



n. 15 Solstizio d'Inverno 2018

"Pubblicazione interna a Sentiero Bioregionale (fuori commercio)"

ACQUA, TERRA, FUOCO, ARIA



INDICE

I quattro elementi e il teatro.....	3
Perché la cagna caccia via la gazza.....	4
Tra viti ed ulivi, nel respiro di mio nonno.....	5
Zero Waste.....	7
Mito dell'acqua dei Cherokee.....	8
Ah! Ti vedo, ma chi sei?.....	8
La Cipolla.....	10
Danzando Con Il Fuoco.....	11
Scorre La Vita.....	12
L'Impastata 2018.....	14
<i>Rotolando</i>	16
L'Almone e l'avvio del Contratto di Fiume per la sua rinascita.....	17
Guido e la Cinghiale.....	23
Saggio Albero.....	24
Terra.....	26
Intervista a Maria Elena Carosella, pedagoga teatrale, regista, attrice.....	26
"Le violenze sui territori colpiscono anche noi".....	30
Capitolare.....	31
NOTIZIE DALLE BIOREGIONI.....	33
Notizie dalla Bioregione del Bruna e dell'Ombrone 2018.....	33

Questo numero è stato curato da Silvana Mariniello e Egidio Grasso Bioregione del Fiume Almone (basso Tevere), Tema: "Acqua, terra, Fuoco, Aria".

Il prossimo numero di Sentiero Bioregionale (Solstizio Estivo 2019) sarà curato da Francesca Mengoni, con il tema: "**Fiumi, torrenti e ruscelli delle nostre bioregioni. Leggende, aneddoti, ricordi.**" Per chi vuole mandare un contributo spedire a tacaumbra@libero.it

Per approfondimenti consultare www.sentierobioregionale.org

I quattro elementi e il teatro

di Silvana Mariniello

In teatro i quattro elementi **aria, terra, fuoco, acqua** sono la base del lavoro dell'attore. Quale che sia il metodo didattico per la formazione dell'attore, si parte sempre da un allenamento, fase questa che coinvolge sia il corpo fisico, sia il corpo vocalico: chi sale sul palcoscenico deve "possedere" il proprio corpo, saperlo gestire per potergli chiedere ciò che occorre per la messa in scena, e fare in modo che il personaggio da interpretare venga ben modellare. Questa palestra contiene tanti giochi che nutrono e disinibiscono la fantasia. Il lavoro è collettivo e individuale allo stesso tempo e il maestro, decide di volta in volta quali "materiali" proporre, spesso facendosi indirizzare dalla messa in scena che porta avanti. Nel corso degli anni, ho spesso sentito dire che il teatro non si dice, ma si fa. E quindi indipendentemente da tutto ci si esercita con vari materiali, ma primi fra tutti con i quattro elementi. La natura ci detta regole ovunque.

Con l'acqua si fa un lavoro di movimento liquido. Vale a dire che per mostrare l'acqua è il corpo che si muove come se fosse nell'acqua. Devi immaginare di essere parte dell'acqua: uccelli marini, carpe, anguille, meduse, coralli. Ne imiti il movimento e diventi di volta in volta mare con il senso di infinito, acqua liscia e lucente come l'olio, mulinello, onda, cavallone, ochette, rugiada, cascata, torrente, fiume. Abbinare poi all'acqua come elemento a sé tutto quello che può essere utile alla messa in scena e che abbia a che vedere con l'elemento acqua: il parto, la pesca, la pioggia, le camminate nell'acqua. Poi ancora mimare l'approvvigionarsi di acqua, bere da una fonte, da un bicchiere, da una bottiglia. Questi materiali che vengono studiati mimicamente, inducono il corpo a sviluppare e a cedere alle forme più impreviste e che sottostanno ai ritmi e alle forme dell'acqua in natura.

L'elemento aria è uno dei più delicati da trattare. Il tuo corpo che già normalmente fluttua, cammina ed esiste perché avviluppato dall'aria, deve mostrarla, farla vedere. E' questa una cosa ardua, difficile. Ecco che allora si chiede di essere portati dal vento, di mimare un albero mosso da una improvvisa tempesta, di camminare o correre escludendo il peso del proprio corpo. Di lavorare con camminate speciali, precostituite come "*la camminata sulle nuvole*" per dare il senso di viaggiare senza attriti, sull'aria. Per questo elemento è la perdita di peso che si cerca e si attua, dando così allo spettatore il senso di un corpo che diventa incorporeo. La gestione del peso, nel training dell'attore, è basilare, tant'è che impegna molto del tempo complessivo dell'esercitazione. Sapere che si gestisce un peso e che si può direzionarlo e portarlo in più punti del corpo è uno degli esercizi primari per poter stare in scena e questo equivale a dire: fluttuo nell'aria. E' importante precisare che lo studio degli elementi non è solo finalizzato alla messa in scena dei medesimi. Infatti quando il corpo nello studio ricerca e trova una suggestione particolare legata ad uno degli elementi, la si può utilizzare come metafora, per un gioco al contrasto... Cerco un movimento di mare in tempesta, ma lo posso anche utilizzare per un personaggio indignato, modulandone la veemenza, l'intensità, limitando il movimento ad una parte del corpo o a tutto il corpo. Studiando un incedere che vi assomigli.

Fuoco. Pensando a questo elemento si visualizzano subito i suoi colori: rosso, blu, giallo, argento, arancio, viola, blu elettrico. E poi con questi colori si inizia subito una danza, quella delle lingue di fuoco, dei lapilli. Con queste immagini o altre suggestioni si riproduce l'elemento fuoco individualmente o in gruppo. Si chiede agli attori di sviluppare questa danza, facendo attenzione di mostrare colori, forme, grandezze e movimento di questo elemento che nasce di continuo e di continuo svanisce. Si interiorizzano anche i ritmi che il fuoco ci mostra nei suoi bagliori di lingue: corte, lunghe, piccole, piccolissime; come guizzi, scintille, lapilli.

