

Lucilla Satanassi Hubert Bösch

Nuova edizione aggiornata

INCONTRI CON LO SPIRITO DEGLI ALBERI

MESSAGGI DALLA FORESTA



humusedizioni

INDICE

Prefazione alla nuova edizione	5
Incontri di Spirito - Prefazione di Andrea Zurlini e Federica Ronchi	7
Introduzione	13
Noi umani e gli alberi	15
L'intelligenza degli alberi	16
Comunicazione e collaborazione	17
Il bene comune	19
Diffusori di qualità	21
Evoluzione condivisa	22
Radici	25
La scoperta dello Spirito degli Alberi	31
Lo sviluppo del preparato	32
I pionieri	33
L'incontro con gli alberi	34
L'importanza del preparato	37
Fisiognomica vegetale	38
La comunicazione sottile	44
Comprendere la comunicazione	47
Incontri	49
Abete bianco	51
Betulla	69
Cipresso	85
Faggio	101
Frassino	119
Ginepro	139
Larice	155
Melo	173

Nocciolo	191
Quercia	209
Salice	229
Sorbo	247
Tiglio	265
I cinque elementi	285
La Terra	287
L'Acqua	288
L'Aria	290
Il Fuoco	293
L'Etere	295
Preparazione della Madre	297
Preparazione delle Gocce	297
Preparazione del Soffio	297
Comunicare con gli alberi	298
La scelta dell'albero	300
Modalità d'assunzione	303
Bibliografia	306
Biografia	307
Scelta intuitiva	308

INCONTRI DI SPIRITO

Prefazione di Andrea Zurlini e Federica Ronchi

Una volta Warren Buffett (imprenditore statunitense), si lasciò scappare questa frase: *«C'è qualcuno seduto all'ombra oggi, perché qualcun altro ha piantato un albero molto tempo fa».*

Noi con lo stesso intento potremmo rispondere: *«C'è qualcuno oggi che ritrova il suo senso di stabilità, radicamento e protezione grazie allo Spirito della Quercia, perché due esseri meravigliosi, tempo fa, riscoprono come condensare la Forza di quest'ultima in un preparato alchemico a disposizione di tutti».*

Lucilla e Hubert, due pionieri della Nuova Era, una coppia di *Alchimisti d'Amore*.

Chi conosce le opere di J. R. R. Tolkien, può pensare a loro come a *Gandalf* e *Lady Galadriel*, custodi luminosi e sempre impegnati a proteggere la “Terra di Mezzo”. Uno, un Mago dalla lunga barba bianca, l'altra, una Dama della Luce. Coraggiosi guardiani della Natura, sempre attivi nel proteggerla dalla goffaggine evolutiva degli uomini che non sanno collaborare armoniosamente con gli Elfi e con gli Alberi e che, consciamente o no, con i loro pensieri e sentimenti bellicosi evocano misteriose forze oscure che fanno tremare la terra.

È così che è stato il nostro incontro con Lucilla e Hubert: profumato di *magia, solidarietà e riconoscimento reciproco*. Il loro Amore ha partorito un Giardino di Bellezza che hanno chiamato “Remedia”, la loro base segreta dove pensano, sentono e creano rimedi di tutti i tipi per il bene di tutti i regni di natura: minerale, vegetale, animale e umano.

Questo libro è così prezioso! È qui che ci accompagnano mano nella mano fino al Cuore della loro scoperta dello Spirito degli Alberi, delle loro caratteristiche archetipiche, dei loro tratti intrinseci che li rendono unici e irripetibili. E poi ci conducono con leggerezza a

guardare dentro noi stessi, a ritrovare quelle stesse caratteristiche, sentimenti, atteggiamenti e pensieri che gli Alberi, senza giudizio, ci indicano come “Vie di Trasformazione”.

Tocca a noi ritrovare quegli Alberi nell’infinita distesa della nostra memoria Animica. Vi fu un tempo in cui l’uomo non era ancora caduto nell’illusione di voler dominare la Natura con la forza e il desiderio di profitto. In ogni Anima vi è questo *ricordo* di armonia e vera collaborazione: Uomo – Albero.

Noi siamo Andrea e Federica, e dalle nostre Anime sgorga proprio quel ricordo e quella stessa intenzione di Luce e Amore, inteso come *servizio* alla Natura e all’Umanità, che spinge Lucilla e Hubert a fare tutto quello fanno, e ad essere tutto quello che sono.

Le persone purtroppo pensano agli Alberi in termini materialistici; li immaginano fermi e immobili nello stesso punto, insensibili e senza linguaggio, sfruttabili in mille modi e talvolta fastidiosi.

Tutt’altro! Ogni Albero è un’*esplosione lentissima di un seme!* Trascorrono decenni, secoli o millenni e quell’esplosione continua inesorabile a crescere e a dare frutti, a espandersi e a riprodursi. Tutto è movimento, evoluzione e crescita in questo mondo. Vale per gli alberi, le pietre, per ogni animale ed essere umano. Il seme è la più grande energia nella più piccola forma. Proprio come lo specchio, che è la massima luce nella minima ombra.

