

**CONSCIÈNCIA D'ARA**  
Cada dijous  
I la setmana que ve:  
**Teresa Forcadell i la renovació de l'Església**

## Estils



### ATENCIÓ PLENA A LES AULES

El llibre *El maestro atento* de Luis López González és un manual teòric i pràctic per al professorat de com estar conscient a l'aula.

# L'espiritualitat i els arbres

DÍDAC P. LAGARRIGA  
BARCELONA

Un recorregut per les religions i tradicions espirituals del món ens mostra que l'arbre sempre és un element clau de tota cosmovisió

La imatge és clara i contundent i la trobem per tot arreu: l'arbre connecta terra i cel, de les arrels més profundes i fosques a les fulles més altes que busquen la llum. Però no és només un símbol. Malgrat que el món actual sembla haver decidit trencar per sempre més amb totes les connexions subtils que ens fan adonar d'una realitat que no es pot mesurar ni posseir, els arbres continuen oferint-nos presència i serenor, lloc de repòs i de retrobament amb un mateix. Ja a l'escola aprenem que els arbres netegen l'aire que respirem, però la neteja també va més endins, és més integral. Hi ha estudis que avalen l'aspecte sanador dels arbres –per exemple dels pacients a hospitals que es recuperen més aviat si les habitacions tenen accés visual a zones arbrades–, però el seu valor espiritual ve avalat per un altre tipus d'estudi, menys científic si es vol, però més pràctic, transnacional i trans-temporal: totes les religions i tradicions espirituals del món han reconegut l'arbre com un element clau en la seva cosmovisió.

#### Un llibre per aprofundir-hi

Josep Gordi, professor de geografia i degà de la Facultat de Lletres de la Universitat de Girona, ha publicat recentment el llibre *Arbres i espiritualitat* (Editorial CPL), precisament per parlar del paper dels arbres en les diferents cultures i religions i demostrar, així, el protagonisme que han tingut i encara tenen. "Alguns arbres i boscos van ser considerats els primers santuaris molt abans que s'aixequessin els primers temples", recorda Gordi. La mateixa paraula temple, segons el diccionari, és d'origen augural i servia per designar la limitació d'un espai de cel on observar el vol de les aus. D'aquí també prové contemplar: observar el temple. Per als pobles celtes, com explica Gordi, el bosc sagrat s'anomenava *Nemeton*, que és una paraula gal·la que vol dir santuari.

Aquesta noció de bosc com espai sagrat continua viu a molts indrets del món, també a Europa, tot i la davallada que ha patit aquesta visió al continent. Una davallada que no cal datar-la en una època recent, on la petjada de la Il·lustració i la industrialització es poden veure com l'inici de la pèrdua de la sacralitat de l'espai natural. Com recorda Gordi, la cosa ve de lluny: "Quan les legions romanes van endinsar-se per la Gàl·lia, la Bretanya insular i la Germània van talar alguns dels boscos sagrats per intentar assimilar-los a la cultura i creences de Roma. El po-



01. El llibre *Arbres i espiritualitat*, del geògraf Josep Gordi, parla del paper dels arbres en les diferents cultures. GETTY 02. Una miniatura persa del s. XVI. MUSEU REZA-YE ABBASI, TEHERAN

eta hispanoromà Marc Anneu Lucà explica en el poema *Farsàlia* el cas de la destrucció d'un bosc sagrat prop de Marsella, en què el mateix Cèsar va haver d'agafar la destralt davant dels legionaris pel respecte i la temença que generava en ells un indret com aquell".

