Autore: Brunella Bonetti
(dal BLOG EDUCAM, Giugno 2021)

Il Favoloso Mondo della Medicina Forestale

"Eravamo 4 **biofili** al bar…che volevano cambiare il mondo…" poi uno disse agli altri: "Ehi, ma la conoscete **la Medicina Forestale**?" E i 3 restanti scossero il capo "no, di cosa si tratta?" risposero in coro, così quello continuò:
"Bene, venite con me, vi condurrò in un favoloso viaggio tra i boschi di ogni epoca e latitudine, guidati dagli esperti facilitatori della **Medicina Forestale dell'A.I.Me.F., l'Associazione Italiana di Medicina Forestale**!"

Il calendario degli alberi

C'era una volta, un popolo formidabile e battagliero: i Celti, i quali consideravano gli alberi fulcri di conoscenza ed entità divine. Per loro il mondo naturale, e **gli alberi** in particolare, erano dotati di poteri taumaturgici, magici e soprannaturali. Perciò, questo popolo scelse di regolare il proprio tempo seguendo un calendario dedicato proprio agli alberi, portatori di saggezza e conoscenza, affinché questi potessero guidarli in ogni circostanza e avvenimento importante per la collettività.
Nacque così il "**Calendario degli Alberi**" basato sui tredici mesi dell'anno lunare, di ventotto giorni ciascuno e corrispondente alle tredici consonanti ancora presenti nell'alfabeto irlandese dei nomi dell'albero.
Secondo alcune ricostruzioni alfabeto e calendario sarebbero così stati formati:

Lettera	Nome	Albero	Mese
B	Beth	**la betulla**	24 dicembre – 20 gennaio
L	Luis	**il sorbo**	21 gennaio – 17 febbraio
N	Nion	**il frassino**	18 febbraio – 17 marzo
F	Fearn	**l'ontano**	18 marzo – 14 aprile
S	Saile	**il salice**	15 aprile – 12 maggio
H	Hath	**il biancospino**	13 maggio – 9 giugno
D	Duir	**la quercia**	10 giugno – 7 luglio
T	Tinne	**l'agrifoglio**	8 luglio – 4 agosto
C	Coll	**il nocciolo**	5 agosto – 1° settembre

M	Muin	**la vite**	2 settembre – 29 settembre
G	Gort	**l'edera**	30 settembre – 27 ottobre
P	Peith	**il tiglio**	28 ottobre – 24 novembre
R	Ruis	**il sambuco**	25 novembre – 22 dicembre
I	Idho	**il tasso**	23 dicembre

La BVOC terapia

Così, i nostri amici **biofili** decidono di abbracciare una grande **quercia** al centro del loro paese e respirarne tutti i benefici **B-VOC (Biogenic Volatile Organic Compounds: Composti Organici Volatili di Origine Biogenica).** Le piante emettono i B-VOC da tutte le loro parti: dalle radici, le foglie, perfino dalla corteccia. Lo sapevate che grazie a queste molecole, la quercia e tutti gli altri alberi possono inviare e ricevere segnali di difesa, quando è in arrivo un predatore; proteggersi, rendendo le foglie più amare; comunicare agli Insetti Impollinatori che hanno una dolcissima Linfa Zuccherina così da attirarli e favorire la diffusione del seme. E poi possono anche imitare gli odori e i colori caratteristici dell'altro sesso dell'insetto Impollinatore, così da favorirne l'avvicinamento. Inoltre, grazie ai **B-VOC**, le piante sono in grado di fare moltissime altre cose che scoprirete nel dettaglio durante la **Scuola di Medicina Forestale**.

La quercia sacra

Ma torniamo ai nostri amici al bar ed alla celebrazione in onore dell'albero del mese di giugno, la quercia. Secondo la mitologia dei Celti, D Duir, la **quercia** è l'albero del mese dal 10 giugno al 7 luglio.

Resistente, forte e protettiva, è la regina delle piante celtiche, così che moltissimi degli strumenti di questo popolo, dalle navi, alle porte o gli scudi, venivano costruiti con il suo legno. Tutto veniva usato della quercia, perfino la ghianda, considerata seme della scienza divina che veniva mangiato dai Druidi come cibo come cibo rituale e sostanza magica.

Per questo popolo la **quercia era l'albero sacro** per eccellenza, simbolo del potere e dell'equilibrio, nonché veicolo di unione tra i due mondi, umano e divino. Sotto la sua ombra, i Druidi (termine che deriva dal gaelico dwuir "quercia" e wid "conoscenza", quindi "colui che detiene la sapienza contenuta nella quercia") prendevano le decisioni più importanti e sulla sua chioma raccoglievano con un falcetto d'oro, il sacro **vischio** "che guarisce tutto".



Astrologia mitica

Uno dei nostri amici **biofili** è nato proprio nel mese della quercia.
Ha una personalità tranquilla e determinata, anche se un po' troppo rigida. Ha il tipico temperamento dei nati sotto il segno della quercia. Ottimo leader, passionale seppur amante della stabilità e dal grande senso della famiglia.
È lui che si appassiona a tutti i doni che può ricevere dalla **quercia**, suo albero protettore.
Immergiti con A.I.Me.F.
In quanto latifoglia, la quercia rilascia copiosamente nell'aria e nel terreno tantissimi provvidenziali Terpeni, che rendono **le immersioni forestali** estremamente terapeutiche.
Anche se non sei nato sotto il segno della quercia, puoi goderne i benefici partecipando ai **bagni di foresta** organizzati da **A.I.Me.F.** e perfino diventare un esperto di **B-VOC**, di botanica, neurologia vegetale, di oli essenziali, di erboristeria e di moltissime altre materie impartite al **corso di Medicina Forestale** della nostra **scuola EDUCAM.**
E poi, se vuoi sapere di più sul favoloso mondo delle **Immersioni forestali** … non perderti il prossimo articolo …

Desideri approfondire il mondo della Medicina Forestale?

Scopri il corso di Medicina Forestale EDUCAM