

FrancoAngeli

PSICOTERAPIA STRATEGICA

Collana diretta da Alessandro Bartoletti

Matteo Rampin
Valentina Guarino

Erbario psicologico

Coltivare
il giardino della mente

Presentazione di Alessandro Bartoletti



Comitato scientifico

*Emanuela Muriana, Matteo Rampin, Chiara Ruini, Grégoire Vitry,
Tiziana Verbitz*

La Collana di Psicoterapia Strategica offre una guida contemporanea e approfondita alla psicoterapia breve strategica, presentando e formalizzando le metodologie più efficaci presenti in letteratura.

Promuove lo sviluppo di innovazioni originali ed etiche nel trattamento psicoterapeutico breve. Si dedica in particolare allo studio delle terapie paradossali, brevi e sistemiche, e delle loro basi teoriche e operative.

Incentiva il dialogo tra pensiero strategico e approcci provenienti da altre tradizioni scientifico-culturali – ad es., terapie espressive, gestaltiche, corporee, umanistico-esistenziali, psicologia positiva, ecc. – nell'ottica di stimolare non una semplice integrazione, ma nuove qualità emergenti dell'intervento terapeutico.

Si rivolge a psicoterapeuti, psicologi clinici, studenti e specializzandi in psicoterapia, psichiatri, medici e ricercatori nel campo delle scienze psicologiche e sociali, e accoglie con favore proposte editoriali innovative.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati
possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella
homepage al servizio “Informatemi” per ricevere via e-mail le segnalazioni delle novità.

Matteo Rampin
Valentina Guarino

Erbario psicologico

Coltivare
il giardino della mente

Presentazione di Alessandro Bartoletti

FrancoAngeli

PSICOTERAPIA STRATEGICA

In copertina: foto di Andreas Wemmje
by Pixabay.com

Isbn: e-book: 9788835189657

Copyright © 2026 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore.

Sono riservati i diritti per Text and Data Mining (TDM), AI training e tutte le tecnologie simili.

L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

Indice

Presentazione , di <i>Alessandro Bartoletti</i>	pag.	9
Premessa	»	11
Le basi	»	13
Terra	»	13
Humus	»	14
Torba	»	15
Argilla	»	16
Fango	»	16
Sabbia	»	17
Acqua	»	18
Sali minerali	»	19
L'ambiente fisico	»	21
Sole	»	21
Luna	»	22
Buio	»	24
Cicli	»	25
Carbonio	»	26
Azoto	»	28
I suoni della natura	»	29
Rugiada	»	29
Pioggia	»	30
Siccità	»	30
Vento	»	31
Grandine	»	32
Temporale	»	33

Il lavoro dell'uomo	pag. 35
Sapere	» 35
Chinarsi	» 35
Faticare	» 36
Cantare	» 37
Dissodare	» 38
Sradicare	» 39
Zappare e zappettare	» 40
Arare	» 41
Seminare	» 42
Abbinare	» 43
Aspettare	» 45
Innaffiare	» 46
Irrigare	» 47
Pulire	» 48
Recidere	» 48
Capitozzare	» 49
Concimare	» 50
Sostenere	» 52
Proteggere	» 52
Mettere a dimora	» 53
Selezionare per far convivere	» 54
Falciare	» 54
Mietere	» 55
Trebbiare	» 56
Terrazze	» 56
Ruotare le coltivazioni	» 59
Eliminare	» 60
 Le piante	 » 62
Radici	» 62
Peli radicali	» 62
Linfà	» 63
Stelo, gambo	» 64
Corteccia	» 65
Cellulosa	» 66
Anelli	» 68
Rami	» 68
Spine	» 69
Strutture speciali	» 70
Sepali	» 71

Pistillo	pag. 72
Stimma	» 73
Nettare	» 73
Bacche	» 74
Tuberi	» 75
Frutti	» 75
Profumo	» 76

