

## **Morinda Citrifolia (Aspirina Hawaiana o Nonu-Noni)**

Il nome botanico della pianta del Noni è "Morinda Citrifolia" ed è appartenente alle famiglia delle Rubiaceae. La classificazione della pianta del Noni nella categoria delle Rubiaceae (a cui appartiene anche la pianta del caffè) non è effettuata basandosi sulle proprietà medicinali ma sulla comparazione tra i fiori di altre piante conosciute. La pianta del Noni è conosciuta intorno al mondo anche con i nomi: Gelso Indiano, Nonu, Nono, Bumbo, Lada, Munja, e Canary Whood. Questa pianta prospera in tutto il mondo in un'ampia varietà di ecosistemi. Si ritiene che la sua diffusione in una ampia area geografica sia dovuto alla particolarità dei semi che, racchiusi in una sacca d'aria, galleggiano sull'acqua per mesi e, portati dalle correnti, possono percorrere grandi distanze. La pianta del Noni è presente in tutta la fascia tropicale; nei Caraibi, in Polinesia, alle Hawaii, In India e in Africa. Il Noni è una pianta che è in grado di adattarsi a condizioni estreme. Nelle Hawaii si trovano spesso piante che affondano le loro radici nella roccia lavica solidificata e sprofondano negli anfratti per trovare nutrimento ed acqua. Il Noni è una pianta che ha anche la capacità di resistere ad elevate concentrazioni saline per cui è possibile trovarla in prossimità delle spiagge. E' un albero sempreverde (non è un arbusto) che può raggiungere anche i 6 metri di altezza e ha una particolarità: produce frutti in abbondanza tutto l'anno; le piante più esposte al sole sono in grado di produrre i frutti più grossi. Tradizionalmente nelle culture Hawaiane e Polinesiane la pianta era considerata sacra e veniva venerata perché fonte di vita. I guaritori indigeni "Kahuna", che utilizzavano erbe e piante autoctone, la chiamavano "albero della vita", "pianta che uccide il dolore" e anche "albero del mal di testa". Tutte le parti del Noni erano anticamente utilizzate come rimedi naturali per diverse sintomatologie. La corteccia e le radici del Noni venivano anticamente utilizzate per produrre i colori rosso e giallo ma erano conosciute dai guaritori per le proprietà curative ed essi, pestandole e facendole macerare, riuscivano a ricavarne degli estratti curativi. Le foglie, i fiori e i frutti hanno delle proprietà medicinali che sono state oggetto di studio da parte delle molte università nelle Hawaii, Francia e Giappone. Il Noni non cessa mai di sorprendere infatti, è l'unica pianta che produce fiori in presenza del frutto. Sul bocciolo del frutto acerbo sbocciano dei fiori che sono definiti "perfetti" perché contengono sia l'apparato maschile (polline) che femminile (ovarico). Quando i fiori, con cinque, sei petali, sbiancano e cadono, lasciano delle cicatrici sul frutto sottostante; queste cicatrici sono chiamate "occhi" e sono circondate da una marcatura pentagonale o esagonale (a seconda di quanti petali aveva il fiore). I frutti del Noni nascono sullo stesso ramo in tempi successivi per cui si possono avere dei frutti maturi, frutti acerbi, frutti in fiore e boccioli che daranno origine a nuovi frutti. Il frutto del Noni, attraverso le sue fasi di maturazione, assume un colore verdastro che man mano tende al giallo per diventare giallo biancastro e traslucido nella piena maturazione. I frutti quando sono perfettamente maturi esalano un odore che richiama alla mente l'odore del formaggio maturo. Nel resoconto del libro di bordo del Capitano James Cook si fa riferimento allo sgradevole odore di formaggio che aleggiava attorno alle isole della Polinesia. Secondo autorevoli medici naturopati la migliore qualità di frutti di Noni è quella proveniente dalla Polinesia perché sull'arcipelago ci sono intere isole con enormi superfici ricoperte da una fitta vegetazione di piante di Noni che si sono diffuse spontaneamente. Le piante del Noni trovano in Polinesia il loro habitat ideale grazie al suolo vulcanico di antica origine con un basso contenuto di metalli pesanti e alla totale assenza di inquinamento. La competizione sui mercati globali tra Polinesia e Hawaii spinge i produttori di Noni americani a produrre anch'essi frutti e succo di origine organica (biologica) ma non li dissuade dall'evocare i fantasmi delle esplosioni nucleari

