

All'UNITRE
Via Manassei -TERNI-

PROGRAMMA "NATURA E CULTURA" per l'anno 2008|2009

LABORATORIO: n.10 incontri da concordare per date e orario.
Le piante commestibili, officinali e aromatiche della nostra terra.

Primo incontro: presentazione di almeno 5 piante commestibili spontanee, loro uso, luoghi e periodi di raccolta.

Secondo incontro: raccolta di ricette e indicazione di piante non trattate nel primo incontro.

Terzo incontro: presentazione di almeno 10 piante officinali tra le più note, loro principi curativi, luoghi e periodi di raccolta, modalità di preparazione per l'uso.

Quarto incontro: raccolta di indicazioni di piante officinali non trattate e loro uso.

Quinto incontro: Presentazione di almeno 10 piante aromatiche (sedano, prezzemolo, salvia, rosmarino, maggiorana, menta, finocchio, anice, aneto, peperoncino, ginepro...) loro proprietà, luoghi e tempi di raccolta e uso appropriato.

Sesto incontro: raccolta di indicazioni di piante aromatiche non trattate loro uso, tempi e luoghi di raccolta se sono spontanee.

Settimo incontro: Nozioni di giardinaggio per la coltivazione in terrazzo di erbe aromatiche, (terreno, esposizione, contenitori appropriati, innaffiatura, concimazione....)

Ottavo incontro: nozioni di giardinaggio per coltivare in giardino erbe commestibili, aromatiche e officinali.

Nono incontro: uscita per la raccolta e cena dimostrativa.

Decimo incontro :gita per effettuare una visita di studio a un giardino botanico tra quelli più significativi in Italia.

Durante il Corso potranno essere apportate quelle aggiunte e modifiche che saranno ritenute utili per un produttivo svolgimento del programma.

Al termine del Corso se ci sarà collaborazione si prenderà in considerazione la possibilità di pubblicare un ricettario.

Responsabili del Corso:

Troiano Maria Teresa -Via dei Colli 34-Terni Tel. 0744.301134

Nestarilli Diego Terni, Tel.340.96.99.701

Terni, 18 ottobre 2008

UNITRE 18 Maggio 2009 ore 17

(1)

GLI SPIRITI ELEMENTARI O SPIRITI DELLA NATURA

GNOMI - ONDINE - ELFI - SALAMANDRE

Gli spiriti della natura sono sempre intorno a noi. Gli è stato affidato, fin dalle origini della creazione, il compito di occuparsi del nostro pianeta e del suo divenire, agendo all'interno dei quattro elementi fondamentali che lo costituiscono e lo formano:

TERRA - ACQUA - ARIA - FUOCO.

Questi Spiriti della Natura, chiamati anche Spiriti Elementari sono nominati dalla tradizione come: GNOMI - ONDINE - ELFI - SALAMANDRE.

Gli Essere Elementari sono la chiave di accesso per comprendere la vita, il carattere e il ruolo del pianeta. Noi possiamo entrare in comunicazione con essi per avere aiuto e illuminazione, questo è facilitato da brevi favole della tradizione popolare che svelano i segreti della loro esistenza incantata e il mistero insondabile del legame tra terra e cielo che gli Spiriti della natura tessono e rappresentano.

Entrando in simbiosi con la natura e decifrandone il segreto linguaggio diventiamo consapevoli di essere circondati da creature di luce chiamate tradizionalmente Spiriti della Natura, ovvero Gnomi, Ondine, Elfi e Salamandre che svolgono un compito peculiare legato ai quattro elementi che rappresentano terra, acqua, aria, fuoco, essi fungono da tramite con le entità celesti come Angeli e Arcangeli.

Con l'azione incessante degli Elementari la Natura sulla Terra si manifesta, cresce, si evolve, deperisce, muore, e poi ancora si rigenera e rinasce rivelandoci con i suoi cicli un'infinita e superiore saggezza.

Le più alte Entità celesti riflettono la loro volontà e la loro azione nei regni naturali attraverso gli Elementari i quali accolgono nel loro essere i "pensieri" del cosmo e, colmi di luce e di amore, li portano a realizzazione nella materia terrestre che senza di loro resterebbe senza vita nel caos e nella tenebra.