Grazie a questo libro la visione comune dell’Albero cambia radicalmente. Grazie ai rimedi dello Spirito degli Alberi, il nostro rapporto con loro si trasforma definitivamente. Questo è il regalo prezioso che gli autori ci fanno attraverso questo libro, ci ricordano che gli Alberi sono, prima di ogni cosa, dei Maestri per l’umanità; degli esempi di Amore e Armonia, viventi e radianti. Noi dagli alberi possiamo solo imparare. E più lasciamo andare il nostro egocentrismo e il continuo affanno di pensare sempre e solo a noi stessi, e più ci accorgiamo di quanto questi Anziani ci possono guidare, sostenere e insegnare.

Noi siamo una testimonianza diretta di questo processo alchemico. Abbiamo imparato molto al seminario di Lucilla e Hubert sull'incontro con lo Spirito degli Alberi, e poi abbiamo messo in pratica i loro insegnamenti e, soprattutto, abbiamo provato su noi stessi il potere di questi rimedi. A tratti abbiamo provato delle sensazioni che possono essere descritte solo con le parole di Christian Bobin: *«Amo appoggiare la mia mano sul tronco di un albero davanti al quale passo, non per assicurarmi dell'esistenza dell'albero – di cui io non dubito – ma della mia»*.

L'Albero non ha niente da chiederti, solo da darti. Bisogna imparare a riconoscerli e parlarci, solo allora si capisce che non siamo affatto soli! L'umanità è sostenuta e guidata dagli Alberi, custodi del Regno Vegetale, che la spingono continuamente a riorientare il suo atteggiamento e a rispettare il Piano Divino.

Gli autori scrivono: «Spesso gli alberi vivono in una comunità in cui tutti i membri agiscono per il bene comune. Sanno benissimo che il bene del singolo albero è legato a quello dell'intero bosco e viceversa. Perciò hanno sviluppato dei metodi di mutuo soccorso dove i più forti del momento sostengono i più deboli: domani potrebbero essere loro ad averne bisogno».

Questo senso di "comunità" è quello che l'uomo sta ritrovando nell'Era di Aquarius. Non si tratta soltanto di una forma di vita quotidiana in gruppo, il che sarebbe realmente riduttivo, piuttosto di un concetto esteso di fratellanza. Una riorganizzazione dei valori etici, sociali e spirituali del mondo. Un nuovo modo di produrre, guadagnare, consumare, vivere, relazionarsi, nutrirsi, morire...

Una visione nuova e lucente che ci spinge a collaborare, cooperare, lavorare insieme, seppur distanti fisicamente, per uno stesso grande obiettivo che è il Bene del pianeta stesso, il bene della Vita, il Bene Comune!

Ogni Albero è una manifestazione individuale dello Spirito della propria specie, dicono gli autori, eppure la cosa sorprendente è che ogni Individuo albero è unico. Non esistono due Meli selvatici



uguali. Ogni Albero diventa la sintesi di qualcosa di irripetibile circoscritto a quel tempo e a quel luogo e a quell'incontro speciale con animali e uomini.

Non è già questo uno dei massimi insegnamenti che possiamo ricevere? In Natura non c'è competizione e caos, ma un'intelligenza che governa ogni aspetto della vita: dal comportamento di ogni vegetale secondo stagione, al lavoro dell'ape e della formica, all'attività giornaliera della tigre, le costruzioni del castoro e la crescita lenta e preziosa di ogni cristallo nel cuore della terra. Tutto si muove secondo un principio intelligente. *Ognuno "compie" la sua missione, dona i propri esclusivi talenti, assolve la propria parte nell'unità del Tutto*, scrivono gli autori.

Anche noi, come Lucilla e Hubert, quando in questa vita ci siamo incontrati e riconosciuti ancora una volta, abbiamo iniziato a piantare Alberi, a custodire la terra con sacralità, a trattarla come un giardino. Quanto ne abbiamo ricavato, guadagnato e ottenuto da questo atteggiamento è impossibile quantificarlo. La Natura contiene in sé il potere di moltiplicare per milioni di volte tutto ciò che con Amore le si dona. Ovunque andiamo, in ogni luogo e momento, nonostante le condizioni esterne (atmosferiche, territoriali, eccetera) ci sentiamo sempre protetti e schermati, come un incredibile abbraccio materno/paterno. E per ringraziare la Terra di questo, chiediamo agli Alberi di parlare per noi. Essi sono anche le antenne cosmiche con cui il Pianeta Terra dialoga con il Cielo e le stelle. E soprattutto con il Sole, per questo motivo ai Solstizi e agli Equinozi in particolare, ci connettiamo agli Alberi per celebrare tali momenti.

Gli Indù non sono stati i soli a nutrire grande rispetto per i "vecchi" Alberi. Al mondo esistono alberi che superano i tremila anni di età! Questi esseri, classificabili come gli organismi più antichi e grandi della Terra, sono sopravvissuti a molte civiltà e mostrano la loro età e la loro sensibilità a quel grande Essere che è il nostro Sole. Lo fanno attraverso la struttura ad anelli concentrici del loro

tronco che tutti conoscono. Sono fra i pochi esseri viventi sensibili al magnetismo, in quanto gli anelli del loro tronco presentano una distorsione ogni undici anni, in corrispondenza del periodo in cui l'aumento delle macchie solari sulla superficie del Sole genera sulla Terra delle tempeste magnetiche.

