

“Il libro sul giardinaggio più originale che sia mai stato scritto.”

– *THE SUNDAY TIMES*

SUE STUART-SMITH

Coltivare il giardino

DELLA

MENTE



Il potere riparatore della natura

Rizzoli

Sue Stuart-Smith

Coltivare il giardino della mente

Il potere riparatore della natura

Traduzione di
Roberta Zuppet

Rizzoli

I nomi e alcune caratteristiche dei soggetti degli studi menzionati nel libro sono stati cambiati per tutelare la loro privacy.

Crediti fotografici:

Foto 1, 2, 3, 29 © Collezione dell'autrice; foto 4 © Marianne Majerus; foto 5, 6 © Andrew Lawson; foto 7, 8, 9 © Freud Museum London; foto 10 © Arthur Coles; foto 11, 12 © Per gentile concessione del dipartimento per la Correzione e la Riabilitazione della California; foto 13 © Lindsay Morris, per gentile concessione dell'Horticultural Society di New York; foto 14 © Lucas Foglia, per gentile concessione dell'Horticultural Society di New York; foto 15 © Rosa Chiara Paolicelli/EMBL; foto 16 © Thomas Deerinck, National Center for Microscopy and Imaging Research, California; foto 17, 18 © Imperial War Museum; foto 19, 20 © Charlie Hopkinson; foto 21, 22 © Archivio di San Patrignano; foto 23 © The New York Botanical Garden; foto 24 © Mitchell Harris-Dennis/Bronx Documentary Center; foto 25, 26 © Per gentile concessione del Chicago Botanic Garden; foto 27 © Estelle Brown; foto 28 © Claire Gunn; foto 30 © Horatio's Garden; foto 31 © William Carson, per gentile concessione dell'ente di beneficenza New Ways; foto 32 © Maque Falgás.

Pubblicato per

Rizzoli

da Mondadori Libri S.p.A.
Proprietà letteraria riservata
© Sue Stuart-Smith, 2020

© 2021 Mondadori Libri S.p.A., Milano

ISBN 978-88-17-15569-4

Prima edizione: marzo 2021

Titolo originale dell'opera:
The Well Gardened Mind

Realizzazione editoriale: Studio editoriale Littera, Rescaldina (MI)

Per Tom

Tutti i pensieri intelligenti sono già stati pensati migliaia di volte; ma per fare sì che siano davvero nostri, occorre solo tentare di ripensarli, onestamente, fino a che ottengano una salda presa sulla nostra esperienza personale.

Johann Wolfgang von Goethe*

* *Massime e riflessioni*, BUR, Milano 2013.

Esordi

Esci alla luce delle cose pura,
ti sia maestra la Natura.¹

William Wordsworth (1770-1850)

Molto prima di decidere che sarei diventata una psichiatra, molto prima di avere il sentore che il giardinaggio avrebbe potuto svolgere un ruolo importante nella mia vita, ricordo di aver sentito la storia della guarigione di mio nonno dopo la Prima guerra mondiale.

Si chiamava Alfred Edward May, ma tutti lo conoscevano come Ted. Poco più di un ragazzo quando entrò nella Royal Navy, si formò come radiotelegrafista e diventò sommergibilista. Nella primavera del 1915, durante la campagna di Gallipoli, il sottomarino su cui prestava servizio si incagliò nello stretto dei Dardanelli. Quasi tutti i membri dell'equipaggio sopravvissero, ma furono presi prigionieri. Ted tenne un minuscolo diario in cui documentò i primi mesi di detenzione in Turchia, ma non il successivo periodo in una serie di brutali campi di lavoro, l'ultimo dei quali fu un cementificio sulle coste del mar di Marmara, da cui evase via mare nel 1918.