(2)

Quando si guarda il tenero germoglio di una pianta baciato dal sole,
quando si contempla la perfezione della forma di un cristallo,
quando si ascolta incantati lo scroscio di un ruscello o di una fontana,
quando ci si immerge nella voce possente e misteriosa del vento,
quando si percepisce l'effondersi del calore e della luce estiva,
in tutti questi momenti siamo particolarmente vicini con la nostra anima
agli Spiriti Elementari e, con l'immaginazione, possiamo quasi vedere
lo GNOMO che spinge fuori il germoglio verso il sole o che scolpisce
le linee del minerale luminoso, l'ONDINA che si libra leggiadra sugli spruzzi dell'acqua, l'ELFO che
comanda il vento, la SALAMANDRA
che si slancia verso il cielo in un tripudio di calore....

Ogni volta che contempliamo con silenzio e devozione la Natura il nostro cuore si riempie di gioia per queste manifestazioni di vita e di desiderio di conoscere la realtà spirituale e le leggi che regolano e determinano tanta meravigliosa manifestazione di questa Madre Natura che ci nutre ma non si svela nella sua essenza profonda che è divina e che prescinde da ogni indagine scientifica di misurazione, quantificazione, numerazione.

Per questo il mistero di un filo di erba può diventare una rivelazione per lo sviluppo interiore, per riconoscere quelle leggi naturali ed eterne che solo la Natura conserva integre e immutabili.

Questi Esseri Elementari desiderano essere “ visti” (metaforicamente) dagli uomini per poter comunicare loro la saggezza e l'entusiasmo per la vita, la fiducia e la serenità, la forza e gli impulsi morali. Molte leggende popolari sono fiorite in tutti i paesi intorno a questi spiriti a testimonianza della percezione che l'uomo ne aveva fin dai tempi più remoti.

(3)

GLI GNOMI

“Noi determiniamo la forza delle radici. Essa ci crea la nostra forma corporea. Uomo, sforzati di svegliarti spiritualmente!”

Gli Gnomi sono i più facilmente avvicinabili dall'immaginario collettivo in Europa sono tradizionalmente descritti come esseri di piccola statura con abiti varipinti e buffi cappucci. Dotati di pronta intelligenza che coglie immediatamente l'essenza delle cose percezione e comprensione sono tutt'uno diversamente dall'uomo che deve attivare tutta una serie di processi razionali per capire come una pianta nasce, cresce, fiorisce...

Gli Gnomi considerano gli uomini come gli esseri più strani della creazione che si complicano la vita con troppi ,inutili, ragionamenti che sono la causa della loro infelicità.

Gli Esseri elementari della terra sono molto recettivi alle modifiche fisiche e sottili dell'ambiente e quindi di umore lunatico.

La presenza di animali e uomini li fa sentire a disagio se hanno pensieri rivolti al mondo materiale, provano simpatia invece per le persone che amano la natura ed hanno cuori e pensieri puri, per questo si sentono molto vicini ai bambini , ne ispirano le fantasie e favoriscono lo sviluppo dell' intelligenza conoscitiva e sensibile.

DOVE VIVONO gli Gnomi? Soprattutto nel sottosuolo tuffati all'interno della terra per aiutare a germogliare, crescere e far sviluppare tutto ciò che è sulla terra. I luoghi che prediligono sono i minerali, le rocce e i metalli

quindi le miniere dove percepiscono una spiritualità cristallizzata della volontà divina. Hanno una venerazione per i cristalli e le gemme che considerano “occhi” rivolti al cielo o “antenne “capaci di percepire quello che avviene nel cosmo come sensori che ascoltano e comunicano le influenze stellari e delle gerarchie spirituali, angeli ed arcangeli, per questo sono considerati anche custodi dei tesori. Gli Gnomi percepiscono la vita e l'attività dell' intera sfera planetaria a cui ogni metallo rimanda: Argento-Luna, Ferro-Marte, Mercurio-Mercurio, Stagno-Giove, Piombo-Saturno, Rame-Venere, Oro-Sole.

Vivono volentieri “abbarbicati” alle RADICI delle piante che fanno da ponte tra le piante che crescono e i minerali del sottosuolo, essi assorbono

(4)

la saggezza dell'universo e attraverso la loro azione su minerali e piante la trasmettono al mondo fisico.

