



GLI ALBERI, IL BENESSERE DEL FUTURO

«Il mondo vegetale fin dalle più antiche forme di civiltà ha riguardato in maniera molto profonda anche la sfera spirituale dell'uomo esercitando un'influenza rilevante sul suo stato psicologico, mentale e salutistico»

FRANCESCO FERRINI*

Gli alberi sono sulla Terra da oltre 370 milioni di anni e, pur avendo subito cambiamenti significativi nel corso della loro esistenza, hanno svolto e svolgono un ruolo fondamentale nell'evoluzione della vita del pianeta producendo ossigeno e fornendo habitat a molte specie di animali e piante. La stessa esistenza dell'uomo e lo sviluppo della civiltà presso i vari popoli sono stati, e sono tuttora, strettamente connessi al rapporto con il mondo vegetale e all'utilizzazione dei suoi prodotti, ottenuti con sistemi sempre più organizzati e specializzati, evolutisi nel corso della plurimillennaria storia dell'agricoltura, a partire dalle sue forme embrionali comparse durante il neolitico.

CON IL MONDO VEGETALE L'UOMO ha sviluppato rapporti sempre più profondi e vasti in connessione con l'aumento della popolazione mondiale e con i progressi delle tecnologie rivolte a ottenere una crescente gamma di beni di consumo essenziali per la sopravvivenza o per il benessere dell'umanità. Tuttavia, fino dalle più antiche forme di civiltà, tali rapporti, hanno riguardato, in misura molto profonda, anche la sfera spirituale dell'uomo esercitando un'influenza rilevante sul suo stato psicologico, mentale e salutistico. Questi ultimi aspetti, nell'attuale critica situazione tra ambiente di vita e benessere dell'uomo, assumono un'importanza notevolissima, meritando, pertanto, di essere adeguatamente studiati e valorizzati a livello pratico.

FINO DALLE EPOCHE PROTOSTORICHE, le piante hanno, inoltre, stimolato la fantasia e l'immaginazione e suscitato emozio-

ni e sentimenti di diverso tipo. In particolare, gli alberi hanno assunto una particolare rilevanza nei rapporti culturali con l'uomo e alberi sacri sono stati coltivati in diverse antiche civiltà e attribuiti a esseri divini. Numerosi sono, di conseguenza, gli esempi di simbolismo attribuiti ad alcune specie vegetali nel settore religioso, poetico-letterario e artistico uno fra tutti l'albero di Jesse nella tradizione cristiana, un olivo che rappresenta la genealogia di Gesù Cristo ed è chiamato *albero di Jesse* perché, secondo il libro di Isaia dell'*Antico Testamento*, Gesù è un discendente di Jesse, il padre del re Davide, oggetto di numerose interpretazioni teologiche e artistiche e di grande importanza per le religioni abramitiche, l'ebraismo, il cristianesimo e l'islam.

INTESO IN MODO PIU' AMPIO, includendo tutte le forme viventi, il rapporto tra l'uomo e la natura ha, tuttavia, subito negli ultimi secoli un progressivo distacco, che ha portato a una difficoltà nell'identificare cosa essa sia e ha determinato a una serie di disagi e malanni, tra cui ansie e paure, soprattutto nei bambini. La presenza di spazi verdi può rappresentare un notevole giovamento per l'uomo, in quanto la natura, anche «artificiale» è in grado di ridurre il senso di condizionamento mentale imposto dalla vita urbana. Inoltre, la presenza di piante e di verde nell'ambiente in cui vive un individuo esercita una forte influenza sul suo comportamento sociale e sulla sua salute mentale e fisica.

UN FORTE RAPPORTO CON LA NATURA è considerato un prerequisito per un comportamento pro-ambientale ed è sempre più riconosciuto come un fondamentale contributo al benessere e c'è ampia convergenza scientifica riguardo al fatto che la mancanza di esperienza con le diverse forme naturali contribuisce a una crescente disconnes-

sione tra uomo e natura, portando potenzialmente a conseguenze negative sia per l'ambiente sia per il benessere umano. Nelle aree urbane gli spazi verdi rappresentano la principale, se non l'unica, forma di contatto con la natura per gli abitanti delle città essendo quindi centrali per fornire opportunità per formare ed esprimere relazioni con la natura nella vita di molte persone.

L'IPOTESI CHE L'ESPOSIZIONE ALLA NATURA generi benefici per il benessere ha alla sua base la teoria della biofilia di E.O. Wilson (1984), che enfatizza le risposte emotive positive alla natura come risultato della tendenza innata dell'uomo a connettersi con la natura e che questa connessione è un bisogno psicologico di base poiché le esperienze della natura promuovono il benessere soddisfacendo tale bisogno e contribuendo a migliorarlo a livello sia individuale sia collettivo. Su questo ha anche effetto la biodiversità, poiché quanto più questa è elevata negli ambienti naturali sia nelle aree verdi urbane, tanto più agisce nel promuovere il benessere psicologico riducendo lo stress psicofisico, stimolando emozioni positive e facilitando il rinnovamento delle risorse cognitive.