La vita delle piante	» 78
Semi	» 78
Sottoterra	» 79
Sotto la neve	» 80
Gemme	» 81
Germogli	» 81
Boccioli	» 82
Virgulti	» 82
Pianticelle	» 83
Uccelli predatori	» 83
Parassiti	» 84
Tronchi morti	» 84
Alberi spezzati	» 85
Competizione <i>vs</i> collaborazione	» 87
Boschi	» 88
Giardini che curano	» 89
Orto botanico	» 90
Serre	» 90
Vasi	» 91
Balconi fioriti	» 93
Erbacce	» 94
Labirinto di siepi	» 94

Erbario	» 96
Forme	» 96
Verde	» 97
Farfalle	» 98
Erba di campo	» 99
Piante psicotrope	» 100
Piante infestanti	» 100
Piante medicinali	» 101
Piante urticanti	» 101
Piante rampicanti	» 102

Piante grasse	pag. 102
Muschi e licheni	» 103
Piante malate	» 103
Piante che crescono storte	» 104
Piante mostruose	» 105
Piante secche	» 105
Legni fossili	» 106
Piante in via di estinzione	» 106
Piante impreviste	» 107
Piante rare	» 108
Fiori finti	» 108
Fiori che nascono nell'asfalto	» 110
Piante utili	» 111
Piante commestibili	» 111
Spezie	» 112
Pane	» 113
Vino	» 113
Piante carnivore	» 114
Piante acquatiche	» 114
Fiori commestibili	» 115
Piante ornamentali	» 115
Il segreto della vita	» 117
Foglia e corolla	» 117
Fotosintesi clorofilliana	» 118
Fiorire in inverno	» 119
Cielo	» 122
Conclusione	» 125

Presentazione

Avete tra le mani un libro poetico, educato e prezioso, eppure estremamente tecnico. In esso sono contenuti tanti semi potenti: metafore, allusioni, similitudini in grado di far germogliare il cambiamento all'interno della relazione terapeutica.

Come è possibile alludere alla botanica, parlando contemporaneamente di cura del sé interiore? Il lavoro di Valentina Guarino e Matteo Rampin dimostra che non solo è possibile, ma che le piante offrono una guida fertile per la ricerca del proprio equilibrio emotivo.

Le piante hanno basi. Un colletto da non seppellire, radici che respirano e una rizosfera viva: è la base a decidere quanto resisteranno al vento, quanta acqua potranno assorbire, quanta malattia sapranno sopportare. Anche noi abbiamo "basi": abitudini, orari, rituali, confini, legami e parole che concimano o impoveriscono. In psicoterapia, lavorare sulle basi significa occuparsi del drenaggio, lasciando defluire ciò che ristagna (una relazione, un ricordo, un'emozione), dell'esposizione, dosando luce e ombra, visibilità e riparo (estroversione e introspezione), della pacciamatura (saper proteggere ciò che sta nascendo). Le fioriture non si forzano: arrivano quando il terreno è ben preparato.

Le piante hanno stretto un connubio virtuoso con l'uomo: nei campi, le attività umane sono un abbecedario di gesti terapeutici. Innaffiare: dobbiamo saper dosare ciò che diamo, quando e a chi. Dare troppo equivale a svalutare, essere avari inaridisce le relazioni. Concimare: a volte possiamo trasformare il letame in nutrimento, poiché dobbiamo essere consapevoli che in ogni comportamento c'è anche il suo opposto. Aspettare: la smania non permette di percepire quel che vediamo, impedisce la comprensione e la maturazione di risorse interiori. Chinarsi: a volte non è atto di sottomissione ma di umiltà. Ci si piega per vedere meglio, per accudire: ci avvicina allo strato vivo dell'altro.

Metafore, similitudini, comparazioni: sono forme del pensiero analogico. Ci permette di polarizzare lo sguardo sulle somiglianze e di converso sulle differenze. Le metafore, che Aristotele considerava analogie contratte, sono tanto importanti per il cambiamento terapeutico quanto lo è il sole per una pianta. Laddove scorgiamo somiglianze di rapporti diventa possibile spostare il nostro punto di vista, la nostra fissità funzionale. Il pensiero analogico è l'humus del cambiamento terapeutico. Ecco perché trovo così importante ospitare nella collana di Psicoterapia Strategica un testo ricco di analogie botaniche che mostrano i tanti possibili contatti tra mondo vegetale e psicologia umana. Al terapeuta il compito di usarle saggiamente o strategicamente. Non è un caso che già nell'antichità classica, per indicare la pienezza della maturazione di una persona, si dicesse "*floruit*": fiorì.

