



ELS BOSCOS
ESPIRITUALITAT

|
FUNCIO TERAPÈUTICA

visió europea
des des Catalunya

Josep M. Mallarach



Sumari

Consideració dels valors culturals, espirituals, terapèutics en les estratègies de conservació

‘Serveis ecosistèmics’ espirituals i terapèutics

Santuaris forestals: passat i present dels valors espirituals als boscos d'Europa

Valor terapèutic del boscos a Japó i Corea del Sud.

Els boscos amb més valor espiritual i terapèutic

Pèrdua i amenaces als boscos primaris i madurs a Europa i Catalunya

Propostes per salvaguardar els boscos de més valor espiritual i terapèutic.

Resolucions de les dues Assemblees Generals de la Unió Internacional per a la Conservació de la Natura:

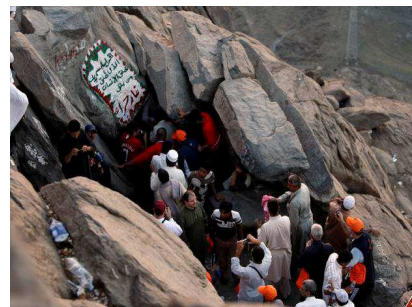
Res. 038-2008: Reconeixement i conservació de llocs naturals sagrats en espais naturals protegits.

Res. 099-2008: Reconeixement de la diversitat de conceptes i valors de la natura

Res. 147-2012: Suport als protocols dels custodis i les normes consuetudinàries de llocs naturals sagrats.

Res. 009-2012: Promoure la col·laboració amb les organitzacions religioses.

Res. 094-2012: Respectar, reconèixer i recolzar les àrees de conservació comunitàries.





El darrer Congrés Mundial d'Espais Naturals Protegits (Durban, 2003)

*RECOMANA als governs, ONG, comunitats
locals i societat civil:*

*- Assegurar que en els sistemes d'espais naturals protegits, la designació, establiment d'objectius, planificació, zonificació, gestió, i formació dels gestors, **doni una atenció equilibrada a tot l'espectre de valors materials, culturals i espirituals.***

*- Desenvolupar i dur a terme campanyes d'educació pública i mediàtiques per **promoure la consciència i el respecte pels valors culturals i espirituals, i en particular, els llocs sagrats.***

DEMANA als gestors d'espais naturals protegits que:

- Identifiquin els espais sagrats, amb participació i consentiment informat d'aquells qui els reverencien, i que impliquin els seus custodis en llur conservació i gestió.*
- Promoguin el diàleg i la resolució intercultural de conflictes amb les poblacions indígenes, comunitats locals i altres implicats.*
- Recolzin els esforços de les comunitats locals per mantenir llurs valors culturals i espirituals, i les pràctiques relacionades.*
- Revisin la gestió existent per donar més atenció als valors culturals i espirituals, i reconèixer tot l'espectre de qualitats especials que té cada espai natural protegit.*



Looduslikud pühapaigad
 Natura 2000-ala

IUCN

WPC Recommendation V.13 Cultural and Spiritual Values of Protected Areas

Manual 10

Serie de manuales EUROPARC-España
 Programa de trabajo para las áreas
 protegidas 2009-2013

The establish
 serve natur
 Individua
 and heal
 and heal
 natural
 Many t
 and co
 nation

El patrimonio inmaterial:
 valores culturales y es
 Manual para su incorp
 en las áreas protegid

DAVID HARMON and ALAN PUTNEY

The FULL VALUE of PARKS

From ECONOMICS to the INTANGIBLE

IUCN
 World
 Commission
 on Protected
 Areas

ected Areas and Spirituality
 Proceedings of the First Workshop
 of The Delos Initiative - Montserrat 2006
 Josep-Maria Mallarach & Thyimo Papayannis

IUCN

Sacred Natural Sites

Guidelines for Protected Area Managers

How to Plan for the Culture and Spiritual Values of Protected Areas
 An Introduction for UNESCO's World and Biosphere Reserves
 and Other Protected Areas
 Peter Hoenes, Maria Ester



SACRED NATURAL SITES
 SERVING NATURE & CULTURE

EDITORS
 Bas Verschuuren • Robert Wild
 Jeffrey McNeely • Gonzalo Oviedo

IUCN
 IAMS
 IAP

The Importance of Sacred Natural Sites for Biodiversity Conservation

IUCN

Cultural and Spiritual Significance of Nature in Protected Area Management and Governance

Specialist Group on Cultural and Spiritual Values of
 Protected Areas

IUCN
 WCPA
 WCU

Best Practice Protected Area Guidelines Series No. 16

IUCN
 WCPA
 WCU

Best Practice Protected Area Guidelines Series No. 16

IUCN
 WCPA
 WCU
 gtz

IUCN
 WCPA
 WCU
 gtz

Espais naturals protegits: versió moderna, secularitzada,
dels espais naturals sagrats que existeixen arreu del món



Hauríeu de saber que la Mare Terra és sagrada...

i que el nostre deure és custodiar-la

Propagació del culte d'Artemis a Ibèria (s. VI-VII a C.) *temenos*



*“Vora el camí
trobaren el bosc esplèndid d’Atena,
una verneda, ...
i va pondre’s el sol,
i al bosc il·lustre arribaren, sacre d’Atena
i Ulisses, el divinal, va quedar-s’hi”.*

Odissea, cant VI





”Els antics germans consideraven indigne de la majestat dels déus construir-los temples, per això els consagraven boscos, on només podien ésser-hi percebuts per l’ull de la reverència” (Tàcit, s. I)



Selva caducifòlia de Bialowieza (Bielorrússia i Polònia) sagrada per a les antigues tribus eslaves (s. VII-VIII) amb valors espirituals per a les poblacions locals actuals, (ortodoxes i catòliques) – Parc Nacional, Patrimoni Mundial i Reserva de Biosfera.



Santuari circular de fusta de la civilització Geto-Daciana
(500-1000 aC) Parc Nacional de Cioclovina (Romania)



Els druides ensenyen moltes coses als representants de la noblesa, de manera secreta, en llargs períodes, sigui en coves o en boscos vells retirats (Pomponi Mel·la)



Gestió forestal monàstica : conservació i ús prudent

Durant més de 15 segles els ordes monàstics cristians van desenvolupar exemplars models de gestió forestal: cistercencs, camaldulencs, benedictins, cartoixans, franciscans,...i tots els ortodoxes

Regles inspiradores: St Benet,
St Basili, St Camuald, ...