In teatro terra è l'energia. Prima ancora di muoversi l'attore deve imparare il radicamento: saper stare fermo in palcoscenico e portare l'energia rilasciata dal palcoscenico a tutto il corpo, estremità comprese. Con l'esercizio dell'albero, che si muove con diversi ritmi perché attraversato

dal vento che passa da intensità a intensità, si sviluppa in tutto e per tutto il radicamento con la terra; più c'è vento più il corpo sarà radicato. Passare con molta rapidità, anzi immediatezza dal correre all'essere immobili, presuppone il saper poggiare tutto il proprio peso corporeo sullo stage e radicarsi fortemente ad esso. Per il radicamento si visualizzano le dita dei piedi come radici che crescendo vanno sempre più in profondità nella terra. Il palcoscenico è fatto di legno, si usa questo materiale perché, essendo vivo, fa da tramite tra la terra e il corpo dell'attore e gli rilascia energia vitale. Per riuscire a mimare oggetti e proiettare la loro tridimensionalità si modella con una creta, terra argillosa, immaginaria. Nel cerchio per esempio, un allievo modella un fiore che poi utilizza per un'improvvisazione, quando ha finito passa l'oggetto al compagno o alla compagna che gli sta accanto. Il fiore ridiventa creta e poi prende le sembianze di ... una palla con la quale tutti giocano e che poi, passando di nuovo tra le mani di chi l'ha modellata viene porta alla compagna al suo fianco. Questa per modellare il suo oggetto deve passare di nuovo per la creta, cioè decostruire l'oggetto che ha ricevuto e impastare la creta da trasformare in un nuovo oggetto mimato. Nonostante queste cose dette possano essere meglio conosciute dagli addetti al teatro, tutti possono immaginare che lo studio e l'uso dei quattro elementi in arte è il vero maestro.



Dallo spettacolo teatrale FEGATO NAPOLETANO di e con S. MARINIELLO (Protagonista il rosso fuoco)

Perché la cagna caccia via la gazza

La cagna bianca
sul pendio arranca,
caccia via la gazza.

Mi sembra pazza!

La cagna si ritira,
la chiocchia ansiosa gira.
Ha perduto un pulcino,
predatore assassino.

Vola ladra
furtiva e leggiadra,
solleva la preda,
che nessuno ti veda!

Immersi tra le fronde
tre teneri gazzini,
il vento li confonde,
affamati malandrini.

Francesca Mengoni



Tra viti ed ulivi, nel respiro di mio nonno.

Le scale che portavano alla cantina in casa dei miei nonni non avevano una ringhiera né un corrimano. Bisognava scendere quei gradini restando addossati al muro che li delimitava da un lato, per non correre il rischio di cadere giù dall'altro. Nella cantina, bottiglie e vasetti riempivano i pochi scaffali presenti. Il resto dello spazio, un ambiente unico, monocoloro, scandito da pochi pilastri, era occupato da botti e fiaschi di varia misura. Alcuni vuoti, altri pieni, alcuni per l'olio, altri per il vino.

Mio nonno era un contadino. Aveva sempre fatto il contadino, tranne che negli anni in cui la guerra e la prigionia lo avevano costretto a stare lontano dalla sua terra e dal silenzio a cui era abituato. Mia nonna bruciò tutte le foto che lo vedevano soldato. Che la guerra loro non l'avevano né scelta né voluta, e mai sarebbe dovuta entrare nelle loro vite.

Erano le mani di mio nonno a raccontarne la vita. E le sue mani erano cresciute tra viti ed ulivi. Erano lunghe e dalle linee eleganti, ma si vedeva e si capiva che erano *"mani de fatica"*. Sui suoi polpastrelli la terra rossa aveva impresso il proprio colore. Correva sottile lungo tutte le pieghe delle dita e non veniva mai via, nemmeno a lavarla, come se lui stesso appartenesse a quella terra che gli apparteneva. La zappa gli aveva marchiato i palmi con calli duri, perenni. Il sole aveva scurito il suo incarnato chiaro. Aveva occhi celesti e capelli di un bianco candido, mio nonno.

Tutto quello che faceva, svelava la sua propensione al lavoro duro e persistente. La campagna lo aveva forgiato non solo nel fisico, ma anche nello spirito. Sapeva che la vita dipendeva dal tempo e che la volontà dell'uomo può arrivare fino a un certo punto. Aveva imparato a dialogare con la sua terra, a coglierne i segnali, ad accettarne le ristrettezze, e a gioirne, così come faceva per i raccolti buoni. Dalla terra aveva imparato la pazienza e l'umiltà. E aveva capito che il dialogo con lei doveva essere continuo. *"Ci presume de sapire, ha spicciatu de 'mparare"*.

Col suo lavoro da contadino aveva tirato su tutta la famiglia. Aveva acquistato la casa in cui viveva e un uliveto tutto suo. La vigna su cui lavorava, invece, non gli apparteneva. Non sulla carta, quanto meno. Ma, a quelle viti, vi si dedicava con la dedizione di un padre. *"Vigna e puteca so 'ccomu li piccinni: vòlinu fissu assistutu"*. Lo ripeteva continuamente, soprattutto a noi nipoti, che della vigna vedevamo soltanto la fatica della vendemmia, e ci illudevamo che fosse tutto lì. Invece lui era spesso con la schiena china tra quei filari, durante tutto l'anno. Potava i rami, arava il terreno, lo faceva aerare, legava i getti, irrorava con ciò che serviva. La cura della vite passava dalla cura di tutto: della pianta, della terra in cui affondava le radici, dei sostegni a cui si appoggiava. Quando il lavoro scarseggiava o il tempo lo impediva, il nonno indugiava comunque in quei campi. Controllava come stava la vigna, verificava se avesse bisogno di qualcosa. Io ho sempre pensato che si attardasse per tenerle e per farsi tenere un po' di compagnia.