Alessandro Bartoletti
Istituto di Psicologia e Psicoterapia Strategica
Roma, 28 settembre 2025

Premessa

Che cosa possiamo imparare dalle piante? Come può il mondo vegetale insegnarci qualcosa di prezioso e utile alla nostra salute (in particolare alla salute della mente), all'equilibrio psicofisico e al vivere bene, o condurre una vita buona?

Vorremmo provare a rispondere in queste pagine che, pur essendo scritte da due psicoterapeuti – che chiedono venia ai lettori e agli esperti di botanica per le imprecisioni tecniche sicuramente contenute nel testo – non riguardano solo la psicoterapia, (né a maggior ragione la fitoterapia, l'erboristeria, l'ortoterapia, il curarsi con le piante o i fiori) ma sono una raccolta non sistematica di *spunti di riflessione* nei quali piante, fiori, vegetali e l'attività umana a loro connessa offrono metafore, simboli, analogie, spunti per illustrare varie situazioni della vita, che speriamo siano utili tanto ai clinici che si prendono cura della mente quanto a ogni persona interessata al tema generale del vivere in modo sano. Vi sono riassunti alcuni “casi clinici”, intesi come situazioni di persone bloccate nel percorso vitale e che hanno tratto giovamento dall'uso, in corso di terapia, di richiami e riferimenti al mondo delle piante.

Si sa che in alcuni contesti il termine “vegetale” connota condizioni di stasi, di assenza di dinamismo; in realtà il mondo delle piante non è affatto statico e i vegetali non sono materia inerte, bensì espongono allo sguardo un lavoro incessante e meraviglioso che tuttavia, per essere visto, richiede attenzione, silenzio, pazienza, costanza: tutte attitudini preziose che meritano di essere recuperate e coltivate. Ci auguriamo che questo libro sia un piccolo contributo in tale direzione.

Le basi

Terra

Leucanthemum vulgare, margherita

Terra: ne siamo fatti, ne siamo nati, vi torneremo.

Queste sono le verità fondamentali della condizione umana e, meditarlo ogni giorno, aiuta a vivere meglio. Infatti, dimenticare la nostra origine, la nostra fine e la sostanza di cui siamo impastati porta gradualmente a perdere il contatto con la realtà che invece possiamo mantenere ben saldo se ci basiamo sui principi “terra terra”, le verità di per sé evidenti che descrivono la nostra vita.

È facile farlo, perché la terra ci ricorda sempre la sua presenza, dato che il pianeta omonimo ci attira a sé con la gravità, una forza che da un lato ci àncora al suolo e dall’altro ci fa desiderare di volare, perché vorremmo staccarci dalla superficie che ci tiene avvinti, e cerchiamo di farlo a volte seguendo ispirazioni e aspirazioni che ci sollevano dal fango, altre volte rincorrendo illusioni che nel fango ci risospongono.

È sano, per noi organismi pensanti, e quindi capaci di interrogarci sui misteri dell’esistenza, ripartire da queste considerazioni. Quando ci poniamo le domande importanti ricordandoci che siamo particelle di questa terra, animate da una vita transitoria e fragile, riconosciamo che vi è qualcosa della realtà che possiamo comprendere ma che al tempo stesso le nostre capacità di comprensione sono limitate, e più capiamo più ci si manifestano nuove realtà da capire e nuovi confini da superare. Come quando da ragazzi tenevamo in mano una margherita affidando a ogni suo petalo i tormenti del cuore - “m’ama o non m’ama?”, domanda, come molte altre dell’esistenza, a cui non sapevamo dare una risposta. Ci muoviamo tra ciò che sappiamo e ciò che non sappiamo, tra il semplice e il complesso, in un’ininterrotta danza appa-

rentemente caotica ma che, se la sappiamo guardare nel tempo, fa trasparire una trama di senso per nulla casuale.

