

# Betulla

*Betula verrucosa* Roth  
*Betula pubescens* Ehrh.



*Danzare con gioia il rinnovamento  
nella fluidità.*

## Caratteristiche botaniche

La Betulla è l'albero pioniere per eccellenza. Popola le zone in cui regnano condizioni climatiche e ambientali estreme, dove altri alberi riuscirebbero a insediarsi solo quando le betulle avranno creato condizioni più favorevoli. Sono in particolare ambienti con un periodo vegetativo corto e terreni molto poveri come torbiere dove la Betulla si estende con il suo apparato radicale su un'area molto vasta alla ricerca delle poche sostanze nutritive disponibili. L'apparato radicale particolarmente superficiale permette alla Betulla di vivere anche in terreni impregnati d'acqua dove altri alberi soffrirebbero di asfissia.

La Betulla cresce veloce e si riconosce da lontano dalla sua forma slanciata, dal tronco bianco e dalla leggera e luminosa chioma formata da foglie di colore verde chiaro. Le foglie, facendo parzialmente passare i raggi solari, generano una danza di fasci di luce sotto la chioma che scalda il terreno e permette ad altre forme di vita di trovare condizioni ideali per il loro sviluppo.

Le foglie graziose cadono presto in autunno e diventano facile nutrimento per gli insetti e i microrganismi che rendono il terreno fertile. Così, anche in zone climatiche estreme, la Betulla riesce in relativamente poco tempo a creare uno strato di terra fertile e quindi anche le condizioni che permettono ad altre piante di crescere. La sua fertilità è dimostrata anche dalla produzione di una miriade di piccolissimi semi che affida al vento per diffonderli nel mondo.

Il bianco del tronco e dei rami è dovuto a una sottile pellicola che copre la corteccia rossastra. Con l'avanzare dell'età, la corteccia liscia tende a diventare irregolare e il bianco fa spazio al colore nero. Nell'età della pietra la Betulla era l'albero della Grande Dea, la dea della trinità, che era contemporaneamente fanciulla, madre e vecchia. I suoi colori erano il bianco, il rosso e il nero, proprio quelli che troviamo nel tronco della Betulla.

Il legno caldo, morbido e poco resistente è protetto da una corteccia estremamente resistente. Dopo la morte dell'albero il legno si decompone velocemente, mentre la corteccia resiste a lungo alle intemperie a ricordare lo splendore della Betulla. Per via della sua resistenza, la corteccia veniva usata per rendere impermeabili barche, tetti, scarpe e come supporto per le scritture. I primi manoscritti dei Veda, l'antica scienza indiana, erano scritti sulla corteccia di Betulla.

### **Mitologia, storia e simbolismo**

Per le sue caratteristiche di fertilità ed eleganza, la Betulla è sempre stata considerata una rappresentante del principio femminile. In numerose culture era l'albero della dea dell'amore. Per i celti era l'albero di Brigit, la vergine bianca, la dea della luce che in primavera sveglia i semi e annuncia un nuovo ciclo di vita, perciò per loro la Betulla era anche l'albero dell'amore. Come albero dell'amore lo troviamo in varie zone d'Europa durante la festa primaverile della rinascita e della purificazione nella figura di albero di maggio con una corona intorno a simboleggiare l'unione tra il fallo e la vagina. Durante la festa, i giovani giravano con rami di Betulla con cui fustigavano le persone, in particolare le ragazze. La fustigazione rendeva liberi da malattie e altre presenze negative, ma stimolava anche l'amore. La fustigazione con rami di Betulla era anche la pena per chi non rispettava le leggi e serviva per allontanare da loro gli spiriti cattivi.

Nella mitologia nordica è l'albero di Saga, dea della rinascita e dei poeti, ma anche di Freyja, dea dell'amore, della seduzione e fertilità. Nell'antica Roma la Betulla era l'albero di Venere, dea dell'amore e della bellezza. In India Sarasvati, dea dell'acqua che scorre, della purificazione, fertilità, prosperità, creatività e conoscenza, sta seduto su un cigno bianco e tiene in mano un manoscritto in Betulla.

La Betulla era venerata un po' dappertutto come albero della gioventù, rinascita, gioia e amore. Rinnovamento, leggerezza, purificazione, fluidità e bellezza erano considerate le sue qualità. Era legata all'eterno ciclo della vita che torna periodicamente al punto di partenza, ma a un gradino più alto dell'evoluzione, così come ogni essere vivente matura anno per anno.

### **Erboristeria**

Nella tradizione erboristica le foglie della Betulla sono usate per purificare il sangue e l'organismo. Sono state usate sia per preparare tisane che altri tipi di estratti. La fustigazione con i rami di Betulla per purificare l'organismo sono ancora oggi un uso nelle saune dei paesi scandinavi e baltici.

