

COMUNE DI VENEZIA

ORTO BOTANICO LOCATELLI

Un orto botanico di quartiere al servizio dei cittadini e delle scuole

Associazione Eco-filosofica

Associazione Culturale "Nicola Saba"

PIANTE E BELLEZZA

La natura strumento dell'anima

In ogni civiltà passata si è fatto ricorso all'utilizzo di erbe e piante per trovare rimedi, cure e trattamenti di bellezza per corpo e capelli.

Ancor oggi si cerca la soluzione ai problemi di salute in ciò che la natura stessa offre spontaneamente senza dover necessariamente ricorrere a sostanze chimiche di sintesi.



Maggio 2006



Gruppo Ricerca Culturale Locatelli
Via F. Baracca 86, 30173 Mestre-VE
Tel. 041- 5344322

E-mail: liviotito@virgilio.it

ORTO BOTANICO LOCATELLI

Un orto botanico di quartiere al servizio dei cittadini e delle scuole

**Associazione Eco-filosofica
Associazione Culturale "Nicola Saba"**

PRESENTANO

PIANTE E BELLEZZA

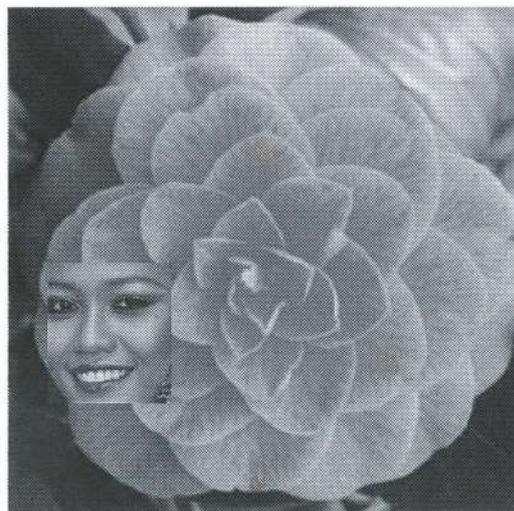
La natura strumento dell'anima

**10 maggio 2006 Ore 18.00
S.M.S. "C.G.Cesare"
Mestre-VE via Cappuccina,68d**

**Presentazione
Prof. Gabriele Stoppani**

**Prolusione eco-filosofica
Prof. Francesco Lamendola**

**Proiezione sul tema
PIANTE e BELLEZZA
Commento
e-dialogo con i partecipanti
a cura della naturopata
Silvana Busatto**



*A ciascun partecipante sarà dato in omaggio un interessante opuscolo
a cura del Dr. Maurizio Minuzzo*



**Gruppo Ricerca Culturale Locatelli
Via F. Baracca 86, 30173 Mestre-VE
Tel. 041- 5344322**

E-mail: liviotito@virgilio.it

PIANTE E BELLEZZA

INDICE

Premessa

Le piante e la Bellezza

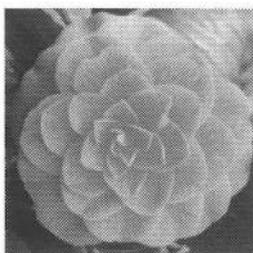
La Bellezza nella storia

Fragranza e Bellezza

15 piante per la propria Bellezza

Bibliografia

Immagini



Omaggio alla Camelia

La Camelia proviene dalla Cina e dal Giappone, dove ne crescono moltissime varietà; in Europa furono importate da G. J. Camel dalla seconda metà del 1700.

Questa splendida pianta raggiunse grande popolarità soltanto un secolo dopo, in seguito al successo del romanzo di Dumas, "La signora delle camelie". Da allora, infatti, il fiore della camelia iniziò ad essere usato come ornamento di scollature ed orli degli abiti delle signore; Madame Chanel ha insegnato a portarla sui suoi tailleur.

Negli anni '30 del 1900, la camelia era una pianta fondamentale e sempre presente nella maggior parte dei giardini tardo-romantici di tutta l'Europa. Dalle foglie di alcune varietà si ricava il tè.

In Italia è coltivata soprattutto sulle sponde del lago Maggiore.

Nel linguaggio dei fiori la Camelia vuol dire **perfetta bellezza e superiorità non esibita**; se regalata è segno di stima.

PREMESSA

I COSMETICI NATURALI

I principali tipi di cosmetici per la bellezza e per la salute della pelle possono essere preparati in molte varianti utilizzando i prodotti naturali. Sui prodotti chimici essi hanno il vantaggio di essere pre-elaborati dalla vita e di risultare quindi più dermoaffini, il che spiega la scarsa insorgenza di sensibilizzazioni e di irritazioni quando siano rispettate le dosi, il modo di preparazione e quello di somministrazione.

Alla medicina ufficiale si sono da qualche tempo affermate diverse alternative (la fitoterapia, l'aromaterapia, la gemmoterapia, ecc.), così anche per la cosmesi si sono realizzate differenziazioni sempre più numerose, con diversa e ben dimostrata validità (fitocosmesi, aromacosmesi, gemmocosmesi, ecc.), e un ritorno, sia nel primo sia nel secondo caso, ai trattamenti con prodotti naturali.

LE ERBE

Le piante officinali e quelle della dermocosmesi sono materie prime cosmetiche di cui ci si occupa ormai da molti anni.

Esse possono essere usate tal quali (omogeneate o contusi delle parti attive per uso diretto con aggiunta di acqua o latte o olio), oppure attraverso i loro estratti fluidi reperibili in commercio.

Citiamo alcune piante fitocosmetiche: rinforzanti vasali quali la radice di ruscus, i frutti del mirtillo e dell'ippocastano, le foglie del ginkgo, ecc.; emollienti quali la malva, l'altea, il verbascio, la borragine, la farfara; stimolanti come la lavanda, il timo, la salvia, il ginepro, il rosmarino, la santoreggia; bioattivanti quali il luppolo, la calendula, la carota ed i pigmenti della buccia d'arancia; astringenti quali la quercia, il castagno, il nocciolo, la noce, l'amamelide, le foglie di mirtillo.

La preparazione di creme e di latti con gli estratti di queste piante è molto semplice: si aggiunge l'estratto che si desidera nella giusta dose all'eccipiente-base scelto (burro, latte, olio, ecc.) e si agita omogeneando il prodotto. Questi prodotti, preparati estemporaneamente, hanno una durata di conservabilità limitata (si possono conservare per qualche giorno in frigorifero).

GLI OLI ESSENZIALI O ESSENZE

Si ottengono per distillazione delle piante aromatiche, in corrente di vapore acqueo, separando così la parte oleosa. Questi oli eteri sono diluiti in solventi ed applicati in cosmesi secondo la loro funzionalità e proprietà.

Così, per depurare antisetticamente a fondo la pelle si usano il timo, la lavanda, la santoreggia; per dare un senso di fresco la menta; contro le scottature l'iperico in oleolito; per la pelle grassa le essenze di maggiorana, cipresso, issopo; per le pelli aride quelle di sandalo, mirto, malvarosa; per le epidermidi pallide, l'elicriso, la verbena; per le eritrosiche, il millefoglio, camomilla, sandalo; per le senescenti, la malvarosa, il basilico, la rosa.

LA GEMMOCOSMESI

Da alcuni decenni sono utilizzate le gemme anche per ottenere prodotti con finalità cosmetiche. Sono prodotti, in particolare, i macerati di gemme e le tinte.

I macerati di gemme sono ottenuti per macerazione in solvente idroglicerale (acqua, alcool, glicerina) di tessuti embrionali freschi. Si utilizzano oltre alle gemme anche giovani getti, boccioli, amenti, ecc. I materiali devono essere utilizzati entro poche ore dalla raccolta e rimangono a macerare per circa trenta giorni.

Le tinte sono soluzioni idroalcoliche ottenute da piante secche mentre abbiamo anche le tinte madri che sono ottenute con macerazione di piante fresche. Le soluzioni sono da 45 a 70 gradi e con i valori più alti si può estrarre l'olio essenziale, con quelli minori le saponine e le mucillagini.

