

LA CASA DELLE ARTI E DELLE C-ULT-URE CONVIVIALI

F=Francesca L=Lorena A=antonio

F. Com'è andata la riunione di sabato 17 gennaio presso "ChiamamMilano"?

A. Benino...

F. Come mai benino e non bene? Perché c'era poca partecipazione o perché ...?

A. A me è piaciuto tanto la sede di ChiamamMilano. Mi pare che l'ha aperta Milly Moratti come luogo conviviale e mi sembra veramente tale, grande, invito me e i simpa di vvcc a partecipare e programmare incontri. Questo è stato voluto e organizzato da Albino e MariaPiera ed è addirittura gratis e mettono a disposizione il dvd proiettore che Albino ha utilizzato per far vedere, all'inizio alcuni brani della storia del movimento degli uomini casalinghi da cui poi è nato vvcc.

Dopo circa una mezz'ora di proiezione, quindi saranno state le 15 (l'incontro doveva iniziare alle 14 ma di fatto è iniziato alle 14,30) Albino mi ha dato la parola per raccontare cosa sta succedendo a Capracotta e parlare della bozza di programma di vvcc per l'anno 2009 a Capracotta. Dopodichè, verso le 16,00 Albino ha offerto una bella tisana calda, preparata e portata da casa e un panettone, intanto sono state lette alcune poesie, un piccolo reading e alle 16,45 abbiamo liberato lo spazio perchè ci doveva essere il primo incontro, mi pare di presentazione, di un corso di italiano per russi. Alcuni presenti sono stati a seguire i nostri interventi ed è piaciuto molto lo stile e i contenuti che stiamo portando avanti anche se l'espressione portare avanti non mi piace, a me piace dire: lo stile e i contenuti che ci stiamo giocando. Per me ogni simpa di vvcc potrebbe e dovrebbe sentirsi una/uno giocatrice, non un missionario/a che porta avanti delle bandiere...

F.E allora come va a Capracotta?

A. E' successo che verso la fine di novembre il Comune ci ha messo a disposizione una grande stanza di circa 100 metriquadri (12x8) che all'inizio doveva essere la stanza, il locale dove fare i corsi-laboratori al chiuso (quando piove o fa freddo, o nevica) e come magazzino degli attrezzi.

A. dicevo che all'inizio pensavamo questo spazio come luogo dei corsi-laboratori e come magazzino. Ma nel corso di questi sei anni di vvcc a Capracotta (ma anche a Triora) sono nate queste proposte: un luogo, anche al chiuso, per la ludoteca di montagna; un altro spazio per le ginnastiche dolci, i massaggi e la cosmesi naturale; un altro spazio-luogo per il riciclaggio artistico-artigianale, cioè invitare sia la popolazione residente che le/i turiste a portare gli oggetti che vogliono disfarsene perchè rotti o semplicemente perchè li vogliono cambiare, ebbene presso questo spazio gli oggetti sarebbero stati aggiustati o cambiato uso grazie soprattutto alla "gnign-ra" (cioè l'arguzia e la fantasia degli abitanti di Capracotta, sia i pastori transumanti che i carbonai itineranti che le donne tuttofare e tuttoessere e poi anche gli artigiani, in particolare falegnami e sarte-i sopravvivano alla scarsità di materie e denaro con l'arte di arrangiarsi e il diventare maestri/e del fare e vivere conviviale) e un'ottima manualità. Infine era emersa anche l'esigenza di uno spazio ove portare, e leggere, riviste ecologiste ma anche cd, dvd per essere ascoltati e guardati e anche uno spazio per mostre di vario genere. Ebbene questo spazio si presta, è diventato uno spazio per tutto questo, proprio come nei quadri di Brueghel il vecchio. Una specie di spazio-luogo del secondo medioevo, quello che ci aspetta e grazie ai politici e alle caste economiche, religiose, militari e tutte le altre caste e castine, anche ecopacifiste, ci stiamo arrivando in un batter d'occhio vedi disastri e crac di ogni genere e in ogni angolo del pianeta.

F. Ecco perchè l'hai chiamato "Casa delle arti e delle culture conviviali"?

A. Questa denominazione, azzeccatissima è stata il prodotto del dialogo e del rapporto che c'è tra Albino e MariaPiera. In novembre mi hanno invitato a pranzo, preparato da Albino, e ho esposto loro il tema-problema di dare il nome a questo centro. Ebbene sembravano che non aspettassero altro e hanno incominciato ad abbozzare parole e alla fine di quel duetto delizioso hanno "partorito": "La casa delle arti e delle culture conviviali". Non ho fatto altro che rimanere

incantato e dirlo a Jangran e Giusy che poi ha stilato la prima locandina del programma di Natale. scritta a mano, da lei, bravissima e contenta di farlo. ecco sarebbe bello continuare a fare locandine a mano e che tutte/i si esercitassero. A Giusy ho detto di fare un corso laboratorio di scrittura....o meglio di calligrafia e possibilmente di grafologia....

