Focus | Un'analisi condivisa

«L'amore in carta da forno»: in un libro viaggio tra culture e relazioni sul cibo

«Affamati di tutto». Nel volume dei Circoli di R-esistenza i contributi di Marco Aime, Andrea Segrè, Laura Pigozzi e Chandra Livia Candiani per una riflessione sul valore dell'alimentazione oltre la mera necessità biologica

GIULIO BROTTI

Ritornando sulla propria infanzia, in un bellissimo passaggio de «La psicoanalisi del fuoco» (1938) il filosofo Gaston Bachelard ricorda i gesti della nonna, intenta a cuocere i cibi sulla fiamma di un camino. Di tanto in tanto, con una griglia di ferro, venivano preparate le *gaufres*, cialde di pasta dolce, per la felicità del piccolo Gaston: «Allora sì, mangiavo il fuoco, ne mangiavo l'oro, l'odore e persino lo scoppiettio, mentre la cialda bollente scrocchiava sotto i miei denti. Ed è sempre così, in una sorta di piacere di lusso, come dessert, che il fuoco dimostra la sua umanità. Non si limita a cuocere, rende croccante. Indora la focaccia. Materializza la festa degli uomini».

Il volume collettaneo

«Per quanto lontano nel tempo si risalga – osserva Bachelard -, il valore gastronomico prevale sul valore alimentare, ed è nella gioia, non nella pena, che l'uomo ha trovato il proprio spirito. La conquista del superfluo dà un'eccitazione spirituale più grande di quella della conquista del necessario. L'uomo è una creazione del desiderio, non del bisogno».

Al valore antropologico delle pratiche relative agli alimenti – la loro preparazione, il consumo, la condivisione – è dedicato il volume collettaneo «Affamati di tutto» (Cooperativa Achille Grandi, pagine 108, 10 euro): i testi qui compresi vengono letti e commentati nei Circoli di R-esistenza attivi in tutta la provincia di Bergamo, a lato della rassegna delle Acli «Molte fedi sotto lo stesso cielo».

L'introduzione di Mazzucotelli

In una sua introduzione Francesco Mazzucotelli, coordinatore di «Molte fedi», sottolinea come i temi del cibo e della cucina oggigiorno ricorrano ossessivamente nei media. Eppure, in questo profluvio di ricette, competizioni culinarie e reportage gastronomici spesso sembra mancare qualcosa: «È stata persino inventata la categoria di *food porn* (pornografia del cibo) per definire la valanga di immagini e fantasie alimentari consumate in solitudine e che forse rendono meno appetitoso il cibo ordinario di tutti i giorni. È possibile scindere il cibo dalle relazioni che esso crea, o potrebbe e dovrebbe creare?».

Rivolgendosi idealmente ai partecipanti ai Circoli di R-esistenza, Mazzucotelli dà loro un suggerimento: «Potrebbe essere bello se vi trovaste in un contesto conviviale a leggere o commentare ciascuno dei quattro saggi qui pubblicati, magari portando del cibo preparato da voi e condividendolo».

Tra i contributi raccolti nel libro, il primo (con un titolo che suggerisce un movimento circolare: «La storia fa il cibo, il cibo fa la storia») è firmato dall'africanista Marco Aime, già docente di Antropologia culturale presso l'Università di Genova. Con una serie di esempi, Aime documenta come il rapporto delle diverse culture con il cibo sia regolato da usanze, prescrizioni e divieti che rimandano a particolari gerarchie sociali, concezioni religiose, codici morali. Secondo lo studioso americano Marvin Harris, non è vero che noi rifiutiamo determinati alimenti perché non ci piacciono; vale il contrario: non ci piacciono perché siamo abituati a non mangiarli, in quanto la nostra cultura di appartenenza non li considera «commestibili».

È questo il motivo per cui di norma, nei Paesi occidentali, non si consumano termiti o locuste fritte, mentre gli inglesi sono restii a mangiare carne equina e ancora, presso molte popolazioni africane, l'insalata è lasciata alle capre. Capita che una pietanza divenga elemento identitario di un gruppo umano, talvolta rivendicando origini antichissime (gli storici dell'alimentazione ci spiegano però che non sempre le cose sono andate in questo modo: per esempio, la salsa di pomodoro è stata usata sulla pizza napoletana solo a partire dal Settecento; e la ricetta della pasta alla carbonara, considerata un emblema della cucina romana, risale in effetti al Secondo dopoguerra).

