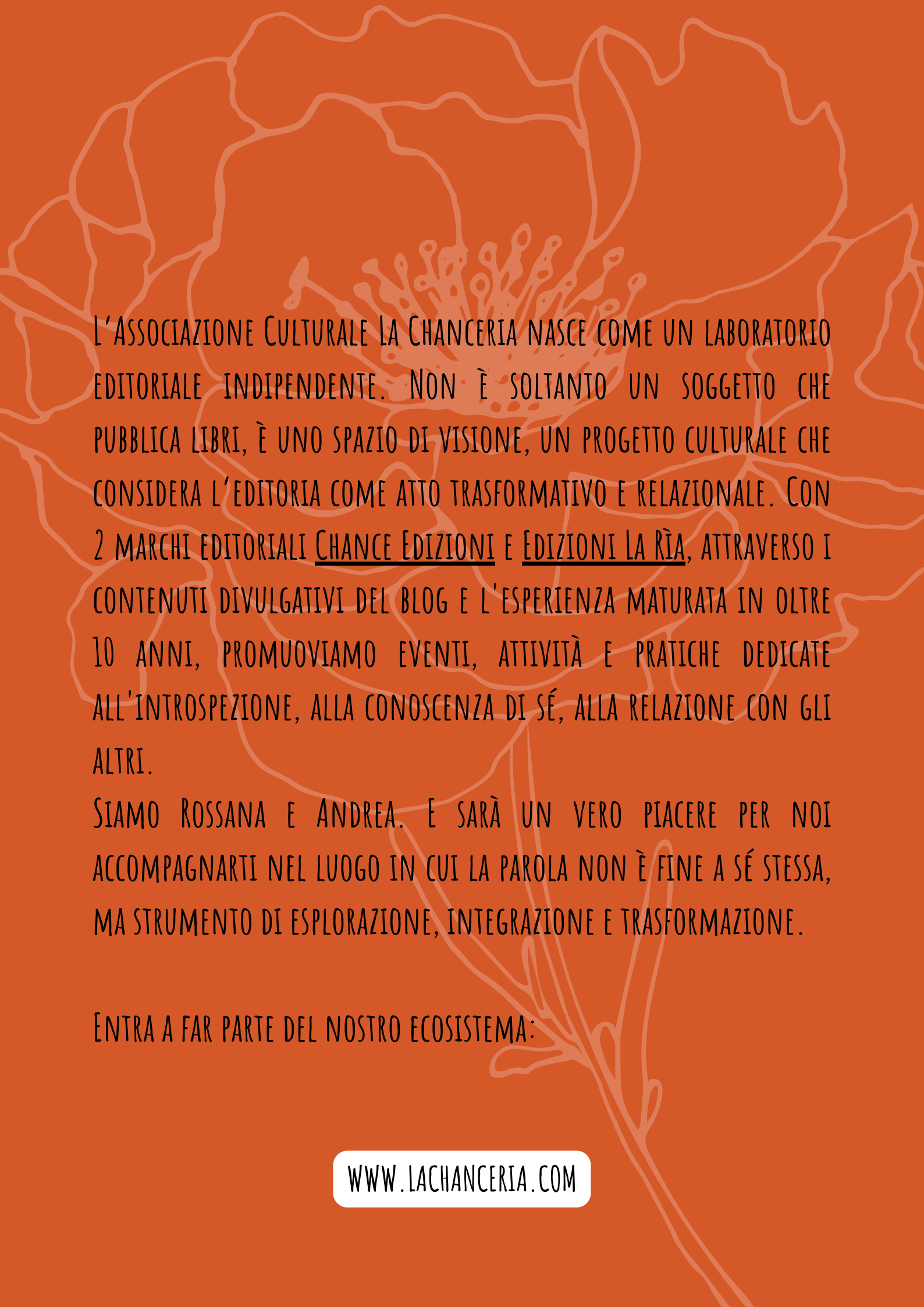
COSA TI SERVE:

- UN PICCOLO SACCHETTO DI TESSUTO LEGGERO (LINO O COTONE), PREFERIBILMENTE DI COLORE CHIARO O GIALLO SOLE.
- UN FOGLIETTO DI CARTA DI PREGIO (O UN RITAGLIO DI CARTA FATTA A MANO, IN PIENO STILE CHANCERIA).
- ERBE AROMATICHE ESSICcate TIPICHE DI MAGGIO: PETALI DI ROSA (PER L'AMORE E LA CURA) O FOGLIE DI MENTA (PER L'ENERGIA E LA FRESCHEZZA).
- UN NASTRINO COLORATO.

L'ATTIVITÀ DI MAGGIO: IL SACCHETTO DEI GERMOGLI

IL RITUALE CREATIVO:

- **LA SCRITTURA EMOTIVA:** PRENDI IL FOGLIETTO E SCRIVI, CON LA TUA CALLIGRAFIA MIGLIORE, IL DESIDERIO O IL PROGETTO CHE STA "GERMOGLIANDO" NELLA TUA VITA. NON SCRIVERLO COME UNA RICHIESTA, MA COME UNA REALTÀ PRESENTE (ES: "LA MIA CREATIVITÀ FLUISCE LIBERA" OPPURE "CURO CON AMORE IL MIO NUOVO CAMMINO").
- **L'UNIONE DEGLI ELEMENTI:** INSERISCI NEL SACCHETTO IL FOGLIETTO INSIEME ALLE ERBE. MENTRE LO FAI, IMMAGINA CHE IL PROFUMO DELLE ERBE STIA NUTRENDO LA TUA INTENZIONE, PROPRIO COME LA NINFA MAIA NUTRIVA LA TERRA.
- **IL NODO DELL'INTENZIONE:** CHIUDI IL SACCHETTO CON IL NASTRINO FACENDO TRE NODI. AD OGNI NODO, ESPRIMI UN RINGRAZIAMENTO PER LA BELLEZZA CHE GIÀ ESISTE NELLA TUA VITA.
- **L'ESPOSIZIONE:** DURANTE TUTTO IL MESE DI MAGGIO, POSIZIONA IL TUO SACCHETTO IN UN PUNTO DELLA CASA DOVE BATTE IL SOLE. LA LUCE SOLARE CARICHERÀ SIMBOLICAMENTE IL TUO INTENTO.



L'ASSOCIAZIONE CULTURALE LA CHANCERIA NASCE COME UN LABORATORIO EDITORIALE INDIPENDENTE. NON È SOLTANTO UN SOGGETTO CHE PUBBLICA LIBRI, È UNO SPAZIO DI VISIONE, UN PROGETTO CULTURALE CHE CONSIDERA L'EDITORIA COME ATTO TRASFORMATIVO E RELAZIONALE. CON 2 MARCHI EDITORIALI CHANCE EDIZIONI E EDIZIONI LA RÌA, ATTRAVERSO I CONTENUTI DIVULGATIVI DEL BLOG E L'ESPERIENZA MATURATA IN OLTRE 10 ANNI, PROMUOVIAMO EVENTI, ATTIVITÀ E PRATICHE DEDICATE ALL'INTROSPEZIONE, ALLA CONOSCENZA DI SÉ, ALLA RELAZIONE CON GLI ALTRI.

SIAMO ROSSANA E ANDREA. È SARÀ UN VERO PIACERE PER NOI ACCOMPAGNARTI NEL LUOGO IN CUI LA PAROLA NON È FINE A SÉ STESSA, MA STRUMENTO DI ESPLORAZIONE, INTEGRAZIONE E TRASFORMAZIONE.

ENTRA A FAR PARTE DEL NOSTRO ECOSISTEMA:

WWW.LACHANCERIA.COM

Maggio 2026



SITO WWW.LACHANCERIA.COM

MAIL LACHANCERIA@GMAIL.COM