Chinarsi sulla terra di cui siamo fatti ci fa così sperimentare lo stupore sempre nuovo di fronte all'ordine di cui la realtà è intessuta, e al cui cospetto è automatico lasciarsi afferrare dalla meraviglia per quella che Einstein chiamava l'incomprensibile comprensibilità dell'universo. E l'universo è vario quanto vari sono gli ingredienti della terra: vi si trovano minerali, residui di vita scomparse, presenze di vite attuali, premesse di vite future, sostanze nutritive, tracce di ere passate, registrazioni di cataclismi, indizi di attività vulcaniche, vie percorse dall'acqua, cavità, tane di animali, conchiglie, rocce, sabbie, ghiaia, sassi, lava, fossili, reperti archeologici... La geologia, una delle scienze più giovani che studia le realtà più antiche, ci mostra come l'elemento più scontato e disprezzato nasconda una ricchezza impensata e che sotto lo strato superficiale dell'apparenza, la realtà sia ben più complessa. E più scaviamo e più ne scopriamo la vastità. Porsi in ascolto della terra con ciò che rappresenta con un atteggiamento deferente fa risuonare nella caverna interiore – quella che ospitiamo nelle nostre profondità – le domande antiche e solenni che ci attraggono fuori dalla spelonca, verso realtà la cui esistenza ci sembra di intuire, che immaginiamo e che desideriamo conoscere. E se ogni angolo di terra riserva sorprese, quanto più lo sarà riguardo a noi, schegge di questa terra? Le varianti di terra sono moltissime, tanto che ciascun luogo ha la sua: vi sono terre grasse e magre, terre povere e ricche, fertili e sterili, scarse di sali per il dilavamento, fitte di minerali vulcanici, impregnate di elementi radioattivi, contaminate, pure... Anche la terra di cui ciascuno di noi è fatto è differente da quella di ogni altro essere umano, benché tutti siamo legati reciprocamente da qualcosa che ci accomuna. Il tentativo di dare un nome a ciò che sottende ogni cosa esistente, a ciò che permane al di sotto dei cambiamenti, ha spinto i Greci a fondare gli strumenti mentali per capire, per imparare a condurre ragionamenti corretti. Provveremo a richiamare alcuni concetti nelle prossime pagine, cercando ispirazione nel mondo vegetale.

Humus

Festuca arundinacea, festuca alta

Sciogliere in un bicchiere pieno d'acqua una manciata di terra presa in un prato e lasciarla riposare qualche tempo ci permetterà di notare che la terra si dispone in strati a seconda del peso: ghiaio, sabbia grossa, sabbia sottile... In superficie, galleggia una pellicola: l'humus, la parte più preziosa per la vita vegetale, la componente fertile formata da prodotti di degradazione

e rielaborazione della parte organica del terreno. *Humus* in latino significa terra, e “umiltà” deriva da questa parola.

Riconoscere che siamo piccoli di fronte al cosmo è realismo, e quindi è un atto di grande dignità perché è proprio dell'uomo pensare in modo corrispondente alla realtà (i filosofi chiamano “verità” l'adeguamento del pensiero alla realtà). Siamo come fili d'erba, minuscoli di fronte al cosmo ma grandi nella capacità di pensarlo e nutrirlo con la bellezza che dal nostro pensiero deriva; ognuno diverso da un altro ma capaci - insieme - di splendere di un verde brillante come solo la festuca sa fare nei giorni d'estate grazie all'humus assimilato nel tempo della semina. Vi è dignità e grandezza nel riconoscersi piccoli. E l'umiltà non è umiliazione, perché ci mostra di cosa siamo capaci in quanto esseri umani quando non cadiamo vittime di abbagli e autoinganni, il primo dei quali è ignorare i nostri limiti.

Peraltro, poiché le umiliazioni sono esperienza di tutti, le si può considerare un modo per imparare a incassare le sberle che la vita ci riserva, senza rimanerne tramortiti. Utilizziamole come iniezioni di *sana umiltà*, cioè di contenimento delle pretese dell'ego, una pianta che, se lasciata crescere senza cura, diventa dannosa perché fa perdere il senso della misura e induce a dimenticare che siamo fragili e passeggeri.