F. Com'è stata la risposta della popolazione e delle/i turiste?

A. Devi sapere che ci sono voluti oltre 20 giorni per sistemare e pulire quel locale perchè era diventato un magazzino in stato orripilante. Pian piano insieme anche all'amico Antonione abbiamo pulito e messo ordine e solo dall'inaugurazione del 20 dicembre poteva essere usufruito. Ma siccome è una novità ho fatto in modo di invitare le persone singolarmente o a gruppetti per presentare loro questo luogo con i suoi tavoli e i suoi angoli. Per esempio in fondo c'è lo spazio ludoteca di montagna che occupa quasi un terzo con già un bell'armadio, che era un contenitore di documenti scolastici, tutto in legno e fatto ad incastro, quasi senza chiodi e viti. Ebbene era buttato in un angolo, a pezzi, pronto per essere messo al fuoco. Nel rimontarlo mi son reso conto di quanto lavoro e ingegno c'era dentro. E lo volevano buttare, non per cattiveria ma perchè essendo tutto ora computerizzato, armadi simili non hanno più una funzione e quindi non servendo più a nessuno era, nonostante in ottimo stato, destinato al fuoco, anzi alla discarica. In un altro armadione erano rimaste soltanto le due grandi ante scorrevoli e già l'abbiamo destinate a due belle bacheche per annunci piccoli e grandi di ogni genere (baratti, avvisi, donazioni, informazioni ecc ecc).

La vera inaugurazione è stata quando abbiamo fatto un pomeriggio di erboristeria e poesia, agli inizi di gennaio. Giusy ha allestito una bacheca con le sue poesie e le tavole dei quadri della sorella (quadri riprodotti sulla carta del libro di poesie, una per mese e sarebbe bello mettere sul sito). E mentre in 5-6 sfilavano le erbe essiccate, erbe raccolte tra agosto e settembre a Capracotta, in particolare l'origano ("p-lier" in dialetto, la coda cavallina, l'achillea "la f-nucchiara", la menta) Giusy ha letto-recitato le poesie dopodichè c'è stata una piccola conversazione conclusasi con un brindisi di tisana e dolcetti portati da Giusy. Saremmo state/i in una decina. si è creato un clima conviviale tenero e leggero, proprio lo stile che pian piano è ri-maturato in questi anni. e secondo me il bello è anche questa interdisciplinarietà: erboristeria (e Jangran ha parlato delle mille proprietà dell'origano, e lo invito a scrivere un articolo per il sito e MariaLuisa di Pescara ha parlato delle mille proprietà della coda cavallina, l'equiseto; e la inviterei a scrivere un articolo per il sito) e poesia. Bellissimo. Nella scuola tradizionale non c'è neanche un'ora di erboristeria, pochissima poesia e chiaramente non c'è l'interdisciplinarietà, una delle microtragedie della scuola ufficiale che invece di formare, deforma coscienze e vite. Ecco l'importanza di aprire in ogni paese e quartiere, se non caseggiato le case delle arti e delle culture conviviali.

F. Bene, ma dopo che è passato il periodo delle feste come stanno andando avanti le cose?

A Devi sapere che avevo fatto vedere a Jangran, insegnante di ginnastiche dolci, lo spazio, invitandolo a fare almeno un'ora al giorno appunto ginnastica dolce ma parlando con Fernando, il direttore dell'albergo Capracotta, Jangran ha fatto tutte le mattine, dalle ore 9 alle 10 e 30 ginnastica lì coinvolgendo anche i clienti e turiste/i di Capracotta. E anche questa pratica è andata bene perchè il nostro spazio non deve essere vissuto in modo settario ma come spazio potenziale. Se ci invitano in altri spazi ben venga, voglio dire che ogni animatrice/tore può, e dovrebbe!!, animare ogni spazio possibile, piccolo o grande che sia.

Invece dopo la Befana (e ho messo su un'altra bacheca 10 pannelli formato 30 per 42 cm sulla simbologia della Befana a partire dal neolitico e rimarrà in esposizione fino alla fine di carnevale) ho-abbiamo riflettuto sia sul programma del 2009 fino a dicembre sia come far vivere la casa delle arti e delle culture conviviali che da adesso chiamerò per acronimo CACC.

Però prima di passare al delineare questi programmi sono accaduti due importanti avvenimenti....

L. I soliti tuoi imprevisi...ormai prevedo i tuoi imprevisi e forse an-

che tu vivi prevedendo gli imprevisti....