La linfa di Betulla, raccolta all'inizio della primavera, è ancora oggi un ricercato rimedio per purificare l'organismo e per far crescere i capelli.

Oggi sono principalmente i gemmoderivati preparati con varie parti della Betulla (gemme, giovani radici, scorza di giovani radici, amenti, semi e linfa)

a valorizzare le proprietà curative della Betulla per la depurazione, come immunostimolante, corroborante e diuretico, per disturbi della sfera sessuale, come stimolante della tiroide, per dimagrire, per contrastare la perdita di memoria e di capelli, per citarne solo le principali indicazioni.

## **Il messaggio della Betulla**

### *Danzare con gioia il rinnovamento nella fluidità.*

Lo Spirito della Betulla ci sostiene nel danzare la vita con gioia, nel percepire la bellezza e la grazia interiore e nel mostrarla al mondo intero. Facilita il continuo ringiovanimento e il lasciare morire quello che è vecchio. La Betulla incentiva ad aprirci al mondo per incontrare e gustare i piaceri innocenti della vita che contribuiscono al mantenimento della giovinezza. Agevola l'instaurarsi di uno scambio propizio con l'ambiente esterno e il potersi sentire integrati con l'anima universale.

### **Quando la Betulla diventa un riferimento**

Nel corso della vita possiamo trovare delle difficoltà a rinnovarci, e questo spesso accade perché non riusciamo a lasciare andare ciò che fa parte del passato. Forse siamo diventati immobili mentalmente, emotivamente o fisicamente, abbiamo smesso di danzare il ballo della vita. Facciamo fatica a sentire la leggerezza dell'essere e siamo lontani dal fluire dell'esistenza. La nostra mente può essere oscurata da nuvole nere che ci impediscono di vedere la luce che brilla.

Possiamo essere incapaci di stare nell'eterno ciclo di nascita - morte - nascita. Far morire una nostra parte ci spaventa e così ci priviamo del rinnovamento che mantiene giovane l'esistenza.

Ci possiamo trovare in situazioni pesanti che ci tolgono il respiro perché facciamo fatica a seguire il flusso della vita, ad aprirci al suo movimento sinuoso e leggero.

Alle volte ci troviamo chiusi nel nostro mondo e ci disturba quello che arriva dall'esterno. Forse abbiamo semplicemente paura di aprirci a ciò che è fuori, oppure non riusciamo a vedere la bellezza di quello che ci circonda e la gioia che ci può dare se riusciamo ad aprirci. Succede così di incontrare

il mondo esterno con freddezza e distacco perché non siamo in grado di sentire né il nostro calore né quello che ci possono dare gli altri.

Ci rendiamo incapaci di godere i tanti semplici piaceri della vita. Forse ci facciamo condizionare dalle aspettative sociali oppure ci sentiamo troppo vecchi, anche solo interiormente, per trovare ancora piacere nelle cose nuove con cui ricominciare.

*Nell'incontro diretto la Betulla ci ha comunicato i disagi nei quali ci può essere d'aiuto attraverso la sensazione di difficoltà nel far fluire il respiro, come se i polmoni avessero difficoltà ad allargarsi. In un primo momento ci siamo sentiti infastiditi dalle voci e rumori che arrivavano da lontano. Abbiamo sentito freddo e pesantezza alla testa.*

### **Le virtù della Betulla**

Lo Spirito della Betulla ci incoraggia a danzare la vita con gioia e fluidità, a sentire ed esprimere la propria bellezza interiore e mostrarla al mondo con movimenti graziosi, con il calore che diffonde un sorriso, con la fluidità di chi si sente parte dello scorrere della vita. Permette di aprirci al mondo illuminandolo con un raggio di luce.

La Betulla ci asseconda nel trovare e manifestare l'eterna giovinezza che è dentro di noi e che riusciamo a vivere ed esprimere aprendoci al nuovo. È con la danza che possiamo celebrare il continuo rinnovamento passando anche attraverso gli aspetti dolorosi ma necessari della metamorfosi. Possiamo vivere i mutamenti con leggerezza, grazie anche alla consapevolezza che essi sono la fonte della nostra giovinezza.

Lo Spirito della Betulla ci connette alla luce interiore e ci sostiene nel portarla nel mondo materiale. Possiamo testimoniare una calma luminosa, la luce bianca che dona grazia al mondo. Ci guida ad aprirci verso l'esterno e stimola un rapporto equilibrato tra il nostro vissuto e ciò che ci circonda. Oggi tutto quello che è collegato all'invecchiamento è considerato brutto, una cosa che bisogna nascondere o, peggio ancora, un male da curare. Spendiamo somme ingenti per nascondere le rughe, per apparire più giovani. Facciamo sentire brutta una donna che non si colora i capelli quando cominciano ad assumere un grigio luminoso.