Coloro che sono sensibili sanno che la semplice vista di un albero antico provoca la “crescita spirituale” di colui che lo osserva. Molti insegnanti spirituali dei tempi passati avevano l'abitudine di impartire i loro insegnamenti ai discepoli sotto i rami di un albero, in un'aura spiritualmente stimolante. A questo si aggiunga che anche l'antico simbolo sacro egiziano, l'ankh (†), deriva dalla forma dell'albero. Infatti negli antichi scritti occulti, gli iniziati vengono chiamati Alberi.

Anche noi tramite il contatto con Lucilla e Hubert e i loro 13 Pionieri abbiamo sentito quella “crescita spirituale” tipica di chi, con rispetto, amicizia, leggerezza e serenità si avvicina a qualcosa di molto prezioso.

Non possiamo dunque che augurare a tutti i lettori di vivere la stessa esperienza, e ancor di più, di percepire con la propria Anima la Gioia e l'infinita Disponibilità che c'è nell'Albero. E di sentire sulla propria pelle le qualità del *Secondo Raggio di Amore-Saggezza* che governa il Regno Vegetale, specchio di quel *Secondo Raggio* di tutto il nostro sistema solare.

Vi salutiamo con le parole del Maestro Nikolaj Konstantinovič Rerich, in *Foglie del Giardino di Morya*, che vi accompagnino in questo viaggio di scoperta:

«Se qualcuno vi sbarra la strada, scansatevi in silenzio, se conoscete il sentiero. Se vi conviene un rifugio, abbiate parole buone per il padrone di casa. Se la vostra via è larga, quando viene l'ora di partire, benedite chi resta. Se a lato della via fiorisce un albero, non spezzatelo: darà gioia a chi vi segue. Quando udite un saluto, non sciupatelo. Se ascoltate un

uccello che canta, non scuotete il suo albero. Se fanciulli si avvicinano, dite loro: "Vi aspettavamo". Se vi affrettate per la cena, posate il piede su pietre asciutte. Quando vi disponete al riposo, ordinate i vostri pensieri. Se udite cose piacevoli di voi, non segnatele sul diario. Quando pensate a un'offesa, badate alla polvere del pavimento».

Andrea Zurlini e Federica Ronchi
20 Luglio 2019 – La Casa dei 7 Raggi (Marche).





ABETE BIANCO

Abies alba Mill., syn. Abies pectinata (Lam.) DC

**Portare il respiro del cosmo sulla terra.
Essere individuo in armonia col gruppo.**



Lo Spirito dell'Abete Bianco ti aiuta a:

- aprirti alla luce cosmica
- sentirti in unione con l'universo
- percepirti parte di un gruppo e vivere la tua unicità
- avvertire forza, opportunità di crescita e protezione nel gruppo
- rigenerarti attraverso il respiro
- sciogliere gli indurimenti



COME RICONOSCERE L'ABETE BIANCO: FISIOGNOMICA VEGETALE

L'Abete bianco è una conifera che ci parla con presenza ed eleganza mentre raggiunge nella sua vita un'altezza di 60 m e un'età di 600 anni, un tempo notevole anche per un albero. Sempreverde, rimane avvolto da una luce chiara per il colore della sua corteccia e i riflessi della sua chioma. Apparentemente immobile e un po' distante, se avvicinato si apre a tante sfumature di comportamento e a una forma che lascia raccontare i segreti di un essere sapiente. La sua forma complessiva è piramidale, cosa che possiamo ammirare nei soggetti solitari, una rarità, poiché Abete è albero sociale che vive in popoli della stessa specie. Questa è la condizione a lui più congeniale, poi, come tutti, può adattarsi anche ad altro.

I **rami** principali sono raggruppati in palchi regolari e disposti orizzontalmente a formare un'antenna atta a comunicare con l'ambiente intorno. I rami giovani sono così ordinati e regolarmente disposti che ricordano la forma dei cristalli di neve.

Il suo **tronco** punta dritto in alto, con l'intento di raggiungere il cielo. Nelle piante adulte la crescita della punta principale rallenta, mentre i rami continuano a crescere: questo porta prima a un appiattimento della sua chioma e in seguito alla formazione di una conca nell'apice dell'albero, a formare un calice rivolto verso il cielo.

foglie su rami fertili



Le **gemme** sono piccole e disposte a tre sulla punta dei rami principali. Gemme senza resina, quindi aperte e collegate all'atmosfera. Gli aghi rimangono da 8 a 10 anni legati al ramo dove sono inseriti a spirale. La posizione dell'ago sul ramo varia a seconda del tipo di ramo. Sono ortogonali sul ramo centrale, la spina dorsale dell'albero; inclinati e disposti in 2 o 3 file sui rami fertili, dove hanno la punta arrotondata e nell'insieme formano una spazzola; distribuiti su un unico piano sui rami in ombra, dove formano una sorta di pettine, da cui il nome pectinata. Ogni ago, foglia, sa in quale punto dell'albero si trova e adatta la sua posizione alla funzione del ramo. Sotto l'ago, in ogni età e posizione del ramo, troviamo due righe bianche longitudinali, che ci permettono di poter sempre riconoscere Abete bianco. Si tratta di 6/8 file contigue di stomi, piccole bocche dalle labbra bianche e cerosi, attraverso cui Abete respira l'aria fresca delle foreste e la luce chiara dei cieli stellati.