RB: “tractar totes les coses del monestir com si fossin vasos sagrats de l’altar”

Nombrosos parcs nacionals i reserves integrals forestals es troben en boscos conservats per ordes monàstics arreu d’Europa.



República monàstica d'Athos

Gestió monàstica pan-ortodoxa

Governança democràtica 11 segles.

700 assentaments monàstics

Patrimoni mundial natural i cultural.

Alguns dels millors ecosistemes forestals de la Mediterrània oriental





PARC NACIONAL DELS BOSCOS CASENTINO

Gestionat pels monjos camaldulencs durant set segles

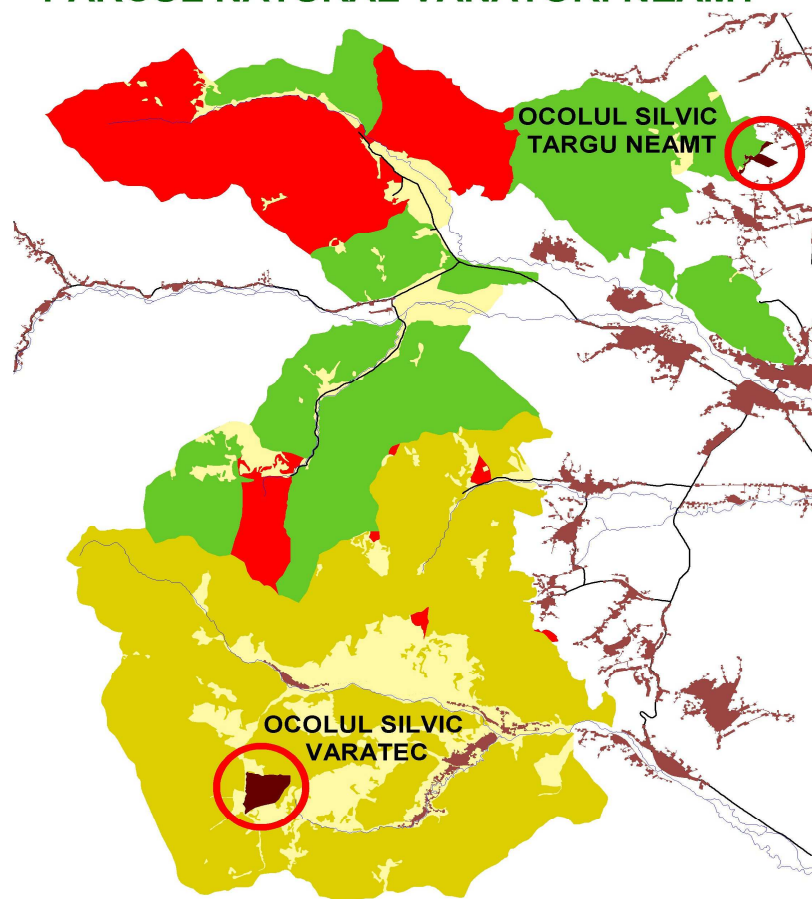
Codi camaldulenc > legislació forestal italiana



RNF del Barranc del Titllar (665 ha) i del Barranc de la Trinitat (266 ha) creades pel Decret 279/1998 al PNIN de Poblet: 8 segles de gestió monàstica documentada.

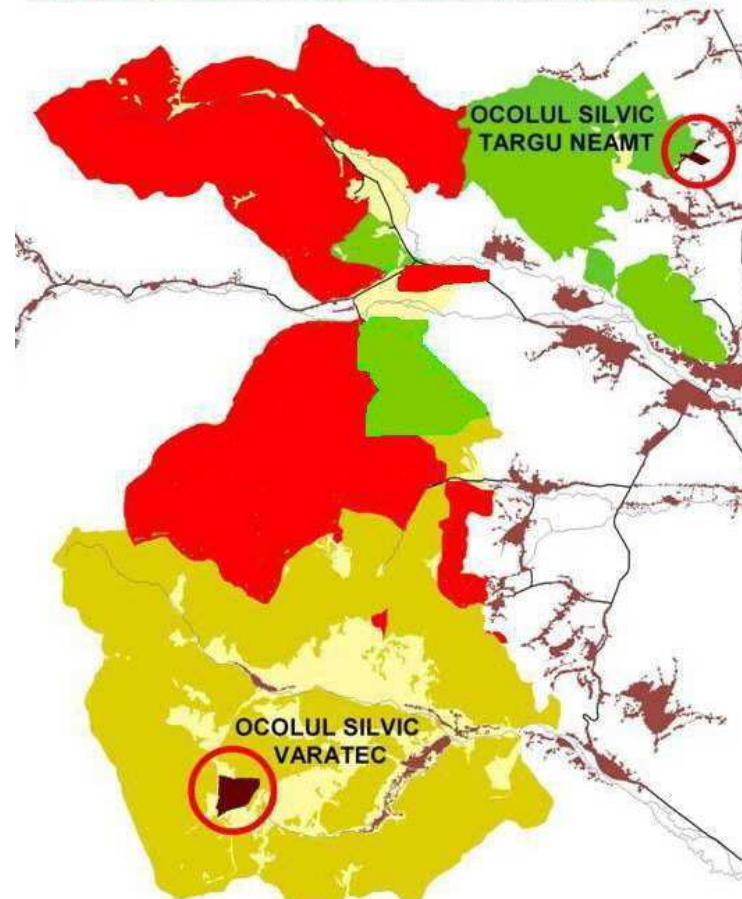
Restitució de la propietat del sòl de l'Estat al Patriarcat de Romania Parc Natural de Vanatori – Neamt, Moldavia (Romania)

PARCUL NATURAL VANATORI NEAMT



2005

PARCUL NATURAL VANATORI NEAMT



2007



Noua mănăstire a femeilor din Agapia Veche (Romania)