LE POLPE E I SUCCHI DI FRUTTA E VERDURE

I primi prodotti della natura studiati trent'anni fa, quando i derivati vegetali erano quasi dimenticati nelle preparazioni cosmetiche, furono i succhi di frutta e verdura, con le relative polpe omogeneizzate. Si sono sperimentate valide l'azione emolliente della banana, dell'albicocca, della pesca; l'azione astringente e schiarente dei succhi di arancia e di limone (a metà diluito con acqua), del pompelmo, della fragola, del lampone; l'azione disarrossante del cetriolo, della melanzana, della lattuga e della zucca; l'azione eudermica della carota, del pomodoro, degli spinaci e via dicendo. Le applicazioni estetiche dei succhi o degli omogeneizzati erano fatte, o direttamente o in preparati addizionati del 3% di glicerina o con copertura di compresse umide. Da ricordare i succhi di piante grasse (ad azione idratante) quale il fico d'India, di aloe (ad azione bioattiva), ecc.

Non meno importanti per la bellezza l'appropriato uso dei prodotti alimentari e, in particolare, della frutta e della verdura.

I DETERGENTI VEGETALI

E' questo un argomento poco noto ed applicato. Eppure molte popolazioni del mondo (specialmente quelle primitive) si servono unicamente di detergenti vegetali.

La polpa di banana e il passato di mele cotte sono già due detergenti naturali ottimi, agendo elettrostaticamente sullo sporco (di segno positivo), mentre i tensioattivi, agiscono in senso chimico-fisico delipidizzando troppo la pelle e i capelli.

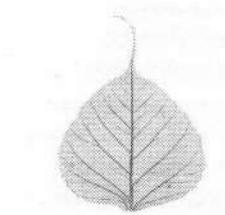
Ecco cosmetici naturali detergenti: crema aggrumata preparata con bucce di arancia o limone; latte di mandorle dolci; gelatina di cotogno e polvere di pulizia a base di saponaria. Nel primo caso agiscono le pectine delle bucce; nel secondo l'olio e le emicellulose della mandorla; nel terzo le mucillagini; nel quarto le saponine della radice. Anche la polpa della papaia, quella della manioca e della patata, le farine cotte di semi di lino, di legumi e le gelatine di farina di semi di carrube hanno un notevole potere detergente.

N.B.: il presente opuscolo è stato predisposto ad uso esclusivo dei soci e dei simpatizzanti dell'Orto Botanico Locatelli.

LE PIANTE E LA BELLEZZA

Prolozione del prof. Francesco Lamendola in occasione dell'apertura annuale dell'Orto Botanico Locatelli a Mestre (Venezia), presso il Parco della Bissuola, in collaborazione con l'Associazione Eco-Filosofica (già Associazione Filosofica Trevigiana), mercoledì 3 maggio 2006.

Le piante e la bellezza: un argomento molto seducente, ma anche molto, molto sfruttato; e, quel che è peggio, molto in voga, il che vuol dire facilmente soggetto a scivolare sul piano inclinato della banalità e dei luoghi comuni più triti e scontati.



Cominciamo quindi da una salutare opera di demolizione della nostra presunzione di sapere, riconoscendo, con Karl Jaspers, che molta della nostra pretesa conoscenza è solo una forma di *non sapere* mascherata e imbellettata secondo le mode del momento e la pigrizia intellettuale di chi preferisce contrabbandare le *parole* per *cose*, onde risparmiarsi la fatica di pensare veramente. E incominciamo dal concetto di *bellezza*, che tutti crediamo di possedere solo perché se ne parla tanto, ma quasi sempre a sproposito. Che cos'è, dunque, la bellezza? Che cosa intendiamo, quando

diciamo che qualcosa è bello?

Prima di rispondere a questa domanda, dobbiamo risalire ancora un po' più indietro. Infatti, quantomeno nella cultura occidentale, il concetto di bellezza nasce come una manifestazione della *bellezza corporea*: sono i corpi, infatti, che possiedono l'attributo della bellezza. Per gli antichi Greci, che erano letteralmente ossessionati dalla *bellezza fisica*, il requisito del *kalòs* (in latino, *pulcher*) era inseparabile dalle virtù che rendono un essere umano degno di ammirazione. Possiamo immaginare che Achille non fosse bello? Che non fosse bella, anzi simile a una dea, la leggiadra Nausicaa? Viceversa, Omero ci dice esplicitamente che Tersite, "il più tristo dei guerrieri Achei" impegnati sotto le mura di Troia, era brutto e deforme, oltre che vile e maldicente. È solo con Platone, tra V e IV secolo avanti Cristo, che si comincia a parlare, per analogia, di una *bellezza dell'anima*, concetto prima inesistente nella mentalità ellenica; e il Cristianesimo, da questo punto di vista, ha trovato veramente il terreno già preparato dai filosofi neoplatonici, da Plotino in modo particolare. Ma anche Platone considerava la bellezza dei corpi come propedeutica alla rivelazione della bellezza spirituale; nemmeno Platone seppe tagliare di netto il binomio indissolubile *bellezza/virtù* (implicante, per contrasto, quello di *bruttezza/empietà*); e il Cristianesimo, mano a mano che si platonizzava (o, se si preferisce, mano a mano che il platonismo si cristianizzava), ne seguì l'esempio.

Col Rinascimento, l'antropocentrismo implicito tanto nella mentalità greca classica, quanto in quella cristiana (e sia pure con diverse sfumature) sfociò in una nuova mistica della *bellezza corporea*, divenuta il paradigma di ogni forma di *bellezza*. Il corpo nudo di Cristo appeso sulla croce è un pretesto per sfoggiare tutte le risorse artistiche, tutte le conoscenze anatomiche, tutta l'esaltazione estetizzante di una legione di pittori il cui vero scopo è la glorificazione pagana del corpo decontestualizzato e, per così dire, despiritualizzato. Come in Paolo Uccello il paesaggio diviene un pretesto per celebrare le leggi della "divina" prospettiva, cioè della matematica, così in Raffaello (e, per la scultura, in Michelangelo) il corpo sofferente di Cristo è un mero pretesto per celebrare l'ideale estetico del *kalòs*. La cosa è ancor più evidente in quei soggetti, come San Sebastiano trafitto dalle frecce, in cui la figura umana, spogliata e isolata da ogni contesto realistico, viene colta con una particolare tonalità patetica che non esclude robuste venature di sadismo e voyeurismo, quasi a voler punire (psicanalisti, sbizzarritevi!) quei giovani corpi di una così disarmante e conturbante bellezza. (Bellezza e crudeltà: il marchese de Sade non è stato che la punta dell'iceberg; si pensi al *Giardino dei supplizi* di Octave Mirbeau, del 1898, epoca d'oro del decadentismo estetizzante: ma le sue premesse ideologiche non risalgono proprio al Rinascimento?).

Ora, se la bellezza è percepita, in prima istanza, come *bellezza dei corpi*, bisogna domandarsi cosa sono i corpi nella cultura occidentale. Meglio: occorre domandarsi come vengono inseriti nel quadro della conoscenza. Ebbene, a questo punto una sorpresa ci attende: i corpi vengono visti,

non solo dal senso comune ma anche dalla maggior parte della storia della filosofia, come enti la cui esistenza è realmente fondata *fuori* del soggetto percipiente. Ossia, noi siamo qui; i corpi sono lì, di fronte. Se chiudiamo gli occhi per qualche minuto e poi torniamo ad aprirli, i corpi sono ancora dov'erano prima: *ergo*, esistono indipendentemente da noi.