Ma, se siamo l'humus del pianeta o del cosmo, ne siamo la parte torbida e fertile, che pur essendo formata in gran parte da detriti e scarti ambisce a galleggiare: senza humus le piante non crescerebbero bene, e il grande ciclo della vita ne soffrirebbe. Rimaniamo umili, ma ricordiamoci della nostra grandezza.

Torba

Rhododendron japonica, azalea giapponese

I geologi insegnano che questo deposito soffice e comprimibile, composto di resti di vegetali e animali, è lo stadio iniziale della formazione del carbone; infatti troviamo la torba dove tale processo ha subito un arresto a causa di fattori esterni. Potremmo dire quindi che è il risultato di un intoppo, di un fallimento. Tuttavia i coltivatori la considerano un elemento prezioso: fa da substrato nei vivai, nel giardinaggio, in agricoltura, aiuta a rendere il terreno più leggero, soffice, permeabile, facilita la radicazione delle piante e l'aerazione, ha funzioni di termoregolazione, la si usa per la pacciamatura, ed è ricercata anche in altre attività umane perché serve per affumicare il salmone e il malto di alcuni whisky oltre a essere usata come combustibile, in metallurgia e persino in cosmetica.

È un esempio di qualcosa che non è andato in porto ma che non per questo

è inutile. Se si hanno le idee chiare su cosa si sta cercando, si può trarre vantaggio da tutto. Ad esempio, se si sceglie di piantare un'azalea si deve sapere che necessita di torba a pH acido, senza la quale la pianta non potrà giungere a piena fioritura, o stenterà a farlo.

Argilla

Hemerocallis fulva, emerocallide

L'argilla, o creta, è una terra speciale. Datela in mano a un bambino, e vedrete che cosa sarà spinto a fare dall'istinto: la plasmerà, ne ricaverà una forma. Infatti la sua malleabilità invoglia ad affondarvi le dita e a schiacciarla nel palmo, a imprimere i polpastrelli nella polpa del tempo. E non è un tempo come quello a cui siamo abituati: quella manata di terra che un po' d'acqua rende così plastica, ha l'ordine di grandezza delle centinaia di milioni di anni.

Si capisce perché la Genesi, per raccontare l'alba dell'uomo, chiami in causa la terra, e si capisce perché le mani che lavorano l'argilla attivino onde di gratificazione primordiale, facendoci sentire simili al Creatore che trae il cosmo dal caos.

Un blocco di argilla è assai poco promettente: uniforme, monotono, inerte, silente... eppure, non c'è niente di più pronto a obbedire ai nostri gesti, di più docile nel piegarsi alle nostre azioni, qualsiasi risultato ne derivi: mattoni per case, anfore per l'acqua, o flauti per danzare; poi, il fuoco trasformerà l'argilla in ceramica.

Diamo vita alla creta circondando la nostra vita di manufatti, strumenti, oggetti fabbricati dall'ingegno per renderci l'esistenza più sicura, piacevole e sensata.

Anche noi possiamo dare forma all'informe e, nel farlo, dare la nostra impronta personale a ciò che plasmiamo, prendendo come esempio il bulbo di *Hemerocallis* che nell'utilizzare le poche sostanze nutritive dei terreni argillosi in cui vive dà vita a fioriture dalle forme e dai colori unici. E forse, di fronte all'universo, ci viene naturale domandarci se il dito che ha improntato di sé le galassie e tutto ciò che contengono, in qualche modo ci assomigli.

Fango

Iris pseudacorus, iris palustre

Il ragazzo ripete: "Faccio schifo."

È un leitmotiv presente in molti coetanei. Aggiunge: "Mi sento di fango" – un'immagine vivida, che invita a essere elaborata.