A. Sai ho imparato a cercare di far poco e buono (ricordate il ritornello di vucc: zitto zitto, piano piano, poco poco, bello bello) e di essere aperto a tutto quello che avviene in più cercando di gestirlo sempre al meglio come partecipazione, dialogo, ascolto perchè sempre più si avvicinano donne e maschi affascinati da questa alta convivialità e molte/i vogliono rimettersi in gioco e proporre i loro saperi e talenti. Ebbene le due novità sono state che nella casa-residenza degli anziani (in realtà sono la stragrande maggioranza donne che notoriamente campano sette anni più di noi maschi) ci hanno chiesto dell'animazione ed ho proposto che un pomeriggio la settimana si potrebbe fare un laboratorio di cucina anche perchè le donne anziane sono maestre nel fare la pasta a mano e alcune anche il pane, gli gnocchi di patate ecc ecc e così abbiamo già fatto tre incontri: è stato favoloso vedere almeno 7-8 di loro impastare (ammassa') e fare le sagne, i cavatelli e c-catiegl, le pagnottine di pane tutte con ingredienti locali e biologici e poi mangiarle in circa 20 commensali. Anche questo è un altro esempio che i corsi lab si possono promuovere in ogni situazione. E devo dire che ho imparato tanto perchè ognuna ha i suoi segreti e il suo stile così come il sottoscritto ha informato loro e fatto assaggiare la pasta con le erbe e le spezie, in particolare la giallissima curcuma. E così ogni giovedì dalle 16 alle 19,00 ci sarà il laboratorio di cucina, in particolare panificazione, pastificazione (si dice così?) e altre produzioni domestiche.

L'altra novità che mi ha e mi sta impegnando è che domenica 11 gennaio, d'urgenza siamo andate/i in due auto a Cantalupo, a circa 50 km da Capracotta a caricare all'inverosimile le due auto di matasse, gomitoli e rocchi di lane e cotone (in totale 30 sacchi!!!) che Emanuele, un mio cugino ci regala perchè sta vendendo il capannone ex lanificio e ci sono circa due tonnellate di giacenze di lane, impolverate o leggermente macchiate di unto di macchine. Se entro la fine di febbraio non le ritiriamo sarà costretto a buttarle. E così dopo averle ritirate le abbiamo portate presso la Cacc e abbiamo diffuso la voce e ogni donna (e qualche maschio) può andare a prendere lasciando un'offerta. adesso quando torno, dovrò organizzare altre "spedizioni" per cercare di riciclare quanto più è possibile. E vorrei dire che chi è interessato può farcene richiesta e gliela spediremo.

F. Bene dopo questi prevedibili imprevisti ci puoi dire cosa avete programmato?

A. Sì....

Allora per la casa delle arti, il Cacc, abbiamo pensato, mettendo assieme 6 anni di esperienze a Capracotta, 4 anni di esperienze a Triora, 22 anni di incontri a Milano e decine e decine di anni di vita conviviale a Capracotta raccontatami da mia madre, in particolare la casa-pensione-sartoria-scuola gestita da mia nonna, Mammaletta, ebbene dicevo che quasi da sola, naturalmente è sgorgata come acqua sorgiva (che sete di acqua di Capracotta (ora sono a Lainate e quasi ogni volta mi passa la sete...)) la proposta di far sì che ogni pomeriggio di ogni giorno della settimana ci sia un corso laboratorio base in modo da costruire realmente la nuova vita ecologica. Voglio dire che in 6 anni, ogni anno abbiamo fatto almeno una settimana di erboristeria pratica (a giugno e verso la fine di agosto) e sono state settimane belle e intense e conviviali in cui ciascuna/o imparava tante cose dal vivo sulle piante: riconoscerle, raccoglierle, trasformarle in oli, saponi, creme, tisane ecc ecc. Ma anche se è stato un passo in avanti notevole rispetto ai soli incontri-dibattiti teorici a Milano (ove era pressochè impossibile fare corsi-lab concreti, tranne per esempio come fanno al parco di Monza o all'ex manicomio) rimane il fatto che la vita ecologica richiede l'azione quotidiana permanente e conviviale. Invece cosa succede dopo una settimana di corso-lab anche il più favoloso? Che ciascuna/o tornata a casa riprende il suo tran tran anche se ci apporta qualche cambiamento. Ma ora come ora possiamo fare l'altro passo -e forse l'ultimo- verso la completa vita-scuola ecologica conviviale o meglio ecoconviviale...Strutturare la settimana, e tutte e 52 le settimane dell'anno, in questo modo, così:

iniziamo dal lunedì: al pomeriggio circa dalle 15 fino alle 19 (e chiaramente gli orari possono variare, la cosa importante è il corso-lab che si tiene e ciascuna/o può entrare chi dalle 15, chi più tardi, chi addirittura prima se ha tempo) corsa-lab di cucito, in primis ramendo, sartoria di base, uncinetto, lana e cuscini e materassi di lana. Insomma tutto sulle fibre possibilmente naturali, ma senza estremismi, in cui avendo un armadio attrezzato con tutto l'occorrente e anche qualche macchina da cucire (per esempio ho ancora la macchina a pedale di mio nonno, così come porterei una macchina a manovella

e anche una o due elettriche e elettroniche). Insomma tutto dedicato al cucito e alla lana, fibra in via di estinzione. Per esempio tante/i buttano i materassi di lana perchè troppo impegnativo rifarli o troppo costoso farli rifare. Invece insieme diventa un gioco cosmetico!!!