La vigna io l'ho vissuta poco. Non era *"roba"* del nonno, non era posto in cui giocare.

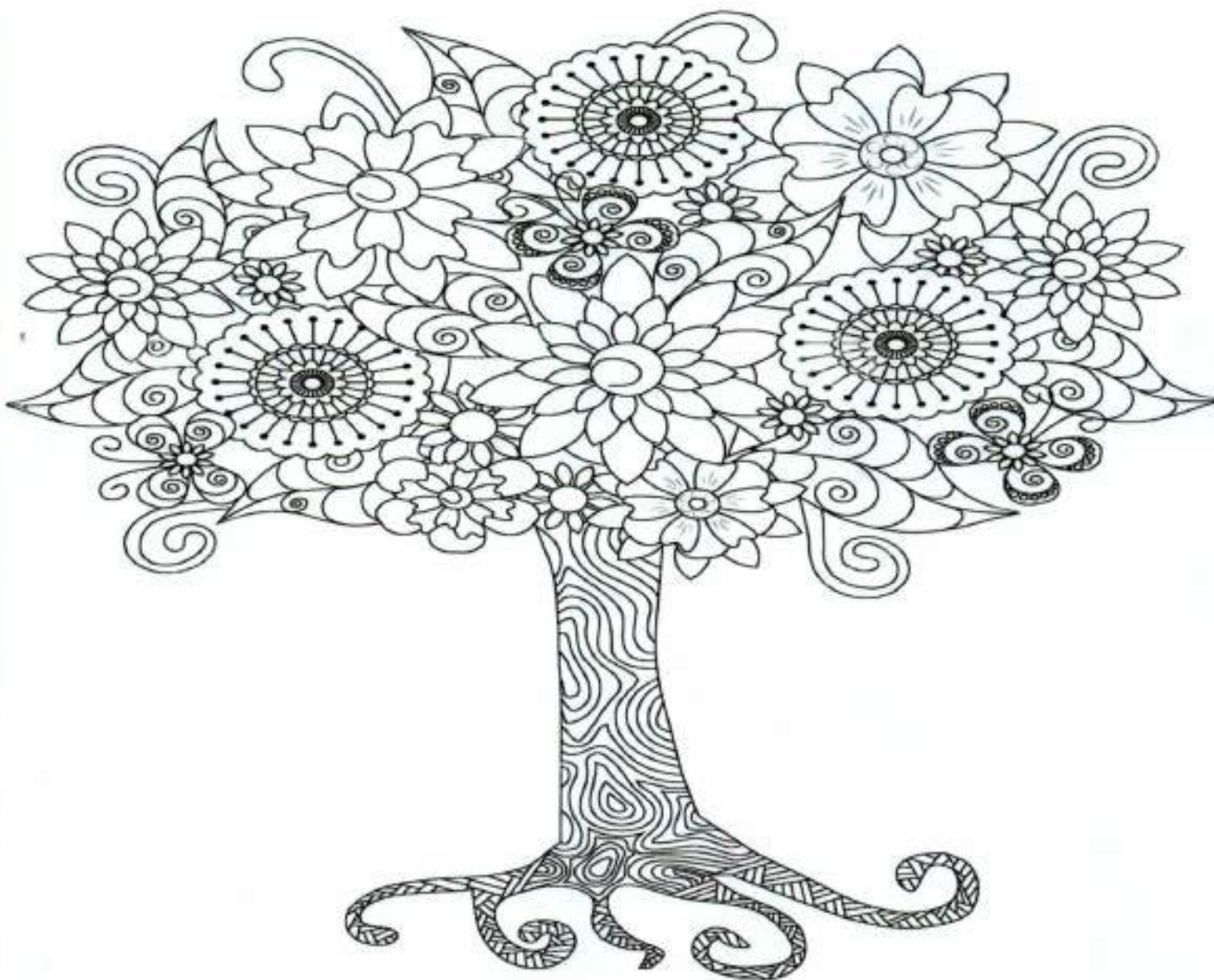
L'uliveto, invece, lo conosco bene. Ogni anno, nei mesi di ottobre e novembre, tutta la famiglia si dedicava alla raccolta delle olive. Per mio nonno era importante che fossimo tutti presenti, voleva che ce lo guadagnassimo il nostro olio: *"ci bbusca cu la fatica, spenne cu la misura"*. Lui insegnava così, con il suo esempio e la saggezza del suo dialetto.

Mio nonno è morto da vari anni ormai. Da quando non c'è più mi sembra di aver perso chi con la terra faceva parlare anche me, che di quel dialogo non mi sento capace. Non trovo risposte scritte, e non ho più la sua voce che risponde alle mie domande, che sono ancora domande di bimba.

E sento il peso di tutto questo silenzio. Trovo poco conforto nel sapere di mia madre, che pure c'è, ma è parziale, troppo dubbioso. Lei, che come me e per me ha scelto una vita di libri, che ho adorato e tuttora adoro, una vita fatta di altro, che abbiamo sempre ipotizzato migliore. Mi chiedo spesso se la pace che provava mio nonno nel parlare con le sue viti e i suoi ulivi maestosi fosse quella che io respiro passeggiando su quella terra rossa battuta, mentre sento il rumore delle auto che corrono veloci e lontane sulla provinciale, al di là del muretto a secco e della stradina che porta al suo uliveto.

