

Etain Addey

La vita  
della giumenta bianca

Il mondo incantato  
e il paradosso della sobrietà

 Edizioni  
Magi

# Indice

Anteprima	9
Ringraziamenti	13
In apertura	15
≡ <i>Beltane. La vita della giumenta bianca</i>	19
≡ <i>Maggio. Valutazione dei rischi</i>	33
≡ <i>Giugno. Rotoloni assassini</i>	36
≡ <i>Luglio. Navigando in Umbria</i>	39
≡ <i>Lugnasa. Il sacrificio</i>	43
≡ <i>Agosto. Dormendo sull'aia tra cani e americani</i>	68
≡ <i>Settembre. La paura</i>	71
≡ <i>Ottobre. Le mele incantate</i>	75
≡ <i>Sambain. Cornacchia, vicina di casa</i>	84
≡ <i>Novembre. Viva la rivoluzione!</i>	88
≡ <i>Dicembre. Il femminismo umbro</i>	94
≡ <i>Gennaio. La frana</i>	97
≡ <i>Imbolc. Evernia prunastri, vicina di casa</i>	102
≡ <i>Febbraio. Rosa</i>	107
≡ <i>Marzo. Formaggio con un nome</i>	111
≡ <i>Aprile. Filare è magico</i>	114
≡ <i>Beltane. La strega nel bosco</i>	119
≡ <i>Maggio. Piccoli miracoli quotidiani</i>	122
≡ <i>Giugno. La pasta madre di Jesse</i>	125
≡ <i>Luglio. La musica del ragno verde</i>	129
≡ <i>Lugnasa. Le formiche, vicine di casa</i>	140
≡ <i>Agosto. «No leoni?»</i>	148

≡	<i>Settembre. L'arrivo dell'asina Astrid</i>	150
≡	<i>Ottobre. Ebbrezze autunnali</i>	154
≡	<i>Samhain. Suonami il Canto della morte</i>	157
≡	<i>Novembre. Gli alberi, l'angolo aureo e la natura del cosmo: 137</i>	161
≡	<i>Dicembre. «Sembravano dei matti!»</i>	167
≡	<i>Gennaio. La sciatica visionaria</i>	173
≡	<i>Imbolc. La parola magica</i>	177
≡	<i>Febbraio. La sciatica creativa</i>	182
≡	<i>Marzo. Radici sagaci</i>	185
≡	<i>Aprile. La cima d'aprile</i>	190
≡	<i>Beltane. Odorata ginestra, contenta dei deserti... vicina di casa</i>	195
≡	<i>Maggio. Due invocazioni</i>	200
≡	<i>Giugno. «Vogliamo andarci a divertire?»</i>	204
≡	<i>Luglio. Il rientro</i>	207
≡	<i>Lugnasa. La quercia, vicina di casa</i>	211
≡	<i>Agosto. La veglia nel pollaio</i>	221
≡	<i>Settembre. «Che fai, ci provi?»</i>	224
≡	<i>Ottobre. La litigata</i>	227
≡	<i>Samhain. Erostimò, compassione, creato</i>	230
≡	<i>Novembre. I cibo dei morti e dei vivi</i>	242
≡	<i>Dicembre. Donne selvatiche</i>	246
≡	<i>Gennaio. Vivere con i limiti</i>	251
≡	<i>Imbolc. Latte caldo</i>	256
≡	<i>Febbraio. Il lavoro tranquillo</i>	258
≡	<i>Marzo. Tutti nell'orto</i>	261
≡	<i>Aprile. Il pesce d'aprile delle api</i>	265
≡	<i>Beltane. «È per devozione». A casa propria si vedono più cose</i>	269
	Contatti bioregionali in Italia	293
	Bibliografia	295

## Anteprima

È con particolare gioia che ho scelto di aggiungere qualche frase a mo' di premessa nella veste di curatrice della Collana che accoglie questo libro di Etain Addey.

Parole di «altro genere» sono anche quelle che riescono a trasmettere significati e valori simbolici e spirituali in forma narrativa e riflessiva, arricchendo la nostra comprensione delle dinamiche psicologiche e delle potenzialità terapeutiche. La natura e la vita semplice – con leggi e ritmi assai diversi da quelli delle grandi città – esprimono il perenne ciclico mutamento della vita che alterna abitudini e tradizioni con l'inaspettato e il sorprendente, attraverso difficoltà, fatiche e, a volte, anche perdite, che avvicinano le persone e le comunità tra di loro. La scrittura di Etain convoglia questa ricchezza insieme alla cultura del passato, divenuta all'improvviso utile e preziosa per un presente che l'ha dimenticata nell'arco breve di un paio di generazioni.

