

IL FAGGIO

Dal faggio prende il nome una famiglia di piante, le *fagacee*, alla quale appartengono anche il castagno e la quercia.

Grande albero che può raggiungere i 30 - 40 metri d'altezza, con tronco regolare di un bel color grigio metallico, foglie lucide, alterne, a margine un po' ondulato. I fiori del faggio, sia maschili sia femminili, sono distinti e si trovano sullo stesso ramo, compagno con le foglie in primavera, mentre i frutti (faggiole) maturano in autunno.

Geograficamente questa pianta è tipica dell'Europa, dove si trova ad altitudini variabili dai 700 fino ai 1700 - 1800 metri sulle Alpi, ed anche di più sull'Appennino.

Poco esigente nei confronti della natura chimica del suolo, il faggio ricerca ambienti dall'atmosfera umida, terreni ricchi di humus, ma che filtrano l'umidità.

Il faggio, ricercato in passato più per il suo legno che per le proprietà fitoterapiche, è stato il materiale preferito per fabbricare gli zoccoli ed è stato apprezzato come combustibile. Tuttora là dove ci sono stufe e caminetti funzionanti il faggio trova una buona accoglienza.

La non grande importanza terapeutica del faggio è dovuta al fatto che un'altra *fagacea*, la quercia, ha goduto di una particolare fiducia presso i guaritori e degli empirici del passato.

Nel XVI secolo il Mattioli riconosceva alle foglie del faggio proprietà astringenti. Queste, comuni a tutte le *fagacee*, sono in relazione alla presenza di tannini che si trovano in buona quantità nelle piante di questa famiglia. Nel XIX secolo la corteccia dei giovani rami di faggio è stata impiegata come potente febbrifugo. Sempre nel XIX secolo, dalla distillazione a secco del legno di faggio è stato ottenuto per la prima volta da un chimico tedesco il *creosoto*, impiegato per le proprietà balsamiche e disinfettanti delle vie respiratorie nelle svariate patologie di queste, tubercolosi compresa. Le numerose con-

72

Rimedi Naturali

mattina: 50 gocce di FUCUS V. TM
pomeriggio: 50 gocce di FAGUS S. MG

In caso di contemporanea presenza di cellulite si può ricorrere anche alla linfa di betulla o a *Castanea Vesca* MG.

Esempio:

mattina: 50 gocce di FUCUS V. TM
pranzo: 50 gocce di FAGUS S. MG
cena: 50 gocce di CASTANEA V. MG

Si consiglia di assumere le gocce almeno 10 minuti prima dei pasti.

Altre indicazioni di faggio-gemme*:

- allergie (con *Ribes nigrum* MG)
- aumento delle difese immunitarie (con *Rosa Canina* MG)(2)
- enfisema (con *Corylus avellana* MG)
- disturbi respiratori dell'anziano (con *Rubus fruticosus* MG)

Di questi tempi, caratterizzati dall'aumento dei soggetti allergici, è bene ricordarsi del faggio il cui gemmoderivato è in grado di frenare la produzione d'istamina. Questo preparato non è potente come gli antistaminici ufficiali, ma non ha però le loro controindicazioni, evidenziate ormai da studi sempre più numerosi sull'impiego di questi farmaci e sugli inconvenienti legati al loro abuso.

Nel campo della medicina naturale si tende di solito a far ricorso al *Ribes Nero* MG per fronteggiare le allergie, trascurando altri rimedi molto utili, sia in fase preventiva, sia in fase acuta. È proprio nelle fasi acute che *Fagus Sylvatica* MG, e *Ribes Nigrum* MG, opportunamente alternati possono dare i migliori risultati.

Note:

(2) Specialmente nella prima infanzia.

74

Rimedi Naturali

dai libri, che, spesso, sono il frutto di una copiatura acritica, una banale ripetizione di quanto scritto da altri, non sempre ben informati. È alle fonti e alla natura che bisogna attingere.

Vorrei sbagliarmi, ma purtroppo, anche a proposito del faggio, ci sono delle conferme poco incoraggianti. Negli scritti originali di Bach e in quelli dei suoi primi discepoli si parla di *Beech* (*Fagus Sylvatica*). In parecchi libri ed articoli dell'ultima ora il faggio è diventato *faggio rosso*. Qualcuno, ben informato, sostiene che c'era da aspettarselo, i faggi, dal temperamento intransigente, sono diventati rossi dalla collera per essere stati chiamati in causa da persone che non li conoscono.

Esistono delle varietà ornamentali del faggio, la *pendula*, la *contorta*, la *purpurea*, ma le fonti ufficiali sui fiori di Bach parlano solo di *Beech* (*Fagus Sylvatica*). Probabilmente in questi ultimi tempi si è fatta confusione con la varietà a fiori rossi dell'*ippocastano* (*Red Chestnut*).

L'uomo ha sempre cercato di fermare l'invecchiamento, in particolare gli alchimisti, i maghi, gli stregoni. Nessuno però vi è mai riuscito, nonostante i filtri, le pozioni e gli elisir, spesso decantati come miracolosi.