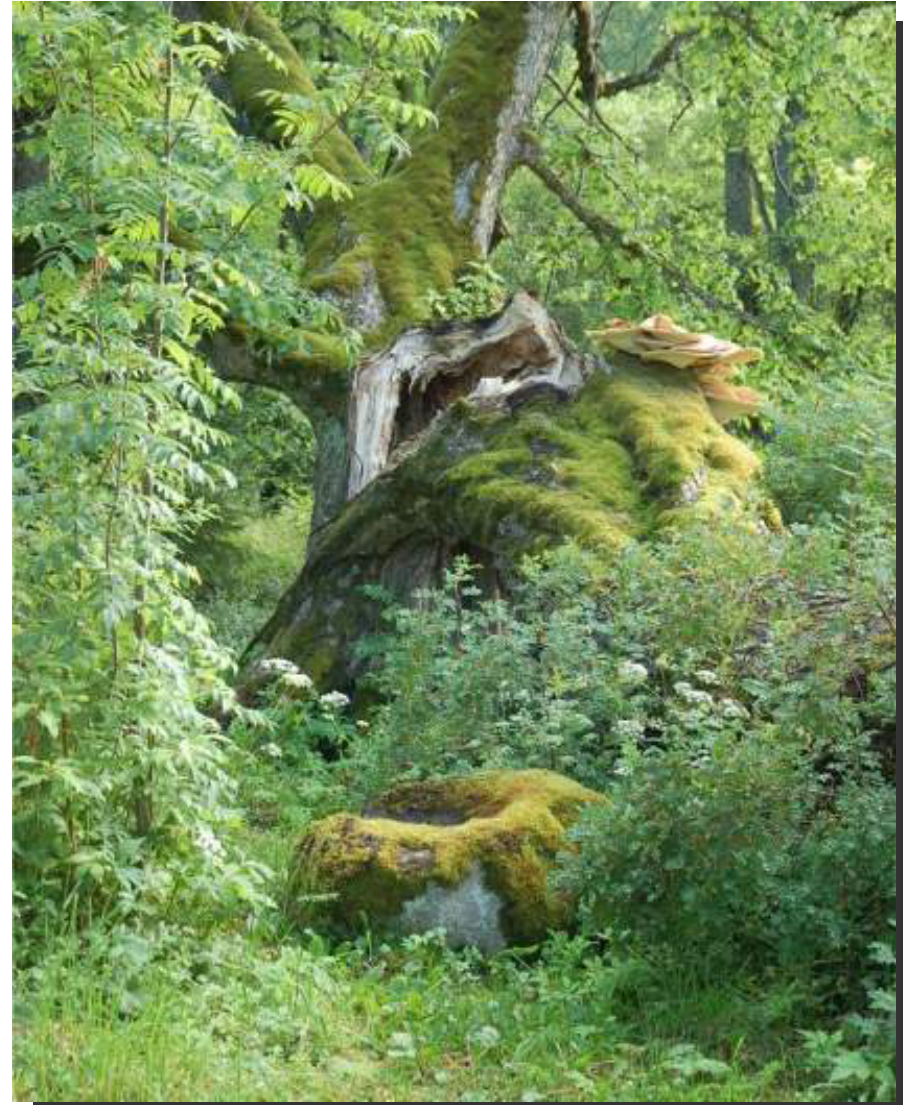
Parc natural i nacional de Rila
(Església ortodoxa de Bulgària)



Boscós entorn d'eremitoris, preservats per la reialesa o la noblesa, com els de les illes de Rügen o Vilm – Reserva Integral -Reserva de Biosfera (Alemanya)

Pla de conservació llocs naturals sagrats Estònia -2008-12

- ❖ Impulsat pel Ministeri de Cultura d'Estònia (2008)
- ❖ Universitat de Tartu + Casa Estoniana de *Taara* i religions autòctones.
- ❖ Uns 2500 llocs naturals sagrats històrics catalogats (d'uns 7000 estimats)
- ❖ 452 protegits com a monuments culturals
- ❖ Uns 500 boscos sagrats (*hiis*)



Bosc sagrat de Kiigeoru amb altar d'ofrenes prop del poble de Koke (Estònia)



Rituals contemporanis en els boscos sagrats (hiis) d'Estònia



ELS CÀRPATS

Innombrables espais sagrats vinculats als boscos: prehistòrics, històrics i contemporanis, amb usos religiosos i espirituals vius, en recuperació i populars.





Protecció religiosa

A l'Europa de l'est els valors espirituals del bosc solen ésser descrits en termes religiosos de les esglésies ortodoxes, més properes a la natura.

Han estat i encara són -en molts llocs- catalitzadors d'identitats individuals i col·lectives.

Dalt: Ritual de consagració d'un *zapi*, en un poble de Sèrbia.

Baix: Bosc *aforismeno* (excomunicat) a Mikro Papingo (Grècia)



Sacralitat de la natura a Finlàndia: 42 llacs, 26 turons, 22 valls, 18 estanys, 15 rius, 11 badies, 9 muntanyes amb el prefix 'pyhä' (sagrat)



Per als indígenes sami actuals, els boscos, arbres, roques, llacs, ...són plens de presències espirituals que els confereixen vàlua espiritual.