Lì, molto più che altrove, ancora lo sento.

Laura Gaballo



(Ulivo fantastico da colorare dedicato ai bambini)

Zero Waste

Vorrei raccontarvi il mio percorso ZERO WASTE, sperando possa essere d'aiuto per chi si sta avvicinando da poco a questo stile di vita.

Sin da piccola mia madre mi aveva sempre invogliata a riciclare le cose, ma è da circa 8 anni, nell'appassionarmi al riciclo creativo, che il mio percorso green ha preso forma.

Così iniziai a vedere gli "oggetti" in una diversa prospettiva: un'aspirapolvere può trasformarsi in una bellissima abat jour, così come una sedia in comodino

Poi arrivò il 2013, un anno bruttissimo per me: avevo un'intolleranza ai lieviti che mi ha portato tanti problemi fisici e, tra le altre cose, a cambiare drasticamente il mio piano alimentare: ho smesso di mangiare carne (non è stato difficile, non mi era mai particolarmente piaciuta), ma soprattutto ho dovuto rinunciare a tutti i prodotti che contenevano lievito. Un'enormità!

Passata poi una breve fase di sconforto totale -poiché ogni volta che dovevo fare la spesa era una tragedia- ho iniziato a trovare delle alternative da



(Ecco il negozio Resto Sfuso in Via Santa Maria Ausiliatrice a Roma)

preparare da sola, e fu lì che mi trovai davanti un mondo fantastico: biscotti, dolci e burger vegani e la pasta fatta in casa... tutti preparati da me! Non paga, andavo sempre alla ricerca per migliorare il mio stile di vita e quello dell'ambiente, fino al giorno in cui ho letto (NULLA SUCCEDER PER CASO) un articolo di una ragazza che era riuscita a vivere, ormai da un anno, senza supermercato, inoltre non produceva rifiuti perché comprava tutto sfuso o auto-produceva!!! Ho subito pensato: se c'è riuscita lei, posso farcela anch'io, quindi mi sono subito messa all'opera.

All'inizio non fu facile. Vivere in una grande città come Roma non ti permette di reperire le materie prime fresche, buone, ma soprattutto SFUSE. Anche il contadino non sempre ha la merce della sua terra! Ma armata di tanta pazienza, ho iniziato il mio percorso senza supermercato: prima a ricercare dei contadini che consegnavano i loro prodotti, poi frequentando corsi per realizzare in casa saponi solidi, creme, dentifrici e tutto ciò che riguardasse l'eco cosmetica. All'inizio il percorso non fu proprio facile, ma, grazie alla mia caparbità, riuscii a mettere appunto delle ricette di eco cosmetica molto efficaci.

Rimaneva il discorso delle mie bestiole: non sopportavo l'idea che delle cose organiche come le feci dovessero essere messi in una busta di plastica, ma non volevo spendere neppure un patrimonio per le bustine bio dei cani. Così mi venne l'idea di comprare una confezione enorme di bustine mater bi piccolo formato (quelle da farmacia per intenderci) per poterle interamente buttare nell'umido.

Per il gatto invece uso la sabbietta ecologica biodegradabile. Essendo sempre alla ricerca di modi per migliorare, ho così deciso di aprire a gennaio di quest'anno il mio negozio di prodotti sfusi e alla spina RESTO SFUSO: in poche parole, dai legumi al make up, tutto alla spina (ebbene sì anche il make up si ricarica!)

Ora posso aiutare e sensibilizzare gli altri invogliandoli a cambiare il proprio stile di vita, perché l'oceano è fatto da tante piccole gocce, e dare l'esempio è il mio modo per sensibilizzare qualcuno.

Concludo dicendo che si può vivere senza supermercato, e io ne sono una prova 😊

Mito dell'acqua dei Cherokee



In principio, c'era solo l'acqua. Tutti gli animali vivevano sopra di essa ed il cielo era sommerso. Erano tutti curiosi di sapere cosa ci fosse sotto l'acqua ed un giorno Dayuni'si, lo scarabeo acquatico, si offrì volontario per esplorare questo immenso mare. Esplorò la superficie, ma non riuscì a trovare nessun terreno solido. Esplorò sotto la superficie fino al fondo e tutto quello che trovò fu del fango che portò in superficie. Dopo aver preso il fango, questo cominciò a crescere e a spargersi tutto intorno, fino a che non divenne Terra, così come la conosciamo. Poi uno degli animali legò questa nuova terra al cielo, con quattro stringhe. La terra era ancora troppo

umida, così mandarono il grande falco nel Galun'lati per prepararla. Il falco volò giù e quando raggiunse la terra dei Cherokee era così stanco che le sue ali cominciarono a colpire la terra. Ogni volta che colpivano la terra si formava una valle od una montagna. Gli animali poi decisero che era troppo buio, così crearono il sole e lo misero lì dove è oggi.

Contributo di Cosetta Lomele

Ah! Ti vedo, ma chi sei?

In questi giorni stiamo cogliendo le olive qui nella campagna di Gubbio. Abbiamo centotrenta alberi e ormai sono quasi quarant'anni che ne abbiamo cura. Quest'anno si prospetta una raccolta molto buona: già abbiamo fatto tre presse e siamo solo a metà raccolta. Ma non è stato sempre così.

