

---

## Il Bosco del sorriso

**Autore:** Giulia Martinelli

**Fonte:** Città Nuova

**Nell'Oasi Zegna (Biella) è aperto ormai da anni un percorso di 4,8 km nell'Alta Val Sessera tra abeti, betulle e faggi per riscoprire gli effetti benefici che le piante hanno sulla nostra mente e sul nostro organismo**

I nostri antenati lo avevano già capito: piante e alberi possono avere effetti benefici sul nostro sistema nervoso e oggi questa antica credenza è stata confermata anche dalla scienza. Da qui nasce l'idea di **un percorso esperienziale** nel biellese che permette alle persone di percorrere un sentiero ad anello **facile e adatto anche ai più piccoli**, tra grandi faggi, pini e betulle, per riscoprire in prima persona gli effetti benefici della natura.

Studi recenti hanno infatti dimostrato che **sia l'uomo che le piante emettono campi elettromagnetici** e, in alcune occasioni, i campi elettromagnetici emessi dalle piante possono influire sullo stato di salute fisica e mentale dell'uomo. Il percorso nel bosco è stato realizzando seguendo i principi della "**Bioenergetic Landscape**", una tecnica introdotta dall'eco-designer Marco Nieri, che tiene conto delle caratteristiche energetiche possedute da ogni pianta in grado di modificare positivamente la qualità bio-elettromagnetica della biosfera che le circonda e quindi influire positivamente sull'organismo umano.

Gli effetti delle piante dipendono ovviamente dalla specie e dalla loro esatta collocazione, così nel percorso sono state segnalate 16 tappe che corrispondono a 16 alberi in posizioni favorevoli. A guidare i partecipanti tra i sentieri del **Bosco del sorriso** è il **dott. Michele Vania**, esperto in **omotossicologia e medicina di biorisonanza** che consiglia di sostare sotto ogni pianta almeno 10 minuti in modo tale da assorbirne tutta l'energia. Così, sotto la betulla si avranno benefici al sistema linfatico e nervoso, qualche minuto di riposo sotto il faggio aiuterà ad allontanare i reumatismi, mentre l'energia rilasciata dal pino rinforza il sistema immunitario e cardiocircolatorio.

---

E la passeggiata è stata pensata anche per i più piccoli, tra una tappa e l'altra ci sono infatti aree di sosta allestite con sedie in pietra e grandi libri di legno dove i genitori possono fermarsi e leggere qualche favola del bosco.