sotterranee avvenute molti anni fa nei lontanissimi atolli. La raccolta e la trasformazione dei frutti di Noni sulle isole offre uno sbocco alternativo all'economia Polinesiana nonché uno sbocco occupazionale per le nuove generazioni e il governo della Polinesia, con un monitoraggio costante delle acque e dell'aria, garantisce l'incontaminazione dei prodotti esportati. La pianta del Noni ha un meccanismo di auto-potatura in quanto i rami, troppo pesanti e carichi di frutti, si spezzano sotto il grande carico lasciando spazio e luce ai rami più giovani. Le foglie del Noni, anticamente utilizzate come supporto per le pietanze e per la cottura dei cibi, erano utilizzate anche come rimedi naturali per la tosse, la febbre, la congestione e oggi i germogli delle foglie sono utilizzate per produrre il Thè di Noni molto apprezzato. Oggi le moderne tecnologie applicate alla produzione alimentare sono in grado di estrarre molte delle sostanze contenute nelle foglie senza danneggiare i preziosi principi attivi; unguenti, gocce oculari, creme ed infusi sono ricavati utilizzando le foglie della pianta "sacra". La grande particolarità del Noni sta nel suo frutto. Il frutto del Noni contiene una incredibile quantità di sostanze nutrienti, sali minerali, vitamine ed aminoacidi essenziali senza dimenticare la presenza di innumerevoli tracce di metalli il che ha contribuito a definire la moderna riscoperta del Noni "la più grande scoperta nel settore della nutrizione naturale" di questo ultimo secolo. Tradizionalmente i Kahuna (i guaritori indigeni) preparavano un succo utilizzando i frutti maturi che venivano lasciati fermentare al sole per lunghi periodi. Ancora oggi le aziende che hanno avviato il business internazionale attorno al fenomeno Noni seguono l'antico e tradizionale metodo di fermentazione. Il succo del Noni ha delle incredibili proprietà perché sembra essere in grado di stimolare il sistema immunitario che, spesso compromesso da una alimentazione squilibrata e dalle negative ricadute dello stress, è la causa originale di moltissime malattie. Le proprietà del succo di Noni gli hanno valso l'appellativo di "adattogeno" ovvero di una sostanza che contiene in sé tanti e tali elementi da offrire al corpo umano, tanto da permettergli l'autoguarigione. Il succo del Noni non deve essere inteso come una medicina perché, sebbene siano state dimostrate le sue proprietà antidolorifiche, esso non agisce sui sintomi ma agendo a livello di nutrizione cellulare va a lavorare sulle cause. Tra i diversi adattogeni esistenti in natura, tra i quali ricordiamo l'Aloe Vera, il Mangosteen e l'Akai e la Maca, il Noni si distingue per una caratteristica davvero unica che altri non hanno: ha un contenuto di enzimi Xeronina e Proxeronina incredibilmente elevato che è superiore di 800 volte a quello presente nell'ananas ritenuto, in passato, una ricca fonte di proxeronina. La scoperta del contenuto di Proxeronina nel frutto del Noni è dovuta al ricercatore Dr. Henicke che stava conducendo studi sull'ananas, sulle isole Hawaii, per conto della multinazionale DOLE. Sembra sia stato un turista di ritorno dalla Polinesia, incuriosito dalle usanze dei locali Kahuna, a portare alcuni frutti del Noni al Dr Henicke il quale appurò la presenza degli enzimi alcaloidi, un tempo chiamati "Bromellain" che egli ribattezzò in Xeronina e Proxeronina. Gli studi effettuati presso le numerose università hanno successivamente confermato e dimostrato i meccanismi di azione delle sostanze contenute nel Noni. La