



Terzelli 10-12 maggio

Corso biblico-botanico su

«E tu mangerai
L'erba dei campi...»

(Genesi 3,18)



Erbe e piante selvatiche per la tavola, la salute e lo spirito

Con Luca Buccheri, Monica Rovatti, Fabio Galimberti e Laura Caslini

Serata alchemica con Paolo Giannotta

Una proposta per imparare a riconoscere e "usare" le piante spontanee dei nostri territori, preziose alleate del nostro benessere integrale e tanto disponibili quanto ignorate.

Con l'aiuto e l'illustrazione sul campo di Fabio - etno-botanico / *erburari* lombardo con la passione da sempre per il mondo vegetale tanto da essere chiamato il "Druido" - e di Laura, raccoglitrice di erbe spontanee, impareremo a riconoscere e raccogliere le piante selvatiche utili sia nell'alimentazione che nella salute, scoprendo quanto generosa sia da sempre la natura e quanto sia importante conoscerla e mantenerne intatti gli equilibri, per preservarne la biodiversità, a tutto vantaggio delle prossime generazioni.

Sarà un corso teorico-pratico, con uscite didattiche nei boschi del Casentino, con tempi di preghiera e riflessione biblica incentrati sul mondo vegetale, Non mancherà un accenno alla tradizione popolare riguardo le piante ed erbe selvatiche della zona casentinese, con le preziose indicazioni del loro uso in campo alimentare e salutistico, ma anche riguardanti la loro sacralità nella cultura contadina. Faremo un "assaggio" delle erbe raccolte che saranno cucinate e mangiate a km 0. Al sabato sera ci sarà anche una serata alchemica con l'amico Paolo Giannotta, farmacista, che ci introdurrà al mondo degli oli essenziali estratti dai vegetali e delle loro preziose quinte essenze.



Attraverso esperienze pratiche sul campo, saremo guidati e coinvolti a:

- muoverci nella natura per **riconoscere** e raccogliere **le erbe spontanee**
- realizzare **ricette** con le erbe raccolte, da gustare insieme nella **convivialità** di gruppo
- sperimentare semplici pratiche di **trasformazione alchemica**
- scoprire **usi delle erbe** che nei secoli hanno segnato la relazione tra abitanti e territori
- in **momenti meditativi**, preghiera e approfondimento biblico



Il corso si svolge in **autogestione** e inizia con la cena del venerdì, intorno alle ore 19,30, e termina con la Messa nel primo pomeriggio della domenica.

Programma di massima

Venerdì sera: accoglienza, cena e introduzione al corso e conoscenza dei partecipanti

Sabato: riflessione biblica su **ALIMENTAZIONE E SPIRITUALITÀ + MEDITAZIONE** guidata, uscita sul campo per il riconoscimento e la raccolta delle erbe e sperimentazione di pratiche di preparazione delle erbe. Al pomeriggio uscita e riflessione biblica su **"SECONDO LA LORO SPECIE... E TU MANGERAI L'ERBA DEI CAMPI"** (Gen 1-3). Serata alchemica con Paolo Giannotta.

Domenica: meditazione biblica su **"SE DIO VESTE COSÌ L'ERBA DEL CAMPO"** (Mt 6,30) + **MEDITAZIONE** guidata e riepilogo delle erbe incontrate con indicazioni per proseguire lo studio delle spontanee.

Il programma potrà essere adeguato in base alle condizioni del momento, nello spirito di stare con quello che c'è.



Occorrente. Abiti e scarpe adatte a camminare nei boschi, guanti, lenzuola, federe, e/o sacco a pelo, asciugamani ed effetti personali, tovagliolo di stoffa per i pasti (per rispettare nostra Madre Terra evitando l'uso di prodotti usa e getta), Bibbia e quaderno per appunti. **In caso di maltempo è necessario essere attrezzati per camminare nei boschi con la pioggia (mantella impermeabile).**

Come rimborso delle spese, si consiglia un'offerta di € 100 a persona.

Info e iscrizioni (dal 1° Aprile): Patrizio +39 3334381438 (ore serali) - donatipatrizio2@gmail.com

ISCRIZIONI APERTE DAL 1° APRILE