I **fiori** sono a sessi separati. I conetti maschili si trovano al centro della chioma e sono sotto i rami, con le loro faccette gialle, a guardare la terra. I fiori femminili sono delle piccole pignette di un rosso violetto erette sulla punta dei rami più alti, tutte rivolte al cielo. In Primavera avviene la fioritura. Dai fiori femminili raggiunti dal polline trasportato dal vento Abete maturerà delle pigne eleganti, coniche e affusolate, prima verdi poi dorate, che rimangono erette sui rami orizzontali. Non cadranno mai pesanti sul suolo, ma si sparglieranno al vento in una semina di tarda estate. Il cono mo-



fiori femminili di
Abete bianco

strerà di essere composto di una sorta di aquilone di legno, in realtà squame che accompagnano al volo verso terra due semi che possono essere più o meno alati. Sotto e attorno all'Abete rimangono sparsi i segni di questa abbondanza: migliaia di piccoli aquiloni di legno e invisibili semi in cerca di casa. Ne germineranno 30/40 per cento, solitamente subito, entro l'autunno. La piccola pianticella ha solitamente 5 foglioline, che, guarda un po', sono a forma di stella, e le bocche bianche sulla pagina superiore, cioè verso il cielo.

L'Abete bianco possiede un forte attaccamento alla terra, con il suo apparato radicale composto da una radice fittonante che si inserisce nella profondità e che, insieme alle robuste radici laterali, garantisce un eccezionale ancoraggio al terreno. È una specie socievole e molto spesso le radici di piante contigue si saldano fra loro in un innesto fra gli apparati radicali che ne consacrano la comunità.



*foglie: due righe bianche
nella pagina inferiore*



MITOLOGIA E SIMBOLISMO

Una vecchia leggenda descrive bene il collegamento dell'Abete bianco con la luce. Racconta di un gigante del ghiaccio che cattura una principessa della luce e la porta nel suo regno sotterraneo. Lei è profondamente infelice di stare nel buio della terra e piange giorno e notte. Nel freddo sotterraneo le sue lacrime si trasformano in ghiaccio che, poco a poco, riempie il palazzo.

Visto che non accenna a smettere di piangere, il gigante è costretto a trasferirla in un palazzo sopra la terra. Qui le sue lacrime si trasformano in fiocchi di neve pieni di luce che imbiancano il paese. Il gigante si infuria perché sa che produrre fiocchi di neve è una sua prerogativa. Arrabbiato prende la principessa e la caccia fuori nella notte fredda. Per proteggere la principessa, ormai diventata la fata della neve, gli dei creano l'Abete bianco, che le offrirà riparo.

Nella leggenda troviamo una buona descrizione dell'albero: l'Abete bianco è una pianta con tipiche caratteristiche saturnine, sia fisicamente che nella sua azione curativa. Saturno rappresenta la massima discesa nel mondo materiale, la luce imprigionata nella materia, come la principessa nel palazzo sotterraneo.

Tuttavia non è possibile imprigionare la luce per sempre. Proprio nel momento del massimo buio, una piccolissima fiammella si mostra e ascende fino a illuminarsi con tutto il suo splendore.

Nelle antiche culture l'Abete era considerato l'albero che favorisce la cooperazione e lo stare insieme. Le feste dedicate all'Abete erano feste di comunità, come per esempio la festa dedicata a Dionisio, dio dell'estasi e del vino, in cui si celebrava una processione notturna con le candele. Ancora oggi intorno all'Abete le famiglie si riuniscono a festeggiare Natale, la versione moderna delle antiche feste dedicate alla luce, che inizia a crescere dopo il solstizio invernale.



RIMEDI TRADIZIONALI

Da sempre l'Abete è stato un grande aiuto per allontanare **malattie da raffreddamento**, tosse, reumatismi, gotta, per sostenere la respirazione e attivare la circolazione. Nella tradizione popolare sono usati principalmente i giovani getti per la preparazione di un estratto in grappa o alcol, oppure un macerato in miele. Il primo viene usato sia per via orale che localmente, il secondo diventa un ottimo sciroppo per le malattie delle vie respiratorie. L'olio essenziale estratto dagli aghi ha un uso consolidato da molto tempo, una volta veniva usata anche la resina.

La **gemmoterapia** ha messo in evidenza le proprietà remineralizzanti e ricostituenti delle sue gemme, che rendono *Abies pectinata* un ottimo rimedio in caso di problemi di calcificazione ossea, ritardi e dolori di crescita, rachitismo, ipertrofia ghiandolare, carie dentarie, paradontosi e anemia, nonché per migliorare l'assimilazione e il metabolismo minerale, in particolare quello fosfo-calcico.

Lucilla racconta...