Ma le cose, a ben guardare, non stanno proprio così. I corpi non hanno un'esistenza reale, bensì *formale*: esistono nei nostri sensi che li percepiscono e nella nostra coscienza che unifica le percezioni. Noi non conosciamo i corpi, ma dei dati sensoriali che potrebbero anche fondarsi sull'inganno di un diavolelto dispettoso, come temeva Cartesio, o, più semplicemente, su un puro e semplice abbaglio, come nel caso dei miraggi. Il viandante smarrito nel deserto crede di vedere, nell'infuocato orizzonte tremolante di calore, città, palmeti, distese d'acqua: ma non vi è nulla di simile in realtà; e il miraggio si allontana all'infinito, quanto più il viandante gli si fa incontro. Per dirla col buon vecchio Kant: noi conosciamo i *fenomeni*, qualcosa che è nella nostra mente; non i *noumeni*, qualcosa che esisterebbe fuori di noi e indipendentemente da noi. Lasciamo perdere, in questa sede, il fatto che Kant abbia continuato a oscillare fra una concezione positiva e una concezione negativa del noumeno, ora considerandolo come il sub-strato *reale* della nostra conoscenza del mondo, come un fondamento inevitabile e necessario; ora come una possibilità puramente teorica, della quale nulla si può dire se non che la sua esistenza effettiva è inespugnabile e che il mondo, *quale noi lo sperimentiamo*, è solo ed esclusivamente quello del fenomeno. In questa seconda accezione, evidentemente, il noumeno kantiano non è altro che il *caput mortuum* della filosofia del pensatore di Königsberg, qualcosa di simile alla "ghiandola pineale" nella filosofia di Cartesio: un dato che dovrebbe spiegare tutto, o almeno rendere possibile l'esistenza di tutto, ma che è fatalmente tagliato fuori da ogni possibilità non solo di verifica, ma anche di necessità logica. Tralasciamo per ora la questione: quel che importa, è che l'orizzonte gnoseologico dell'Occidente (non quello dell'Oriente induista e buddhista, per esempio) rimane fermamente ancorato, nonostante Kant, all'idea che se facciamo l'esperienza quotidiana dei corpi che ci circondano (compreso il nostro), ciò presuppone che quei corpi abbiano un'esistenza non solo formale, ma anche sostanziale, in accordo col senso comune, secondo il quale i corpi esistono anche quando noi non li percepiamo, anche quando noi siamo altrove. (Ma attenzione, il senso comune ci dice anche che il Sole sorge e tramonta, mentre la Terra sta ferma; e in nome del senso comune il sistema copernicano venne inizialmente ostacolato e condannato dalla Chiesa cattolica).

Dicevamo che le cose non stanno così: e non solo perché, in accordo con la lezione di Berkeley e di Kant, nulla possiamo dire sui corpi in sé stessi, neanche il loro colore (vedi il caso del daltonico), la loro temperatura (vedi l'esperimento della mano immersa alternativamente nell'acqua calda e fredda), per non parlare della loro valenza estetica (che è sempre relativa). Ma anche per un altro ordine di ragionamento, e cioè per il fatto che i corpi, tutti i corpi in quanto tali, proprio per il fatto di esistere nello spazio e nel tempo (ammesso che esistano) sono radicalmente *impermanent*. Infatti il corpo che ho di fronte ora, prima di chiudere gli occhi, non è lo stesso che avrò di fronte al momento di riaprirli, e sia pure fra un solo secondo. Tutto scorre, diceva Eraclito: non ti puoi bagnare due volte nella stessa acqua. Impercettibilmente ma inesorabilmente, i corpi subiscono le modificazioni del tempo e dello spazio. Ogni nove anni, tutte le cellule del corpo umano subiscono un processo di totale rinnovamento, sicché, nel corso di una vita umana, noi diveniamo, alla lettera, più e più volte, *altro* da quello che eravamo, *altri* rispetto al nostro corpo precedente. "Dell'uomo ch'ero un tempo, non rimane quasi più niente", scrive Cesare Pavese nel racconto *Gli anni*. La credenza nella permanenza dei corpi è un'illusione della coscienza, che unifica le diverse percezioni secondo i binari a lei noti della realtà apparente: inserendo, per così dire, il pilota automatico che le permette di aggrapparsi all'idea che le cose sono sempre lì, sempre a nostra disposizione.

Questa credenza nasce, in realtà, da una doppia illazione: che i corpi siano sempre uguali a se stessi e che in noi vi sia un principio unitario, la coscienza appunto, capace di esperirli sempre allo stesso modo, secondo categorie percettive e mentali uniformi. La seconda illazione è radicalmente contestata, ad esempio, dal Buddismo Theravada, secondo il quale noi non abbiamo un io, ma un complesso di idee e percezioni sempre cangianti. La prima è stata

sottoposta a critica da filosofi come Severino, i quali fanno notare che esiste, tutt'al più, un *unico* corpo continuamente soggetto a molteplici trasformazioni. L'albero, per fare un esempio, non si limita a cambiare aspetto nel corso del tempo, dalla giovinezza alla vecchiaia; esisteva anche prima di essere albero, sotto forma di seme; ed esisterà anche dopo essere stato abbattuto e bruciato nel fuoco, sotto forma di cenere, e così via *ad infinitum*, nei due versi della scala temporale, il passato e il futuro. Ma se l'albero era un tempo qualche cosa di diverso dall'albero, e se verrà un tempo in cui l'albero sarà ancora qualche cosa di diverso da se stesso, ciò significa che tutti i corpi sono collegati, intrecciati, indissolubilmente compenetrati nello spazio e nel tempo; e i loro confini, fisici e temporali, sono apparenti e illusori, cioè, appunto, *impermanent*.

Queste riflessioni, benché sommarie rispetto alle loro implicazioni, erano tuttavia necessarie per sgomberare il campo da molti equivoci. Perciò possiamo ora affermare: primo, che i corpi, se pure esistono, sono *impermanent*; secondo, che l'ammirazione tributata alla bellezza dei corpi, in quanto legata a una loro particolare condizione nello spazio e nel tempo, è fondata sul misconoscimento della loro *impermanent*, dunque è profondamente illusoria; terzo, che se non vogliamo cadere nell'errore del prigioniero della caverna nel mito platonico, scambiando le ombre delle cose per le cose stesse, dobbiamo sforzarci di vedere la bellezza non *nei* corpi, ma *attraverso* i corpi e, in un certo senso, *a dispetto dei corpi*. Detto in altre parole, dobbiamo recuperare la seconda vista che ci consenta di vedere la verità interiore delle cose, adombrata dalle apparenze più o meno seducenti, ma ingannevoli dei corpi. *Dobbiamo aprire il terzo occhio e recuperare la facoltà, a noi concessa da una fonte di conoscenza superiore all'umana, di rapportarci alla realtà non come corpi tra corpi, ma come anime tra anime, anzi come parti illusoriamente separate dell'unica Anima Universale.*

Ed eccoci alle piante. Da sempre esse costituiscono un ausilio prezioso alla valorizzazione e alla conservazione della bellezza del corpo. E ciò sia per mezzo dei prodotti cosmetici naturali, sia con la loro stessa bellezza, accostata alla bellezza del corpo, specificamente del corpo femminile:

*La donzelletta vien dalla campagna,
in sul calar del sole,
col suo fascio dell'erba; e reca in mano
un mazzolin di rose e di viole,
onde, siccome suole,
ornare ella si appresta
dimani, al dì di festa, il petto e il crine.*

Così Giacomo Leopardi ne *Il sabato del villaggio*, e non si poteva dir meglio con altrettanta squisita semplicità.

C'è stato un tempo, ed è durato dalla cosiddetta preistoria sino alla civiltà contadina del secondo XX secolo, in cui le piante erano conosciute, e utilizzate, come dispensatrici di medicine naturali e come coadiutrici di bellezza: erano le amiche e le compagne dell'uomo e, oltre all'uso alimentare (e a quello cerimoniale), sorreggevano la salute e l'igiene del corpo. Quasi tutti ne conoscevano le proprietà e sapevano come servirsene, in corrispondenza con le fasi lunari e con gli influssi astrologici; poi, poco alla volta, tale sapere è rimasto appannaggio di una ristretta schiera di "specialisti", uomini e donne del popolo che avevano conservato l'antico legame e lo trasmettevano come un geloso segreto, di generazione in generazione. Infine è arrivata la *modernità* e, con essa, la medicina accademica come valore assoluto ed autoreferenziale, e contemporaneamente l'abbandono delle campagne da parte dei giovani: due fenomeni, apparentemente lontani, che hanno ugualmente concorso alla rottura definitiva del legame di continuità fra l'essere umano e l'utilizzo spontaneo, popolare delle proprietà curative e cosmetiche delle essenze vegetali. Il sapere tradizionale legato al mondo delle piante è andato smarrito, almeno a livello delle comunità, ed è oggi interamente confinato nelle erboristerie commerciali, ove però è costantemente insidiato dai meccanismi della farmaceutica industriale, che tendono a snaturarlo e volgerlo definitivamente nel solco delle attività economiche e produttive.

Quanto alla bellezza, oggi sembra trionfare l'ideale standardizzato ed enfatico di una perfezione estetizzante perseguita con caparbia determinazione attraverso pratiche sempre più invasive, culminanti nella liposuzione, nella chirurgia plastica, nel trapianto di capelli, nell'abbronzatura artificiale, nel potenziamento muscolare ottenuto mediante l'ingestione di steroidi e anabolizzanti. Il tutto in una specie di gara senza limiti di buon gusto e di convenienza con il naturale processo di invecchiamento, gara in cui un grosso ruolo viene giocato da un abbigliamento forzatamente giovanilistico, in cui le madri e le nonne vogliono competere con le figlie e le nipoti *sul loro stesso terreno*, quello dell'adolescenza, rinunciando quindi alle risorse del fascino per puntare tutte le carte su una sensualità ostentata e brutalmente seduttiva.