F. Gioco cosmetico?

A. Sì, prima di tutto se ogni due anni si apre il materasso di lana, non c'è bisogno di lavarla. Basterebbe aprire le fibre, cardarle (si diceva così perchè si usava un tipo di cardo per riaprire i grumi di lana schiacciati dai corpi e chiaramente più si è leggeri e "in linea" e meno vengono schiacciate le fibre) a mano insieme e questa pratica di cardarle a mano insieme è fondamentale altrimenti da sola/o diventa un qualcosa di eccessivo invece insieme ripeto diventa un gioco per di più inserendo l'altra pratica che a rotazione qualcuna/o legge mentre le/gli altri cardano e poi è importante vedere i gesti fatti bene, come lo fanno fare quelle donne, ormai pochissime, che per anni hanno rifatto i materassi. cosmetico perchè la lana contiene lanolina e quindi dopo una o due ore di cardatura vengono delle mani di fata. Altro che crema nivea.... una famosa attrice che reclamizzava creme di bellezza, una volta andata in pensione confidò che lei non aveva mai usato nessuna crema di bellezza. Il suo segreto era stato che al mattino si lavava il viso passandosi un grande fiocco di lana intriso di acqua fresca. Il top secondo lei.... Mia zia Elena si lavava solo con acqua fresca di Capracotta e si asciugava il viso con asciugamani del suo corredo in cotone o canapone o lino grezzi o quasi e tessuti a mano. Il top perchè queste fibre grezze son quasi simili alla lana.

Quindi pensate un po' cosa può diventare il corso-lab di cucito e lana. e quindi l'invito per turiste/i e consiste di portarsi capi e materassi di lana.

Il martedì, sempre dalle 15 alle 19 corso-laboratorio di erboristeria pratica, poesia e natura-arte-terapia. Quindi sia trasformare le erbe raccolte in settimana o durante i periodi balsamici o estivi sia abbinarla con l'arte e quindi possibilmente tutte/i dipingere fiori e piante, scrivere o leggere poesie ecc ecc. Bisogna premettere che questo corso-lab è anche di orticoltura biologico-selvatica-conviviale-terapeutica.

Cioè che al mattino, il gruppo centrale di vivere con cura a Capracotta deve essere formato da chi va a raccogliere erbe e frutti selvatici e che cura uno o più orti, Riprendendo e rilanciando la pratica di Lucia di Milione (e delle sue allieve) che partiva al mattino per campi e boschi e raccoglieva tutto quello che Madre Natura offriva.

Anche in questo caso leggere, possibilmente poesie, mentre si fanno le trasformazioni. E anche si prepara no tisane da bere all'istante e una cena a base di erbe selvatiche. A questo spazio è collegato una libreria per consultare libri sulle piante e la natura e una bacheca per appendere articoli, disegni, poster ecc ecc Mercoledì. dalle 15 alle 19 corso lab di falegnameria semplice e selvatica. costruzione di giocattoli in legno, riparazioni in generale e trasformazione di oggetti rotti in oggetti per altri usi. Per questo laboratorio abbiamo predisposto un tavolo con degli attrezzi da falegname e tutto intorno i primi oggetti che vanno sistemati e rimessi a nuovo. vicino al tavolo c'è una bacheca su cui ho appeso 8 pannelli tratti dalla rivista Medioevo su come era la falegnameria nel medioevo. Questo corso lab è il più "maschile" perchè di solito sono i maschi che riparano o hanno fatto lavori di falegnameria. L'auspicio è che tutte e tutti si cimentino in tutti i corsi-laboratori. Anche questo lab è munito di piccola biblioteca sui tanti libri di bricolage e riparazioni fai da te anche se i veri maestri sono gli artigiani in pensione o i falegnami residenti ma che purtroppo non hanno tempo, però non è detto.

Giovedì. Sempre al pomeriggio corso lab di cucina. In particolare panificazione, pastificazione, pasticceria salutare e le mille produzioni domestiche. Chiaramente con ingredienti locali (a Km zero) e biologici. Anche per questo laboratorio c'è una bacheca e libreria in allestimento e chiaramente ogni volta si preparerà la cena. Siccome per adesso non abbiamo l'autorizzazione a cucinare, nonostante abbiamo una cucina, abbiamo iniziato presso la casa che ospita le/gli animatori. Ma poi come accennavo prima, abbiamo avuto la proposta da parte della residenza degli anziani e quindi in questo periodo è la' che si tiene il corso lab.

