

Stendhal

ISPIRAZIONI PER CULTURA, INTRATTENIMENTO, OPINIONI, VITA
stendhal@laprovincia.it



Quei maestri antichi pieni di saggezza A lezione dagli alberi

Salute. Lucilla Satanassi e Hubert Bösch spiegano come approfittare della loro “energia”
Primo passo: scegliere quello più adatto a noi

DANIELA MAMBRETTI

Da sempre ritenuti grandi maestri dell'umanità, gli alberi sono la testimonianza silenziosa di antichi miti, di misteriose leggende e di grandi qualità messe a disposizione degli uomini per sostenere alcuni aspetti caratteriali, come determinazione, fierezza e creatività, ma anche capacità di ricentrarsi e di riconnettersi alle forze cosmiche.

Di certo, numerosi studi hanno contribuito a svelarne senso comune e attitudini davvero singolari: per esempio, è stato dimostrato che hanno memoria e intelligenza, che comunicano e che si scambiano sostanze nutritive attraverso le radici sostenendo i soggetti in difficoltà, che collaborano con i funghi per ampliare la loro rete e che tutelano la presenza degli alberi anziani anche se sono stati tagliati, alimentando la loro parte sotterranea persino per lunghi periodi.

Qualità sottili

Tuttavia, possono esprimere anche qualità più sottili, poiché ogni soggetto è una manifestazione individuale dello spirito della specie che rappresenta, come spiegano Lucilla Satanassi e Hubert Bösch nella nuova edizione ampliata e approfondita di “Incontri con lo spirito degli alberi. Messaggi dalla foresta” (Hu-

musedizioni). Sì, perché gli alberi sono in grado di emanare nell'ambiente che li circonda un'energia vitale modulata dalle caratteristiche di ogni specie e accumulata nel legno che, pertanto, aumenta sempre più con il passare del tempo.

Forza e radicamento

I due autori si sono poi concentrati su altri aspetti che possono essere osservati, colti e sintetizzati: sono partiti dalle già note conoscenze er-

■ **La quercia, con la maestosità del tronco esprime resistenza**

■ **La betulla, nei rami teneri e flessibili, rivela lievità e purezza**

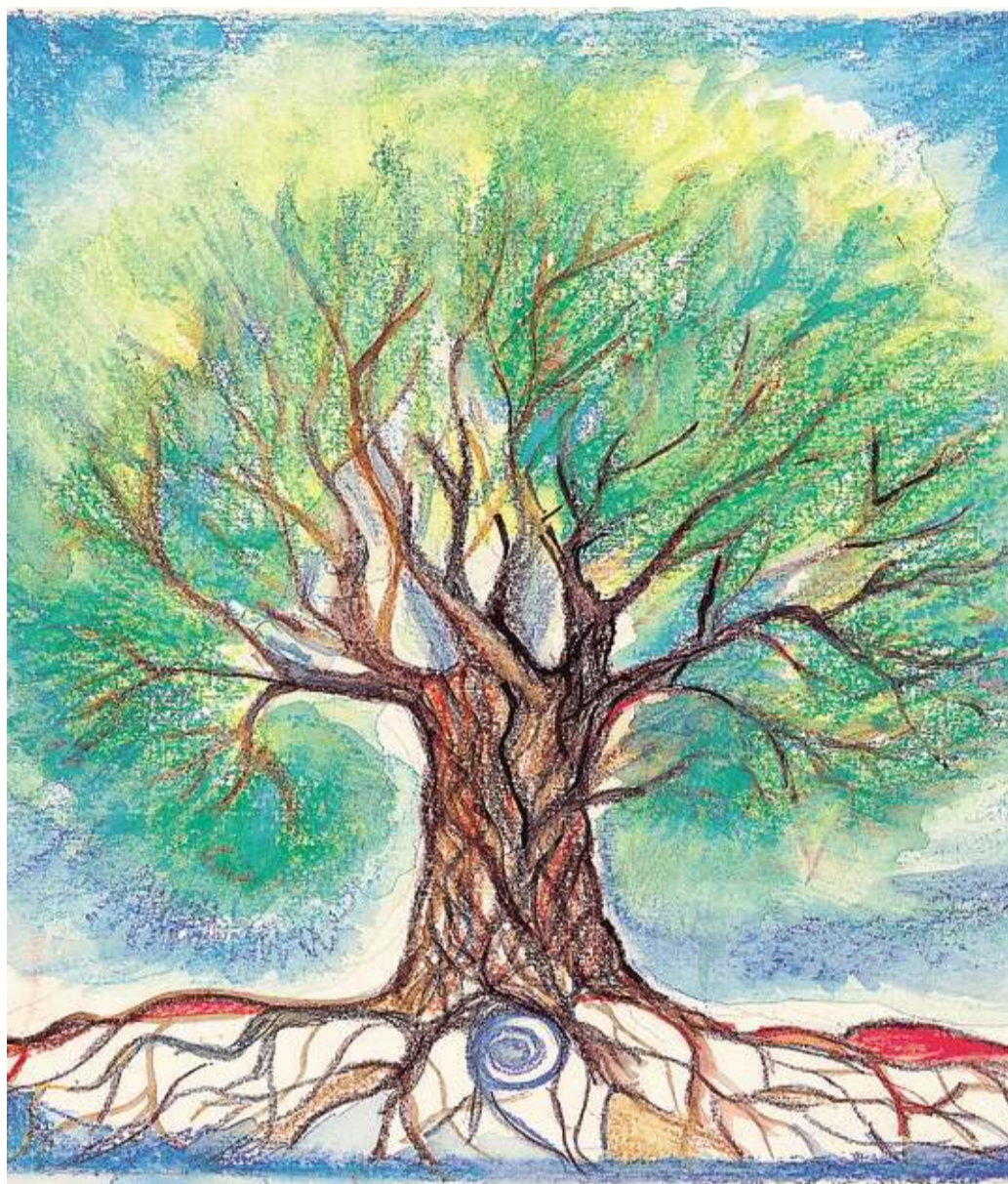
boristiche, dal simbolismo, dalla mitologia, dalle caratteristiche archetipiche di ogni pianta, fino all'energia arborea sprigionata e alla fisiognomica vegetale che, come accade per le persone, molto svela di ciò che contraddistingue il carattere di ogni albero: la parte legnosa, intesa come tronco, rami e radici, le foglie e i frutti esprimono, a colpo d'occhio, l'indole della pianta.