Lo Spirito della Betulla fa vedere che ogni età ha la sua bellezza e che possiamo conoscere e vivere gli aspetti di ogni stagione. Possiamo essere

belli anche a ottant'anni, con il viso solcato da rughe e coi capelli bianchi come la corteccia di questo splendido albero. Ci incoraggia a mostrare con fierezza la bellezza che appartiene a ogni età. Una volta essere anziani era l'onore più grande; essi erano le persone più stimate ed ascoltate della comunità e le loro rughe e i capelli bianchi erano considerati segni di saggezza. Oggi, purtroppo, insieme alle rughe abbiamo buttato via anche la saggezza.

*Nell'incontro diretto, la Betulla ci ha comunicato il suo sostegno tramite la visione di una fanciulla timida ma piena di vita, che balla con movimenti leggiadri e fluidi e coi capelli che volano. Il respiro è diventato leggero, armonioso nel suo entrare e uscire. Abbiamo visto i colori bianco e rosso a simboleggiare il candore e la grazia che penetra la materia. La Betulla ci ha mostrato l'immagine di un serpente che cambia la pelle e si muove con movimenti sinuosi. Abbiamo sentito dentro un "vuoto" calmo, luminoso e bianco.*

### **L'attualità della Betulla**

L'attualità del messaggio della Betulla sta nella sua capacità di far scoprire che la vera giovinezza consiste nell'essere continuamente disponibili a rinnovarsi. In un mondo che cambia a una velocità mai vista prima diventa essenziale riuscire ad adeguarsi di continuo alle condizioni mutate. La Betulla ci mostra come farlo con gioia e fluidità.

Il mondo di oggi ha bisogno di candore fanciullesco: la Betulla ci aiuta a trovarlo dentro di noi e a mostrarlo all'esterno.

#### **Consigliamo di usare lo Spirito di Betulla per:**

- danzare la propria bellezza e fluidità
- vivere il rinnovamento in modo gioioso
- scoprire ed esprimere la giovinezza interiore
- vivere con leggerezza i mutamenti
- aprirsi al mondo
- dare respiro alla propria vita
- portare luce nell'esistenza



## *La Voce della Betulla*

*Arrivo nel buio profondo con un paesaggio interiore muto e devastato. Da un respiro l'umida terra esala vapore e dalle promesse del primo mattino con leggerezza la Betulla prende forma.*

*Lo sguardo è sospeso nell'incanto dell'alba.*

*Un gruppo di giovani sorelle fremono leggere. Sopra di loro brilla da sola Venere, mentre entrano con la loro luce nei loro corpi danzanti.*

*“Dalla terraferma risale l'acqua che su di noi prende forma, ne beviamo in superficie appoggiate sulla punta dei piedi.*

*Morbide e imprevedibili sui nostri tronchi in piena, andiamo slanciate e sinuose come la vita che ad ogni curva si rigenera. Nei nostri tronchi la luce del primo mattino si rincuora e si affaccia nuova oltre le nere fessure. Pietra viva che si è lasciata levigare, così è la nostra pelle liscia. Sottile senza aver accumulato nulla, si arriccica e si scarta fra le nere caramelle delle ferite.*

*Strisce di pelle chiara da baciare, corpi slanciati leggeri, di neve, di carta, di aria.*

*La danza dei boschi chiari, schiuma di torrenti, trilli di cince e nuvole. Ah! La luce umida e mossa del mattino che brividi leggeri di pelle, rami e foglie! Sulle brume del mattino attorno a te danziamo. Nell'aria fresca si staglia il nostro corpo caldo.*

*Ti avvicini a strisciare il tuo dolore sui nostri tronchi, come le bisce fra i sassi a perdere la pelle. I tuoi muscoli rigidi come la carne di una vecchia gallina nera sentono il nostro tepore.*

*In mezzo a noi ti alzi, sciogli i capelli, lasci gli abiti ai tuoi piedi e nel corpo che si sveglia alla danza lasci correre sulla pelle vortici di aria e luce. I piedi scalzi bevono rugiada e ti portano a danzare sulla pancia del tuo dolore, sul tuo tamburo nero, ti muovi come una farfalla che incontra il primo volo.*

*Insieme danzeremo ogni capello, ogni osso, ogni singolo poro della pelle, insieme danzeremo fino a perderti.*

*Sarà allora la grazia a prenderti per mano, ancora la primavera al nostro fianco, senza parole nel nostro spazio bianco. Attorno a noi l'incanto dell'alba ovunque. I capelli si distendono come fili di rami e nell'aurora un gemito dalla terra sale mettendo a nudo la nostra carne rossa. Ai nostri piedi la pelle della muta.*

*Gli occhi distesi ovunque sulle lamine delle foglie: aperti, vivi, chiari. Non corrono parole, siamo la danza che porta il mattino dopo ogni notte.*