Venerdì. Corso lab di Argilla. sia per maschere per il viso e il corpo, sia per fare oggetti in terracotta (terracotta a Capracotta...) anche per uso quotidiano in cucina (bicchieri, ciotole...) e per questo motivo ci attrezziamo di un forno per cuocere gli oggetti) sia per riprendere a fare i mattoni. Quindi tutti gli usi della grande e magica argilla. a Capracotta le donne che facevano il bucato al torrente Verrino, in

manca di sapone usavano l'argilla del torrente, chiamato "Cr-ton" e quest'estate con Nicola siamo andati a raccogliercene. sembrava di andare a caccia di pepite, una meraviglia e le uso spesso invece del sapone in particolare per i pediluvii.

Infine il sabato e la domenica camminate a volontà con la guida d'eccezione, Nicola, pastore in pensione ma più vitale che mai.

F. E la ludoteca? E perchè di montagna? A Reggio Emilia sono anni che ci sono ludoteche e funzionano alla grande....

A. Di montagna perchè la prima sede è il bosco che dovrebbe fornire i principali materiali: rami secchi, foglie, pigne, banchi (lo stare seduti per terra o su tronchi) ecc ecc e solo per proteggersi dal freddo che lo si farà al chiuso, anche. Il grande desiderio è fare-cos-truire delle capanne, simili a quelle dei boscaioli e trascorrerci dei periodi lì, facendo vita, chiaramente in estate, da novelle/i boscaiole. La ludoteca è gestita, autonomamente, da Mariangela tanto esperta e tanto amante della natura. Detto per inciso ci abita di fronte. E' bravissima nel dipingere su stoffe temi silvestri e floreali.

Ecco se si riuscirà a ingranare questi corsi-lab veramente ricreiamo la convivialità alla grande e reinnestiamo la vita ecologica che per tanti anni è pesata solo sulla singola o quasi donna-madre di famiglia che doveva sobbarcarsi una mole enorme di lavoro e che non ha potuto non vedere negli elettrodomestici e nei prodotti chimici degli alleati per avere più tempo libero e faticare di meno.

se riusciamo a ingranarli veramente passeremo dai lavori al gioco e Capracotta diventerà il paese di Cuccagna..... Tutte/i a Capracotta a costruire e vivere il Paese di Cuccagna.....

Giocate, giocate,

fate e streghe son tornate!!!

F. Vorrei farti alcune domande...

A. Va bene...

F. Ma scusa non è troppo rigida la divisione per cui ogni giorno è dedicato a un corso-lab. Se per esempio non posso partecipare il lunedì pomeriggio come faccio? Oppure se qualcuno ha il trip per una settimana di fare argilla tutta la settimana?

A. Per un verso per far sì che tante produzioni domestiche-conviviali non siano un fuoco fatuo devono essere fatti ciclicamente. Per esempio Pina e Alberto della Selvaiana, vicino Viareggio, da 25 anni tutti i venerdì fanno il pane bio cotto nel forno a legna, mi pare circa 40 pagnotte per loro, amiche e amici e il ristorante vegetariano che gestisce Pina. Dall'altro conciliare bisogni particolari o di gruppo con le scadenze settimanali, non c'è contraddizione perchè essendo il locale grande può ospitare comodamente circa 50 individui e ogni corso lab ha uno o più tavoli e quindi ben vengano più corsi in contemporanea. Così come la ludoteca potrebbe funzionare da mane a sera così come chi vuol vedere dvd o ascoltare musica o leggere libri. La cosa fondamentale è che le caratteristiche di chi partecipa a questa vita conviviale è che sia, donna o maschio, sobrio, discreto, leggero un po' come i pinguini, le api, le formiche...

dall'esperienza dei corsi lab di questi anni, questo clima sereno, tenero, di attenzione si crea naturalmente e l'insegnante-animatore viene riconosciuto ed ascoltato senza conflitti distruttivi. E quindi anche singoli individui possono utilizzare i tavoli dei corsi anche tutti i giorni da mane a sera. Per adesso le chiavi di accesso le hanno 3 persone.

Il dare fiducia dipende dalle relazioni e dalla passione che cresce e dall'autoresponsabilizzazione. Tutte caratteristiche che vengono attivate se non addirittura esaltate praticando i corsi-lab.

Infine il desiderio è che queste case delle arti si aprano in tutti i paesi e in tutti i quartieri delle città. Insomma tanti anni di incontri hanno portato a questa elaborazione strategica per tutto il mondo ecopacifista per costruire l'altro mondo possibile.

F. E adesso qualche accenno sul programma di Capracotta....

A. Ripeto che questa è una bozza e ogni animatrice-tore entro il 20 febbraio deve farci avere la data precisa, l'argomento e le modalità. Poi si chiude e chi desidera animare lo può fare come succede comunque dal primo anno. Per inciso circa una metà dell'animazione avviene da parte di animatrici/tori che arrivano dopo il programma ufficiale.