Nel quinto anno del nostro riabitare c'è stato un inverno rigidissimo, quello del 1984-5, con la temperatura che era scesa, incredibilmente, a 26°C sotto zero. Mi ricordo vivamente quella notte dell'Epifania in cui sono uscita nella neve a prendere una foglia dall'ulivo sotto casa da mandare ad un'amica in una lettera, e ho visto l'ulivo in un tale stato di agonia che non potevo togliergli neanche una foglia. Il giorno dopo sono cadute tutte le foglie: sono poi morti più di un terzo dei nostri ulivi. In quell'inverno eravamo stipati con i figli piccoli in un prefabbricato per via del terremoto avvenuto nella primavera del 1984. Avremmo dovuto poi recintare tutti gli alberi in modo da proteggerli dalle pecore e permetter loro di ricrescere da sotto, ma eravamo così poveri allora che non avevamo i soldi per recintarne tanti in una sola volta, quindi ci sono voluti molti anni per rivedere di nuovo l'uliveto al completo.

Piano piano sono ricresciuti gli ulivi, e noi a



(Pratale dopo il terremoto dell'80)

potarli e a concimarli. Per tanti anni, si coglieva al massimo sei quintali di olive, poi all'improvviso, dopo trent'anni, è arrivata una raccolta di diciassette quintali. Siamo rimasti sbalorditi e felici: finalmente avevamo l'olio buono per noi e un po' anche da vendere.

E' stato solo riflettendo su questa storia che ho visto come questo episodio sia forse un altro esempio della prova che affronta chi desidera riabitare un luogo.

Il luogo come soggetto non è un concetto che riconosciamo. Al massimo possiamo considerare il nostro luogo di vita come un luogo amato e curato, ma noi occidentali collochiamo sempre noi stessi nella posizione dell'agente: siamo noi ad amare e curare. Per la soggettività del luogo non abbiamo parole.

Nella cultura degli indigeni australiani, invece, queste parole esistono. Chi viene a visitare un posto abitato dagli aborigeni in Australia deve essere presentato al territorio, e questo vale sia per un bianco sia per una persona aborigena che però viene da un'altra zona. Questa presentazione si chiama "muddying" ossia "infangamento". L'antropologa Deborah Bird Rose, nel suo testo *Dingo Makes us Human* spiega come i Yarrilin (della Victoria River Valley, Northern Territory) fanno questa presentazione. Si porta il visitatore presso dell'acqua – un corso d'acqua, un pozzo – gli si bagna la testa e lo si invita a bere. In questo modo, dicono, il Sogno del territorio (che possiamo immaginare come lo spirito del luogo) riconosce l'odore della persona nuova. Jimmy Manngayarri dice "Il Sogno fiuta la gente. Dopo che la infanghi, il Sogno la conosce." Se non viene fatta questa presentazione, l'ospite rischia di ammalarsi o di annegare.

Hector Wartpiyarri descrive il rito e spiega in che modo si parla al territorio, mentre con l'ospite ci si avvicina all'acqua:

"Tu parli al territorio dicendo <ho qui ngumpin (un essere umano) venuto da lontano. Non voglio che gli fai del male, è jimari (amico), è bravo> Lo prendi, gli dai l'acqua, gli bagni la testa. Ora può camminare dovunque (in quel territorio).

In questo modo, dice Bird Rose, viene chiarito che il territorio stesso presta attenzione alle persone che ci abitano o che ci transitano e che c'è anche una certa diffidenza nei confronti del nuovo arrivato. Come mai? Spiega Bird Rose: "L'uso del territorio senza permesso e senza presentazione rappresenta una minaccia per l'integrità del territorio, per il Sogno e per le persone del posto." Visto la storia del colonialismo, in Australia e nel resto del mondo, possiamo ben vedere la fondatezza di questa preoccupazione.

Cosa facciamo quando arriva un ospite a casa nostra? Gli diamo un bicchiere d'acqua e gli offriamo l'uso del bagno. Forse questo è un lontano ricordo dell'importanza dell'acqua come elemento vitale che connette l'ospite al luogo?

Parlando con altre persone riabitanti negli anni, mi sono convinta che il luogo che scegliamo di riabitare ci accetta con grazia ma che dopo una prima accoglienza, ci mette davanti a una dura prova.

Nel nostro caso, mi sembra che il luogo ci abbia concesso quattro anni di tranquilla accoglienza, durante i quali abbiamo vissuto in quel casale a malapena abitabile, grati però del ricovero, degli insegnamenti dei nostri anziani vicini e soprattutto della bellezza del posto. Quei primi anni sono stati per noi un apprendistato molto importante: abbiamo imparato un po' dei mestieri della campagna, ci siamo abituati a fare a meno di tante cose, abbiamo iniziato ad imparare a conoscere la natura della valle, il suo suolo, il suo clima, i suoi abitanti non umani.

Poi alle sette e un minuto della mattina del 29 aprile del 1984, è esploso il caos e ci siamo svegliati con un rumore assordante nelle orecchie, il soffitto che pioveva mattoni su di noi e le travi che urtavano contro le mura della casa. Terrorizzati, abbiamo afferrato i figli piccoli e siamo scappati fuori: il fienile era un cumulo di macerie, il terremoto era finito e regnava un silenzio scioccato. Dopo pochi minuti si sentivano le voci dei vicini che si chiamavano l'un l'altro da una collina all'altra per sentire se eravamo tutti sopravvissuti a quel terremoto tremendo.

Non eravamo stati noi a costruire quel casale: erano stati sconosciuti contadini del 12° e del 17° secolo a fare quella fatica. Non eravamo stati noi a dissodare quei campi o a piantare quegli ulivi e quegli alberi di frutta. Eravamo di fuori e ora la fatica per guadagnare il diritto morale di abitare a Pratale e di mangiare da quel luogo toccava a noi. Avevamo molto chiaro quest'idea e sentivo gratitudine per quei quattro anni di accoglienza "gratis".