Prima dello Spirito degli Alberi ho potuto far avvicinare Abete alle persone anche attraverso il suo olio essenziale. Ricchissimo in molecole diverse, distillato direttamente da noi quando le nevi troppo pesanti o tardive lasciavano le abetaie con rami e cime a terra. Un olio essenziale ricco di terpeni della Foresta ma pure con note profumate esotiche e lontane, che solo Abete sa raccogliere dall'aria; note di Ylang, Geranio, Eugenia. Ricordo una signora con il respiro bloccato e crisi asmatiche, soprattutto invernali, periodo in cui si trasferiva in città dalla figlia. Vivere al chiuso la faceva sentire senza respiro. Poi iniziò a praticare la diffusione dell'olio essenziale di Abete nella camera da letto. Di notte, durante il sonno, si immergeva negli spazi ameni e sacri delle abetaie: le qualità balsamiche riportarono la signora a respirare più fluidamente.



IL MESSAGGIO DELL'ABETE BIANCO

Lo Spirito dell'Abete Bianco facilita l'aprirsi alle forze cosmiche e il diffondere la luce sulla terra. Possiamo sentirci tutt'uno con l'universo, pur vivendo in pieno la nostra esistenza individuale. Il suo aiuto favorisce l'**inserimento armonico in un gruppo** e l'espressione delle proprie peculiarità. Permette di trovare un equilibrio tra le convenzioni che regolano lo stare insieme e il bisogno di vivere la propria vita.

Con l'aiuto dello Spirito dell'Abete possiamo percepire che facciamo parte di un'entità che trascende la vita materiale, non importa se la chiamiamo Divino, Natura o in un altro modo. Sono molte le antiche filosofie e le religioni che affermano che siamo uno con il Tutto e che siamo tutti collegati. In altre parole quello che facciamo agli altri lo facciamo a noi stessi, come quello che facciamo a noi stessi lo facciamo agli altri. Immaginatoci come sarà bello il mondo quando tutte le persone agiranno secondo questa visione.

Oggi - si fa per dire, visto che il fenomeno è stato descritto per la prima volta nel 1935 dal premio Nobel Erwin Schrödinger - anche la fisica quantistica si sta avvicinando a una simile visione del mondo con la ricerca sull'entanglement. La scoperta e la dimostrazione scientifica di questo fenomeno hanno sconvolto i paradigmi, non solo della vecchia scienza, ma anche dell'odierna visione del mondo. L'entanglement è un fenomeno in base al quale le particelle stabiliscono collegamenti tra di loro che rimangono attivi anche se le particelle si trovano distanti nello spazio e, almeno in teoria, perfino nel tempo. Così se una particella cambia il suo stato, immediatamente lo cambia anche l'altra, a prescindere da dove si trovi. Immaginate quante particelle del vostro corpo appartenevano prima a un altro corpo o a una pianta e forse sono ancora in collegamento con i vecchi "compagni".

Così come fa l'Abete bianco, anche noi possiamo ispirare l'energia cosmica, per poi diffonderla sulla terra espirando. Lo possiamo vedere bene dal suo portamento. A differenza dell'Abete rosso, i suoi

fiori e le sue pigne sono rivolti verso il cielo, e gli esemplari vecchi formano un calice all'apice, che riceve la luce del cosmo. I suoi rami sono orizzontali con una struttura simile a un'antenna che riceve e trasmette. Ci insegna quindi a farci ispirare dalla luce cosmica e a diffonderla sulla terra. Ci dona una vita ad ampio respiro e permette il fluire del respiro in scioltezza. Aiuta ad avere un comportamento retto e a seguire con coerenza le nostre idee.

Gli aghi dell'Abete sono un bell'esempio di collaborazione efficiente tra individui. Anche se ogni ago è rivolto in una direzione diversa, insieme formano una comunità ordinata che collabora meravigliosamente, per dare a ognuno la possibilità di ottenere la sua parte di luce e di contribuire alla crescita del *totum*, cioè della pianta.

L'Abete ha la capacità di **armonizzare il rapporto tra individuo e gruppo**, di modo che entrambi possano trarne reciproco vantaggio. Agevola inoltre la possibilità di esprimere la propria unicità e nello stesso tempo di dare la giusta importanza ai bisogni del gruppo e alle convenzioni che regolano lo stare insieme. In questo modo la comunità diventa più ricca e coesa e i membri possono progredire sulla propria strada, godendo del sostegno e della protezione della collettività.



MESSAGGIO ALLA COLLETTIVITÀ

Il contributo dello Spirito dell'Abete per l'evoluzione umana oggi consiste nell'avvicinare le persone al sentirsi uno con il Tutto, a percepire di far parte di qualcosa che trascende la propria individualità. Col suo aiuto, l'umanità può comprendere che il **rispetto del bene comune** e delle naturali esigenze di tutti è il presupposto per vivere in **armonia e pace**. Trovare un equilibrio tra le esigenze individuali e il bene comune permette di trasformare la nostra società.



IL NOSTRO INCONTRO

Ci siamo recati nelle Foreste Casentinesi, sopra l'Eremo di Camaldoli, per comunicare con gli Abeti e sperimentare il rimedio dello Spirito dell'Abete. Ci hanno fatto sentire molto la loro sofferenza in un mondo in cui è venuto a mancare il collegamento con la luce cosmica e sono di conseguenza emerse difficoltà esistenziali, mentali, emotive e fisiche.

Gli Abeti ci hanno comunicato che soffrono e stanno morendo, perché la cortina di inquinamento atmosferico, elettromagnetico e bioenergetico (pensieri egoistici) li priva del contatto con il cielo e con le stelle, non permettendo loro di portare la luce bianca sulla terra.