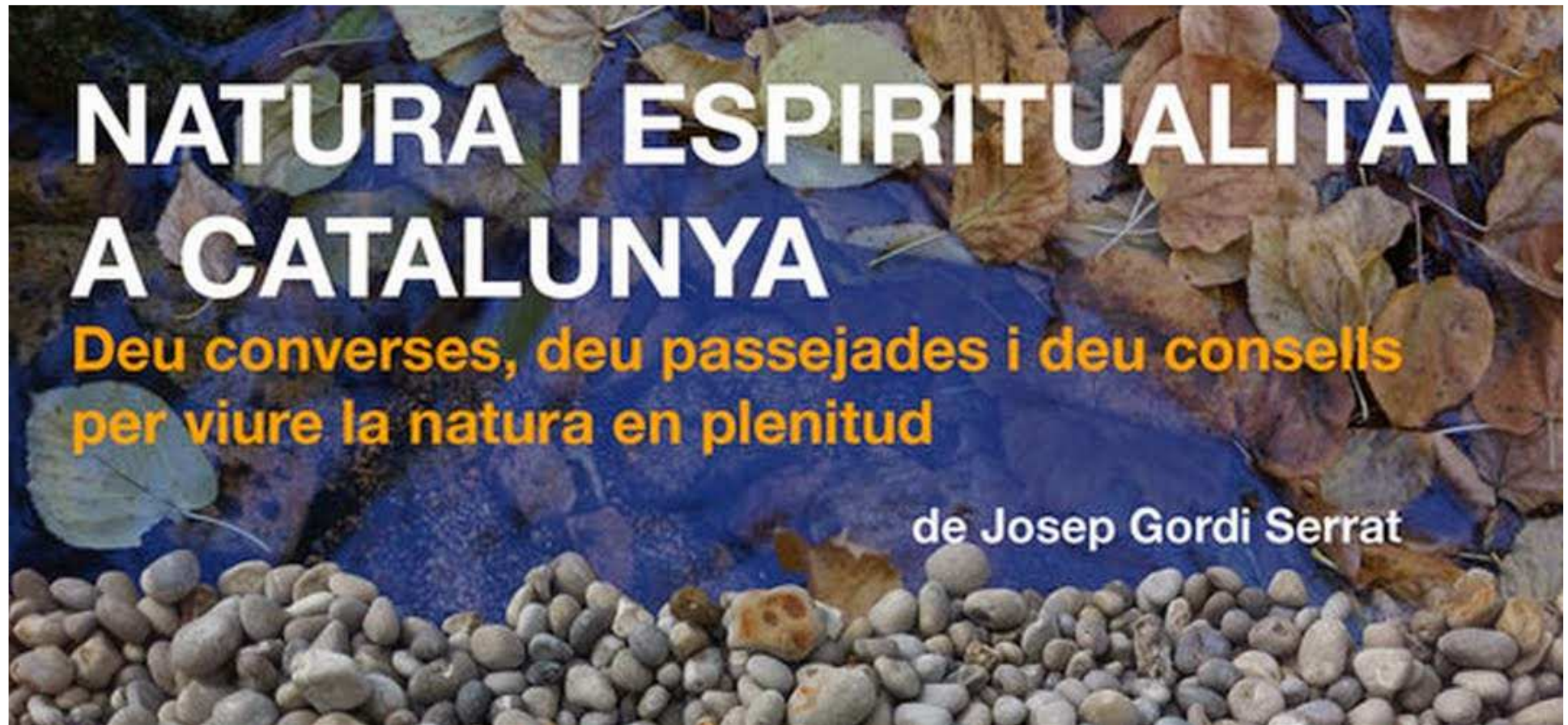
QUÈ ATREU ALS FINESOS ALS ESPAIS NATURALS PROTEGITS ?

Experimentar
la pau, harmonia
i grandesa majestuosa
de la Natura

(Metsähallitus, 2010)



Virpi Sahi: La missió de l'art tradicional més autèntic és ajudar-nos a assolir l'experiència de bellesa, bondat i santedat.



Entre els consells : passejar, contemplar,
meditar a la natura

Dels 10 llocs recomanats a Catalunya, 8
són forestals



Natura i Espiritualitat als boscos d'El Miracle

Cursos de 2, estacionals
de 4 i 10 dies anuals.
passejades contemplatives en silenci

TARDOR - TERRA	HIVERN - AIRE	PRIMAVERA - AIGUA	ESTIU - FOC
☾	●	☽	○
18 i 19 d'octubre del 2008	21 i 22 de febrer del 2009	1, 2 i 3 de maig del 2009	7 (nit), 8 i 9 d'agost del 2009
<p>La tardor. La més bonica de les estacions, potser. Aquella en què el sentit fa sentit, tot posant-se en qüestió. Mans nues. Desamada, la tardor en haurà posat davant la nostra humana condició d'éssers que saben passar, dolre's, esperar, prometre, viure. Humanament. En l'esplendor dels crepuscles i l'espera de les aurores, que esperen que les fem resplendir.</p> <p style="text-align: right;">(Fr. Wybrands)</p>	<p>Ara la terra és nua i bella. La pau és l'últim vel de cada línia que cisella la claredat del cel.</p> <p>La claredat, severa glòria sobre el paisatge mort... Així il·lumina la memòria l'hivern del meu record.</p> <p style="text-align: right;">(Màrius Torres)</p>	<p>Al damunt del bell morir començava a resplendir pels celatges carminencs el blanc quart de lluna nova. Tot semblava un món en flor i l'ànima n'era jo.</p> <p style="text-align: right;">(Joan Maragall)</p>	<p>Aclama joïós l'herbei de l'estepa, s'engalanan els turons, les prades es vesteixen de ramats, les valls, cobertes de blat, aclamen joïoses i canten.</p> <p style="text-align: right;">(Salm 65)</p>
<i>El primer pas d'una ànima per a arribar al coneixement de Déu, és la contemplació de la Natura. (Ireneu de Lió)</i>			
..caminada en silenci...audició musical...àpats..	..contemplació natura...interiorització-reflexió...repòs..	..cinema...intercanvi d'experiències...caminada en	silenci...audició musical...àpats...contemplació...



FER SALUT

FUNCIÓ TERAPÈUTICA

Austràlia: capdavanters en la col·laboració entre els serveis de salut i d'espais naturals protegits.

Concepte de salut integral, holística, més vinculada a teràpies naturals.

“Healthy Parks & Healthy people”

Manual de Bones Pràctiques de la Comissió Mundial d'Àrees Protegides d'UICN – 2014

Publicació de la traducció catalana el 2015, amb exemples de casa nostra



© Edwin Bernbaum

Temples i monestirs budistes i xintoïstes de la serralada Kii (Japó) en paisatges forestals, visitats per + 11 milions de pelegrins anualment



Santuari del kami del sallent de Natxi (Japó)



Corea del Sud:
Llarga tradició de cercar
la salut del cos i de l'ànima
en la natura, en especial als
boscos solitaris.

Molts parcs nacionals són
antigues propietats
monàstiques budistes.





Shinrin-yoku (森林浴) Sanlimyok (삼림욕)

Prendre un bany de bosc / l'atmosfera al bosc

conceptes contemporanis, validats científicament

Pràctica terapèutica reglada a Japó

Molt popular a Corea del Sud

...però la relació i veneració dels japonesos i coreans vers la natura té una tradició mil·lenària.

Es remunta a antigues pràctiques budistes i xintoïstes que preconitzen deixar que la natura penetri l'ésser humà a través de tots els sentits, teràpia física, psíquica i espiritual.