Tot i això, el culte popular als boscos com espais sagrats encara perviu en alguns indrets europeus, com el cas que documenta Gordi dels boscos anomenats "excomunicats" de l'Església ortodoxa, on no es permet cap aprofitament del lloc

**Naturalesa**  
El culte als boscos com a espais sagrats encara perviu a Europa

si, algú infringeix aquesta norma, és excomunicat. "També hi ha els *zapis* –explica aquest professor de geografia– arbres sagrats venerats encara ara com a lloc per hostejar pregàries, casaments o bateigs. Es creu que els *zapis* són una herència de la religió precristiana que practicaven els serbis dins la qual es retia culte a l'arbre, tal com feien en molts indrets del centre i nord d'Europa abans de la romanització". Altres boscos europeus van tornar a recuperar aquest valor sagrat, com l'alzinar sagrat de Sant Francesc

d'Assís, a uns quilòmetres d'Assís i actualment custodiat per una comunitat de clarisses, "un dels espais forestals italians amb més càrrega espiritual" en paraules de Gordi, i on l'any 1225 Sant Francesc d'Assís va aconseguir el permís per a ell i els altres germans franciscans per poder retirar-se a meditar.

#### Espai de retrobament i commoció

El bosc en general, i alguns arbres en concret ofereixen l'espai idoni perquè les persones meditin, sigui asseguts a sota i fins i tot per retirar-se un temps al seu interior, pràctiques habituals des del budisme a l'islam passant per les religions indígenes d'Àfrica, Amèrica i Oceania, i també, lògicament, pel cristianisme. La imatge de Jesús retirant-se a pregar a l'oliviar de Getsamí (lloc de pelegrinatge encara avui) o el Buda rebent la il·luminació assegut sota un arbre (amb la consegüent veneració budista dels arbres, on es deïxen ofrenes o es lliguen cinturons de roba als seus troncs) són exemples que recull Gordi. Molts recintes religiosos (com temples o tombes) també estan envoltats d'arbres significatius, i són moltes les religions mundials que prohibeixen talar-hi arbres o caçar-hi, com l'exemple que trobem en el llibre sobre el santuari xintoista a l'illa sagrada de Miyajima (Japó).

Un altre professor de geografia que centra el seu estudi en els arbres i la seva importància per a les comunitats religioses és Eric Ross, professor a la Universitat d'Al Akhawayn a Ifran (Marroc), i especialitzat principalment en el culte als arbres per part dels musulmans, des de Turquia al Senegal passant pel Marroc. Al seu blog (<https://ericrossacademic.wordpress.com>) recull tot aquest treball de camp sobre les diverses comunitats que valoren els arbres, els reverencien i els donen un lloc destacat a l'hora de construir mesquites o tombes de místics musulmans, a més de fer-los servir com a lloc de retir quan els arbres són prou grans (com el baobab africà o el çinar turc, present a tots els indrets d'influència otomana).

L'aspecte simbòlic d'uns arbres en concret també el recull Josep Gordi en el seu llibre, per exemple –i en aquestes dates està més present que mai– la palmera i la fulla de palma al cristianisme, així com les fulles de llorer i olivera.

Ara que per molta gent la Setmana Santa ha perdut el seu valor sacramental, emergeix també com un anhelat període vacacional. En entorns urbans, dies com aquests possibilita un major contacte amb la natura. En aquest sentit, per què no, podem recobrar el sentit més íntim i part de la nostra essència gaudint dels aspectes intangibles que ens ofereixen els boscos i, en especial, els arbres. —

## OPINIÓ

### Banyar-se de verd

JOSEP GORDI

DEGÀ DE LA FACULTAT DE LLETRES  
(UNIVERSITAT DE GIRONA)

L'arbre és el vegetal sobirà o el rei dels vegetals. Per experiència molts s'hi acosten per escoltar la seva paraula, els seus missatges i alguns també proclamen el seu amor a través de la poesia, la pintura... Sota la seva ombra pots meditar, refugiar-te, enlairar la mirada i, fins i tot, pots enfilarte pel seu tronc i viure'l en tota la seva plenitud, per exemple tot recolzat en alguna de les seves branques.