La loro missione speciale è quella di custodire i semi e di donare loro il potere di svilupparsi. Il seme è come uno scrigno che racchiude un concentrato di vita in potenza della pianta e della sua forma.

Alcuni Gnomi sono sedentari e vivono tra le rocce, nelle cavità dei tronchi, nelle tane mentre altri amano vagabondare e giungono fino alle città dove con riluttanza si adattano a vivere tra il cemento lavorando di gran lena per far crescere vegetali tra le fessure e far sviluppare piante e fiori nei giardini per ossigenare le città. Molti si insediano nella terra dei vasi dei balconi soprattutto in quelli amorevolmente curati.

Come possiamo AVVICINARCI agli Gnomi? come metterci in sintonia con questi felici esserini così lontani dalla nostra vita “inquinata” da preoccupazioni, stress, egoismi? Per percepire la loro presenza dobbiamo rilassarci, lasciarci andare, cercare di fare il silenzio interiore cosa non facile ma che si può ottenere con l'allenamento. a poco a poco questo spazio interiore ci diverrà familiare e indispensabile per attingervi serenità

e consapevolezza che il nostro centro spirituale è al di là dei nostri pensieri, sentimenti, desideri o faccende quotidiane.

Passo successivo sarà “RIEMPIRE” lo spazio interiore con la meditazione che è “educare” la propria interiorità, porvi dei semi che con il tempo germoglieranno dando i loro frutti, realtà spirituali, che elevano impregnando l'essere di vitalità e di armonia con sé e con il prossimo.

Tra le fiabe e leggende, fiorite tra tutti i popoli, che hanno come protagonisti gli Gnomi c'è una favola del Galles che si intitola:

“LO GNOMO CHE CAVALCO' UNA FARFALLA”

-Gavad quando si riposava guardava ammirato una farfalla di nome arcobaleno e infine un giorno le chiese di volare con lei per ammirare

dall'alto le bellezze della natura. La farfalla lo portò a cavalcioni per tutto il giorno e stremata al tramonto lo depositò su una foglia meravigliata e felice per tutto quello che aveva visto. Seduto sotto un fungo a ricordare

si accorse di avere le braghe piene del pulviscolo di Arcobaleno. Con delicatezza raccolse la polvere colorata dai suoi pantaloni e cercò una bella margherita bianca per lasciar cadere la polvere sui petali che divennero di mille splendenti colori a ricordo perenne della generosa farfalla che quando passava di lì vi si posava sopra tutta felice.....

(5)

LE ONDINE:

“Noi muoviamo la foza delle acque. Essa ci forma la nostra sostanza vitale. Uomo, pensa spiritualmente.”

Le Ondine, spiriti elementari delle acque sono immaginate come splendide ragazze dai lunghissimi capelli con busto di donna e coda di pesce, così belle da incantare i naviganti, esse si tuffano rincorrendosi in giochi misteriosi e affascinanti sotto i riflessi della luna e delle stelle.

Gli Gnomi sono esseri compenetrati di intelligenza pratica mentre le Ondine vivono di sentimento, in una spiritualità

“sognante” immersa in atmosfere tenui, evanescenti, delicate come la luce della Luna che misteriosa si riflette nelle acque ed è l'astro che le governa. Le Ondine assorbono le caratteristiche e gli influssi della Luna e li trasmettono all'acqua che si arricchisce, si alimenta e vive di queste irradiazioni lunari.

I contorni delle Ondine non appaiono ben definiti ma fluidi come l'elemento acqua e sono più o meno luminose a seconda dell'intensità del sentimento in cui sono immerse: dolcezza, malinconia, nostalgia, desiderio, gioia...

Le Ondine provano verso gli umani sentimenti contrastanti, li considerano bizzarri, superficiali e dediti ad attività spesso inutili.

Sembra loro che gli uomini più trovano sistemi per facilitarli la vita, più il loro cuore si indurisce e l'anima si atrofizza come se quello che hanno creato li rendesse sempre più ciechi del mondo spirituale, sempre più legati alla materia fin quasi ad identificarsi con essa. Questo intristisce le Ondine come se il grigiore umano le contagiasse.

