



Rimedi naturali

H. Bosch, L. Satanassi
Manuale di fiori ed erbe
Edizioni L'età dell'Acquario
Pagine 306, euro 21,00

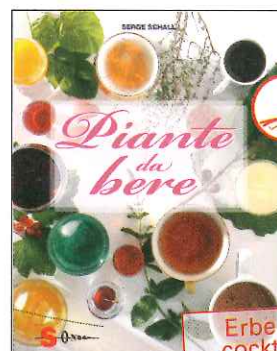
Ricco manuale su preparazione, proprietà e utilizzo di tanti rimedi declinati al naturale: gemmoderivati, oli essenziali, idrolati, tisane, creme, prodotti per gli animali e quant'altro. Come spiega Hubert Bosch che, insieme a Lucilla Satanassi, è l'anima dell'azienda Remedia, «la Natura offre nel posto in cui uno vive tutto quello che serve, anche per curarsi. Quando la nostra mucca Shakira soffrì di un grave meteorismo andò in giro a mangiare erbe che normalmente non avrebbe mai mangiato. Guarda caso erano proprio le erbe che le servivano». Prendiamo esempio dalla mucca Shakira.



Assistiti dagli animali

Alberto Dal Negro
Il potere terapeutico degli animali
Macro Edizioni
Pagine 160, euro 12,90

Una raccolta di interazioni tra esseri umani e animali in ottica pet-therapy. Piccole storie, che è un piacere leggere anche perché la relazione con l'animale è senza filtri, gratuita, basata sulla reciproca fiducia e sulla totale accettazione. Di questi tempi (e sempre) ne abbiamo bisogno. L'Autore Alberto Dal Negro ha fondato a Bolzano nel 2003 la cooperativa sociale Gli amici di Sari, in cui propone interventi assistiti con gli animali (cani, asini, conigli...). Incuriosiscono subito i titoli dei vari capitoletti: ad esempio "Ginetto, che discorsi!", "Rodrigo, schiacciatine irresistibili", "Gigi, ansiolitico speciale".



Erbe & cocktail

Serge Schall
Piante da bere
Sonda Edizioni
Pagine 192
euro 19,90

Elegante edizione con splendide foto (il ché non guasta...). Ma soprattutto il libro di Serge Schall, orticoltore marsigliese, si distingue per i piacevoli ritratti di tantissime piante utilizzate per preparare bevande tradizionali: informazioni precise e tocchi di originalità con rimandi alla storia delle piante trattate, molto spesso decisive anche nei vari contesti culturali e al centro della vita sociale e della convivialità. Poi, ovviamente, le ricette, anche alcoliche per ogni pianta: sono innumerevoli gli spunti per costruire in casa il proprio cocktail, liquore o amaro. Cin cin!

Il classico



Vito Fumagalli
L'alba del Medioevo
Il Mulino
Pagine 99, euro 10,00

Se siamo in vena di letture che riguardino il passato della nostra civiltà, per riflettere sulle nostre origini, non si può ignorare quest'opera di uno dei nostri storici più importanti: Vito Fumagalli. In "L'alba del Medioevo" l'Autore presenta un ritratto a tutto tondo del sesto secolo della nostra era, un momento di chiusura

(dell'impero romano) e ripartenza (con i germi della nuova epoca protetti nei monasteri). Città abbandonate, territori tornati incolti, barbari, lupi, immaginazioni fantastiche e terribili. Perché recuperare un saggio di questo tipo? Perché abbiamo la memoria corta e tendiamo a pensare che a noi tutto sia dovuto, le nostre certezze, i nostri agi. Ma non è così. Quello che siamo si costruisce giorno dopo giorno, con coraggio e ascoltando prima di tutto le profondità della nostra anima. Luce e oscurità, sfide e battaglie, lupi ed eremiti di quell'epoca oscura risuonano ancora dentro di noi. Libro di meditazione, alla fine dei conti.