Una riscoperta del concetto di *fascino* e un ridimensionamento del concetto astratto di *bellezza fisica* dovrebbero passare attraverso un ripudio delle cure estetiche invasive, basate sulla chimica e sulla chirurgia, e un ritorno alle tecniche naturali, basate sulle essenze vegetali. Ciò andrebbe anche nella direzione della riscoperta di quella *verità interiore*, senza la quale non vi è autentica bellezza; verso la riapertura di quel perduto "terzo occhio", che ci renderebbe capaci di vedere, e apprezzare, la bellezza celata dietro le apparenze dei corpi. Il fascino non ha età, la bellezza fisica sì; il fascino è una sintesi di bellezza interiore ed esteriore, ed è la risultante di molti e svariati fattori: tra essi il buon gusto, la finezza, la discrezione, l'intelligenza, la cultura, la semplicità, la naturalezza, l'armonia, l'equilibrio, l'apertura, la disponibilità e... il senso del mistero. Sì, perché il fascino è sempre un po' misterioso; perché misteriosa è la natura dell'anima, di cui il fascino è la finestra aperta, o meglio socchiusa, sul mondo dei sensi. Il fascino è intrigo, sottigliezza, allusione; è parlar sottovoce, giocare con lo sguardo, suggerire il non detto. Il fascino è consapevolezza del mistero e rispetto di esso: cioè di una zona che non potrà mai essere completamente esplorata, esplicitata, rivelata. Il fascino sa essere infinitamente superiore alla bellezza provocante e grossolanamente materiale; è fatto di sottintesi, di complicità, di discrezione.

Ora, il senso del mistero è, insieme al senso del limite, la principale caratteristica dello spirito religioso. Sapere che non tutto può essere svelato e sapere che non tutto deve essere fatto, anche se *potrebbe* essere fatto: questo contraddistingue l'*homo religiosus*; non il seguire questa o quella dottrina religiosa, il praticare questi o quegli altri riti e cerimonie. La conclusione del nostro ragionamento su "piante e bellezza" è dunque un invito a tornare alla semplicità e naturalezza delle piante, per ritrovare il senso di una bellezza intimamente affascinante, che è bellezza interiore e non puramente fisica; ed è impegno e responsabilità personale nella gestione del "fenomeno bellezza". Perché la bellezza, come tutti i doni, richiede maturità nell'uso che se ne fa, e coscienza del suo potere ma anche dei suoi limiti. Molti possono essere belli, ma pochi sanno essere affascinanti, molti ostentano la bellezza (propria o delle proprie cose: gioielli, vestiti, ecc.), ma pochi la sanno vivere con senso di responsabilità e con rispetto di sé e dell'altro. L'altro, che non è solamente un corpo da turbare, da conquistare, da sottomettere; e il proprio io, che non è solamente uno specchio ove riflettere, narcisisticamente, il proprio potere tirannico esercitato mediante la seduzione sistematica di tutti e di ciascuno. Ci sono persone che non sanno vestire la propria bellezza, come vi sono persone che non sanno portare i propri abiti, per quanto esageratamente eleganti e costosi. Persone che si muovono goffamente con tutta la loro bellezza, come su dei tacchi troppo alti; persone che la bellezza si porta a spasso, mentre loro non sanno portarla perché soffocano la disinvoltura dietro formule di comportamento standardizzate e omologanti.

Anche nel campo della bellezza, come in quello della medicina, dell'ecologia, dell'economia, della politica, c'è bisogno di una presa di coscienza, di un ritorno alla saggezza perduta, di una riconquista della nostra dignità di *singoli* (per dirla con Kierkegaard) che non vogliono più essere massa, che vogliono smettere di essere prodotti fabbricati in serie.

Francesco Lamendola

LA BELLEZZA NELLA STORIA

Si può forse dire che ai greci, almeno fino all'età di Pericle, mancassero una vera e propria estetica e una teoria della bellezza. Non a caso ritroviamo la bellezza quasi sempre associata ad altre qualità. Per esempio, alla domanda sul criterio di valutazione della bellezza, l'oracolo di Delfi risponde: "Il più giusto è il più bello".



L'oggetto bello è un oggetto che in virtù della sua forma appaga i sensi, e tra questi in particolare l'occhio e l'orecchio. Ma non sono solo gli aspetti percepibili con i sensi a esprimere la bellezza dell'oggetto; nel caso del corpo umano assumono un ruolo rilevante anche le qualità dell'anima e del carattere, che vengono percepite con l'occhio della mente piuttosto che con quello del corpo. Come il fascino che è sicuramente una componente essenziale del bello.

Su queste basi possiamo parlare di una prima comprensione della bellezza, che però è legata alle diverse arti che la esprimono e non ha uno statuto unitario: negli inni la bellezza si esprime nell'armonia del cosmo, in poesia si esprime nell'incanto che fa gioire gli uomini, in retorica nel giusto ritmo.

La scultura e la pittura greche compiono, rispetto all'arte egizia, un progresso enorme, in qualche modo favorito dal legame tra arte e senso comune.

Gli egizi non consideravano, nella loro architettura e nelle loro rappresentazioni pittoriche, le esigenze della vista, che veniva subordinata a canoni stabiliti in maniera astratta e rispettati rigidamente. Invece, l'arte greca mette al primo posto la visione soggettiva. I pittori inventano lo scorcio, che non rispetta l'esattezza oggettiva delle belle forme: la perfetta circolarità di uno scudo può essere adattata alla vista dello spettatore, che lo vede prospetticamente schiacciato.

Analogamente, nella scultura si può parlare senz'altro di una ricerca empirica che ha come obiettivo l'espressione della bellezza vivente del corpo. La scultura greca non idealizza un corpo astratto, ma ricerca piuttosto una bellezza ideale operando una sintesi di corpi vivi, nella quale si esprime una bellezza psicofisica che armonizza l'anima e il corpo, ovvero la bellezza delle forme e la bontà dell'animo: è questo l'ideale espresso dai versi di Saffo e dalle sculture di Prassitele.

Quando nella Grecia antica i filosofi detti pre-socratici, come Talete, Anassimandro e Anassimene, fra il VII e il VI secolo a.C., iniziano a discutere quale sia il principio di tutte le cose (e indicano l'origine della realtà nell'acqua, nell'infinito originario, nell'aria) essi mirano a dare una definizione del mondo come un tutto ordinato e governato da una sola legge. Questo significa anche pensare al mondo come a una forma, e i greci avvertono nettamente l'identità tra Forma e Bellezza. Tuttavia chi affermerà queste cose in modo esplicito, iniziando a stringere in un solo nodo cosmologia, matematica, scienza naturale ed estetica, sarà Pitagora con la sua scuola, sin dal VI secolo avanti Cristo. Pitagora (che probabilmente nel corso dei suoi viaggi era venuto in contatto con le riflessioni matematiche degli egizi) è il primo a sostenere che il principio di tutte le cose è il numero. Con Pitagora nasce una visione estetico-matematica dell'universo: tutte le cose esistono perché sono ordinate e sono ordinate perché in esse si realizzano leggi matematiche, che sono insieme condizione di esistenza e di bellezza.

I pitagorici sono i primi a studiare i rapporti matematici che regolano i suoni musicali, le proporzioni su cui si basano gli intervalli, il rapporto tra la lunghezza di una corda e l'altezza di un suono. L'idea dell'armonia musicale si associa strettamente a ogni regola per la produzione del Bello. Questa idea attraversa tutta l'antichità e si trasmette al Medio Evo.

Nel Medio Evo maturo Tommaso d'Aquino ricorda (ma riprendendo idee che circolavano ampiamente anche prima) che alla bellezza sono necessarie tre cose: la proporzione, l'integrità e la *claritas*, vale a dire la chiarezza e la luminosità.

Secondo il senso comune giudichiamo bella una cosa ben proporzionata. È pertanto spiegabile perché sin dall'antichità si fosse identificata la bellezza con la proporzione, anche se occorre ricordare che nella definizione comune della bellezza, nel mondo greco e latino, si univa sempre alla proporzione anche la piacevolezza del colore (e della luce).