La cucina multiculturale

«Gran parte della frutta che consumiamo oggi – scrive Marco Aime - è originaria del Medio Oriente. Il riso è arrivato sulle tavole europee dall'Asia, così come molte spezie. La scoperta dell'America ha portato in Europa il pomodoro, il mais, l'arachide, la patata, la manioca, il fagiolo e il tacchino. A loro volta gli europei contribuirono a diffondere questi alimenti in Africa. Anche un altro alimento fondamentale per la nostra esistenza, il sale, ha sempre compiuto lunghi viaggi».

«Ogni cucina – prosegue Aime - è "multiculturale", in quanto è il prodotto di scambi avvenuti nel corso della storia. Molti cibi considerati "tradizionali" sono tali perché sono pensati così. La tradizione è infatti spesso il prodotto di una proiezione del presente sul passato, piuttosto che espressione di una continuità storica profonda».

Caravaggio, «La cena in Emmaus» (particolare), 1606, Pinacoteca di Brera

Marco Aime

Andrea Segrè

Laura Pigozzi

Chandra Livia Candiani

Sperequazioni ancora presenti

Nel saggio «La mia tavola» l'agronomo Andrea Segrè, docente di Economia circolare e politiche per lo sviluppo sostenibile all'Università di Bologna, si sofferma invece sulle conseguenze delle sperequazioni – ancora presenti ai giorni nostri – nell'accesso alle risorse alimentari.

Nel mondo, oltre 700 milioni di persone soffrono di fame cronica: «Questa forma di malnutrizione si ritrova prevalentemente nei Paesi a basso reddito, dove conflitti, cambiamenti climatici e povertà limitano l'accesso a un cibo sufficiente, sia dal punto di vista qualitativo che quantitativo. La "fame energetica" comporta una riduzione della massa corporea e compromette le funzioni vitali. Parallelamente, la "fame nascosta", ovvero la carenza di micronutrienti essenziali come ferro, vitamina A e zinco, colpisce circa due miliardi di persone, aumentando il rischio di infezioni e ritardi nello sviluppo». A fronte di queste deprivazioni, «nei Paesi industrializzati e in molte nazioni emergenti, la malnutrizione si presenta sotto forma di sovrappeso e obesità. [...] L'obesità è una conseguenza della transizione alimentare, con diete sempre più ricche di cibi raffinati, zuccheri e grassi saturi e stili di vita sedentari. Questo cambiamento, spesso associato alla globalizzazione, ha portato a un aumento esponenziale delle calorie assunte, a scapito della qualità nutrizionale».

Un linguaggio primitivo

In «Quando il cibo diventa un linguaggio primitivo», la psicoanalista e psicologa clinica Laura Pigozzi prende in esame le manifestazioni indirette, sul piano dei comportamenti alimentari, dell'«alessitimia»: una condizione per cui la persona ha difficoltà a dare un nome alle emozioni e alle sensazioni corporee, proprie e altrui.

«Un rapporto alienato con il cibo – spiega Laura Pigozzi - è spesso l'esito di un manifestare nel corpo ciò che non si sa dire o non si può dire»; i disturbi dell'alimentazione sono dunque «patologie di confine tra *soma* e *psiche*, nelle quali lo psichico precipita sul corporeo, intristendolo, perché non trova aree di mediazione in cui esprimersi in modo più opportuno».

«Hai mangiato?»

Il capitolo conclusivo di «Affamati di tutto» è stato scritto da Chandra Livia Candiani, alternando versi e brani in prosa. In «Mangiami se vuoi» la poetessa e traduttrice milanese, seguace del buddhismo theravada, rivendica il carattere sacro e relazionale dell'atto di nutrirsi, che dovrebbe sempre andare al di là del soddisfacimento di una mera necessità biologica: «Credevo un tempo che le parole degli ultimi giorni nella stanza di chi muore dovessero essere solenni, piene di significato, grandi, ultime appunto. Ma non è stato così con mio fratello. Ogni giorno ci si chiedeva a vicenda cosa avevamo mangiato. In fondo, ci si stava domandando se si era pronti a lasciare il corpo o non ancora, se era ancora abitabile o era meglio prepararsi al grande viaggio. Uno partiva, una restava. Erano parole di amore e di misura, parole travestite dalla vita quotidiana, in grembiule, pigiama e pantofole. Misuravamo la distanza, impacchettavamo l'amore in carta velina, carta da pacco, carta da forno. Mangiare unisce vita infinita e cose piccole della sopravvivenza; il suo linguaggio tenero, timido, che non osa, ma sta, fermo, in attesa: "Hai mangiato?"».

Il libro «Affamati di tutto», come le altre pubblicazioni della collana «I Libri di Moltefedi», può essere acquistato online (tramite il sito moltefedi.it) o presso la sede delle Acli di Bergamo, in via San Bernardino, 59 (telefono 035.210284).

©RIPRODUZIONE RISERVATA