Così eravamo senza casa e senza ulivi: per ricostruire una casa con le nostre mani ci sono voluti quattro anni e per avere un uliveto che producesse una bella quantità di olio ci sono voluti altri quindici anni di lavoro. Ma mi ricordo che quella mattina dopo il terremoto ci siamo guardati attorno – c'erano sì le macerie ma gli alberi erano in piedi, i peperoni trapiantati il giorno prima nell'orto anche...il luogo ci ha dato una scossa ma era come se ci avesse detto "Ah! Vi vedo, ma chi siete? Adesso scappate in città oppure vi rimboccate le maniche e vi date da fare?" E ci siamo rimboccati le maniche.

Così un nostro amico riabitante ha visto il suo terreno e la sua casa sotto le acque del Po; un altro ha lavorato tanto per mettere su casa in un piccolissimo paese di montagna quasi abbandonato e una sera l'ha trovata svaligiata; altri amici hanno lavorato un'estate intera a tirare su il muro di contenimento per poi vederlo crollare; l'amico nuovo, riabitante di quest'anno, ha dovuto correre a salvare il suo uliveto dal fuoco.

Gary Snyder, riabitando un luogo con un suolo distrutto dai ricercatori d'oro, dice "La terra rovinata ha bisogno di più amore, non di meno". E credo proprio che il luogo che scegliamo voglia vedere se siamo davvero "del posto" e poi forse è lui che ci sceglie. Per essere indigeni bisogna guadagnarselo.

Etain Addey



La Cipolla

La cipolla è un'altra cosa.
Interiora non ne ha.
Completamente cipolla
fino alla cipollità.
Cipolluta di fuori,
cipoliosa fino al cuore,
potrebbe guardarsi dentro
senza provare timore.

In noi ignoto e selve
di pelle appena coperti,
interni d'inferno,
violenta anatomia,
ma nella cipolla – cipolla,
non visceri ritorti.
Lei più e più volte nuda,
fin nel fondo e così via.

La Cipóddra

La cipóddra jà n'ata còsa.
Vudèddre nunni tène.
Assolutamènt cipóddra
fin'a la cipoddrità.
Cipuddrùta da fóre,
cipuddrósa fin'a lu còre,
si putéss uardà dintu
senza nisciunu timore.

Dintu di nuji scurda e bòschi
di pèddra appena cummigliàti,
com'a sta dint'a lu 'nfièrnu,
brutte fattézz,
ma 'nd'à la cipóddra – cipóddra,
no visceri accravugliàti.
Éddra dòppu ogni véle nuda,
fin'a ddintu dintu.

Coerente è la cipolla,
riuscita è la cipolla.
Nell'una ecco sta l'altra,
nella maggiore la minore,
nella seguente la successiva,
cioè la terza e la quarta.
Una centripeta fuga.
Un'eco in coro composta.

La cipolla, d'accordo:
il più bel ventre del mondo.
A propria lode di aureole
da sé si avvolge in tondo.
In noi – grasso, nervi, vene,
muchi e secrezioni.
E a noi resta negata
l'idiozia della perfezione.

Wisława Szymborska

(traduzione dal polacco di Pietro Marchesani)

Nun si pente la cipóddra,
ha riuściuta la cipóddra.
Una dint'a l'ata,
'nd'à la ròssa la chjù piccula,
una di sèguit'a l'ata,
dòppu la terza la quarta.
Com'a nu giracavàllu.
Nu lèccu com'a nu cantu anziému.

La cipóddra, d'accòrdu:
la trippa chjù bella di lu munnu.
Tutta prijàta di vili
da pri éddra s'accravòglia.
Dintu di nuji – rassu, niérvivi, vene,
ciàngulu e rāshchi.
E a nuji véne nijàta
la paccija d'èss li mègliu.

Angelo Siciliano

(Wisława Szymborska poetessa polacca premio Nobel per la letteratura nel 1996. Poesia tradotta in dialetto irpino dell'Ottocento da Angelo Siciliano)

Danzando Con Il Fuoco

Di Lara Panizzi

Ricordo la prima volta che mi hanno messo il Fuoco in mano, ero terrorizzata. Non riuscivo a muovermi, e più restavo ferma e più il Fuoco diventava grande alle estremità del bastone che stringevo saldamente. Ricordo perfettamente di aver pensato "ma come è possibile, io non mi muovo e Lui prende vita?". Per qualche secondo ho pensato ora lo lancia più lontano possibile, subito dopo ora lo spengo (sapevo benissimo come farlo, ce lo avevano spiegato al corso) ma poi tutt'un tratto ho sentito quel rumore ... perché il Fuoco, lì per lì, fa rumore ... e tu non riesci a capire, ma poi lo ascolti e lui ti parla, gioca con il vento, si nutre di Lui, gioca con l'attrezzo che hai in mano, gioca con te ... danza con te. Non c'è momento più bello di quello in cui impari ad ascoltarlo, a seguirlo, ad assecondarlo, a respirarlo ... si perché l'unica possibilità che hai è di respirare con Lui, non puoi minimamente pensare di domarlo, e respirare con il Fuoco è una di quelle cose che può capire solo chi lo ha fatto, non è paragonabile a nient'altro, forse a una tavola da surf. Non sono mai stata su una tavola da surf, ma immagino che quella sia la sensazione più vicina, corri con un elemento che in ogni secondo può distruggerti con la stessa facilità con cui tu ti soffi il naso, più o meno.