Xeronina è un enzima indispensabile per il corretto funzionamento e per la rigenerazione cellulare ma a causa dell'età e della minore disponibilità attraverso gli alimenti, sempre più impoveriti di preziosi microelementi, il deficit di questo alcaloide spesso causa la comparsa, nelle persone, delle più svariate patologie. I meccanismi di azione del Noni sono ancora oggetto di studio presso le università ma gli studi compiuti hanno svelato che i suoi componenti esplicano una spiccata attività antiossidante e antidolorifica (Xeronina), e test effettuati su animali di laboratorio hanno dimostrato che il "damnacantale" contenuto del succo del Noni è in grado di inibire la crescita e la proliferazione delle cellule precancerose. Ulteriori studi ed accertamenti sono in corso sulle proprietà di questa pianta appartenente al genere delle Rubiaceae ma si può affermare senza timore di smentita che non ritratta di una medicina ma di un importante integratore alimentare. Il succo di Noni è in grado di

donare benessere e migliorare lo stato generale delle persone che lo assumono. Nell'isola di Cuba, stretta da tanti anni nella morsa dell'embargo economico imposto dagli Stati Uniti, la coltivazione dell'albero del Noni è molto diffusa e un gran numero di pazienti ricoverati nelle strutture ospedaliere chiede la somministrazione della "Medicina verde". Nell'area dei Caraibi la pianta del Noni viene coltivata in grandi piantagioni e anche in India si stanno avviando programmi agricoli tesi a convertire le coltivazioni in piantagioni di alberi di Noni. Insigni botanici indiani, ricordando l'altro nome con cui è conosciuta la pianta (Gelso Indiano), rivendicano alla loro terra la primogenitura di questa pianta. L'assunzione regolare (consigliata l'assunzione a digiuno di due cucchiaini di succo mattina e sera) è in grado di stimolare la produzione di melatonina e serotonina, e la naturale produzione di ossido nitrico. La conoscenza dell'esistenza di frutto di Noni è stata, per lungo tempo, preclusa alla grande massa della popolazione mondiale per una banale ragione: l'aspetto e l'odore poco attraenti del frutto, nonché la sua delicatezza, ne hanno dissuaso la commercializzazione per cui è consumato solo laddove viene coltivato. Le proprietà benefiche del Noni si trovano principalmente nel frutto che matura sulla pianta e il suo grado di maturazione non permette il trasporto su lunghe distanze senza comprometterne l'integrità. La conoscenza delle eccezionali proprietà della pianta del Noni ha indotto molte aziende all'avvio di coltivazioni biologiche e alla trasformazione "in situ" dei frutti in succo che ora è disponibile anche in Europa con l'avallo della Comunità Economica Europea che ne permette la commercializzazione come "Novel Food". Per concludere offriamo due inedite citazioni Bibliche. Nelle Sacre scritture Bibliche sono spesso citate piante e ed erbe medicamentose e, relativamente all'albero della Salute" esistono due citazioni nel Nuovo Testamento. L'Apocalisse 22 recita: « **In mezzo alla piazza della città e da una parte e dall'altra del fiume si trova un albero di vita che dà dodici raccolti e produce frutti ogni mese; le foglie dell'albero servono a guarire le nazioni**». Anche in Ezechiele 47 si recita: « **Lungo il fiume, su una riva e sull'altra, crescerà ogni sorta di alberi da frutto, le cui fronde non appassiranno: i loro frutti non cesseranno e ogni mese matureranno, perché le loro acque sgorgano dal santuario. I loro frutti serviranno come cibo e le foglie come medicina**». Chi può dire con certezza che si tratti della pianta del Noni? Il dubbio rimane senza una risposta ma, la certezza delle antiche tradizioni Hawaiiiane, Polinesiane e dell'antica medicina Cinese, ci suggerisce che questo rimedio naturale è sicuro ed esente dagli effetti collaterali che caratterizzano i prodotti della moderna medicina.