

Psicologia, natureza e jardim

Rui Manuel Carreteiro

Licenciado em Psicologia Clínica

Universidade de Lisboa

Reportagem para a SIC Mulher

Maio 2003

A Psicologia é a ciência que estuda o comportamento e estados mentais. Sendo a jardinagem uma actividade, ou se quisermos, um comportamento humano, fará todo o sentido estudar não só a relação entre o Homem e as plantas, como também a motivação para a jardinagem e efeitos desta no funcionamento psicológico.

O estudo integrado de vários campos da ciência sugere que existe uma necessidade propensão fundamental, geneticamente fundada, para o Homem se afiliar com a natureza. A este aspecto Kahn Jr. (1999) chama Biofilia (*"Bio"*, natureza, *"Philia"*, gosto, amizade).

Para Coder (1996), antes da Idade da Pedra, do Bronze – antes das descobertas da arqueologia – terá havido uma Idade da Madeira, representando as árvores quer o significado quer o contributo para a sobrevivência e dominância humana do planeta.

As árvores têm sido e continuam a ser, símbolos universais. São alvo de admiração, medo, romance, e misticismo das pessoas que as rodeiam. Mais do que meros componentes de madeira, as árvores ocupam um lugar psicológico especial na consciência humana.

O Homem precisa de ter árvores para palpar, observar... saber que existem. Transportamos sementes de plantas para o espaço, plantamos árvores como símbolo cultural e valorizamo-las enquanto uma propriedade social e pessoal valiosa. Muitas árvores são plantadas e muitas florestas salvas através da ajuda de pessoas que nunca verão o seu resultado, sendo o "pagamento psicológico" um factor suficiente.

A sociedade humana estabelece-se à volta de florestas e árvores seleccionadas por questões de tradição e disponibilidade (Coder, 1996).

Se através durante todo o processo evolutivo algumas paisagens naturais promoveram a sobrevivência e reprodução humana com sucesso, surge como natural que tal venha passando de geração em geração, promovendo a proximidade com a natureza sensações de bem-estar (Kahn Jr., 1999).

Todos sentimos uma atracção especial para contextos naturais e sentimos uma sensação agradável no contacto com as plantas e ambientes naturais, mas haverá algum fundamento científico que comprove e explique estas sensações?

De acordo com Kahn Jr. (1999), os resultados de cerca de 100 estudos sugerem que a redução do *stress* é um dos efeitos principais da proximidade com a natureza, especialmente de contextos semelhantes à Savana (Ulrich, 1993, cit in Kahn Jr., 1999).

Estudos de Ulrich e Lundem (1990, cit in Kahn Jr., 1999), demonstram que pacientes expostos a imagens de natureza aberta, com água, etc..., manifestam uma ansiedade pós-operatória muito menor.

Com base numa revisão de literatura, Kaplan & Kaplan (1989), concluem que “os resultados imediatos do contacto com a natureza incluem alegria, relaxação, e níveis de *stress* mais reduzidos. Estes resultados sugerem ainda adicionalmente um bem-estar físico, fundamentado nestes contactos.

Diferentes concepções de género rodeiam as árvores e as florestas. No senso comum, o ambiente organizado, familiar, controlado e nutritivo do jardim é feminino. Já a floresta selvagem, território de aventura, orientada multi-espacialmente e desconhecida, se nos apresenta como um traço masculino.

Segundo Coder (1999), ao longo da história cultural, algumas árvores mantiveram-se associadas a qualidades masculinas ou femininas em diferentes gradientes. A sua fertilidade e ciclo de vida, facilmente se associa à procriação e logo ao feminino. Pelo seu porte, força e forma, as árvores têm sido aceites enquanto símbolos fálico, que conjuntamente com a grande capacidade de sobreviver a tempestades e outras calamidades têm vindo a ser encaradas como masculinas.

Desde sempre que as árvores fizeram parte da delineação das nossas vidas. Eventos e decisões são frequentemente comemorados através da plantação de árvores. Antes da construção de estátuas e outros monumentos, as árvores cumpriam frequentemente essa função.

Há muito anos que vivemos num mundo de plantas, mas facilmente nos esquecemos que as plantas são, na realidade, seres vivos. Segundo A.Dubrov, vários estudos têm demonstrado que tal como o Homem, as plantas podem ter os seus gostos e aversões. Podem responder ao estado emocional humano, ao seu comportamento e acções.

Esta propriedade das plantas tem sido encarada com fortes reticências, mas segundo Alexander Dubrov, várias experiências têm demonstrado resultados claros. Este investigador refere que na qualidade de seres vivos, as plantas têm o seu próprio campo bioeléctrico, bem como um sistema específico de transmissão da informação sob a forma de impulsos eléctricos e transmissão de sinais de toque, estimulação e sensações de dor, sendo muito sensíveis ao que se passa à sua volta.

Alexander Dubrov, defende que as plantas respondem à música, prosperando ao som da música clássica – como seja Mozart, Bach e Beethoven – enquanto a música Rock exerce um efeito adverso.

As experiências de um novo campo, referido como fitopsicologia, ou psicologia das plantas, têm inclusivamente demonstrado que as plantas reagem à morte de animais.

O investigador russo apresenta mesmo uma lista de investigadores que demonstrou que as plantas têm consciência. Na realidade, o conceito de consciência implica a presença de cérebro, memória, actividade nervosa, um sistema de transmissão de impulsos nervosos e percepção do ambiente. As plantas parecem ter estas propriedades, no entanto não possuem órgãos sensoriais como o homem.

Para uma educação eficaz da população em relação às árvores, florestas e manutenção dos recursos naturais, é importante compreender as respectivas crenças e percepções em várias comunidades e culturas.

Uma compreensão clara da relação Homem-árvore é importante para um maior conhecimento científico, mas também para a educação, motivação e aceitação social das mensagens de manutenção dos recursos naturais, que urge cada vez mais proteger.

Referências

Coder, Kim D. (1996). *Tree and Humankind : Cultural and Psychological Bindings*. Georgia.

Dubrov, Alexander P. (s/d). *Brief Synopsis of the Book Plants and Music (Consciousness in Plants)*. Moscow.

Kahn Jr, Peter H. (1991). *The Human Relationship with Nature – Development and Culture*. London: MIT Press.