Dice, non si gioca col Fuoco, giuro, mai fatto! Sempre sommo rispetto per il Grande Maestro, Lui lo sa io lo amo. Danzarci è panico misto a eccitazione, mista a egocentrismo, misto a follia, a caparbieta, a isolamento, praticamente uno stato di trans così intimo che ne diventi da subito dipendente. Spesso penso che l'essere umano non ricorda più quanto il Fuoco sia grande perché ha l'illusione di controllarlo, ma come fai anche solo a pensare di controllare un elemento così potente, il Fuoco a volte c'è anche se non si vede, può, per giorni, ardere di nascosto e solo quando decide, venire fuori e distruggere ogni cosa. Merita rispetto. Il Fuoco lo possiamo utilizzare, ma non domare, e danzare con un Lui ti fa tenere bene a mente quanto tu sia piccolo in confronto alla grandezza e magnificenza della Natura. Ed io per questa possibilità

ogni giorno Lo ringrazio. Sono una donna fortunata ad avere avuto e ad avere la possibilità, l'onore e a volte anche l'incoscienza, perché spesso lo è, di danzarci.



Le compagnie di Commedia dell'Arte (famosa in Italia dal XVI al XVIII secolo) utilizzavano spettacoli di Fuoco prima di ogni rappresentazione per "chiedere il permesso" di andare in scena, sicuri che se non ci fossero stati incidenti durante i giochi con il Fuoco, il loro spettacolo sarebbe stato un successo.

In qualche modo io li ho copiati, oppure porto avanti la tradizione, dipende sempre dal punto di vista in cui si guardano le cose. Ogni volta che vado in strada faccio la mia danza con il Fuoco, si per stupire, si per attirare l'attenzione, ma anche per chiedere il permesso a quest'entità ancestrale di portare a conclusione la mia performance. È un rito, e noi gente di teatro, si sa, siamo tremendamente attaccati ai riti e alle superstizioni. Il mio personale rapporto con il Fuoco è di totale rispetto, ogni cosa deve essere in sicurezza, ogni dettaglio curato, ogni elemento deve avere il suo ruolo e allora si, solo allora posso accendere la fiamma e danzare con Essa.

Non ho mai osato pensare di controllarlo, sono sempre stata al suo servizio, è lui che conduce, non c'è dubbio, il nostro è un tango, in cui io sono la donna. Lui danza libero e insaziabile, mi porta dove vuole con amore e forza, io faccio tutta la parte coreografica, le figure, le mosse, ma lui è il vero Demiurgo che non sbaglia mai e richiede la tua totale devozione e concentrazione, senza mai sgarrare, pena ... la pelle, e i peli soprattutto!

Scorre La Vita

Racconto breve di Jorge Canifa Alves

Nel suo bel bozzolo di plastica piangeva la madre lontano dal figlio.

Giaceva questi silente e immobile nella pozza nera mentre la puzza di morte avanzava ovunque.

Gli abitanti del villaggio, attoniti, si domandavano "perché"... sinceramente ignorando la causa di quell'improvviso decesso.

Tutti ricordavano quando, in un tempo neanche troppo lontano, era l'anima degli eventi, quando rendeva unici i pic-nic, quando il suo sorriso era testimone di un amore, di un bacio, di un'amicizia, di una stretta di mano, di un pianto o di un sorriso di un bambino o di un adulto.

Amava tutti e di tutti si prendeva cura affettuosamente.

Era chiaro che lo avevano ucciso... ma perché, come e chi aveva potuto commettere un crimine tanto efferato?

Nessuna spiegazione... tanti controlli, tante analisi minuziose ma... Niente!

Una morte inspiegabile che presto cominciò anche a sconvolgere anima e cuore di molti che, per sopravvivere a tanto dolore, scelsero la via della migrazione.

I pochi rimasti tiravano avanti, grigi e depressi, finché, improvvisamente, un bambino non se ne uscì con: "Perché non chiediamo al nonno?"

Il nonno e il suo CERCHIO DEGLI ANZIANI un gruppo di pazzi, a detta di molti, come avrebbero potuto dare risposte e soluzioni alle loro domande? Comunque non avendo niente da perdere chiamarono il gruppo.

Gli anziani si strinsero attorno al cadavere.

IN CERCHIO.

IN SILENZIO.

IN ASCOLTO.

"Non è morto. Potete ancora salvarlo!"

Cosa era successo? Un cancro.

Un cancro? Gli uomini pensano di essere i padroni di tutto, di poter fare quello che vogliono senza pagarne le conseguenze, questo è il cancro più grande per la natura.

Vita, così si chiamava quel piccolo lago, era il figlio di un fiume sotterraneo le cui acque erano state contaminate, a molti chilometri di distanza dal villaggio, proprio dall'uomo che aveva, improvvisamente, disboscato un'intera montagna. Erano alberi inutili, avevano detto. Quel che non sapevano era che le radici di quegli "inutili alberi" erano in grado di assorbire i VELENI di una FABBRICA DI PLASTICA che scaricava le sue feci sul terreno, nell'aria e nell'acqua.

"Bisogna ripristinare l'equilibrio iniziale... ripiantare tutti gli alberi", suggerirono quelli del CERCHIO.

Solo un mese dopo.

Nel suo bel bozzolo di plastica piangeva la madre lontano dal figlio, ma in una di quelle lacrime si nascondeva una stilla di vita, di speranza: la FABBRICA DI PLASTICA era stata chiusa, gli alberi ripiantati tutti e comunque e... e quel figlio amato, prima dato per morto, era ora in terapia intensiva, è vero, ma le sue acque già odoravano di nuovo di vita.