A. Ecco volevo aggiungere due cose sulla casa delle arti e delle c-ult-ure conviviali...

F. Ma scusa come hai scritto culture?

A. E questa è una delle cose che desidero puntualizzare, e cioè che questa casa diventa anche il luogo delle cure conviviali. Fin'ora la cura del corpo e dello spirito era vissuta, più o meno bene, all'interno della casa famiglia oppure in luoghi deputati: centri di benessere naturale oppure palestre oppure ospedali, ambulatori ecc ecc.

Invece abbiamo sperimentato che ci può essere un modo, appunto conviviale, di prendersi cura di sé in contemporanea dell'apprendere e del fare piccole produzioni domestiche. E quindi scrivere c-ult-ure significa che mentre impari anche ti curi sia per il clima non di tensione e sia perchè ginnastiche dolci, massaggi, canti, poesie sono vissute in contemporanea oppure di seguito ad attività di apprendistato manuale-intellettuale. Così come facevo l'esempio del gioco cosmetico con la lana oppure che nel laboratorio di erboristeria si preparano tisane e pasto alle erbe così come il laboratorio di terracotta e maschere di argilla che vedrei bene fosse seguito da una sessione di massaggio perchè dopo che hai lavorato-giocato con l'argilla sia a fare degli oggetti sia per maschere al viso e al corpo hai delle mani ideali per fare dei massaggi. Così come chi cura un orto ed ha le mani tra la terra, chiaramente non avvelenata da prodotti chimici, ha una vitalità tra le mani ottima per fare massaggi. Lo stesso potrei dire per chi lavora il latte e tiene molto le mani nel siero di latte. Insomma cerchiamo di fondare trasmissioni di saperi arcaici chiaramente adeguandoli sempre più alla vita attuale con sperimentazioni e arricchimenti di culture altre e lontane con la vita conviviale anzi con l'arte della vita conviviale e con la cura di sé e di chi partecipa ai corsi. Spero di essere stat chiaro...

L e F. ...beh sì, noi abbiamo capito, per esempio quando facciamo i saponi o i prodotti cosmetici con gli ingredienti naturali siamo quasi inebriate dai profumi di essenze e tisane e poi ci ritroviamo delle mani fatiche...

A. E non avete provato alla fine di un pomeriggio di saponificazione, per esempio, a scambiarsi dei massaggi, anche solo al viso o al collo?

L. No, non ci abbiamo mai pensato però i nostri fidanzati apprezzano in particolare quando ci scambiamo coccole con loro appena dopo aver saponificato...

A. Bene immaginate che finito un corso-lab si possano fare ginnastiche dolci, massaggi, aromaterapia ecc ecc.

L'altra cosa che volevo dire è che in questa visione olistica, intera, della vita ecologica, secondo me, bisognerebbe che ognuna/o strutturi la vita giornaliera quotidiana in modo che al mattino per 4-6 ore ciascuna/o si dedichi ad attività remunerata economicamente, poco o tanto, per il mercato o per il sociale e al pomeriggio partecipare ai corsi laboratori. Voglio dire che ci viene quasi imposto il modello, trovandoci complici, che una volta finita la scuola-giovinanza si passi ad un lavoro, più o meno precario, ma da questa mia osservazione poco importa, che assorbe l'ottanta-novanta per cento delle tue energie e questo ripetuto per tanti anni ti porta ad essere un individuo squilibrato. Specializzato -e spesso quasi ossessionato- in una o poche attività e tanto ignorante. Invece per me occorre essere-sentirsi eterni studenti e apprendere -e saper fare- di tutto imparando in particolare le arti della convivialità, del relazionarsi e della cura, espressione e comunicazione del corpo. E quindi il suggerimento è che pian piano bisogna fare come le tante donne che si sono impegnate per richiedere il partime sul posto di lavoro. certo si guadagna di meno ma in parte recuperi con le produzioni conviviali, in parte guadagni in felicità per cui non hai bisogno del consumismo che ti fa spendere, spendere e ammalarti molto più facilmente con enormi costi umani ed economici oltre che ambientali. E vorrei aggiungere che al mattino vedrei bene che le donne andassero a lavorare per il mercato e i maschi tutti a fare i bravi casalinghi-badanti-mammi, chiaramente retribuiti e al pomeriggio donne e maschi ci confrontiamo nei corsi laboratori.

A. L'altra cosa che volevo dirvi è che il sabato mattina con possibilità di stare fino alla sera o almeno al pomeriggio è la giornata dedicata al bucato al torrente o al lavatoio.

Questo perchè in tutti questi anni, più di venti, la mia personale ricerca sull'operazione bucato mi ha portato non solo a rivalutare il fare il bucato al torrente ma anche i mille significati e le mille pratiche e dinamiche che accende per cui diventa forse il gioco principale, il fulcro della vita ecoconviviale...