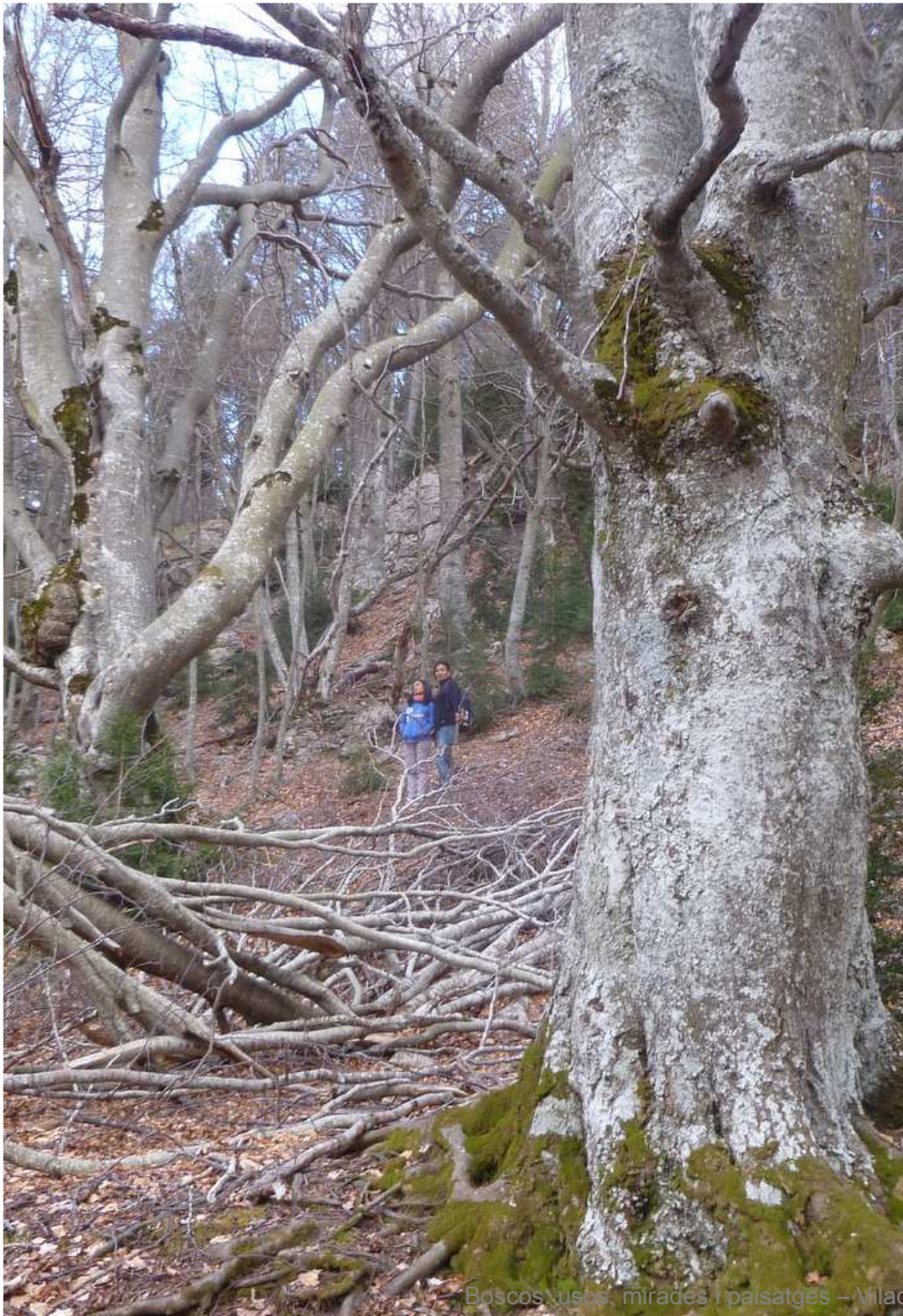




Segons les recerques del Departament d'Higiene i Salut de Tokio :

passejar tranquil·lament (prendre un bany de bosc) diverses vegades al mes per un bosc primari o madur té per efecte:

- Baixar la pressió sanguínia
- Reduir la concentració de cortisol a la saliva (biomarcador d'estrés)
- Baixar els nivells de glucosa a la sang
- Estabilitzar l'activitat nerviosa autònoma
- Enfortir el sistema immunitari
- Reduir els nivells d'angoixa, depressió i fatiga.
- Millorar el sistema cognitiu
- Augmentar la vitalitat



Recerques europees: Boscós, arbres i salut

Programa Cooperació en Ciència i
Tecnologia de la Unió Europea:

“Acció E39: Boscós, arbres i salut”

160 investigadors de 23 països durant
quatre anys.

Anàlisi de les diverses maneres com
els boscós contribueixen a millorar la
salut i el benestar de la societat.

Tant en àmbits urbans (parcs urbans)
com rurals i naturals.

Múltiples beneficis, perspectiva
preventiva i de “salut integral”

Bosc: un servei de salut natural

Segons nombrosos investigadors (ex. Liz O'Brien: *Arbres i paratges forestals: un servei de salut natural*)

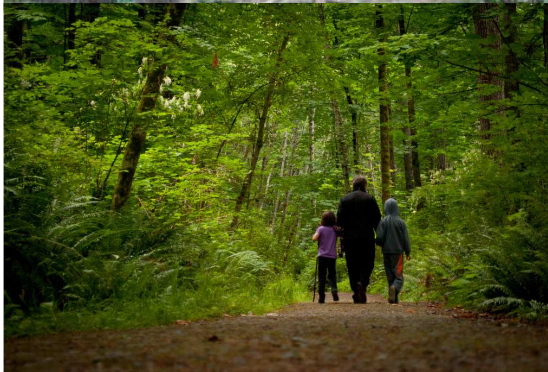
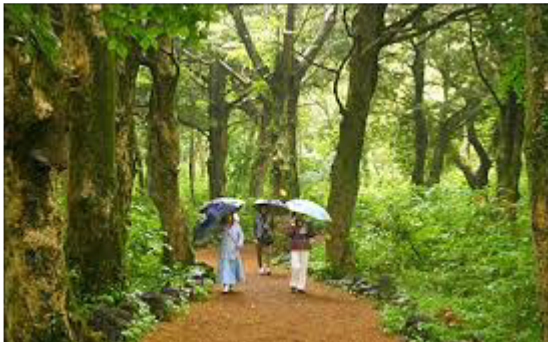
“Els boscos són entorns restauratius on els sons, la vista i les olors experimentats juguen un paper fonamental reduint l'estrès i estimulant tots els sentits”.