Per viure correctament les sensacions i els sentiments que desprenen els arbres cal superar, abans de res, els adjectius que majoritàriament associem a les plantes: immobilitat i insensibilitat i pensar, simplement, que són éssers vius diferents de nosaltres, però que mereixen més atenció per part nostre, ja que entre altres funcions, fan de vas de comunicació entre el sol i el conjunt dels animals. Per tant, tenen una funció universal. Dit amb paraules més clares: sense els vegetals no hi hauria altres espè-

Al Japó existeix la Medicina Forestal, que promou i recepta caminades en silenci per boscos amb exercicis de relaxació

cies. A més a més, estudis recents han demostrat que les plantes són sensibles, es comuniquen entre elles i amb els animals, dormen, tenen memòria per saber com han d'actuar davant de certs perills, saben processar informació del seu entorn natural per adaptar-se i establir un comportament apropiat.

L'arbre és meravellós perquè d'ell emana força, energia i, al mateix temps, desig d'elevant-se, de rectitud... Totes aquestes sensacions i sentiments s'accentuen per l'enigmàtic silenci del seu creixement que es converteix en un veritable model a seguir.

Per tant, no és estrany que des de fa temps, sentim parlar de 'Bany de bosc' que és la traducció del terme japonès *Shinrin-yoku* o de xarxa de boscos terapèutics que a Catalunya promou l'associació Acció Natura ([www.accionaturara.org](http://www.accionaturara.org)). Aquestes propostes tenen el seu origen al Japó, on existeix la Medicina Forestal, la qual promou o recepta caminades en silenci per boscos madurs que s'acompanyen d'exercicis de relaxació i respiració amb l'objectiu de millorar la salut de les persones.



GETTY

## Gent

TEXT:  
XXXXXXXXXXXXXX

### Títolasdjfh agsdjfhgsjhdhsh

Segons l'autora del llibre hi ha cinc contaminants que són els més comuns. Els dos primer font d'una contaminació erar problemes intestinals greus, com la salmonel·losi. Els altres tres són ear-se de **focontaminació (foto1)** electromagnètica derivada de la instal·lació elèctrica de l'habitatge o la que generen els ei vel mauris mattis hensent leo nulla, sagittis vel semper stibulum tincidunt dictum tortor et iabitur at tempor nisl.

aQuisque nulla nisi, porta ac dapibus sit amet, tempus sollicitudin neque. Vestibulum diam lacus, rutrum ac laoreet non, cursus eu risuspendisse semper ultrices dui, id commodo elit varius sit amet. Mauris facilisis porttitor dolor. Nunc

### Títolasdjfh agsdjfhgsjhdhsh

Segons l'autora del llibre hi ha cinc contaminants que són els més comuns. Els dos primer font d'una contaminació erar problemes intestinals greus, com la salmonel·losi. Els altres tres són ear-se de **focontaminació (foto1)** electromagnètica derivada de la instal·lació elèctrica de l'habitatge o la que generen els ei vel mauris mattis hensent leo nulla, sagittis vel semper stibulum tincidunt dictum tortor et iabitur at tempor nisl.

aQuisque nulla nisi, porta ac dapibus sit amet, tempus sollicitudin neque. Vestibulum diam lacus, rutrum ac laoreet non, cursus eu risuspendisse semper ultrices dui, id commodo elit varius sit amet. Mauris facilisis porttitor dolor. Nunc

## Quisque ut arcu augue, vitae aliquet

Segons l'autora del llibre hi ha cinc contaminants que són els més comuns. Els dos primer font d'una contaminació erar problemes intestinals greus, com la salmonel·losi. Els altres tres són ear-se de **focontaminació (foto1)** electromagnètica derivada de la instal·lació elèctrica de l'habitatge o la que generen els ei vel mauris mattis hensent leo nulla, sagittis vel semper stibulum tinci-

dunt dictum tortor et iabitur at tempor nisl. Maecenas suscipit feugiat lli, nec bibendum orci mi in elit. In ante leo, blandit noe sIn sit amet ris velit. Nulla ac dolor magna, id eleifend velit. Quisque consequat diam in eros suscipit eu fringilla arcu faucibus. Aenean vel diam est, non sodales neque. Fusce sed molestie ipsum. Nam et sagittis purus. In pretium condimen. —