Quello che colpisce nelle miniature medievali è che esse sono piene di luce, anzi di una luminosità particolare, generata dall'accostamento di colori puri: rosso, azzurro, oro, argento, bianco e verde, senza sfumature e chiaroscuri. La luce sembra irradiarsi dagli oggetti. Essi sono luminosi in sé poiché belli.



Nel XV secolo, sotto l'effetto di fattori distinti ma convergenti, la scoperta della prospettiva in Italia, la diffusione di nuove tecniche pittoriche, la bellezza viene concepita secondo un duplice orientamento che a noi

moderni appare contraddittorio, ma che agli uomini del tempo parve invece coerente.

La bellezza è infatti intesa sia come imitazione della natura secondo regole scientificamente accertate, sia come contemplazione di un grado di perfezione sovranaturale.

L'artista è perciò al tempo stesso, e senza che questo appaia contraddittorio, *creatore* di novità e *imitatore* della natura. Come afferma con chiarezza Leonardo, l'imitazione è, da un lato, studio e inventività che resta fedele alla natura perché ricrea l'integrazione delle singole figure con l'elemento naturale, dall'altro, attività che richiede anche innovazione tecnica (come il celebre sfumato leonardesco, che rende enigmatica la bellezza dei volti femminili) e non passiva ripetizione delle forme.

Nel Settecento, il secolo di Voltaire e Rousseau, di Kant e Don Giovanni, dell'esuberante bellezza tardo-barocca e rococò e del neoclassicismo, la persistenza della bellezza barocca trova ragione nel gusto aristocratico dell'abbandono alla dolcezza del vivere, mentre il severo rigore neoclassico si addice al culto della ragione, della disciplina e della calcolabilità tipici della borghesia in ascesa. Nel Settecento, tra le molteplici stratificazioni dei ceti di commercianti, notai e avvocati, scrittori, giornalisti e magistrati, quei tratti che un secolo più tardi permetteranno di identificare il tipo sociale del borghese, corrisponde una altrettanto complessa dialettica del gusto. Alla variegata bellezza rococò non si oppone un solo classicismo, ma molti classicismi, rispondenti a esigenze diverse, talvolta in contraddizione tra loro.

È sintomatico che il carattere innovativo del classicismo nasca da un'esigenza di maggior rigore, che dal bisogno di una maggiore aderenza alla realtà abbia origine un superamento del realismo.

Nel neoclassicismo si incontrano due esigenze distinte ma convergenti, proprie dello spirito borghese: il rigore individualistico e la passione archeologica.

Si scopre che la bellezza classica è in realtà una deformazione a opera degli umanisti e, nel rigettarla, ci si mette alla ricerca della "vera" antichità.

Di qui l'aspetto innovativo che caratterizza le teorie sul bello nel secondo Settecento: la ricerca dello stile originario comporta la rottura con gli stili tradizionali, sia dal punto di vista teorico, come dimostra l'eclettismo degli enciclopedisti (Diderot e D'Alembert), sia dal punto di vista del contenuto, con il rifiuto dei soggetti e delle pose tradizionali, verso una maggiore libertà espressiva.

La tesi fondamentale è che la bellezza non è inerente alle cose, ma si forma nella mente del critico (cioè dello spettatore libero dalle influenze esterne). Poiché non esiste un criterio di valutazione oggettivo e intrinseco alle cose, lo stesso oggetto può apparire bello ai miei occhi e brutto agli occhi del mio vicino.

Anche l'estetica delle rovine che si sviluppa nella seconda metà del Settecento esprime l'ambivalenza della bellezza neoclassica. Che le rovine della storia possano essere percepite come belle è una novità che trova le sue ragioni nell'insofferenza per gli oggetti tradizionali e nella ricerca conseguente di temi nuovi, al di fuori degli stili canonici.

Lo si vede anche nelle immagini pittoriche, quando alle dame barocche subentrano donne meno sensuali ma più libere nei costumi, prive del corsetto soffocante, con i capelli fluttuanti liberamente.

Anche in una stessa epoca, e persino nello stesso paese, possono coesistere diversi ideali estetici. Così mentre nasce e si sviluppa l'ideale estetico del decadentismo, prospera un'idea di bellezza che diremo "vittoriana". Il periodo che va dai moti del 1848 alla crisi economica di fine secolo è generalmente definito dagli storici come "l'età della borghesia". La borghesia sfoggia, accanto

alla propria potenza militare (l'imperialismo) ed economica (il capitalismo), una propria bellezza, nella quale confluiscono quei caratteri di praticità, solidità e durata che differenziano la struttura mentale borghese da quella aristocratica. Il borghese non ha dilemmi morali: è moralista e puritano a casa sua, ipocrita e libertino con le giovani donne dei quartieri proletari fuori da casa sua.

Questa semplificazione in senso pratico non viene sentita come ambiguità: al contrario, si rispecchia anche nell'auto rappresentazione domestica del borghese in oggetti, mobili e cose che devono necessariamente esprimere una bellezza al tempo stesso lussuosa e solida.

Per altro verso, contribuiscono contemporaneamente alla crisi delle forme vittoriane e all'affermazione delle nuove forme di fine Ottocento e inizio Novecento, i nuovi materiali in cui si esprime la bellezza architettonica degli edifici. Negli arditi sistemi di illuminazione e nelle colonne in ghisa che danno forma agli spazi e ai volumi delle due grandi biblioteche parigine, prende forma un modello di bellezza intrinsecamente pervaso di uno spirito sociale, pratico e progressivo. La bellezza artistica si esprime allora nei singoli elementi della costruzione: fino al più piccolo bullone o chiodo, non c'è materiale che diventi un oggetto d'arte di nuova creazione.

Nell'Art Nouveau la bellezza interiore si proietta sull'oggetto esterno e se ne impadronisce, avviluppandolo nelle sue linee. La donna Jugendstil è una donna sensuale, emancipata, che rifiuta il busto e ama la cosmetica: dalla bellezza delle decorazioni librerie e delle locandine l'Art Nouveau passa ben presto alla bellezza dei corpi.

Alla bellezza colorata ed esuberante dell'Art Nouveau si sostituisce una bellezza non più estetica, ma funzionale, una ricercata sintesi tra qualità e produzione di massa. Il tratto caratterizzante di questa bellezza è la riconciliazione tra arte e industria: ciò spiega, almeno in parte, la straordinaria diffusione degli oggetti Déco negli anni Venti e Trenta persino in Italia, dove i canoni ufficiali della bellezza femminile fascista sono decisamente avversi alla "donna-crisi" snella e slanciata delle produzioni Déco.

I tratti comuni di questa bellezza funzionalistica sono l'accettazione decisa dei materiali metallici e vitrei e l'exasperazione della linearità geometrica e degli elementi di razionalità (provenienti dalla Secessione viennese di fine Ottocento).

L'arte del Novecento ha tra i suoi tratti caratterizzanti una costante attenzione verso gli oggetti d'uso nell'epoca della mercificazione della vita e delle cose. Questo significa che nel circuito delle merci gli aspetti qualitativi della bellezza si rovesciano, sempre più frequentemente, negli aspetti quantitativi.

Ma se è il processo di mercificazione a creare la bellezza degli oggetti, allora qualunque oggetto comune può essere defunzionalizzato come oggetto d'uso e rifunzionalizzato come opera d'arte. Con occhio lucido e freddo, talvolta unito a un dichiarato cinismo, i "popular artists" prendono atto della perdita, da parte dell'artista, del monopolio delle immagini, della creazione estetica e della bellezza.

In seguito si è avuto anche di più: c'è stato un forte scollamento della bellezza artistica dalla bellezza naturale perché almeno una parte dell'arte, per esempio l'arte delle avanguardie, si è presentata proprio come polemica contro la bellezza naturale. Negli atteggiamenti di molta avanguardia novecentesca l'arte viene vista come una cittadella autonoma che non ha bisogno di alcun riscontro al di fuori di sé. Si afferma una forte svalutazione del bello naturale.

Infine, oggi, raffinate tecniche elettroniche, ci consentono invece di andare a trovare aspetti formali inattesi nel profondo della materia, così come una volta si poteva ammirare al microscopio la bellezza dei cristalli di neve. Nasce così una nuova forma di oggetto, che non è l'oggetto artigianale o industriale, ma cosa profonda della natura, tessitura invisibile all'occhio umano. Possiamo chiamare questa una nuova "bellezza dei frattali". Lo studio matematico e del non visibile a occhio nudo, può riportare al centro della bellezza la Natura, e da questa, in alcune forme d'arte e nell'architettura, alla produzione di elevate espressioni artistiche dell'animo umano come momento di soggettiva rilettura del "naturale".

