Les jardins apportent le bien-être

Partage international nº 251 – Juillet 2009

« Le temps est proche où chaque maison aura son jardin. Les fleurs de toutes les couleurs qui y poussent sont le symbole des enfants de la Terre. Là où un individu vit, dort et mange, son jardin est pour lui le symbole de Dieu. Passez au moins dix à quinze minutes chaque jour à vous occuper de votre jardin, et venez tout près de moi. Un mystère émanera de ce jardin, qui vous purifiera l'esprit et le mental. » [Maitreya, Les lois de la vie]

Drusilla Stewart et son partenaire Will Beresford ont dessiné un jardin conçu comme lieu de convalescence pour le personnel militaire blessé. Il a remporté la médaille d'argent de l'exposition 2009 de fleurs de Chelsea (Londres). Puis il a été vendu aux enchères au profit d'une organisation caritative britannique pour les blessés de guerre.

Mme Stewart pense que le jardinage et la nature ont le pouvoir de guérir les blessures mentales, spirituelles et physiques.

Elle comprend les besoins spécifiques des militaires car son mari est membre de l'Artillerie royale déployée en Afghanistan. Elle dessine surtout des jardins pour les gens ayant vécu des expériences traumatisantes : *« Des hommes revenant brisés et ayant besoin d'aide et d'un endroit tranquille. C'est un endroit calme et serein où ils se retrouvent entourés de belles choses après tout ce qu'ils ont eu à traverser. »*

Au cours d'un stage, elle avait échangé ses idées avec les soldats et leurs épouses, puis avait présenté un dessin simple, avec des tonnelles et des bancs pour méditer, et un plan d'eau au milieu. Le jardin est accessible partout pour ceux qui utilisent un fauteuil roulant ou des béquilles, avec des haies à hauteur de hanches afin que l'élagage puisse se faire sans avoir à se baisser.

Une autre médaille d'argent attribuée lors de cette exposition de Chelsea est revenue à « The Key » (la Clé), un jardin créé par Eden Project, association caritative de Cornouailles, en collaboration avec vingt associations de sans abris.
Ce jardin a été dessiné par Paul Stone, de Eden Project, qui a expliqué : *« L'idée sous-jacente est qu'il rappelle le parcours de vie des gens. Il symbolise l'enfermement, que ce soit en prison ou simplement par absence d'opportunités, mais il signifie aussi l'ouverture des portes et la libération. La Clé sert de catalyseur à un changement à long terme et à un travail continu, en augmentant les perspectives d'emploi pour les participants qui ont acquis de nouvelles connaissances et une formation grâce à leur participation au projet. »*

Le message central du jardin est un message d'espoir. Howard Jones, directeur de réseaux humanitaires chez Eden, explique : *« Cela conduit les visiteurs dans un voyage narratif, qui débute par un lieu aride avec des chardons durs et piquants, puis à une clairière – un lieu de changement – ouvrant sur un sentiment de triomphe sur l'adversité, dans un décor chatoyant de plantes et de fleurs. »*

Des prisonniers et des volontaires sans domicile venant de toute l'Angleterre ont planté et entretenu, et des sans abri ont aidé à construire ce jardin au sein de l'exposition. Lucy Frew, l'une des volontaires affirme que d'avoir travaillé à la construction du jardin a transformé sa vie : *« Je ne pensais pas que le jardinage me plairait autant, et j'ai toujours cru que Chelsea était réservé à une élite, mais d'avoir construit ce mur de fleurs a réveillé quelque chose en moi,* a-t-elle déclaré. *En regardant le travail fini, un grand sourire s'est épanoui sur mon visage. J'étais vraiment surprise ! »*

Sources : The Times, The Guardian, Grande-Bretagne
Thématiques : Sciences et santé, environnement
Rubrique : Faits et prévisions