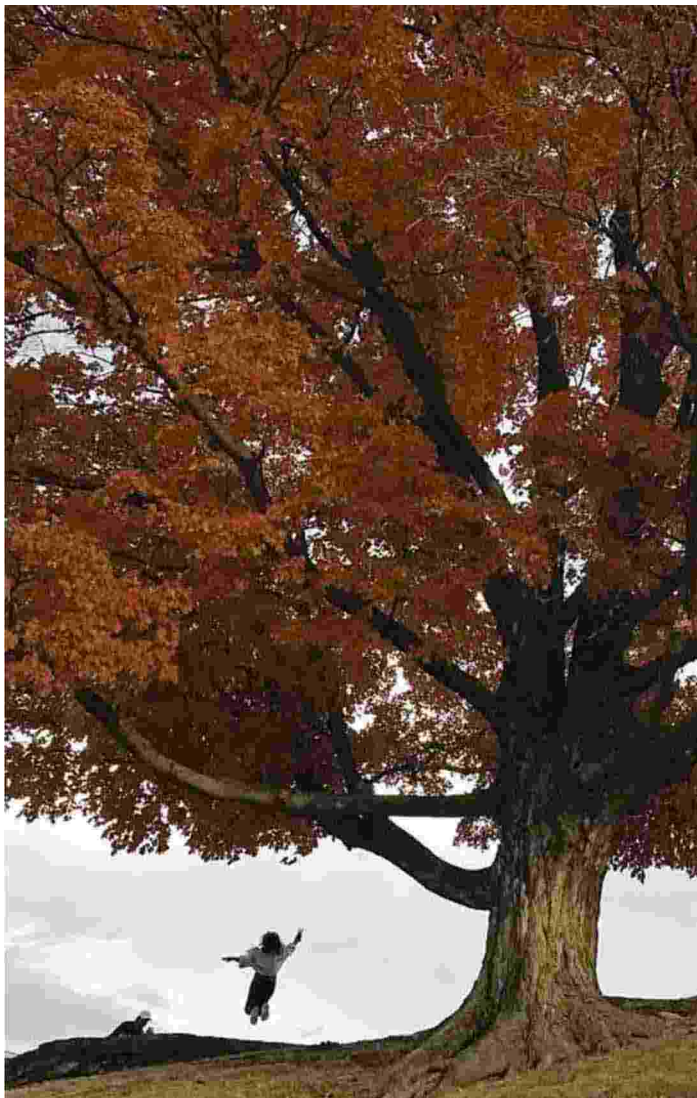
MOLTI STUDI SUL RIPRISTINO PSICOLOGICO in natura si riferiscono a spiegazioni evolutive, come appunto l'ipotesi della biofilia, che presuppone che gli esseri umani si siano evoluti in ambienti naturali e abbiano sviluppato una tendenza innata a rispondere positivamente alla natura. Affrontare questioni rilevanti in questo campo di ricerca può quindi aiutare a rispondere a domande quali: il livello di biodiversità (sensu diversità ecologica e paesaggistica) di un ambiente verde è correlato alla sua capacità (effettiva o percepita) di indurre stati psicologici positivi e benefici? Questa relazione cambia tra gli spazi verdi situati in diverse parti del sistema urbano (ad esempio, contesti urbani e periurbani)? Quali modalità di interazione con la natura possono moderare i benefici psicologici di un individuo? Quali sono i meccanismi che intervengono in questa relazione?

IL FUTURO DEGLI ALBERI E DELLE AREE naturali è tuttavia incerto in un paese, come il nostro, che ha nel consumo di suolo il proprio tallone di Achille e dipenderà da come gli esseri umani risponderanno alle sfide della deforestazione, del cambiamento climatico e quelle determinate dalla pianificazione delle città del futuro. A questo riguardo dobbiamo sottolineare come gli spazi verdi urbani costituiscano il principale punto di contatto con la natura nella vita di molte persone e un robusto corpus di letteratura suggerisce che sia una foresta urbana sia un parco paesaggistico possono favorire il benessere. Le percezioni individuali dell'ambiente naturale, presumibilmente

te modellate da esperienze passate con forme più selvagge della natura e conoscenze ecologiche, possono influenzare la misura in cui i benefici per il benessere vengono ricevuti negli spazi verdi urbani. Comprendere quali qualità naturali aumentano più efficacemente il benessere è perciò molto importante per la progettazione di spazi verdi a beneficio sia dell'ambiente sia delle persone.

IN QUESTO MOMENTO DI FORTE preoccupazione riguardo al clima (per lo meno in molti di noi, seppur esistano ancora persone che negano il cambiamento e i suoi potenziali devastanti effetti anche in termini sociali), gli investimenti sull'incremento della copertura arborea nelle nostre città sono la nostra migliore speranza. Il bisogno è urgente, quindi svoltiamo in una direzione audace, integrando i più alti standard di equità e giustizia con le più alte ambizioni climatiche. Con gli alberi possiamo cogliere ogni opportunità per migliorare la vita delle persone oggi in modi che proteggano il clima per il futuro.

* **Università di Firenze, National Biodiversity Future Center (www.nbfc.it)**



Docente di Arboricoltura e Coltivazioni Arboree, Francesco Ferrini interverrà domenica alle 15, al Teatro Bolognini, alla XIV edizione del festival «Dialoghi di Pistoia».



L'ipotesi che l'esposizione alla natura generi benefici per il benessere psicologico ha alla sua base la teoria della biofilia di E.O. Wilson (1984).



L'«albero di Jesse» nella tradizione cristiana è un olivo che rappresenta la genealogia di Gesù ed è oggetto di varie interpretazioni teologiche per le tre religioni monoteiste.



Un robusto corpus di letteratura sugli spazi verdi urbani suggerisce che per molte persone il contatto con una «foresta» in città generi un benessere psico-fisico.

