

dentro **CASA**



MENSILE N. 179 OTTOBRE 2014 € 4,20

PRINCIPEMEDIA



progettare il verde

lucia nusiner

ph leonardo tagliabue

healing landscape

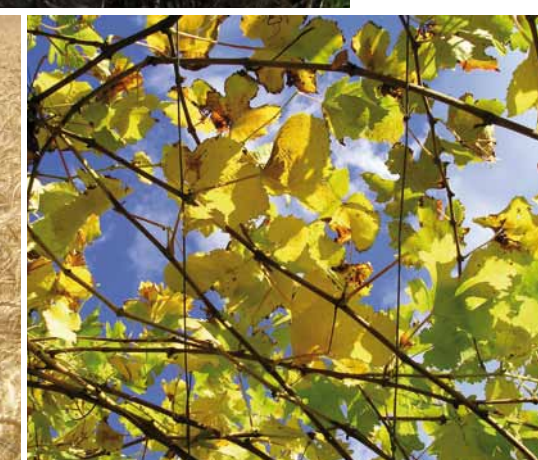
Nel convegno "I Maestri del Paesaggio 2014" si è approfondito il tema del rapporto che lega gli spazi verdi al benessere. Perché tutti noi abbiamo bisogno di natura...

Healing Landscape è stato il tema dell'edizione 2014 del convegno "I Maestri del Paesaggio" che – come spiega Giulio Senes, docente e ricercatore presso la Facoltà di Scienze Agrarie e Ambientali dell'Università degli Studi di Milano e Direttore del Corso di Perfezionamento in Healing Gardens – ha mirato ad approfondire il tema del verde come fonte di benessere (cioè "healing").

I "benefici" del verde sono molteplici e afferiscono a tutte e tre le "sfere" della definizione di salute dell'OMS: fisico, mentale e sociale. I motivi per cui il contatto con la natura incrementa il benessere e favorisce i processi di guarigione si rifanno all'essenza profonda dell'uomo come "essere vivente" in perenne e stretto rapporto con l'ambiente che lo circonda e con gli altri esseri viventi. Un healing garden è uno spazio esterno (e talvolta un'area verde interna) progettato per promuovere e migliorare la salute e il benessere delle persone, cioè un'area verde specificamente progettata per essere "healing". Ciò risulta di fondamentale importanza se ci si riferisce a tutti quei luoghi destinati alla cura (ospedali, in primis, ma non solo), cioè ad essere "healing".

E come ha scritto Heman Hesse: "L'occuparsi della terra e delle piante può conferire all'anima una liberazione e una quiete simile a quella della meditazione". "Nel giardinaggio c'è qualcosa di simile alla presunzione e al piacere della creazione: si può plasmare un pezzetto di terra come si vuole... Si può trasformare una piccola aiuola, un paio di metri quadrati di nuda terra, in un mare di colori, in una delizia per gli occhi, in un angolo di paradiso".

Attraverso la cura di orti e di giardini, l'uomo attira a sé il potenziale energetico delle piante, lasciando fluire liberamente stati d'animo e pensieri, secondo quel bisogno recondito che gli antichi chiamavano bio-filia: noi abbiamo bisogno di natura. Questo bisogno ha radici nel più ancestrale modo di vivere dei primi esseri umani, che trascorrevano il 90% della loro giornata all'aria aperta, in ampi spazi, osservando la natura, in quanto erano prettamente raccoglitori.



Ho avuto modo di seguire il corso di Perfezionamento del Prof. Senes e questo argomento mi è sembrato meraviglioso: soprattutto è stato stupefacente poter tradurre in parole e in prove mediche, con specifiche analisi, ciò che già da tempo sentivo. Camminare in un bosco, o in un prato pieno di fiori, osservare i disegni sul terreno dati dai paesaggi agrari... Pensare alle linee delle coltivazioni di vite, o alle balle di fieno lasciate sui campi, o all'orzo che biondeggia e si muove al soffio del vento, creando onde nei campi. Osservare i colori forti e caldi dell'autunno infuocato, i rumori della natura: i ruscelli, il vento, la struttura molteplice del materiale vegetale che possiamo toccare, così vario e diverso. Mille sensazioni e opportunità che la natura ci dona e vanno a compenetrare tutti i nostri cinque sensi.

di Lucia Nusiner Studio GPT
via A. Cifrondi 1 Bergamo tel 035 259355
lucia.nusiner@studiogpt.it studiogpt.it