FRAGRANZA E BELLEZZA

La fragranza è generalmente legata alla bellezza. Il profumo è bellezza allo stato puro, sembra che la materia e lo spirito siano sostanzialmente fusi. Ogni voce ha il suo ritmo, ogni fiore il suo profumo, ogni profumo la sua magia. “Quindi il mare, dalla sua onda spumeggiante, creò Afrodite bella, lucente di rugiada... comparve la Terra, un nuovo capolavoro. Desiderosi di affrettarne il fiorire, i Dei la irrorarono di nettare e, maestosa sulle sue colonne spinose, s’innalzò l’immortale fiore. (Anacreonte, Frammenti). (un omaggio alla Rosa, regina del profumo e della bellezza).



Gli odori sgradevoli provengono da vegetazione putrida mentre il profumo è il più delle volte emanato da bellissimi fiori o piante. La fragranza sembra, dunque, comunemente associata al bello, al piacere e alla salute.

I Greci ritenevano che il profumo avesse origine divine; gli antichi Egizi, che ne limitavano inizialmente l'uso alle sole funzioni religiose, cominciarono gradualmente a permetterne l'uso personale finché divenne parte essenziale della loro toilette.

I Romani, veri sibariti quali erano, avevano colombe profumate che svolazzavano nella sala dei banchetti; spargevano grandi quantità di petali di rose nei giorni di festa, e spruzzavano olii profumati nelle loro stanze.

Da Roma, l'impiego del profumo si allargò all'Europa del Nord, fino all'Inghilterra, e da lì con i primi colonizzatori si spostò al Nuovo Mondo dove incontrò, arricchendola, l'antica tradizione erboristica indiana.

Inizialmente, il profumo consisteva semplicemente negli olii naturali di piante come il rosmarino, la salvia, la lavanda; nel XIV secolo fecero la prima comparsa quelli a base alcolica.

Nel Medio Evo, le erbe aromatiche e fragranti avevano, in Europa, molteplici usi nella vita quotidiana. Era cosa comune spargere sul pavimento foglie aromatiche e profumate per combattere gli insetti, usarle nei vestiti e nella biancheria, e bruciare rametti di erbe nelle stanze per eliminare cattivi odori. Nell'acqua del bagno si metteva regolarmente la lavanda, i *pot-pourri* erano usati quotidianamente e persino le cere per i mobili erano profumate.

Non sarebbe male riprendere alcune di queste abitudini per profumare le nostre case; case, spesso, dal profumo "asettico", tristi, fredde. La fragranza crea atmosfera, rilassa, crea una "bella" casa.

I diversi gradi di percezione degli odori variano a seconda dell'individuo e vengono percepiti nella parte alta della cavità nasale dove si trovano i peli olfattivi. Si dice che esistono solo sette odori primari: etereo, canforaceo, muschiato, floreale, mentolato, pungente e putrido; tutti gli altri sono derivati da questi. Linneo, nel 1756 indicava invece questa classificazione: aromatici, fragranti, ambrosiaci, agliacei, fetidi, velenosi, nauseandi. De Holler, suddividendo gli odori in tre categorie (grati, indifferenti, ingrati) si è riportato alla grande legge universale dell'equilibrio cosmico poiché ha espresso in questi termini il “positivo”, il “neutro” e il negativo.

L'arte della profumeria è estremamente complessa. L'essenza è cosa diversa dall'olio essenziale. Trasformazioni chimiche che avvengono durante la distillazione modificano la composizione chimica dell'essenza. Quest'ultima è una secrezione naturale elaborata dall'organismo vegetale, contenuta in diversi organi secretori, variabili secondo la parte della pianta considerata. L'olio essenziale è un estratto naturale di piante o alberi aromatici ottenuto per lo più attraverso la loro distillazione in corrente di vapore acqueo. Il vapore d'acqua distende il vegetale, ne rende permeabili le membrane cellulari fino a romperle, aprendo le cellule essenziali e liberandone gli olii essenziali; nel recipiente di raccolta, olio essenziale e acqua distillata così ottenuti, si separano tra loro perché non miscibili. L'acqua aromatica viene utilizzata in liquoreria e in fitocosmesi.

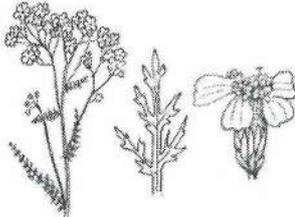


15 PIANTE PER LA BELLEZZA



Achillea

ACHILLEA - ACHILLEA MILLEFOLIUM L. - COMPOSITAE

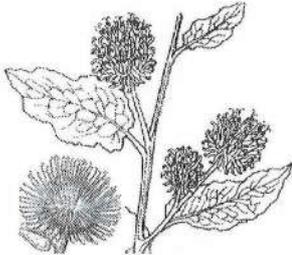


Il suo olio essenziale può essere utile per curare l'acne e i brufoli. Per il suo contenuto in azulene, viene spesso consigliata per il trattamento del cuoio capelluto o per gli shampoo per i capelli grassi. In frizione riequilibra la produzione di sebo del cuoio capelluto, rende i capelli lucidi e soffici.

Per le sue virtù tonico, stimolanti, astringenti, viene comunemente usata per la formulazione di creme, lozioni e maschere facciali, indicate in particolare per le pelli seborroiche. I bagni con le sommità fiorite di Millefoglio sono rilassanti e decongestionanti dell'epidermide.

Bardana

BARDANA - ARCTIUM LAPPA L. - COMPOSITAE

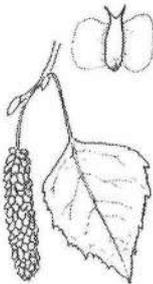


Le sue caratteristiche antibatteriche e antisettiche la rendono adatta alla cura dell'acne e nel trattamento dei problemi della pelle. È indicata pertanto in creme a funzione anti-acne e anti-seborroiche (per pelli grasse) e, in genere, per tutti quei prodotti cosmetici destinati alle pelli sensibili e inestetiche.

Si utilizzano sia le radici che le foglie. Le foglie fresche, pestate, entrano nella preparazione di cataplasmi, mentre il succo è un buon coadiuvante per frizioni al cuoio capelluto per stimolare la crescita dei capelli.

Betulla

BETULLA - BETULA PENDULA Roth. - BETULACEAE



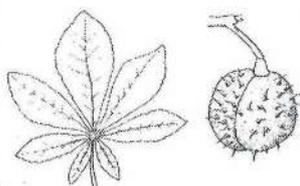
Sono utilizzate le virtù antisettiche e astringenti della betulla, utili quindi alle pelli affette da acne, foruncoli ed eccessiva secrezione di sebo. Per la sua specifica efficacia nel ridurre la stasi d'acqua nei tessuti, la betulla è usata in campo cosmetico soprattutto nel trattamento esterno della cellulite. In preparati destinati a tale uso (creme da giorno e da notte, creme da massaggio, lozioni e tonici) associata, generalmente, ad estratti di cui è pure riconosciuta l'azione anti-cellulitica: edera, quercia marina, ippocastano. L'alto contenuto di olio etereo e di tannini negli estratti di betulla, fa sì che questa pianta eserciti un'azione stimolante e astringente per la pelle e il cuoio capelluto.

Calendula**CALENDULA - CALENDULA OFFICINALIS L. - COMPOSITAE**

L'uso cosmetico degli estratti di questa pianta è preminentemente rivolto alla produzione di cosmetici indirizzati al trattamento di pelli sensibili, arrossate, e screpolate. Vi sono creme a base di calendula e latti detergenti a funzione rinfrescante e disarrossante per il corpo e il viso, lozioni da dopo-bagno e creme per il trattamento di pelli secche, oli e paste per bambini. Le mani screpolate traggono giovamento dall'immersione, per dieci minuti, nel decotto.

Camomilla**CAMOMILLA - MATRICARIA CHAMOMILLA L. - COMPOSITAE**

Molto usata negli shampoo particolarmente efficaci nell'azione schiarente sui capelli biondi, sia per conservare il colore, che per conferire lucentezza e riflessi dorati alle chiome. Gli estratti di camomilla, per le loro proprietà calmanti e disinfiammanti sono utilizzati soprattutto come tonici per pelli delicate. In questi prodotti appare spesso associata ad altre erbe sedative del tipo hamamelis, calendula, hippocastanum. Un infuso leggero di Camomilla, costituisce un ottimo collirio per eliminare il bruciore dagli occhi stanchi e irritati.