F. Ma non ti sembra di esagerare? Con le lavatrici-e ormai ci sono quelle intelligenti ed ecologiche con anche detersivi o addirittura le noci indiane o ancora le sfere che dolcificano l'acqua e svolgono altre funzioni per cui si consuma poco, quasi non si inquina, anzi non si inquina perchè puoi fare i lavaggi a 30 gradi o a freddo e ti risparmi la salute ed hai tempo per fare con calma altre cose sia del quotidiano che di ricreazione alta...

A. In questi anni in tante e tanti mi hanno fatto queste osservazioni e mi hanno "costretto" a riflettere e ricercare ulteriormente. Ora cercherò di fare una sintesi delle mie ricerche anche se rimando

ai 6-7 dispense-riviste (una di "Vivere con cura") dedicate appunto all'operazione bucato.

La prima cosa che mi viene da dire è che il giorno da dedicare al bucato è il sabato e non il lunedì. Prima dell'avvento della lavatrice era di solito il lunedì il giorno dedicato al bucato e anche con la lavatrice sarà il giorno prediletto soprattutto perchè il sabato e la domenica erano i giorni in cui ci si vestiva "bene" e in teoria ci si concentrava per vivere "bene" il giorno della festa dedicato alle funzioni e/o feste religiose. E il lunedì le donne si ritrovavano una massa di panni da lavare.

L. E tu perchè proponi il sabato?

A. Perchè stando così strutturate le giornate solo il sabato e la domenica sono i giorni in cui tendenzialmente si ha tempo libero e potenzialmente possono partecipare sia le donne che i maschi e occorre avere tempo per imparare e sperimentare.

Anche perchè non bisogna andare solo con l'intenzione di lavare i panni, al più presto, e tornare a casa. Deve essere vissuto come un grande (e a me non piace enfatizzare, tanto che ripeto e mi ripeto il motto di vivereconcura: zitto-zitto, piano-piano, poco-poco, bello-bello) evento quotidiano che addirittura orienta l'esistenza...

F. Ma non ti sembra di esagerare...

A. Allora bisogna ripartire da cosa significa andare al torrente. A Capracotta il torrente Verrino forniva l'acqua (e mi pare lo faccia ancora) al paese. Ebbene l'acqua (e mi viene sete-desiderio di berne) è forse l'elemento più importante, indispensabile. Ebbene nelle società neolitiche i culti religiosi partivano dal ringraziare Madre Natura (nell'alto Molise incarnata nella Dea Kerres) per questo elemento-dono straordinario. E ce ne accorgiamo della sua preziosità solo nei casi di siccità o di sovrabbondanza con allagamenti ecc. Ebbene c'erano tanti riti di ringraziamento, quotidiani, e di offerte per chiedere a Madre Natura che non la facesse mancare oppure che non ne desse troppo. E il fatto di andare al torrente per fare il bucato, quasi unico modo non essendoci le tubature in casa, faceva sì che le donne stessero tanto tempo in contatto e comunicazione con l'acqua del torrente: pura, viva e suonante, freschissima. E spesso loro accompagnavano le varie operazioni del bucato con chiacchiere e soprattutto canti. Insomma l'acqua trasmetteva alle lavandaie tanta forza, energia, gioco, amore, vitalità, fantasia. In particolare al loro inconscio tanto che spesso queste donne avevano sogni premonitori e soprattutto affinaivano sensibilità e sensitività.

Ma le lavandaie, nella stragrande maggioranza erano ignoranti di tutto questo e inoltre erano disprezzate soprattutto quelle che lavavano per altri/e (le mercenarie) e questa condizione le portava spesso ad abbruttirsi con l'alcool o a essere "cattive" e soprattutto a sperare un futuro migliore per le figlie e mai e poi mai per un maschio, per esempio mia madre che amava andare a fare i bucati al Verrino e che mi ha trasmesso la passione assolutamente non voleva che lo facessi.

E quindi è accaduto che questa attività delle donne, non essendo stata riconosciuta nè elaborata dagli intellettuali, neanche quelli di sinistra è diventata quella da fuggire e rimuovere e vergognarsi...

Personalmente in tutti questi anni di sperimentazioni e ricerche posso sintetizzare altrimenti questa intervista non finisce più:

"Il sabato mattina si parte, possibilmente a piedi o con un asina/o o con biciclette o ex carrozzelle per bambini (tipo passeggini) e si portano i panni da lavare, i saponi, le creme per le mani e il corpo, asciugamani, bacinelle, ombrelli e l'occorrente per la colazione e il pranzo. Mettiamo che siamo un gruppo di dieci tra donne, maschi e bambine/i.

Si arriva e si mettono i panni in ammollo. Ho sperimentato che il modo migliore è portarsi una nassa, cioè una rete da pescatori a forma di più imbuti, perchè i panni non si muovono e quindi lasciarli sotto l'acqua per una mezz'ora, il tempo di predisporre tutti gli oggetti e materiali.