Sono ben disposte verso tutti coloro che coltivano un sentimento di venerazione verso il creato e i cui pensieri sono ispirati a devozione per la sacralità del cosmo, le cui azioni sono in armonia con l'essere spirituale del mondo e conducono una vita ispirata ad alti ideali, libera da desideri solo materiali.

Sono vicine e proteggono coloro che amano l'acqua, che vivono e lavorano con essa come i pescatori, i marinai e i naviganti.

Le ONDINE VIVONO in tutti i luoghi dove è presente l'acqua, anche nelle piccole pozze, nella schiuma ricca di vita del mare, nella rugiada e dove l'acqua zampilla assumendo una fosforescenza dalle sfumature

(6)

dell'arcobaleno.

Non amano l'acqua stagnante che le rende tristi, cupe e malinconiche.

Amano stare sulla superficie delle acque correnti e dove zampilla una fontana che conferisce agli ambienti un'azione purificatrice e piena di energie positive. Lo scorrere e zampillare dell'acqua sembra far scorrere via e dissolvere magicamente i pensieri negativi.

Il compito delle Ondine è trasmettere, sulla terra, luce e vita nell'acqua senza cui i mari, i fiumi e i laghi sarebbero pozze morte. Esercitano la loro azione anche sul mondo vegetale apportando al fusto e alle foglie l'umidità necessaria, per far questo entrano in simbiosi con gli esseri spirituali dei vegetali.

Possiamo avvicinarci alle Ondine guardando il frangersi delle onde o ascoltando lo scorrere gioioso di un ruscello o lo zampillare di una fontana

meditando: sullo scorrere purificatore di un ruscello, sulla saggezza della vita quotidiana e sul valore del perdono di chi ci ha offeso.

Tra le fiabe e leggende sulle Ondine vale ricordare la leggenda della Cascata ovvero della Ninfa del Nera e del pastore Velino che se ne innamorò.

Sinteticamente riportata qui una favola della Germania:

“Il pescatore che pescò una Ninfa”

“Peter un vecchio pescatore che con la sua barchetta navigava sulle acque del Reno un giorno, mentre pescava, ebbe l'impressione che un grosso pesce avesse abboccato all'amo. Con fatica tirò a bordo la preda e meravigliato si accorse di aver preso una Ninfa i cui capelli si erano impigliati nell'amo, era bellissima e molto arrabbiata. Peter credeva di sognare, si scusò, la liberò dall'amo e promise che non avrebbe più pescato. La Ninfa gli credette e raccontò del suo mondo e della sua vita, di come il fiume vive, respira e percepisce grazie a loro Ninfe che sono tante e governate da una regina che dimora alle sorgenti del Reno, poi si tuffò nel fiume lasciando Peter a bocca aperta. Da quel giorno Peter non pesca più ma va con la sua barca sul fiume accarezzando una ciocca di capelli biondi che tiene in tasca e che erano della Ninfa che aveva pescato quel giorno indimenticabile.”

(7)

GLI ELFI

“Noi aspiriamo la forza vitale dell'aria. Essa ci riempie di potenza cosmica. Uomo vivi nel soffio spirituale dell'esistenza.”

Gli Elfi sono gli spiriti elementari dell'aria che è il veicolo nel quale si muovono, il loro alimento. Navigando nell'aria si impregnano di parole cosmiche ricche di saggezza e di archetipi divini, le fanno risuonare in loro e le portano giù sulla terra per farci evolvere. Sono liberi come il vento, onnipresenti, possenti come le nuvole e leggeri come la brezza.

Sono i portatori dell'amore cosmico e i messaggeri dell'amore e delle sue manifestazioni nell'universo. Attraversano in continuazione l'aria con le loro gioiose evoluzioni e cavalcano i venti che soffiano in ogni direzione.

Gnomi e Ondine sono vicini al mondo vegetale, gli Elfi sono affini al mondo degli uccelli e provano benessere e gioia a stargli accanto. Molti uccelli riflettono nel loro piumaggio variopinto i colori degli Elfi. Attraversando l'aria turbinando cambiano forma da un momento all'altro.

Amano le giornate secche e ventose illuminate dal sole, pullulano nei boschi e nei prati, sono amici delle fate e protettori degli animali che vi abitano.

Da amici delle fate nei boschi incontaminati ora sono diventati sempre più vagabondi dell'aria, da quando la civiltà ha sottratto loro ampi spazi naturali, venti e nuvole sono i loro maggiori veicoli odierni e attraversandoli abbracciano la natura tutta con carezze leggere.