“ *Immediatamente dopo la prima asunzione, ancora camminando sotto gli Abeti, sento una forte tensione alla bocca, le mascelle e perfino i denti sono contratti. È una sensazione sgradevole.*

Mi fermo davanti all'Abete che mi ha chiamato e mentre la tensione della bocca svanisce gradualmente la mia attenzione viene catturata dal respiro. Il mio respiro non fluisce più spontaneamente, mi richiede uno sforzo notevole. Il respiro mi richiede tutta la mia attenzione, perché ho la sensazione che altrimenti potrei soffocare. Non ho mai sofferto d'asma, ma immagino che sia una sensazione simile. Piano piano riesco a fondermi con il respiro, che, in questo modo, diventa nuovamente fluido. Ora il mio corpo si raddrizza e diventa eretto, proprio come un Abete.

Tornato a respirare normalmente, la mia attenzione ricade sulle visioni interne. Sono sorprendentemente scure per un ottimista incorreggibile come me. All'inizio vedo solo nero, mi devo sforzare molto per distinguere qualcosa. Per un attimo vedo un'ombra nera, piegata all'altezza del busto, che mi fa venire in mente il dipinto "L'urlo" di Munch.

A un certo punto l'oscurità si dissolve e fa posto alla luce. Contemporaneamente si sciolgono anche le ultime tensioni ”.

Hubert

“ Entrando nelle Foreste sacre dell'Appennino respiro un “tempo sospeso” e colgo forte e chiaro l'intento dei Monaci che hanno piantato Abeti bianchi attorno ai vari monasteri. Mi sento in un luogo dove la preghiera sgorga sincera. Appena assumo il rimedio, il mio corpo mi conduce a una serie di tensioni che si trasformano sempre più chiaramente in un indurimento, come fosse una pietra fredda dietro le scapole che mi blocca il respiro. Una tristezza nitida accompagna il peso. Sento su di me il dolore di questa foresta, dolore causato da una cortina che non li connette più al Cosmo.

Avverto un gran desiderio morale, una spinta interiore a essere conseguente alle idee e a dare concretezza alle intenzioni. Sono nel respiro dell'Abetaia e provo cosa significa essere un insieme. Intanto il mio dolore di pietra diventa sempre più greve, fatico a respirare. Guardo la cima degli alberi, li abbraccio, li annuso e respiro per quel che posso con loro. Ora non so più nulla di me e inizio a comunicare. L'Abete non parla, ma respira, suona con il suo alito come aria che passa dalle canne di un organo. Sento il “Salve o Regina”.

La luce è solo bianca e arriva dall'alto, come neve. Illumina ogni singolo ago e viene convogliata fino al ramo grazie alle due strisce bianche,





poi fino al tronco e infine alla terra, attraverso le radici. La mia pietra fra le scapole blocca la discesa della luce. Cosa potrà mai sciogliere questa dolorosa pietra? "Il respiro... il respiro..." così cantano gli Abeti. La Pratica del respirare mi solletica la cima del capo, lo apre, e la luce, come neve che cade leggera, si posa sulla pietra e passa oltre. Il mio respiro si sintonizza e il mio naso si apre alla bontà dei profumi degli Abeti. Ne sono invasa, sono solo questo ampio respiro che arriva al cielo.

Un grande Abete mi porta a sé e respiro con lui, respiro oltre il Cielo blu, più in alto, più in alto ancora, a respirare la chiara luce delle Stelle. Odo le Entità Angeliche che portano messaggi per la terra, ne avverto il respiro leggero che scende lungo il tronco.

Il grande Abete mi si mostra nella sua missione, che comprendo respirando... una brezza leggera e fresca, che sa di resina. Il peso tra le mie spalle si è sciolto, mi sento come fossi arrivata da lontanissimo, mi trovo spaesata. Il primo pensiero di senso compiuto è: 'Ecco perché i monaci camaldolesi li hanno piantati'.

Ho bisogno di mangiare, perché ho fatto un grande viaggio 》》.

Lucilla



QUANDO CHIEDERE AIUTO ALL'ABETE BIANCO

Possiamo cercare l'aiuto dell'Abete quando:

- siamo tristi;
- ci manca l'aria;
- proviamo un profondo senso di **solitudine** e di **separazione**;
- abbiamo una nostalgia struggente per qualcosa di altro, che non si spiega a parole;
- **ci sentiamo poco compresi**, un po' scollegati dagli altri;
- ci adeguiamo alle circostanze comuni ma pian piano sentiamo di perdere forza;
- vediamo tutto nero;
- siamo piegati dal peso che dobbiamo portare;
- **ci sentiamo oppressi** da una società egoista.

Nella nostra civiltà eccessivamente regolamentata è facile sentirsi soffocati e non riuscire più a dare un senso alla propria vita. L'aria pura e gli spazi aperti ci confortano e la montagna ci riapre al sorriso. Sentiamo che per vivere dobbiamo concederci il contatto fisico con l'aria pura, il cielo, la spaziosità, il silenzio, la pace, la preghiera, il vuoto. Abbiamo l'impressione di non appartenere a questo mondo, alla nostra stessa famiglia, a un gruppo di amici o di lavoro. Diventa difficile accettare e rispettare le esigenze del gruppo e comprendere che il bene di tutti è anche il nostro bene personale. Probabilmente non riusciamo a comunicare questo stato interiore e pensiamo alla nostra inadeguatezza senza esprimerla.