Nell'ormai vasto campo della psicologia, abbiamo oggi anche una psicologia rurale che riconosce e studia la diversità di contesti e di organizzazione sociale, ma non è di questo che qui si tratta, bensì di storie di donne, uomini, animali, piante, stagioni, di musiche e lingue del mondo, di viaggi e altro ancora e delle trasformazioni profonde e interiori che accompagnano le scelte di nuovi stili di vita. Le storie, che fin dall'antichità ci riconnettono all'essenza della natura umana, fisica e psichica, e all'ambiente specifico in cui essa si è evoluta, ci rendono visibile la schiavitù di una modernità economica e tecnologica tanto esaltata quanto alienante e fonte di nevrosi e stress collettivi, che gli psicologi

affrontano quotidianamente nella loro professione. L'esperienza di Etain, in forme diverse e più o meno intense, è ormai condivisa dalle molte persone che hanno fatto la sua stessa scelta e la mantengono da decine di anni, me compresa, e che la ringraziano per la sua testimonianza.

*Elena Liotta*

## In apertura

Ci sono molti buoni motivi per ridurre i propri consumi e adottare uno stile di vita sobrio, motivi razionali, quasi scientifici, che derivano dal nostro desiderio di eliminare il divario fra il benessere del nord del mondo e le tragedie del sud, dall'angoscia che sentiamo per i disastri ecologici e dalla nostra ricerca personale di un modo di vivere felice.

Tornare in campagna a coltivare il proprio orto, vivendo «alla vecchia maniera» è una strada fra le tante che si possono imboccare per cambiare direzione e proprio in mezzo ai campi abito io con la mia famiglia e i miei amici di passaggio, impegnati a imparare come si fa... Come si fa a zappare, a seccare i fichi, a fare le fascine, a cucinare con la legna, a innestare i meli selvatici, a curare il piede di un asino zoppicante, a far riuscire la cova delle galline, a conservare l'acqua piovana per sopravvivere alla siccità, a condividere i boschi con certi cinghiali giganti.

Trent'anni fa, quando ero una signorina ignara venuta da Roma, credevo che qui nella macchia più sperduta la vita fosse semplicemente una questione di imparare i mestieri, di imparare a fare a meno e di sopportare gli sguardi di chi non capiva questa scelta.

Ho imparato a mungere, ho imparato a non avere i vestiti intonati e ho fatto amicizia con quegli sguardi ormai addolciti nei miei confronti, ma c'è qualcosa in questa vita che ancora adesso mi lascia interdetta, un mistero che intravedo ma non capisco, che esito a nominare, una mappa profonda del luogo che abito per cui trovo solo con difficoltà le parole.

Molti sono ormai d'accordo che bisogna mangiare biologico, che il lusso non serve e che in campagna è un'altra cosa, ma non sanno che quando si esce dal sentiero battuto e ci si avventura per stradine dimenticate piene di rovi, per fossi fangosi incantati dalle rane, giù per ripidi boschi dove la nebbia galleggia all'alba, si entra davvero in un'altra dimensione, che assomiglia più all'atmosfera delle favole o a quei sogni che ricordiamo la mattina solo a metà, che non al nostro mondo reale, quello dove ci sono le autostrade e i supermercati.

Qui vorrei finalmente riuscire a parlare di questa dimensione che so essere l'esperienza quotidiana di tante persone che vivono come me. Spero di parlarne con delicatezza e rispetto e soprattutto senza romanticismo perché ho visto che il passaggio a quella dimensione richiede concretezza, rigidità e il lavoro delle mani. Parlando delle pecore da governare, del letame da mettere sulla carriola, della legna da tagliare per il fuoco, spero di dischiudere la porta a chi esita sull'uscio di questa capanna incantata che si trova contemporaneamente nel cuore del bosco e a solo due passi dall'autostrada.

Gli antichi egizi parlavano del velo di Iside, come se il mondo fisico fosse un velo che nascondesse un'interiorità del cosmo, sentita ma non penetrata: «Salute a te o grande, o divina, la tua veste non è stata sciolta, non è stata sciolta! Salute, o Nascosta, non c'è via che porti fino a te». Molti secoli dopo, l'alchimista medievale Paracelso parla ancora di questa veste, la bellezza delle forme mutevoli con cui la natura nasconde verità misteriose, e dice della Natura: «non è visibile, sebbene operi visibilmente; perché è semplicemente uno spirito volatile, esercita i suoi poteri nei corpi, animata dallo spirito universale – respiro divino, fuoco centrale e universale, che vivifica tutto quanto esiste».

Mai avrei pensato, mentre imparavo a tenere ferma in mano la zappa per non scorticarmi o a tenere l'occhio sul ciocco di legno da spaccare mentre abbassavo l'ascia, che focalizzare la mia attenzione quotidiana sul velo del mondo avrebbe fatto irrompere nella mia mente percezioni del mistero di cui si parla da secoli e da cui solo noi occiden-

tali del ventesimo secolo abbiamo distolto lo sguardo. Parlo delle gioie e degli affanni del quotidiano ma non taccio più il mistero che forte si annuncia nella nostra vita sobria. Paradossalmente la vita povera, quando viene abbracciata, si rivela incantata.

L'interiorità elettrizzante del mondo aspetta con pazienza il ritorno a casa di noi tutti, aspetta che riprendiamo la conversazione interrotta.