Ippocastano**CASTAGNO D'INDIA - AESCULUS HIPPOCASTANUM L. HIPPOCASTANACEAE**

Le applicazioni cosmetiche di questa pianta sono davvero molte: la farina ottenuta dai frutti serve per il lavaggio dei capelli grassi e, lasciata in infusione nell'acqua del bagno, ha un effetto schiarente, astringente, tonificante e rinfrescante sulle pelli arrossate. Elimina anche la sensazione di stanchezza. Ma la farina della castagna d'India si rivela preziosa soprattutto in lozioni e acque toniche per pelli couperosiche o acneiche e in creme da massaggio attivanti la circolazione periferica.

Lavanda**LAVANDA - LAVANDULA SPICA L. - LABIATAE**

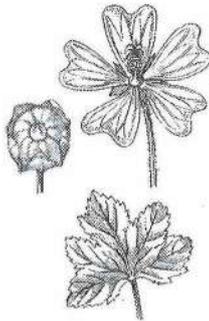
La tintura di lavanda si rivela un'efficacissima lozione per capelli grassi; l'acqua distillata usata per il lavaggio del viso prima di andare a letto mantiene la pelle fresca e pulita. Un infuso di fiori di lavanda associata a camomilla e o ad acqua di riso bollito serve per mantenere liscia e turgida la pelle delle coscine. Ma la cosmesi popolare ha sempre usato l'essenza purificante della Lavanda soprattutto per combattere le forme più antipatiche di acne giovanile.

Limone**LIMONE - CITRUS LIMON L. - RUTACEAE**

Il succo del Limone ha notevoli proprietà antisettiche e si può usare come disinfettante della pelle, contro ferite e abrasioni. È un ottimo tonico per la pelle del viso e un disinfettante dei denti.

Utile, diluito in acqua per schiarire e pulire la pelle delle mani. Limone e latte sono indicati per una maschera da usare se i pori sono dilatati pulendola prima dai punti neri.

La scorza invece è ricca di un prezioso olio essenziale impiegato in profumeria.

Malva**MALVA - MALVA SILVESTRIS L. - MALVACEAE**

Emolliente e antinfiammatoria nella cura della pelle e del viso. È un buon dentifricio naturale che, oltre a pulire i denti, allontana le piccole infiammazioni delle gengive.

Le radici di Malva sono reputate blandamente analgesiche e risolventi di foruncoli e paterocchi.

Ma questa pianta è molto efficace come detergente epidermico per la prevenzione di acne, couperose e macchie di anzianità.

Ottima per bagni emollienti e idratanti aggiungendo il decotto di foglie e fiori.

Mandorlo**MANDORLO - AMYGDALUS COMMUNIS L. - ROSACEAE**

La polpa delle mandorle dolci diluita con latte, applicata direttamente sulla zona interessata, si rivela un'ottima maschera schiarante e disinfettante, per pelli delicate o infiammate.

L'olio ricavato dalle mandorle amare è utilizzato dall'industria cosmetica in prodotti emollienti. L'olio di mandorle dolci combatte pruriti, scottature e infiammazioni superficiali ed è il componente base di molti prodotti detergenti e tonici.

Entra in prodotti per la prevenzione delle smagliature in gravidanza e delle ragadi al seno.

Noce**NOCE - JUGLANS REGIA L. - JUGLANDACEAE**

L'uso esterno di preparati a base di foglie di Noce è utile per la cura degli eczemi, piccole ulcerazioni, arrossamenti e irritazioni della pelle. Il mallo è usatissimo in campo cosmetico, sia in prodotti destinati a favorire l'abbronzatura, sia in altri ad azione scurente di capelli grigi od opachi.

L'olio ottenuto dai frutti si rivela uno degli emollienti e permeabilizzanti più efficaci per tutte le preparazioni cosmetiche per la cura della pelle.

Ortica



ORTICA – URTICA DIOICA L. - LABIATAE

Nell'antichità si usava fustigare con le foglie di ortica alcune parti del corpo per stimolare le reazioni benefiche (es. contro i dolori articolari).

Antiseborroica e antiforfora in shampoo e lozioni per i capelli. Adatta ad equilibrare i capelli e il cuoio capelluto e per stimolare il bulbo pilifero. Usata per frizioni del cuoio capelluto grasso o con forfora in eccesso.

In cataplasmi di foglie sbollentate e tritate per ferite e irritazioni cutanee.

Rosa canina e rossa



ROSA – ROSA CANINA L. - ROSACEAE

Rosa canina: grazie alla presenza di Polifenoli, i frutti possiedono, nell'uso esterno, efficaci qualità astringenti, antiinfiammatorie e protettive vasali. I frutti freschi, tagliati, svuotati e lavati più volte per eliminare i piccoli peli aguzzi, se frullati sono tra le più efficaci cure delle pelli opache o macchiate o ruvide, per il loro effetto schiarente, levigante, tonificante. Rosa rossa: i petali per lozioni astringenti e toniche e per colliri contro occhi irritati. Si usa l'estratto fluido e l'acqua distillata e si fanno impacchi sulle palpebre.

Salvia

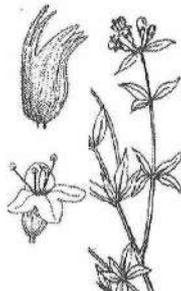


SALVIA – SALVIA OFFICINALIS L. - LABIATAE

Le foglie fresche di salvia strofinate sui denti e sulle gengive rappresentano il più perfetto e antico dei dentifrici.

Trova oggi la maggiore applicazione soprattutto in prodotti destinati all'attivazione della circolazione periferica: quindi in lozioni e shampoo stimolanti gli stati atonici del cuoio capelluto e in latti, creme, lozione e maschere destinate specialmente a pelli acneiche, seborroiche, con comedoni.

Timo



TIMO – THYMUS VULGARIS L. - LABIATAE

L'uso esterno dell'infuso di Timo esercita attività disinfettanti della pelle e stimolanti della circolazione superficiale.

Il Timo è riconosciuto come uno dei più potenti antiforfora e stimolante del cuoio capelluto. Gli estratti di Timo sono introdotti ovunque possano esercitare la loro funzione stimolante, tonica e igienica, quindi in cosmetici per l'igiene personale come saponi e tonici per il viso. È inoltre impiegato anche nella preparazione di dentifrici e colluttori.

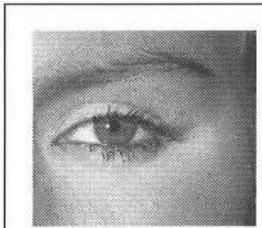
ALCUNE PIANTE E RICETTE PER LA PROPRIA BELLEZZA



Artemisia: sin dall'antichità è usata nel trattamento dei capelli grassi e ha un effetto rinvigorente sul cuoio capelluto.
Basilico: frizione di foglie fresche in acqua bollente cura la caduta dei capelli. Ottimo come bagno aromatico e tonificante.
Ortica: antiseborroica e antiforfora in shampoo e lozioni per i capelli.
Bardana e aceto: decotto di radice fresca di bardana e aceto e acqua da far bollire per 20 minuti. Lozione per più frizioni il giorno.
Noce e argilla: foglie di noce tritate in acqua bollente poi unita a crema di argilla e risciaquo finale con il decotto di foglie.



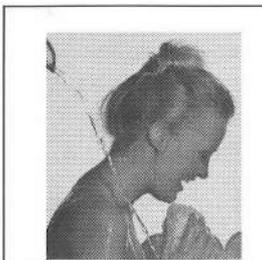
Il miele d'Acacia unito a petali di Rosa Canina e sale grosso è consigliato come maschera di bellezza contro l'acne.
Altea e Malva: infusi di foglie e decotti di radici per maschere emollienti per pelli delicate e sensibili.
Achillea millefoglie e Malva: impacchi di decotto di millefoglie con aggiunta di fiori di malva in infuso contro arrossamenti e gonfiore;
Limone e latte: in una tazza, lasciata per tutta la notte diventa una crema abbastanza densa per restringere i pori dilatati di guance e mento.