Per l'innato bisogno di appartenere, ci può succedere di rinunciare alle nostre peculiarità, limitando oltremodo l'espressione delle caratteristiche individuali. Altre volte sono i gruppi stessi a richiedere un eccessivo rigore o una chiusura che opprime i membri e non gli permette di vivere la loro vita. In questo modo i gruppi si privano della ricchezza generata dalla biodiversità e limitano la piena espressione dei talenti di ogni membro. L'Abete bianco può aiutare a far sì che il gruppo permetta a ognuno di apportare le proprie peculiarità al servizio del bene comune, senza aver bisogno di uniformare.

Ti ritrovi nelle seguenti manifestazioni?

In questo caso lo Spirito dell'Abete Bianco potrebbe rappresentare per te l'aiuto adatto per evolvere:

- difficoltà respiratoria
- rigidità fisica
- oppressione o indurimento al petto
- tensioni alle mascelle
- asma



TESTIMONIANZA

Luigi, 65 anni, soffre da tanto tempo di problemi alle vie respiratorie, in particolare durante il periodo invernale, con tosse e difficoltà a respirare. Con una miscela di gemmoderivati che rinforzano le vie respiratorie ha un buon miglioramento, ma non riesce a superare pienamente il problema. È stato sufficiente un mese di assunzione dello Spirito dell'Abete per tornare a respirare normalmente e a liberarsi dalla tosse.



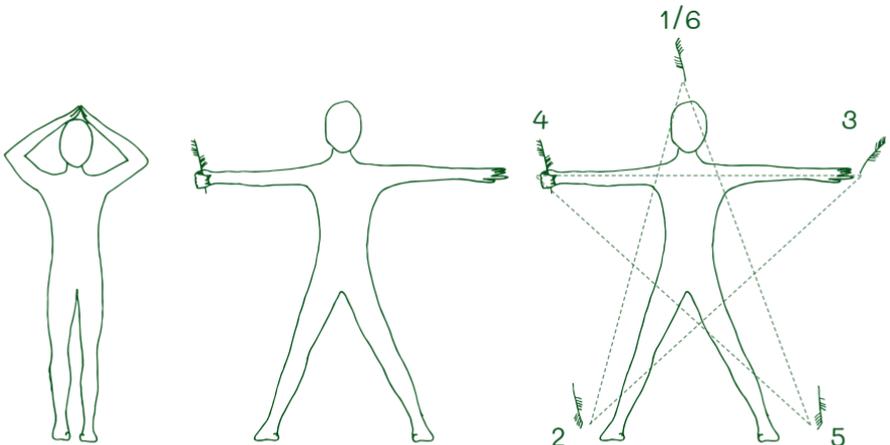
PRATICHE CONSIGLIATE

L'Abete è l'albero della luce cosmica stellare, che ci permette di contattare la nostra buona stella durante il buio solstiziale di dicembre: è un tempo che si apre alle più remote comprensioni che ci guideranno tutto l'anno.

In questo periodo l'Abete si presta particolarmente bene a una pratica che amplifica l'ascolto, apre il nostro canale più celeste, posto sulla sommità del capo. Ci permette di ascoltarne il respiro e il suono e aiuta a trasferire al corpo l'impronta della stella.

- All'aperto, in una notte stellata, o al chiuso, in un luogo con il cielo visibile, in piedi e con la pianta del piede a contatto con la terra;
- spruzziamo il Soffio dell'Abete sulla sommità del capo e nei palmi delle mani;
- teniamo le mani sul capo, appoggiando i palmi alla testa con le dita rivolte verso l'alto;
- respirando profondamente ci poniamo con braccia aperte e piedi divaricati;
- prendiamo nella mano destra un rametto di abete e, iniziando dal capo, lasciamo scorrere il rametto lungo tutto il tronco verso il piede destro, poi risaliamo verso il braccio sinistro fino alla mano;
- dalla mano sinistra ci spostiamo in orizzontale verso la mano destra
- da qui, sempre spolverando il corpo, andiamo a raggiungere il piede sinistro, per poi risalire fino a raggiungere la sommità del capo; abbiamo disegnato una stella
- lo possiamo ripetere 5 volte.

Possiamo eseguire questa pratica ogni volta che ci troviamo in una foresta di Abeti, in ogni periodo dell'anno.