Per esempio, la quercia, con la maestosità del tronco e dei rami e con le sue radici ben salde al suolo esprime resistenza, forza e radicamento, al contrario della betulla che, nei rami teneri e flessibili, rivela lievità e purezza.

Poi, per cogliere il messaggio dei 13 alberi pionieri, alla cui scelta gli autori sono giunti dopo ripetuti contatti con le diverse famiglie silvestri presenti nel loro podere sull'Appennino tosco-romagnolo dove producono rimedi erboristici e floreali da quasi 30 anni, hanno praticato l'ascolto profondo.

Antica sapienza

Un'attenzione senza giudizio dei sottili effluvi smeraldini per arrivare a identificare ciò che li contraddistingue e, soprattutto, per comprendere quale aiuto, a livello psico-emotivo e energetico, sono in grado di riservare a chi si affida alla loro antica sapienza. In



Una quercia “interpretata” da Lucilla Satanassi

seguito, le diverse parti di ogni albero sono state utilizzate per creare un preparato in gocce da assumere, oppure in soffi da spruzzare, per far sì che l'energia arborea possa fondersi sinergicamente con quella umana, dando vita a piccoli, grandi cambiamenti come, per esempio, nuovi e insondati punti di vista, visioni immaginifiche e un fluido vitale in grado di innescare una vivificante metamorfosi, superando paure e esitazioni.

Grazie alle carte disegnate da Lucilla che ritraggono i 13 alberi stilizzati, è semplice e intuitivo scegliere a quale sapienza affidarsi osservandone tratti salienti e forme di-

stintive. Il nocciolo, per esempio, era l'albero utilizzato nell'antichità per entrare in contatto con il mondo dei sogni e con gli spiriti della natura: oggi, il suo invito e il suo aiuto si rinnovano nella spinta a esplorare con fantasia, creatività e ispirazione le infinite possibilità che ciascuno ha a disposizione a qualunque età, senza farsi frenare dai limiti autoimposti e dalla eccessiva razionalità.

Piccoli elementi

Per potenziare gli effetti dell'incontro con l'albero, gli autori suggeriscono alcune pratiche che, in questo caso, si concretizzano con la creazio-

ne di un mandala realizzato con piccoli elementi trovati in natura, come sassi, fiori, piume e gusci vuoti.

L'Abete bianco, invece, invita a portare le energie celesti sulla terra e a sentirsi individuo consapevole dei propri talenti e della propria unicità, mantenendo l'armonia con il gruppo, come testimonia questo albero che, legato da una vecchia leggenda alla luce, staglia fiori e pigne verso il cielo, ma sembra voler irradiare, attraverso i suoi gli aghi protesi in variegate direzioni, la luce e l'energia cosmica catturate a beneficio dei simili che lo circondano, enfatizzando l'indole sociale.

La scheda / 1

Un preparato in gocce o da spruzzare Serve ad “avvicinarci” agli alberi

Sviluppare un preparato in gocce o in soffi da spruzzare, in grado di avvicinare concretamente le persone agli alberi e alle loro straordinarie virtù. Questo l'obiettivo che Lucilla Satanassi e Hubert Bösch hanno raggiunto con i primi 13 alberi pionieri dei quali hanno selezionato le parti - che si identificano con i 5 elementi - utilizzate nelle preparazioni: la cortec-

cia per la terra, la linfa per l'acqua, i fiori che sbocciano per l'elemento aria, i semi che condensano il calore del fuoco e l'etere colto attraverso un'esalazione liberata nelle notti di plenilunio.

Nella nuova edizione del loro libro, i due esperti spiegano anche come creare autonomamente il preparato del proprio albero preferito. D. MAM.



Lucilla Satanassi e Hubert Bösch

La scheda / 2

“L'immersione nei boschi” Basta un minuto per connettersi

Può bastare un solo minuto per connettersi con lo spirito degli alberi e praticare l'immersione nella foresta. Selene Calloni Williams e Noburu Okuda D spiegano come nel libro “Shinrin-Yoku, l'immersione nei boschi” (Edizioni Studio Tesi). Gli autori hanno selezionato 30 alberi ai quali è stato associato un mito che ne descrive le caratteristiche immagina-

li, ossia la capacità di ogni pianta di interagire con comportamento e emozioni individuali. Per esempio, il ciliegio, legato a Santa Barbara, coltiva la capacità di amare, mentre il sesamo, i cui semi sarebbero nati dalle gocce di sudore di Vishnu all'inizio della creazione del mondo, aiuta a liberarsi dal senso di fallimento e a rilanciare. D. MAM.



MASSIMIO MINIMO di FEDERICO RONCORONI

Parlare d'amore fa bene all'amore

Se subito non mi trovi non scoraggiarti, se non mi trovi in un posto cercami in un altro, in qualche posto mi sono fermato e t'attendo.
Walt Whitman