

**CULTURA** libri arte architettura fumetti fotografia



## MIRTILLI E CAMMINATE È IL WELLNESS VERSIONE THOREAU

di **Angelo Molica Franco**

In due piccoli libri (uno **inedito** in Italia), lo scrittore noto per le riflessioni su uomo e natura dava, 150 anni fa, consigli di benessere. Molto attuali

«**A**d agosto saziatevi di mirtilli». No, non è una nuova dieta per l'estate. Ad averlo scritto, più di un secolo fa, è un profeta del wellness di un tempo: Henry David Thoreau (1817-1862). Filosofo e pensatore americano, esponente del trascendentalismo e dell'ecologismo, di cui oggi Lindau pubblica un prezioso libello finora inedito in Italia: *Mirtilli, o l'importanza delle piccole cose*.

È una luminosa divagazione su queste bacche spontanee; oltre a insegnare molto al riguardo – che ne esistono di diverse varietà come «il mirtillo delle paludi» più grosso e succoso o «il mirtillo tardivo» che matura a fine agosto, e che gli indiani d'America ne facevano un largo uso in cucina e in medicina – contiene un messaggio per l'umanità. «Andare per mirtilli nei boschi» altro non significa che ricercare la bellezza delle piccole cose e cambiare atteggiamento nei confronti della natura: l'uomo deve smetterla di comportarsi come un animale che se ne nutre di passaggio, ma sedersi al «desco imbandito» di campi e colline per «mangiare con la natura».

Lo sa bene Thoreau, che ricorda come «il miglior apprendistato» ricevuto» le ore passate da piccolo, nel New England, a raccogliere nei boschi questi piccoli frutti da solo o con i compagni di scuola; e che, dopo essersi laureato a Harvard, a ventisette anni si licenzia dal collegio dove insegna perché è obbligato a frustare i suoi allievi per punirli, mentre lui vuol discutere con loro di morale. È allora che decide di trasferirsi in una capanna costruita con le proprie mani in un bosco sulle rive del lago Walden, «per affrontare solo i fatti essenziali della vita».

Tale esperimento, che racconterà nel suo capolavoro autobiografico, *Walden ovvero Vita nei boschi*, testimonia che l'affinità che lo lega alla natura è totale;

tanto che una volta fatto ritorno alla civiltà non riesce a non passare almeno quattro ore al giorno a «vagabondare senza meta per boschi, colline e campi», affrancato «dagli obblighi verso la società», come racconta in un altro suo testo quanto mai attuale, anch'esso pubblicato da Lindau: *Camminare*, corredato da un articolo sull'autore scritto da Virginia Woolf per il centenario della nascita, nel 1917.

Oggi camminare è diventata una moda, ben sperimentata anche da molti scrittori-escursionisti: per Erling Kagge è «un gesto sovversivo» perché aiuta a pensare, per Sylvain Tesson è «un altro modo di ricordare». Per non parlare dei numerosissimi manuali che invadono le librerie. Ma è Thoreau, quasi due secoli fa, a scrivere, con l'intuizione tipica che segnala il genio, che camminare è far «ricominciare la storia», è concentrarsi dunque sul presente e la sua avventura poiché «beato è colui che non spreca un attimo della sua vita fugace a rievocare il passato». □



GETTY IMAGES (2)

A SINISTRA, **HENRY D. THOREAU** IN UN RITRATTO DEL 1857.

LO SCRITTORE (1817-1862) NACQUE E MORÌ A CONCORD, NEL **MASSACHUSETTS**. SOTTO, *MIRTILLI O L'IMPORTANZA DELLE PICCOLE COSE* (PP. 88, EURO 9,50) E *CAMMINARE* (PP. 96, EURO 9,50), ENTRAMBI PUBBLICATI DA LINDAU E TRADOTTI DA VINCENZO PERNA