“Il fango” gli viene risposto “non è altro che terra bagnata. Noi siamo terra. Se ci sentiamo fango, forse è perché siamo bagnati dalle lacrime, dal sudore, o persino dal sangue. Ed è vero che la tristezza, la fatica e le ferite possono modificarci l’aspetto: tuttavia non possono modificare la nostra sostanza profonda, perché la terra rimane terra. Perciò, se ci lavoriamo bene, con il tempo i liquidi che l’hanno resa fango evaporeranno, o la renderanno addirittura migliore, più fertile: infatti, a volte c’è bisogno di ammorbidire un impasto, per migliorarlo.” Ne è colpito, ma obietta, con un’altra potente immagine plastica: “Il fango, una volta seccato, è fissato nella forma che ha preso quando era bagnato; e grattare via il fango secco costa altra fatica.”

“Certo. E la forma fissata potrebbe restare così per molto tempo. Quindi ci conviene decidere quale forma dare alla terra, e il momento migliore per farlo è proprio quando essa è resa morbida dai liquidi del dolore, che la rendono sporca e scivolosa, ma malleabile.”

Il ragazzo sorride. È l’inizio della ripresa.

Si diventa malleabili, dunque generativi, quando si è umettati dalle lacrime, dal sudore, dal sangue; in mancanza di questi elementi universali dell’esperienza umana, se si è giovani si rimane informi e non si cresce, se si è adulti ci si fossilizza, se si è vecchi si diventa rigidi e al primo colpo si va in frantumi. Possiamo imparare l’arte di nascere dal fango della vita dagli Iris palustri, fiori che hanno bisogno di affondare le loro radici nei terreni umidi (se non completamente inzuppati) limitrofi a stagni o corsi d’acqua, senza i quali non potrebbero compiersi nella loro magnifica bellezza di forme e colori.

Un’altra considerazione: se è vero che il dolore, la fatica e il sacrificio ci ammorbidiscono e ci predispongono a prendere forma come l’acqua ammorbidisce i terreni perché questi splendidi esemplari botanici realizzino la loro, sta a noi scegliere a quale vasaio affidarci, e conviene farlo con somma attenzione.

Sabbia

Pancratium Maritimum, giglio marino

È facile, contemplando la sabbia, meditare e farsi portare lontano dalla fantasia, tanto numerose sono le immagini e le associazioni mentali che essa evoca: dallo scorrere del tempo all’incommensurabilità delle stelle – sabbia del cielo – alla storia segreta racchiusa da ciascun granellino.

Ma come la si può impiegare nella coltivazione? A un primo sguardo non pare essere molto d’aiuto: non trattiene bene l’acqua, e quindi gli elementi nutritivi necessari alle piante sfuggono e si sottraggono alle loro radici. Ep-

pure è proprio per questa sua caratteristica “negativa” che la sua presenza diventa preziosa: se la si aggiunge alla terra nelle dosi giuste, ne migliora la permeabilità all’aria e all’acqua. Proprio perché “non trattiene”, la sabbia migliora la resa del terreno a cui è mescolata: rendendolo più “vuoto”, meno compatto, permette all’acqua e ai nutrienti di circolare meglio.

È il paradosso di una cosa inerte o inadatta alla vita che, se aggiunta con moderazione, aiuta la vita. La crusca e la cellulosa aiutano la digestione, le prove e le asprezze fortificano. A patto che si usi la ragione e si sappia cosa si sta facendo, l’elemento negativo diventa positivo. Guardando in natura troviamo diverse specie di vegetali che non necessitano di acqua per svilupparsi, anzi essa sarebbe dannosa. Il giglio marino è una di queste; cresce solo sui litorali sabbiosi ed è un esempio di come un aspetto sfavorevole per la coltivazione della stragrande maggioranza di specie botaniche sia invece per esso un elemento indispensabile per lo sviluppo.

Acqua

Sarracenia purpurea, sarracenia (pianta carnivora)

In agricoltura, il liquido vitale non è dato una volta per tutte: l’acqua va cercata, accolta, raccolta e custodita ogni giorno. La sete è perenne.

Anche l’impasto di cui noi siamo fatti ha sempre sete, anche per noi e per gli altri animali l’acqua disseta solo per un breve tempo.

