

JARDINS

Jardiner, c'est bon pour le moral!



ART ET JARDIN

Dans ce jardin de Mme et M. Demay, réalisé par Art et jardin, ne sommes-nous pas dans le film *Le bonheur est dans le pré*? Liberté, fraîcheur, calme et poésie règnent en ce jardin.

Les scientifiques redécouvrent qu'il n'est pas de meilleur antidote au stress que la vue des fleurs, de la verdure, de l'eau d'un bassin ou d'un joli jardin. L'influence de la couleur sur l'humeur et le comportement est prouvée. Il y a belle lurette que le vert des feuillages est considéré comme relaxant; voilà pourquoi il est si agréable de se rouler sur le gazon, surtout quand celui-ci étincelle de petites taches lumineuses jaunes offertes par les pissenlits!

Le jardin est propice à l'émerveillement et à la contemplation; l'espace jardiné nous remet en contact avec des réalités

positives et nous baigne dans la sensualité. En effet, y a-t-il quelque chose de plus sensuel que le jardin?

Les plantes déploient des trésors de séduction avec leurs textures caressantes, leurs parfums exaltants, comme ceux des lilas, des roses, de l'incontournable lavande. Et que dire des milliers de tons de couleurs qu'offrent les fleurs, les feuilles, les troncs, qui n'attendent que la créativité qui vous anime pour venir vous faire vivre, dans votre cour, le plus fabuleux des voyages?

Oups! J'allais oublier toutes ces plantes aux vertus aphrodisiaques, dont la pauvre roquette, jugée trop sulfureuse, qui fut jadis bannie des couvents... Mais dans mon jardin, elle côtoie l'envoûtante sarriette d'hiver et mes succulentes petites fraises de Californie. Car, voyez-vous, mon jardin, je ne le mange pas seulement qu'avec les yeux.

Il n'est pas nécessaire d'avoir un jardin tiré à quatre épingles, et n'en chassez plus le naturel, car cette petite touche de liberté qui s'installe-

ra sur votre terre vous avertira qu'il est bon que le jardinier sache aussi lâcher prise et que, de toute façon, un jour, la nature reviendra au galop.

Je vous invite donc à goûter les plaisirs du monde végétal et à les partager tout le long de cette saison 2009. Heureux jardinier, va!

Vous aimeriez que je traite d'un sujet en particulier? Vous désirez que je réponde à votre question? Vous acceptez que le jardinier prenne son temps? Écrivez-moi: jeanclaudevigor@videotron.ca



JEAN-CLAUDE VIGOR