“La qualitat de vida que deriva de sovintejar un bosc ben conservat es tradueix en benestar físic, psíquic i social”.

“efectes més directes en la recuperació de dèficits o malalties mentals i psíquiques”

La visita al bosc és gratuïta, però sol generar beneficis econòmics a les poblacions locals.

Molts estudiosos recomanen viure a menys de 4 km d'un bosc accessible, que tingui més de 20 ha.





Disseny d'itineraris forestals terapèutics a Catalunya (2013-15)

Fundació Accionatura, Institut de Medi Ambient de la Universitat de Girona, Patronat Girona Costa Brava, Diputacions de Barcelona i de Girona.

Itineraris vinculats als boscos madurs (ex. els del Programa Sèlvans de la Diputació de Girona) dins i fora d'espais naturals protegits.

Criteris: bona accessibilitat, aprofitar recorreguts preexistents, evitar espais fràgils o vulnerables, representació de la diversitat d'hàbitats forestals i distribució territorial equilibrada (3-4 per comarca) amb responsables locals.

Estudis clínics sobre els beneficis dels boscos madurs respecte els boscos joves en p-ex. fibromiàlgia reumàtica.

Base per un projecte FEDER o LIFE per dur a terme les actuacions, amb la Diputació de Girona, Dep. de Salut, etc.



“Banys de bosc” i tai-chi als boscos de Catalunya

Al Japó es recomanen passejades suaus. sense cansar-se mai, relaxadament, i amb alguna beguda.

Miquel Àngel Cabrer (coautor de *Restoring order in health and chinese medicine*) organitza ‘banys de bosc’ i acompanya el recorregut amb exercicis de taichi i daoyin.

“Per ajudar a estar més oberts als olors, sons, i colors del bosc ..però el més important és fer-ho sense cap objectiu concret, perquè a la vida quotidiana ja en perseguim massa”.

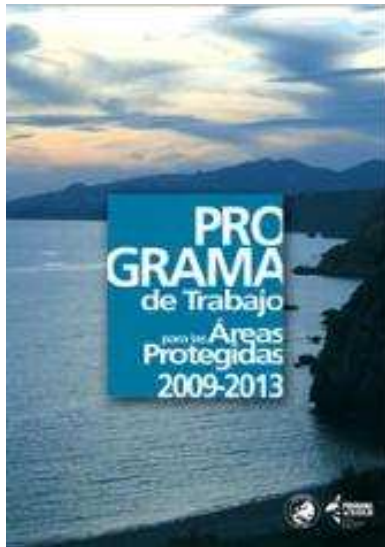
Proposa: passejades llargues (6 – 7 hores), lentes, factibles per a tothom, sense rellotges, mòbils, ni cambres. En silenci i grups petits, amb pícnic i descans solitari.

El temps s’atura o llisca, es respira pau pregona i els participants en surten restablerts i envigorits.

A photograph of a forest with tall, thin trees and a path covered in fallen leaves. The text is overlaid on the left side of the image.

ESTRATEGIA PER RECUPERAR
DEL SILENCI
A LA FAGEDA D'EN JORDÀ :
UNA RESPONSABILITAT COMPARTIDA

Associació Silene (2013)



EUROPARC-ESPANYA

Programa de treball per als espais naturals protegits de l'Estat 2009-2013

Eix IV “Recolzament social a través de la demostració a la societat dels beneficis i serveis dels espais naturals protegits”.



Línia de treball “Valors culturals i espirituals de les àrees protegides”

Manual 10: El patrimonio inmaterial: valores culturales y espirituales. Manual para su incorporación en las áreas protegidas.

Accessible: www.europarc.org
www.silene.es

Taller elaboració del manual *Patrimoni immaterial. Incorporació de los valores culturales y espirituales en las áreas protegidas*



Equip de col·laboradors del Manual al Parc natural del Moncayo – 2011

Bosc: usos, mirades i paisatges – Viladrau 17-9-2014 – Josep M. Mallarach

VALORS CULTURALS I ESPIRITUALS DELS BOSCOS

Artístics: Música, poesia, dansa, jocs, pintura, literatura, fotografia,...

Estètics: Silenci, tranquil·litat, bellesa,...

Socials: Coneixement tradicional, oficis, fires i festes, gastronomia,...

Governança: Estructures, normes, costums ...

Històrics: Fets històrics significatius

Lingüístics: Llenguatge, dialectes, dites, endevinalles, vocabulari, toponímia, llegendes, contes, ...

Religiosos: Rituals, pelegrinatges, cerimònies, santuaris, monestirs, ermites,vius