Achillea: il suo olio essenziale può essere utile per curare l'acne e i brufoli.
Arnica: con miele e polvere di Altea costituisce un rimedio contro l'acne. Per ecchimosi o edemi da contusioni e slogature.
Equiseto: in polvere con limone per rendere i denti bianchi e li proteggono dalla carie.
Salvia: disinfettante e sbiancante per i denti, si usa contro l'alitosi.
Borragine: l'olio di Borragine contrasta gli effetti dell'invecchiamento dell'epidermide; utile contro le rughe, la pelle secca, le smagliature.



Aglio: nella cura per calli e verruche.
Bardana: utile nella cura di eczemi e dermatosi.
Calendula: disinfiammante dell'epidermide, riduce gli arrossamenti, lenisce screpolature, nutre e protegge la cute.
Edera: come tintura è usata anche contro callosità e duri. Utilizzata nei prodotti per il trattamento della cellulite;
Borragine: l'olio di Borragine contrasta gli effetti dell'invecchiamento dell'epidermide; utile contro le rughe, la pelle secca, le smagliature.



Rosmarino: un bagno di Rosmarino toglie la stanchezza, profumato, corroborante e afrodisiaco.
Melissa: l'essenza di melissa è presente in molte acque di colonia e profumi. Foglie fresche e fiori nell'acqua del bagno hanno un effetto antistress e tolgono la stanchezza.
Timo: il bagno al timo è stimolante e profumato; in lozione rigenera e stimola il cuoio capelluto favorendo la ricrescita dei capelli.
Malva: emolliente e antinfiammatoria nella cura della pelle di viso e corpo. Utile soprattutto per la pelle grassa.

<p>per i capelli</p>	<p>Il sapone di Marsiglia si usa anche sui capelli. Si sciacqua con tanta acqua tiepida e si aggiungono due cucchiaini di aceto bianco nell'ultimo risciacquo, per togliere ogni traccia di sapone e renderli lucidissimi.</p> <p>La birra chiara per una quasi messa in piega casalinga: due bicchieri di birra in un litro di acqua tiepida come ultimo sciacquo; poi immergere il pettine nella birra chiara e pettinare ogni ciocca per avvolgerli intorno ai rulli.</p> <p>Infuso per 8-9 giorni di foglie di capelvenere, radice di ortica, fiori di lavanda in acqua e alcool. Per frizioni antiforfora dopo il lavaggio.</p>
<p>maschere per il viso</p>	<p>La maschera va applicata solo in momenti di relax con i muscoli del viso distesi.</p> <p>Maschera anti-puntini neri: Olio di mandorle, farina bianca, due bianchi d'uovo e mezza tazza di latte scremato. Mescolare per un paio di minuti con frusta da cucina. Applicare per quindici minuti. Maschera schiarente: un limone intero e mezzo arancio nel frullatore insieme a un vasetto di yogurt intero. Per 15-20 minuti e acqua tiepida per risciacquo. Maschera super nutriente: miele, rosso d'uovo, olio di oliva quanto serve per legare bene. Sbattere bene e applicare due volte la settimana.</p>
<p>per la pelle del viso</p>	<p>Tonico per pelle grassa: rosmarino e timo, mettere le foglie in acqua e bollite a fuoco basso per 10 minuti, quando è tiepido filtrare e mettere in bottiglietta scura. Mattino e sera. Palpebre e occhiaie: mescolare un rosso d'uovo, un cucchiaino di miele liquido, un cucchiaino di olio d'oliva e un cucchiaino di latte, mescolare meglio possibile e con le dita applicate il composto sulle palpebre e sulle occhiaie per sette-otto minuti. Fumento o suffumigi: bagni di vapore con camomilla o fiori di tiglio, per dieci minuti poi pulizia con acqua di rose. Unguento antirughe: 3 parti di malva fresca (fiori e foglie) tritурata con 4 parti di burro.</p> <p>Bollire sino a completa evaporazione dell'acqua della malva. Colare con telo e raffreddare. Crema da usarsi la sera.</p>
<p>per le mani</p>	<p>Un bagno di crusca: mescolate una manciata di crusca a due litri d'acqua tiepida e tenetevi le mani immerse per 15-20 minuti.</p> <p>Foglie di fico appena staccate: il suo lattice bianco da sfregare leggermente le verruche chiare. Stesso beneficio con essenza di cipresso, con delicatezza per una settimana. Succo di limone per sbiancare le mani arrossate; far seguire da una crema idratante. Olio di oliva e mandorle: immergere le dita per rinforzare le unghie.</p> <p>Guanto di paraffina con cera d'api e mentolo per ringiovanire le mani.</p>
<p>bagni per la pelle e lo spirito</p>	<p>Crusca e patate per ammorbidire la pelle: due chili di crusca e cinque patate sbucciate e tagliate a fette; mettere in un sacchetto di tela e immergere in dieci litri di acqua bollente. Lasciarlo per un'ora. Bagno tonico: bollire due manciate di salvia in due litri di acqua per cinque minuti. Filtrare e aggiungere all'acqua del bagno.</p> <p>Bagno rilassante: con fiori e foglie di malva. Bagno stimolante: con lavanda o semi di cumino. Bagno calmante: con timo e fiori di tiglio. Preparare prima gli infusi o i decotti con le erbe indicate, poi aggiungerli all'acqua calda del bagno.</p>

Da non dimenticare, infine, una corretta alimentazione e un sano stile di vita, possibilmente il più possibile a contatto con la Natura.

BIBLIOGRAFIA

Bellezza con le erbe (tre volumi)

Rizzoli

Il giardino della salute e della bellezza – Cristina Gastel-
Archinto

RCS Libri S.p.A.

Elogio della bellezza - ritratti di rose - Paolo Focherini Coizzi
Mondadori

Storia della bellezza. Canoni, rituali, balletti –D. Parquet
Electa, Milano

Piante e profumi magici - Leo Kaiti

Giuseppe Brancato Editore

Storia della Bellezza - a cura di Umberto Eco

Bompiani

Le mie erbe – Fabrizio da Trieste

Luigi Reverdito Editore

Cosmesi naturale in pratica - Francesca Marotta

Tecniche Nuove

La pelle e i cosmetici naturali - Giulia Penazzi

Tecniche Nuove

Esser bella – Bruno e Lina Vergottini

Rizzoli BUR Manuali

Bellezza e benessere - F. Padrini - M.T. Lucheroni

De Vecchi

COMUNE DI VENEZIA

ORTO BOTANICO LOCATELLI

Un orto botanico di quartiere al servizio dei cittadini e delle scuole

**Associazione Eco-filosofica
Associazione Culturale "Nicola Saba"**

PIANTE E BELLEZZA

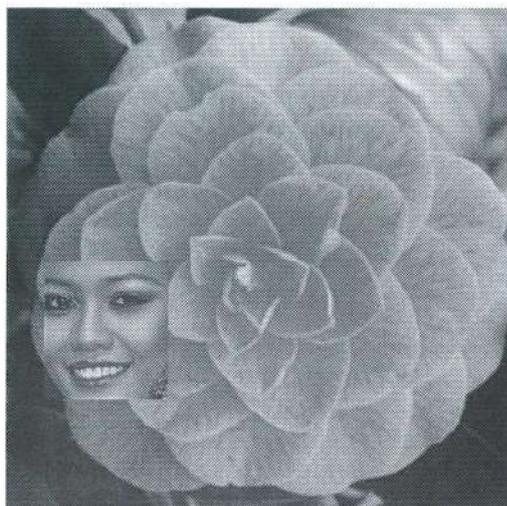
La natura strumento dell'anima

14 maggio 2006 Ore 16.30
APERTURA STAGIONALE
Orto Botanico Locatelli
Mestre – Parco Bissuola
zona orti comunali

PIANTE e BELLEZZA

Prolusione eco-filosofica
Prof. Francesco Lamendola

Relazione esplicativa
e dialogo con i partecipanti
a cura della naturopata
Silvana Busatto



*A ciascun partecipante sarà dato in omaggio un interessante opuscolo
a cura del Dr. M. Minuzzo*



Gruppo Ricerca Culturale Locatelli
Via F. Baracca 86, 30173 Mestre-VE
Tel. 041- 5344322

E-mail: liviotito@virgilio.it

PIANTE PER LA BELLEZZA

immagini

 <p><i>Achillea millefolium L.</i> m.m.</p>		
	 <p><i>Matricaria chamomilla L.</i> m.m.</p>	
		
		
	 <p><i>Salvia officinalis L.</i> m.m.</p>	