Fu salvato e curato su una nave ospedale britannica, dove recuperò le forze sufficienti a tentare il lungo viaggio di ritorno a casa via terra. Ansioso di ricongiungersi con la fidanzata Fanny, che aveva lasciato quando ancora era un giovane aitante, si presentò alla sua porta con un vecchio impermeabile malconcio e

un fez calato sulla testa. Lei quasi non lo riconobbe, perché pesava poco più di quaranta chili e aveva perso tutti i capelli. Il viaggio di 6500 chilometri, riferì Ted, era stato «spaventoso». Quando il medico della Marina l'aveva visitato, aveva riscontrato una denutrizione così avanzata da lasciargli solo qualche mese di vita.

Ma Fanny lo accudì con devozione, dandogli piccolissime quantità di zuppa e di altri alimenti a intervalli di un'ora, finché fu di nuovo in grado di digerire il cibo. Ted iniziò il lento processo di guarigione e sposò Fanny di lì a poco. In quel primo anno restava spesso seduto per ore, passandosi due spazzole morbide sulla testa calva con la speranza che gli ricrescessero i capelli. Alla fine rispuntarono folti, ma tutti bianchi.

L'amore e una determinazione paziente gli permisero di sfidare la fosca prognosi che aveva ricevuto, ma le esperienze nei campi di prigionia gli rimasero dentro, con il terrore che lo attanagliava soprattutto durante la notte. In particolare aveva paura dei ragni e dei granchi, che strisciavano sui corpi dei detenuti mentre cercavano di dormire. Negli anni seguenti non sopportò di restare solo al buio.

La fase successiva della sua ripresa cominciò nel 1920, quando si iscrisse a un corso di orticoltura della durata di un anno, una delle numerose iniziative lanciate nel dopoguerra per la riabilitazione degli ex soldati che avevano subito traumi. Quindi partì per il Canada, lasciando Fanny a casa. Andò in cerca di nuove opportunità, sperando che lavorare la terra aumentasse la sua forza fisica e mentale. All'epoca, il governo canadese gestiva programmi per incoraggiare gli ex soldati a immigrare, e migliaia di uomini tornati dalla guerra affrontarono la lunga traversata atlantica.

Ted partecipò alla raccolta del frumento a Winnipeg, poi trovò un lavoro in pianta stabile come giardiniere in un allevamento di bestiame ad Alberta. Fanny lo raggiunse per una parte dei due anni che trascorse laggiù ma, per qualche ragione, il loro sogno di iniziare una nuova vita in Canada non si avverò. Nonostante ciò, Ted fece ritorno in Inghilterra più sano e più forte.

Qualche anno dopo, lui e Fanny comprarono un piccolo podere nell'Hampshire, dove mio nonno allevava api, maiali e galline e coltivava fiori, frutta e verdura. Per cinque anni, durante la Seconda guerra mondiale, lavorò alla stazione radiotelegrafica dell'ammiraglio a Londra; mia madre ricorda la valigia di cinghiale che portava con sé in treno, zeppa di carne macellata in casa e ortaggi freschi. Lui e la valigia tornavano poi con scorte di zucchero, burro e tè. Mia madre racconta con un certo orgoglio che la famiglia non dovette mai mangiare margarina durante la guerra e che Ted coltivava persino il tabacco.

Rammento il buonumore di mio nonno e il calore emanato da un uomo che, ai miei occhi infantili, sembrava robusto e sicuro di sé. Non era minaccioso e non sbandierava il suo trauma ai quattro venti. Passava ore a curare l'orto e la serra ed era inseparabile dalla sua pipa, con il sacchettino del tabacco sempre a portata di mano. La mitologia di famiglia attribuisce la lunga vita sana di Ted – che arrivò alle soglie dell'ottantina –, e la sua riconciliazione con alcuni dei terribili abusi che aveva vissuto, agli effetti rigeneranti del giardinaggio e del lavoro della terra.

Quando avevo dodici anni, Ted morì all'improvviso per la rottura di un aneurisma mentre passeggiava con il suo amato cane da pastore scozzese Shetland. Il