Amano danzare intorno alle corelle dei fiori, comunicano la luce alle piante e le impregnano dell'amore che hanno ricevuto dal cielo. Essi operano per purificare l'aria intorno alla terra che è come un serbatoio di emanazioni psichiche positive e negative degli esseri umani e memoria dei loro atti buoni e cattivi compiuti. Quando nei loro viaggi incontrano correnti di energia positiva dovuta a pensieri e azioni umane buone, si rafforzano, le assorbono per amplificarle ed espanderle tutt'intorno.

Le preghiere sincere e le invocazioni degli uomini vengono portate a destinazione dagli Elfi e prima o poi producono buoni frutti.

Ci sono due modi per avvicinare questi spiriti, il primo è quello di avvicinarsi alle manifestazioni del mondo naturale in cui essi operano intensamente, ad esempio osservando con meraviglia il volo degli uccelli o le nuvole che si formano e danzano in cielo. Nel secondo caso li avviciniamo migliorando il nostro mondo interiore, affrontando la vita con

coraggio,ottimismo e positività,ciò li attirerà positivamente vicino a noi e la loro vicinanza ci farà sentire più leggeri pronti ad affrontare l'esistenza.

Tra le favole della tradizione popolare si riporta una Favola dell'IRAN: "Il gijn alato a l'usignolo"

Il Signore Onnipotente creò il cielo e la terra e ammirato della sua opera decise di creare anche le piante, gli animali e gli uomini ,per fare ciò chiamò tre dei ed ad ognuno affidò un libro con le istruzioni.

Il dio Iksos aveva il compito di dar vita al regno animale,seguì le istruzioni ,creò tutti gli animali e quando giunse agli usignoli saltò l'ultima riga di istruzioni ed essi restarono muti.

Un giorno un gijn alato volò su un ramo in cui un uccellino stava rannicchiato e triste, gli chiese la ragione di tanta tristezza ma non ebbe risposta e un merlo che passava lo informò che l'uccellino era muto. Il Gijn decise di rimediare all'errore e con pazienza si mise ad insegnare a cantare all'usignolo che faticosamente imparò a modulare la voce ispirandosi anche alla bellezza della natura.

Poco dopo il suo canto divenne il più melodioso di tutti gli altri uccelli e gli fu perciò raccomandato di insegnare a cantare a tutti i fratelli della sua specie.

LE SALAMANDRE :

“Noi assorbiamo la forza purificatrice del fuoco.

Essa ci immerge nella spiritualità. Uomo, accogli con amore la forza di volontà degli dèi!”.

Le Salamandre, ovvero gli spiriti dell'elemento Fuoco, sono gli Esseri più esoterici e quelli di cui meno si è parlato nelle leggende popolari.

Nei rituali legati alla metallurgia, nelle trasmutazioni alchemiche i fabbri e i sacerdoti invocavano le Salamandre. Questi Spiriti sono legati all'elemento

spirituale che permette di operare trasmutazioni nell'interiorità e nel mondo circostante. Calore vitale, elevazione spirituale, entusiasmo, sacrificio, purificazione fanno parte di questo segreto fuoco capace di trasmutare l'ego e di operare alchimie nella natura.

Si credeva che certi anfibi nominati salamandre potessero resistere al fuoco e fossero da questo generati. Sono esseri dotati di grande forza e di volontà travolgente sono tesi e determinati nel portare a buon fine delicate alchimie nei processi calorici. Si stupiscono degli esseri umani per la loro

Pigrizia verso il mondo dello spirito, mossi solo dalle abitudini, dal caso (9

e dall'agnosticismo, senza accorgersi che la realtà spirituale sta alla base della vita. Dallo stupore passano all'indifferenza ritenendo l'uomo irrecuperabile. Ci sono anche uomini infiammati dall'amore e dalla dedizione verso lo spirito e che si sacrificano per realizzare idee in cui credono e con determinazione e volontà desiderano migliorare se stessi e con il pensiero positivo e buone azioni vanno verso l'autorealizzazione.

Le Salamandre vanno verso questi uomini ardenti e li aiutano segretamente attratte dalle loro qualità e dal calore del cuore alimentando nella loro anima la forza, il coraggio, la fiducia e l'entusiasmo.

