



CAFFEXPÒ

MANGIAR BENE MI FA CRESCERE NON SOLO DI STATURA!

24 Luglio 2013

Ospiti:

- Marianna Lambiase, PhD, insegnante di scuola primaria statale
- Stefano Lucarelli, attore, membro della comunità "La Contea degli Angeli"

Provocatore: Gabriele Sacchetti, Dottorando Agrisystem

Coordinatore: Prof. Ettore Capri, Università Cattolica del Sacro Cuore

Il cibo e l'alimentazione hanno sempre avuto un'importanza fondamentale nella storia dell'umanità sia come strumento di crescita individuale sia come motivo di aggregazione all'interno della società.

Rispetto al passato abbiamo assistito recentemente a un radicale mutamento dello stile di vita dell'uomo dovuto a notevoli cambiamenti che si sono avuti in ambito scientifico, tecnologico, economico e culturale. Questa rivoluzione ha naturalmente coinvolto anche il significato socio-culturale del cibo e dell'alimentazione visti non tanto come semplice risposta a un bisogno fisiologico, quanto invece come rappresentazione ed espressione della propria interiorità e della società e cultura a cui si appartiene.

Su queste tematiche l'Università Cattolica del Sacro Cuore attraverso il centro di ricerca OPERA e nell'ambito del progetto CaffExpo (www.caffexpo.it) ha organizzato il 24 luglio 2013 a Castell'Azzara (GR) un Caffè Scientifico dal titolo "Mangiar bene mi fa crescere, non solo di statura!". Ospiti dell'incontro sono stati Marianna Lambiase, maestra elementare e autrice del libro omonimo edito dalla casa editrice Virtuosa-mente (<http://www.virtuosa-mente.com/Mangiar%20bene.html>), e Stefano Lucarelli, attore e membro della comunità sociale "La Contea Degli Angeli" che ha ospitato l'evento.

In un'atmosfera aperta e informale il dibattito ha affrontato l'importanza dei modelli di riferimento tradizionali, quali famiglia, scuola e territorio, nel definire il rapporto con il cibo. Il nostro "imprinting" non si limita solo a "cosa mangiamo sul piatto", ma riguarda anche tutte le dinamiche psicologico-sociali che ne derivano. Intorno al tavolo ci si guarda negli occhi, ci si confronta, si costruiscono relazioni, si condivide, si affinano i sensi e le proprie curiosità, seguendo in maniera più o meno cosciente ritualità collettive prestabilite e a noi trasmesse dai vari modelli di riferimento che, seppur non sempre positivi, risultano determinanti nel nostro approccio al cibo.

Questi modelli sono mutati notevolmente negli ultimi anni: la famiglia tradizionale ha spesso lasciato il posto a famiglie allargate e meno stabili, la scuola trova sempre maggiori difficoltà ad adempiere i propri ruoli educativi e il territorio di riferimento è ormai un luogo molto più ampio e multietnico in cui non è sempre facile orientarsi. I cambiamenti non sono per forza negativi e anzi possono rappresentare delle opportunità interessanti di crescita, ma meritano attenzione poiché rischiano di portare confusione specie nell'educazione del bambino.

Problemi sono presenti anche nell'adulto dove il cibo rischia di provocare conflitti con se stessi e con gli altri generando insoddisfazioni, ossessioni e addirittura patologie, che erano sostanzialmente sconosciute fino a pochi anni fa (es. anoressia e bulimia). Una delle ragioni principali sembra sia dovuta alla presenza della cosiddetta "pornografia alimentare", come sostiene Marianna, cioè l'eccesso di informazioni, esibizioni, performance in cui siamo costretti a vivere e dove tutti (tv, internet, blog, giornali...) ci suggeriscono cosa e come mangiare. La più naturale delle attività umane sembra ormai diventata sempre più "un'impresa" che richiede per essere gestita un notevole aiuto da parte di molteplici esperti.

Ovviamente le problematiche legate all'alimentazione possono risultare molto serie e complesse, e le soluzioni possono essere molto diverse. E' importante però cercare di definire un punto di partenza comune, recuperando valori legati all'alimentazione, che sembrano essere spesso dimenticati quali la semplicità, la familiarità e la convivialità. Ricordarsi quindi che mangiare deve prima di tutto essere un piacere e che per questa ragione dobbiamo dedicargli l'attenzione e il tempo che merita valorizzando il più possibile tutte le ritualità connesse.

Su questi valori sono stati fondati gli Ecovillaggi, comunità sociali spontanee basate su criteri di sostenibilità che attraverso nuove forme di convivenza provano a creare modelli alternativi/complementari a quelli già esistenti. La sfida, non senza difficoltà e ancora in uno stato embrionale, è quella di formare gruppi di famiglie che attraverso un percorso di crescita individuale e collettivo puntino a creare un luogo aperto di condivisione "consapevole" ed "ecosostenibile". In questo contesto il cibo assume un ruolo fondamentale sia come strumento di aggregazione interna al gruppo (si fa agricoltura, si cucina e si mangia insieme) sia come vetrina verso l'esterno, con l'obiettivo di fare rete (si vendono prodotti alimentari, si organizzano eventi pubblici e si offre un servizio di ristorazione).

In conclusione, (al di là dell'esempio coraggioso e per certi versi "estremo" degli Ecovillaggi) appare evidente che la molla per partire non può che essere il capovolgere il ruolo del consumatore che deve essere visto non più come una semplice parte terminale della filiera, ma piuttosto come fattore chiave del sistema che attraverso le sue scelte deve acquistare "consapevolezza" e diventare promotore di un nuovo modo di fare economia e di essere sostenibili.

Gabriele Sacchetti