Dopodichè si tira su la nassa e in una o più bacinelle, dividendo la biancheria dai colorati e si impastano i panni con il buon sapone di marsiglia, sapone che possibilmente avremo fatto in un corso laboratorio durante l'anno. Per chi vuole un bianco più bianco una volta impastato si stendono i panni con ancora tutto il sapone sui massi o sell'erba perchè l'azione del sole fare tendenzialmente sparire le macchie e gli ingiallimenti. L'operazione di impastare con il sapone può essere fatta anche con il metodo del bucato-danza (rimando sempre alle riviste già prodotte e anche ai video elaborati) cioè in due bacinelle una con acqua calda, con la biancheria, e una con acqua fredda, con i colorati, si grattugia del sapone di marsiglia e si entra con i piedi passando dall'acqua calda all'acqua fredda

per circa 20 minuti. Accompagnati da musica e quindi danzando e cantando. Il risultato è: favoloso.

Una volta impastato e/o fatto il bucato danza si rimettono i panni nelle nasse (e se ci sono altri panni da lavare si metteranno nelle bacinelle ove si è impastata, perchè rimane sempre del sapone, e si sciacquano un pochino i panni dalla nassa per raccogliere altra acqua piena di sapone) e le rimettiamo dentro il torrente che sciacquerà i panni. A noi il compito di smuovere un po' le nasse. Ma già dopo 2 minuti i panni sono belli e che risciacquati.

Vorrei far notare che intanto ci saremmo arricchiti di profumi, suoni e immagini straordinarie. Tutti i nostri sensi sono stimolati ed esaltati, ogni operazione di bucato al torrente è una vera e propria metamorfosi.

Infine si tira su la nassa, la si appende ad un albero per farla sgocciolare e il top e farla roteare sulla testa a mo di elica di elicottero: la centrifuga a mano con canti e urla soft.

Infine si stende su massi, erba o piante avendo attenzione e coscienza che possono prendere il colore di foglie, frutti o terra: per cui chi non vuole che i panni si colorino deve pulire i massi oppure stendere dei fili e appendere i panni con le mollette. A me personalmente piace se si colorano un po' di erba e frutti; in fondo sono coloranti naturali e creano un effetto "impressionista" e rilasciano al panno il loro profumo e in parte le loro essenze. Per esempio sarebbe carino coltivare la lavanda e stenderci sopra i panni o anche altre erbe. Per asciugare occorreranno dalle tre alle cinque ore, chiaramente sia dal sole, dal vento e da dove si sono stesi i panni i tempi possono accorciarsi o dilatarsi.

Mentre si aspetta che i panni asciughino, e chi non ha tempo può portarli e stenderli a casa, intanto si preparerà la colazione o il pranzo e si farà la raccolta di piante lì vicino (sia per uso alimentare che curativo), si possono fare docce o spugnature con l'acqua del torrente, praticando quindi l'idroterapia, si pulirà da eventuali rifiuti o si renderà più confortevole l'accesso all'acqua perchè c'è una vegetazione esuberante che occlude i passaggi. Il top, secondo me, è accendere un piccolo fuoco e riscaldare in un paiolo dell'acqua sia da usare per il bucato sia per chi mette troppo le mani nell'acqua fredda (gli eccessi non vanno mai bene), sia per fare la liscivia con la cenere, il cui prodotto è ottimo per disinfettare, per sbiancare e tenere più a lungo puliti i panni (lasciando una cortina protettiva sui tessuti), sia per cuocere una bella tisana o minestrone. E' così bello vedere insieme acqua di torrente e fuoco che fiammeggia con tutti i mille usi. E ancora dopo il bucato le mani sono così vitali che sono l'ideale per dare massaggi e quindi propongo una sessione di massaggi e infine prima di ripartire fare un'oretta di ginnastiche dolci riequilibranti la postura e la muscolatura.

Il top è portare chitarre e strumenti per cantare e ballare a rotazione e anche libri da leggere con il nostro stile che mentre 3 o 4 fanno, in questo caso il bucato, a rotazione una o uno legge. Infine nel pomeriggio o sera o notte, si ritorna con carrozzelle.

F. E l'ombrello?

A. L'ombrello serve per ripararsi dal sole perchè al Verrino, d'estate c'è un caldo torrido. ecco perchè l'ideale sarebbe partire al mattino presto e tornare attorno al tramonto.

In questa operazione bucato al torrente c'è di tutto, ognuna ci vuole prendere e dare ciò che vuole. Per bambine e bambini sono esperienze straordinarie, formative. Come accennavo andrebbe abbinato al corso laboratorio di saponificazione in modo che a gruppi si faccia almeno una volta l'anno il sapone con ingredienti, in particolare cenere e erbe locali.

Un caro saluto. A Capracotta da maggio ogni sabato andrò a fare il bucato al Verrino e chi vuole può imparare e farselo.

Marzo 2009