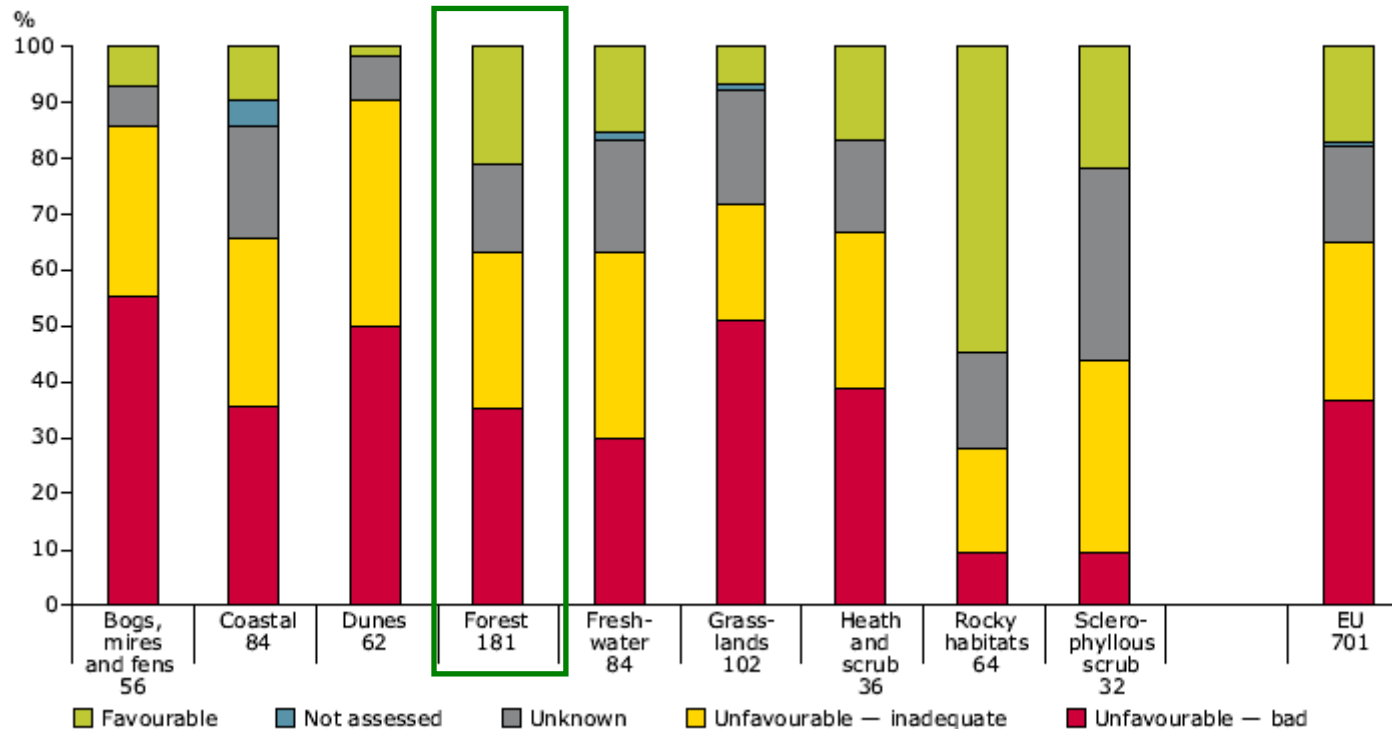
Espirituals: Boscós sants, sagrats, encantats, màgics

Segons els llocs i països,
aquests valors són els principals
fins al segle XIX o XX
o ho són encara.



Estat dels principals hàbitats a Europa (EEA, 2009)

Figure 11 Conservation status by main type of habitats



Només el 25% dels hàbitats forestals de la UE estan en 'bon estat'
El 65% dels hàbitats forestals estan en estat 'desfavorable' o 'dolent'

Els boscos madurs a Europa

- Més de la meitat de les espècies forestals d'interès europeu i més del 60% dels hàbitats forestals de la Directiva d'Hàbitats es troben en “estat de conservació desfavorable”.
 - El 27% dels mamífers, el 10% dels rèptils i el 8% dels amfibis associats amb els ecosistemes forestals estan amenaçats d'extinció a la UE.
- + 1000 espècies vinculades als boscos boreals estan en greu perill d'extinció
- Els impactes del canvi climàtic són perceptibles i s'esperen grans en extrems latitudinals i altitudinals. A la conca Mediterrània, els canvis climàtics afebleixen els boscos contra els flagells.



Els boscos amb més valors espirituals i terapèutics

Boscos íntegres, que han assolit una edat venerable sense pertorbacions significatives.

Amb alta complexitat i biodiversitat, amb estructures, organismes i espècies que depenen de la presència de grans troncs i rabasses vius, morts i en descomposició.

Amb nombrosos olis volàtils terapèutics.

Amb bon equilibri en la distribució d'edats dels arbres i presència de totes elles.

Sinònims aproximats: *boscos vells, madurs, centenaris, primaris, verges, climàtics.*





Els boscos primaris i madurs a Europa

Al voltant d'un 35% de la superfície terrestre dels països d'Europa és forestal, amb tendència a l'augment

Només el 6% d'aquests boscos es consideren inalterats o poc alterats per la intervenció humana, amb tendència a la reducció.

Més de la meitat dels boscos no alterats són a la Federació Russa.

Dins la Unió Europea, Romania i Bulgària són els que tenen més superfície relativa i absoluta de boscos madurs.

Boscos molt valuosos, escassos i amenaçats a Europa



Què s'entén per conservació ?

Des de l'Estratègia Mundial de Conservació de 1980 (UICN, WWF, PNUMA) el concepte de **conservació** inclou quatre dimensions diferenciades:

PRESERVACIÓ

PROTECCIÓ

US SOSTENIBLE

RESTAURACIÓ

Els pocs boscos primaris madurs que resten s'han de **preservar o protegir**.

No és possible 'restaurar' boscos madurs (a escala de la vida humana), ni fer-hi un ús extractiu comercial.



Salvaguarda de boscos madurs a Europa

La majoria de països europeus disposen d'estratègies, catàlegs, inventaris, o normes per protegir els boscos primaris i madurs.

Molts governs incentiven amb instruments econòmics o fiscals la protecció dels millors boscos de més vàlua científica, estètica, etc.

Existeixen moltes ONG dedicades a la protecció de boscos madurs (entre altres o específicament), sigui comprant-los, sigui amb acords de custòdia

La demanda social de protecció de la natura creix, i el valor que s'atorga als boscos madurs també augmenta arreu: símbol, salut, identitat,...

El 6% dels boscos es deixen a evolució natural.