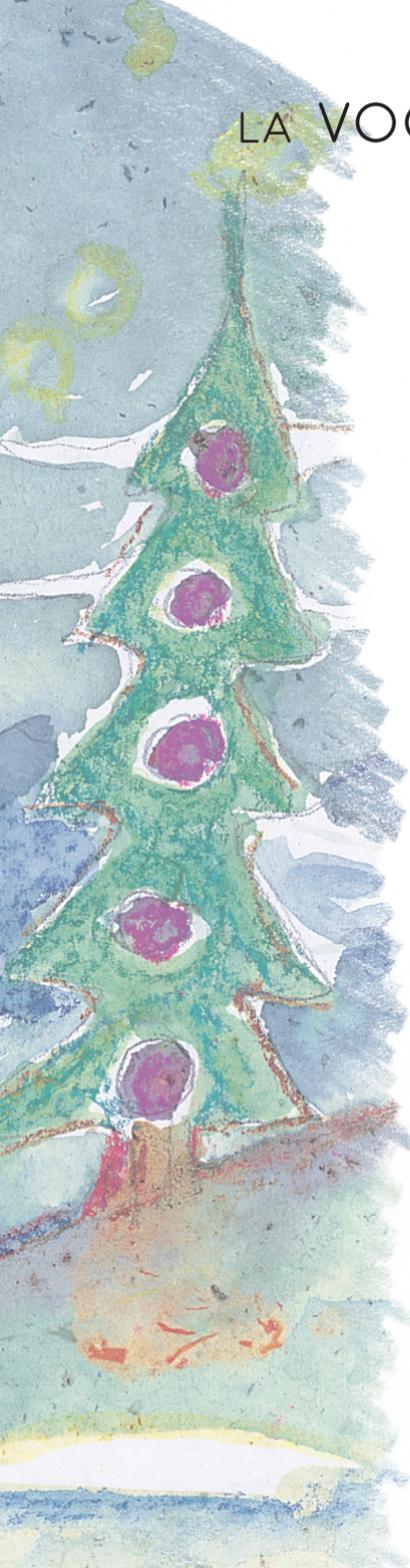


LA VOCE DELL'ABETE BIANCO

“ *Lo splendore bianco delle tue ossa risuona in me. È all'osso che ti condurrò. Siamo le sacre cattedrali della Natura, nate come popolo verde capace di proteggere ed espandere il compito delle alte montagne. Nella Natura creiamo quelle condizioni dell'animo che le vostre costruzioni sacre edificate nei secoli dovevano riprodurre. Per cosa? Respirare un intimo contatto col divino. Chi di voi ha dedicato la propria vita a questo lo sapeva, piantando nei luoghi di ascolto foreste di bianchi Abeti. Bei tempi. Sulla cima delle montagne abbiamo accompagnato uno dei compiti più sublimi del paesaggio.*

Ed ora, passo dopo passo, sali la scala dei nostri rami, stringiti alla colonna del nostro tronco, arriva dove ci facciamo sottili, sulla cima, e lì rimani, essenziale, luccicante sulle tue bianche ossa d'avorio. Respira. Abbracciami, aggrappati, rimani circondato da noi e attendi paziente la notte. Rabbrividisci, trema, ma dentro il tuo scheletro fermo ascolta il tuo respiro. La foresta profuma dei nostri aghi, il vapore balsamico dei nostri corpi dà conforto al tuo respiro, il chiarore splende per poter affrontare il cupo della notte.

Quando la notte entra con il suo primo passo nella foresta, il nostro canto si fa alto. Le cime pettinate si aprono, il cielo si illumina di stelle. Sopra di noi il cosmo si apre ai canti. Rotoli di luce leggera piovono e creano, prima di posarsi sulle nostre cime



solleticate, scie di polvere chiara ricche di messaggi. Ogni nostro minuscolo ago trasporta sulle sue due piccole strade bianche questi grani di polvere luminosa, il respiro della volta celeste. Un respiro, come altro poterlo chiamare?

Un respiro puro esalato dal cielo, richiamato dalle cime delle montagne, si addensa un poco per essere attratto da noi e poi raccolto e inviato alla terra lungo il nostro tronco. Come antenne raccogliamo il sussurro del cielo e lo portiamo in basso. Respira e stai solido sulle tue bianche ossa: se ti senti una stretta alla gola o un peso sul petto non temere, è quello che proviamo anche noi. Il nostro esistere è diventato triste e difficile, vorremmo salire sempre più in alto nel cielo, superare quello strato malsano per poter nuovamente intingere le nostre cime nell'etere puro. Le nostre cime... oggi così separate dal fluido cosmico.

Una fitta rete di rumori disarmonici, polveri nere e un traffico assordante tagliano il cielo, la purezza delle stelle è sempre più lontana. Noi soffriamo questa rete metallica che ci divide dal cielo. Le nostre cime si seccano, la nostra missione vien meno, la tristezza pervade il nostro popolo, il pianeta muore, così separato com'è dal respiro del cielo. La Terra è rimasta a galleggiare nell'universo sola, estranea, sempre più triste e rinchiusa nella sua gabbia di reti che la separano dai canti delle stelle. La solitudine del pianeta sta diventando sofferenza per la vita intera.

È alle tue ossa che parlo, alle tue bianche ossa, che nel respiro ricordano. Il popolo bianco degli abeti immagina di ricontattare le stelle e di farsi luogo d'ascolto e di respiro. Se solo il popolo umano si sentisse gruppo!

Ora vai, e nel tuo grembo ricorda. Incamminati nel silenzio della notte, allontana le ore serali dal fuoco della modernità, spegni il rumore, stai nella semplicità delle tue ossa bianche. Quietamente apri il tuo sguardo al cielo stellato, cercalo, conquistalo. Torna a guardare la tua dimora, l'intimo contatto con il respiro dell'universo.

La luce dei tuoi occhi nella luce delle stelle.

Lancia con noi un richiamo! Nel tuo respiro ora vai... e cammina! ”