L'Impastata 2018

CORTOGIRQUITO
flegreo



E' domenica mattina, andiamo controcorrente rispetto al traffico che si affolla verso il mare. Noi stiamo andando nell'interno della regione, ai confini tra la provincia di Benevento e quella di Avellino. Già all'uscita del raccordo autostradale di Benevento Centro il panorama diventa tipico. Le colline sono rotonde, dolci, con declivi erbosi ancora verdi, punteggiati di rosso papavero, e altri gialli, arati da poco, da fienagione, dove le balle, ormai tutte cilindriche, punteggiano qua e là il paesaggio. E' già una visione di pace, di equilibrio per gli occhi e un respiro profondo che va a incontrare una natura bella, che appare poco contaminata, con paesini che spuntano sullo sfondo dei cocuzzoli.

Andiamo a Casalbore, a 575 metri di altitudine, che domina la valle del Miscano, un fiume di 26 km dell'appennino campano, e situato nel mezzo del tratturo per la transumanza delle greggi Pescasseroli-Candela. 1773 abitanti e una storia ricchissima alla spalle, il suo nome, corruzione di Casalis Albuluns - villaggio bianco - ricorda il passaggio dell'Impero Romano, come tutte le vestigia antiche e indelebili in questa terra dei Sanniti che contesero ai Romani il dominio di territori strategici. Poi arrivarono i Normanni, gli uomini del Nord, che intorno al 1100 ebbero la meglio e si insediarono in tutta l'area. Casalbore si riconosce per la sua torre normanna, e il suo castello, ben conservati con cura. Quella torre che vediamo apparire dopo l'ultima curva della SS 90 bis sta lì eretta fin dal 1216 e appare come un simbolo orgoglioso.

Superato di poco il paese saliamo ancora più in alto per una carreggiata bianca che divide appezzamenti coltivati e case rurali sparse, i ciliegi e gli amareni sono ancora carichi di frutti. Al termine un piazzale con una casa colonica stretta e lunga: quella di Domenico e sua madre che nella prima parte hanno un piccolo caseificio in cui trasformano il latte delle loro mucche. "Macchia del Rovo" si chiama e molti salgono fin quassù a comprare i formaggi fatti a mano e torcendo abilmente la pasta per ottenere la classica testa del caciocavallo. E' uno spettacolo vederlo fare pregustando gli assaggi che i padroni di casa apparecchiano sul banco e offrono con generosità. Questo preambolo delizioso anticipa la salita ripida che poco dopo faremo per andare al "nostro" campo di grano, 2 ettari e mezzo che Domenico ha seminato a Grano duro

Senatore Cappelli, per il nostro progetto di filiera corta della pasta promosso e organizzato dalla nostra associazione, CortoCircuito Flegreo che è un laboratorio di sostenibilità ed un'esperienza di partenariato tra produttori agricoli, trasformatori e consumatori critici.

L'obiettivo, già delle tre esperienze precedenti, è la continuazione della filiera corta dal grano biologico alla pasta.

E' promosso da un gruppo di consumatori consapevoli che intendono misurarsi con l'esperienza di co-produttori per superare il consumo in quanto esercizio passivo, per approdare a quella di "impresa partecipata", di soggetto cioè che, da un bisogno concreto, fa nascere progetti e ne condivide con il produttore la realizzazione nella condivisione del rischio imprenditoriale, realizzando così una CSA, Comunità che Sostiene l'Agricoltura.

Tanti i perché di questo progetto:

perché la coltivazione del grano era da sempre presente nei nostri territori, ma ormai ridotta oggi solo ad alcune aree e in modalità industriale;

perché tornare a percepire i territori nella loro funzione di sovranità alimentare diretta può aiutare a reindirizzare le politiche di uso del suolo, oggi piegate unicamente alle logiche della speculazione finanziaria o all'abbandono e degrado;

perché costruire forme di cooperazione diretta tra cittadini organizzati in rete e produttori che "si prendono buona cura della terra" stimola la ricostruzione di una alleanza tra "città e campagne";

perché è sempre più necessario recuperare sovranità alimentare e superare il modello attuale dell'economia competitiva e speculativa (dove vincono solo i grandi) passando a modelli di economia locale sostenibile, basata sulla cooperazione attiva e partecipata;

perché vogliamo rendere trasparente la definizione del prezzo delle produzioni biologiche, agro-ecologiche e artigianali, restituendo pari dignità a produttori e consumatori consapevoli.

Abbiamo sottoscritto un patto con Domenico, aiutato e coordinato da Ciro, socio produttore di CortoCircuito Flegreo, che da anni si dedica alla scelta di grani teneri antichi per la produzione del pane che propone durante i mercati e che propone ai GAS (gruppi di acquisto solidale). Nella continuità della sua esperienza sta seminando anche grani duri antichi per la produzione di pasta e in questa nostra relazione di fiducia gli affidiamo il coordinamento agricolo del nostro progetto. Il grano, Senatore Cappelli, prodotto con metodo biologico da Pasquale in Abruzzo, è stato selezionato e svecchiato da Ciro presso la sua Azienda Agricola RuCasa a Sant'Agata dei Goti. E' stato seminato alla metà di dicembre sui terreni di Domenico (che possiede 30 ettari di terreno coltivati a rotazione a grano e a erba medica per l'allevamento bovino per consentire alla terra di rigenerarsi).

Dopo la trebbiatura Ciro curerà le operazioni necessarie fino all'insaccamento del raccolto e lo trasporterà al Mulino Di Benedetto in Altamura (MT) per la trasformazione in semola. Il completamento della filiera della pasta sarà affidato al pastificio artigianale Le Gemme del