Sono attive al centro della tetra, nei vulcani e nel mondo vegetale assorbono il calore per trasmetterlo alle piante per la maturazione dei frutti. In estate l'aria è attraversata dai loro sciami fiammeggianti che roteano attorno ai vegetali. La terra, grazie alle Salamandre restituisce in estate al cosmo tutto l'amore che in inverno esso le ha donato.

D'inverno la terra accoglie messaggi dal cosmo ed il suo movimento è di contrazione, una inspirazione mentre d'estate irradia nel cosmo la sua essenza con un movimento di espansione e di espirazione.

Quando la vita ci appare grigia e spenta ,quando ci mancano le forze e l'entusiasmo ,nel mezzo di una crisi karmica se siamo di fronte a difficoltà esistenziali che ci sembrano insuperabili possiamo invocare l'aiuto delle Salamandre sempre disponibili a soccorrere e proteggere gli uomini di buon cuore. Esse agiscono con delicate e impalpabili alchimie sull'interiorità alleggeriscono l'anima dai fardelli pesanti del dolore e della sfiducia infondendo speranza e serenità.

FAVOLA DELLA CINA: L'eremita e l'uccello di Fuoco “

Un eremita che da 20 anni pregava e digiunava per raggiungere l'illuminazione ma inutilmente, una notte si addormentò con cupi pensieri di morte. Sognò un uccello di fuoco che gli disse che non bastavano le preghiere se il cuore era freddo verso gli altri, le porte dei cieli si aprono a chi ha il cuore caldo di amore.

L'eremita si svegliò impressionato dal sogno. Si scatenò un violento acquazzone e un pastore chiese rifugio con le sue pecore, venne ospitato e vennero bruciati rotoli sacri di preghiere per riscaldarlo, non solo, l'eremita gli donò i suoi panni asciutti e vestì quelli bagnati... a questo punto il pastore si trasformò nell'Uccello di Fuoco del sogno e gli disse: "Oggi il tuo cuore si è scaldato nella luce ed ha palpitato di amore ora sei degno di entrare nei cieli". L'eremita ebbe l'illuminazione e da quel giorno abitò con i suoi simili e andò da villaggio in villaggio a predicare l'Amore.

(10)

GLI SPIRITI ELEMENTARI : GNOMI -ONDINE- ELFI –
SALAMANDRE7777

E' piacevole e suggestivo pensare che tutto ciò che vive, dalle piante all'uomo e, in particolare i quattro elementi che costituiscono il nostro pianeta: Terra – Acqua , Aria e Fuoco siano animati da Spirito.

Uno spirito che benefico o a volte malefico influenza la nostra vita ed è influenzato dai nostri comportamenti.

Lo Spirito o l'Eterico sono quelle forze all'opera dappertutto dove c'è la vita e c'è il verde.

L'IMMAGINAZIONE è la percezione nello spirituale come il vedere è la percezione nel nostro mondo fisico.

L'Immaginazione è la visione o pura percezione dello SPIRITUALE

L'Ispirazione è la comunicazione tra gli esseri umani

L'Intuizione è la comunione tra gli esseri

Trattando degli Spiriti Elementari della natura si riconosce ,si rivela l'essenza delle cose che influenzano tutto ciò che vive.

La sensibilità e la tendenza al Bello al Buono e al Giusto sarà anche innata ma è certo che per emergere deve essere educata.

Educare avvicinando le persone ad un ambiente naturale, sano, vario. Educare a riconoscere i valori eterni che la natura custodisce immutabili, aiuta ad INCANALARE le energie in modo Produttivo e non distruttivo.

La conoscenza della natura dei suoi fenomeni dei suoi ritmi immutabili induce al rispetto verso il creato e le creature. E' importante riscoprire le profonde esperienze legate ai cicli del tempo, alla vita e alla morte che sono realtà che ci trovano sempre più impreparati.

In una meravigliosa epoca come la nostra, inseguendo una esasperata meccanizzazione per sfruttare la materia, abbiamo perso di vista lo Spirito delle cose e ciò spesso crea smarrimento perchè non si può dimenticare una parte di noi così strettamente collegata alla materia , che ne è la vera manifestazione.