L'aspetto e le capacità di movimento degli animali rispecchiano in gran parte il passare degli anni, fra le piante invece si assiste ad una realtà diversa. Ad ogni primavera il miracolo: la carica vitale delle gemme esplose ed anche dagli alberi più vecchi spuntano giovani germogli. Con il passar degli anni, i tronchi degli alberi diventano vecchi ed anche rugosi, ma le gemme mantengono immutato il loro aspetto e l'energia. Nei tessuti embrionali costituiti da cellule che si moltiplicano con notevole vitalità vi è la potenzialità, se non proprio di fermare l'invecchiamento, almeno di contrastarlo.

I gemmoderivati possono essere utili allo scopo perché questi preparati agendo dall'interno determinano una *cosmesi* profonda.

Da qualche anno si evidenziano sempre più anche le interessanti proprietà dermatologiche possedute da molti estratti di gemme.

76

Rimedi Naturali

troindicazioni e il sapore poco gradevole fanno del *creosoto* un prodotto non idoneo ai trattamenti fitoterapici caserecci, rientrando il suo impiego nell'ambito di preparazioni farmaceutiche mirate.

Il *creosoto*, come molti altri prodotti irritanti, o in ogni caso idonei a produrre una certa patologia, trova impiego in omeopatia. *Kreosotum* ha, secondo gli omeopati, indicazioni cliniche che vanno dalle problematiche uro-genitali femminili, ai disturbi oro-dentali.

L'unico impiego erboristico moderno del faggio sarebbe limitato all'uso del carbone ottenuto dal suo legno se la "gemmoterapia" non l'avesse riscoperto, ed anche Bach nella sua floriterapia non gli avesse dato una posizione ben definita.

Per quanto concerne la "gemmoterapia", la pianta, che ha un'azione mirata sui reni*, è indicata per:

- Insufficienza renale
- Litiasi renale
- Obesità da ritenzione idrica

Impiegato da solo il gemmoderivato *fagus sylvatica* andrà assunto alla dose di 50 gocce, due volte il giorno; utilizzato con altri rimedi, la dose di questo gemmoderivato è di 50 - 60 gocce al giorno.

Un esempio chiarirà meglio le idee. Un trattamento per l'eccesso di peso potrà essere coadiuvato (1) dall'assunzione di *fagus sylvatica* macerato glicerinato di gemme - 50 gocce due volte al dì, preferibilmente a digiuno. Si potrebbe associare un'alga marina, stimolando così, non solo l'apparato renale, ma anche il metabolismo dei grassi. Lo schema di trattamento suggerito in questo caso è il seguente:

Note:

(1) Il trattamento fitoterapico coadiuva altre forme d'intervento, queste, non possono prescindere da scelte alimentari adeguate, opportuni esercizi fisici ed anche da terapie mediche mirate nei casi di disfunzioni endocrine.

Rimedi Naturali

73

Per quanto riguarda l'impiego floriterapico secondo Bach, è da notare la concordanza con le indicazioni gemmoterapiche. Le allergie sono delle intolleranze, ma l'intolleranza è una delle caratteristiche peculiari di questo albero che non sopporta i mutamenti climatici di una certa intensità e non vuole intrusi nei suoi boschi. Gli estranei non sono tollerati e le altre piante e i fiori riescono a crescere solo in minima quantità, soprattutto ai margini del bosco o anche all'interno della faggeta, ma solo, in questo caso, all'inizio della buona stagione; poi, le chiome impenetrabili dei faggi impediranno ai raggi solari di alimentare la vita degli altri vegetali. I tronchi lisci, alti ed argentei completano il quadro di fredde austerità delle faggete. Il soggetto rigido, che non *lascia andare*, può trovare nella gemma uno stimolo materiale a *lasciar andare* (azione renale) e nel fiore (*Beech*) uno stimolo mentale a *lasciar correre*, ad essere più tollerante.

Chi vuole veramente far proprie le energie di questa e anche d'altre piante non si deve accontentare dell'assunzione passiva di gocce e di estratti vari, ma deve cercare anche di avvicinarsi a questi vegetali e respirarne l'ossigeno e l'energia.(3)

Purtroppo chi utilizza i rimedi erboristici e floriterapici vive lontano dalle piante da cui questi provengono e frequentemente non le conosce, ma quello che stupisce di più è che gli addetti ai lavori, spesso, si trovano nelle stesse condizioni.

Chi consiglia, prescrive o scrive ha l'obbligo morale di conoscere i vegetali da cui i preparati derivano, specialmente per quanto concerne i rimedi floreali. Non troviamo in questi prodotti dei P. A. ben definiti, né delle potenzialità biologiche atte a modificare i parametri ematici come nel caso dei gemmoderivati. Il *quid* energetico del rimedio floreale è legato al fiore, alle sue forme, ai colori, alla pianta di provenienza, alle sue caratteristiche. Solo in parte si può apprendere tutto questo

Note:

(3) Per cogliere al massimo l'energia delle piante si consiglia la pratica del QI GONG vicino a queste.

* Vedi avvertenze importanti a pag. 3

Rimedi Naturali

75

In particolare, un'importante ditta francese ha studiato a fondo le gemme di faggio, rilevando la loro capacità di stimolare il metabolismo cutaneo e l'aumento della riserva energetica intracellulare.

Rimane quindi confermata la validità dell'impiego degli estratti di gemme in generale e di quelli di faggio in particolare per la preparazione di gel, creme e cosmetici vari, perché costituiscono un concentrato di sostanze fitoembrionali in grado di stimolare la cute senza alterarla.



Rimedi Naturali

77