ESPANYA

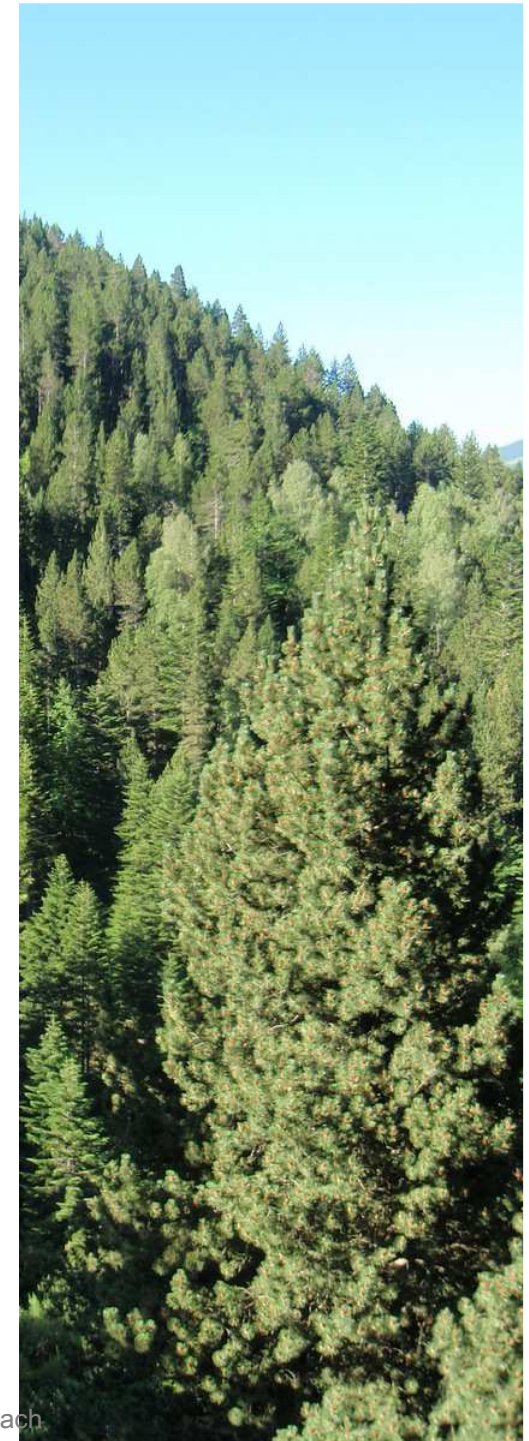
1998 - La *Estrategia Española para la Conservación y Uso Sostenible de la Biodiversidad* s'aprovà per la CIMA (no pel govern).

S'ha aplicat molt poc (-30%). Ha rebut sancions europees. Espanya un dels estats de la UE amb menys informació sobre l'estat de conservació.

Les competències clau en mans de les Comunitats Autònomes, amb molt poca cooperació.

Comptades les Comunitats Autònomes tenen una Estratègia per a la conservació de la biodiversitat ...menys encara l'apliquen.

Algunes ONG fan funcions de suplència



REPTES A CATALUNYA

No tenim llei de patrimoni natural i/o biodiversitat
Ni Estratègia de conservació de la biodiversitat
Ni xarxa representativa de reserves forestals
Ni tan sols inventari de boscos madurs.

Només una petita mostra de boscos singulars (0,3%) a l'Inventari de Boscos Singulars elaborat pel CREA (2010) sense protecció legal.

Algunes comarques té inventaris complets de boscos madurs

Molts plans d'ordenació forestal i alguns plans tècnics protegeixen els rodals de boscos madurs.

Via custòdia del territori: Diputació de Girona (Sèlvans) ha creat reserves forestals en boscos madurs. Algunes ONG també....**però seguim perdent boscos madurs.**



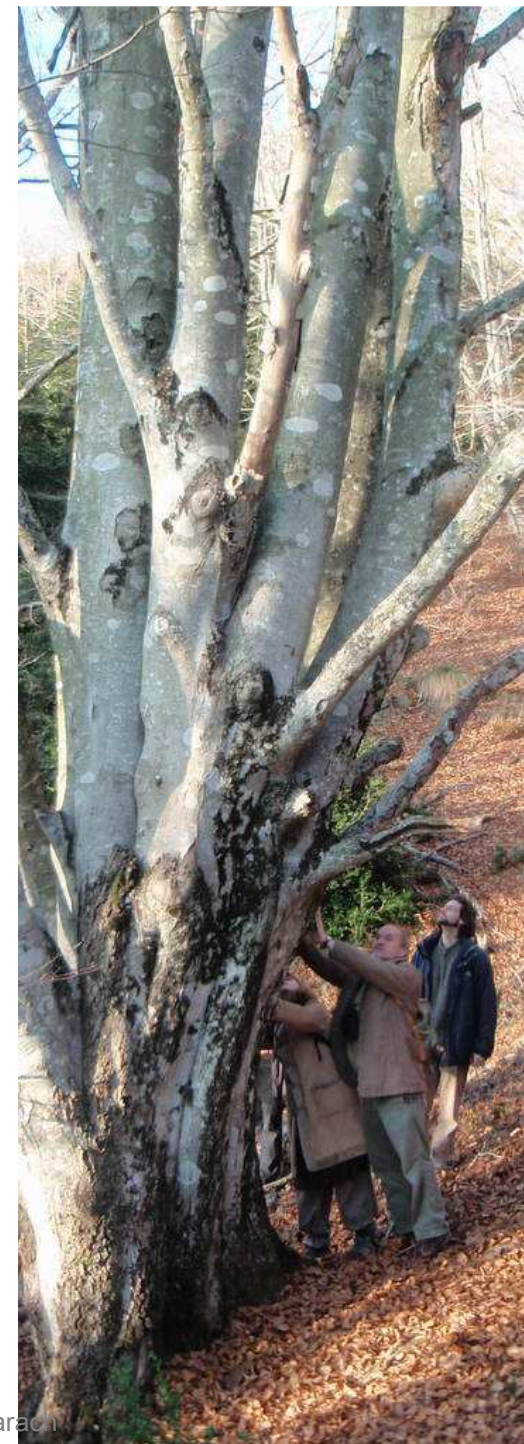
TRES PROPOSTES PER CATALUNYA

Crear una xarxa de reserves forestals (integrals o naturals) que cobreixi aproximadament el 5% de la superfície forestal, deixada a evolució natural, de preferència dins dels espais naturals protegits que ja existeixen.

Posar-la en valor mitjançant:

El foment de sinèrgies entre preservació forestal i salut: teràpies naturals preventives o curatives, turisme de salut, etc

El foment de sinèrgies entre preservació forestal i espiritualitat: activitats i pràctiques de meditació, contemplació, de preferència en espais naturals i els indrets històricament considerats sagrats.





Reconèixer els valors culturals i espirituals dels boscos, la seva funció en la salut, terapèutica, permet donar resposta a demandes socials emergents, ampliar els usos, augmentar el suport social per a la seva gestió (inclosa la preservació).

En els boscos dins d'espais naturals protegits, ajuda a millorar l'efectivitat de les mesures de protecció, via respecte.



per saber-ne més: www.silene.es

Imatges cedides pel Grup especialista en valors culturals i espirituals dels espais naturals protegits d'UICN