Ogni soddisfazione di un bisogno primario dura un po’ e dopo finisce, e subito siamo spinti a ricercare altra acqua, altro cibo, altra aria. Siamo arsi da una sete inesaurita.

La preziosità dell’acqua risiede anche nelle sue componenti invisibili.

A prima vista tutte le acque, una volta che siano state filtrate e rese limpide, sono uguali; ma l’apparenza inganna, la trasparenza dà l’illusione dell’innocenza, e invece ci sono acque troppo salate, troppo scarse di sali, acque velenose, acque rese tossiche dall’attività umana, acque contagiose per le piante e gli animali, perfino acque mortali.

Le differenze inapparenti possono essere sostanziali. Non ci si deve far ingannare dall’aspetto. Conoscere vuol dire non fermarsi alla prima impressione, intuizione o emozione, ma analizzare con rigore, per scansare gli autinganni e sventare gli inganni per non fare la fine dei numerosi insetti e farfalle che, attratti dalla profumata corolla della carnivora *Sarracenia purpurea* e dal nettare che contiene, rimangono intrappolati nella sua peluria o annegano nel piccolo accumulo di acqua piovana che si forma al suo interno. Un altro inganno è ritenere che vi sia acqua in un’oasi che vediamo spuntare nel deserto, quando invece si tratta di un miraggio.

Sali minerali

Hydrangea macrophylla, ortensia

Annaffiare una pianta con acqua distillata è dannoso come combattere la sete con la neve. Le piante non assorbono solo l'acqua, ma anche le sostanze nutritive e i sali minerali che vi sono disciolti. E questi sono elementi non solo invisibili ma anche precari, perché esposti al pericolo del dilavamento: l'acqua che circola nel terreno come nelle vene di un organismo animale può diluire i sali minerali e rendere il terreno "insipido" con un processo insidioso, inavvertito.

L'erosione e il dilavamento insidiano sempre la ricchezza di un terreno, per cui la sua peculiare composizione chimico-fisica non rimane uguale nel tempo, e un coltivatore deve sempre ricordarlo: forze potenti e invisibili insidiano le colture, minacciano la vita.

L'energia disponibile nell'universo, assicurano i fisici, sta diminuendo, mentre sta aumentando il disordine (l'entropia), in un processo irreversibile che alla fine del tempo culminerà in un disordine totale. Nel frattempo, la vita tende a generare e a mantenere strutture ordinate e complesse, capaci di comportamenti coordinati e articolati, anche se lo fa a prezzo di un aumento dell'entropia e per periodi di tempo limitati che si concludono con la morte dei singoli organismi.

Se guardiamo gli organismi biologici su questo sfondo grandioso, possiamo dire che da un lato vi è la vita e dall'altro, con le parole Shakespeare, una "congiura contro la vita"; e in mezzo, l'uomo. Noi, con la nostra intelligenza e la libertà di usarla in un modo o nell'altro, possiamo favorire la vita oppure ostacolarla.

L'entropia – il dilavamento, la corsa verso il nulla – agisce negli organismi viventi, lentamente ma ineluttabilmente, rendendone sempre meno efficienti ed efficaci i processi che mantengono in atto la vita. Quest'ultima, perciò, esige un impegno costante, indefesso, per sostentarsi e opporsi alla carie del tempo.

L'uomo non fa eccezione: siamo fatti per la gran parte di acqua, e le nostre componenti non immediatamente visibili sono quelle che ci rendono unici. Il sale che ci caratterizza, che ci rende "sapidi", dotati di una fisionomia unica, e che ci dà quel po' di sapienza che riusciamo a maturare con il tempo se non ci snaturiamo, è sempre a rischio di dilavamento a causa di fattori esterni. Si guardino per esempio i rapporti umani: se lasciati a sé stessi, inavvertitamente si degradano, si inceppano, appassiscono, le loro giunture si arrugginiscono. È così che le coppie si raffreddano, che il lavoro diventa routine, monotonia, noia, e infine fastidio; è così che le relazioni con gli amici, i famigliari e i parenti si deteriorano e finiscono nel disordine.