

**PROGETTO CRESCERE - CREARE - COMUNICARE**

**IMPRONTA CORAGGIO**

[www.mauriziocavagna.it](http://www.mauriziocavagna.it) mauri.vittorio@tiscali.it



**Maurizio Vittorio Cavagna**

***Solanum tuberosum***

**L'UMANA PATATA**

**viaggio tra il coltivare e il vivere**



*"Dimenticare come si lavora la terra  
equivale a dimenticare noi stessi"*

*M.K. Gandhi*

# Introduzione

*Scrivere su questo argomento mi riporta al mio primo contatto con questo tubero, alla gioia e trepidazione quando, da piccolo, scavando con le mani, ne raccolsi alcuni molto grossi da un grande campo.*

*Ricordo la mia prima esperienza di coltivazione da adolescente sul balcone, poi in piena terra intorno al 1980 a Monza, vicino ad un campo di granoturco. Nel '92, grazie alla generosità di Francesco che mi concesse un suo campo, finalmente ebbi un orto in montagna, dove da anni, trascorro periodi di vacanza.*

*Intanto la mia passione per la terra ed il mio lavoro si intrecciano: conduco laboratori di cucina nelle scuole, corsi sulla comunicazione/relazione, traducendo l'esperienza del coltivare in insegnamenti quotidiani.*

*Nel marzo 2009, nell'ambito di una manifestazione, ebbi l'idea di inserirvi una semina delle patate con relativo raccolto, rivolta sia ad adulti che, in una seconda fase, ai bambini della scuola elementare del luogo. Con le patate raccolte è stata realizzata una cena un po' particolare, servita a ricordare il poco cibo mangiato dai nostri soldati durante la Ritirata dalla Campagna di Russia nel 1943.*

*Durante questi anni di semina e raccolto ho appreso diverse conoscenze sulle patate e mi sono soffermato ad osservare e studiare la similitudine con l'essere umano.*

*Questo opuscolo presenta proposte che contemplano il mio saper fare e il mio saper essere, intrecciando il percorso della semina e crescita della patata, con il cammino di chi vi partecipa.*

*E' quindi un'opportunità per 'trafficare' con la terra e per poter sentire la sensazione ed il piacere di seminare partecipando alla creazione di un essere vivente.*

*Inoltre è un'occasione per conoscere più da vicino una protagonista dell'alimentazione umana (si stima che la patata sia al quarto posto a livello mondiale come fonte alimentare dopo frumento, riso e mais) e, nel contempo, diventa un momento di crescita anche per noi.*

*Infatti la forza di questa proposta consiste nell'invito a trarre beneficio dagli insegnamenti che la patata ci offre, visualizzando nella sua crescita la similitudine con l'essere umano e quindi, contemporaneamente, anche la nostra crescita: l'acquisizione di maggior fiducia, forza e coraggio nel credere che il cambiamento può essere possibile, che le cose si possono modificare traendone giovamento e benessere.*

*Ho inserito anche delle foto che ho scattato durante le fasi della coltivazione, in modo da rendere visibili e concrete le parole su questo prodotto della terra.*

*Informare, ma anche stimolare la voglia di fare, per introdurci in quell'avventura che sarà la semina... la crescita... il raccolto... il nutrire... e, nel contempo, il nutrirci.*



*Con la massima energia ed entusiasmo  
Maurizio Vittorio Cavagna*

# Origine e diffusione

*“La patata (*Solanum tuberosum*) è un tubero commestibile molto utilizzato a scopo alimentare, ottenuto da una pianta erbacea appartenente alla famiglia delle Solanaceae (Dicotiledoni). Molte ricerche sono state compiute nel corso dei secoli per trovare l’origine di questa pianta, ma la certezza non c’è ancora. Le varie zone di origine si concentrano su Perù, Bolivia, Ecuador, Messico, Cile. Fu introdotta in Europa dopo la scoperta dell’America, dagli spagnoli nel XVI secolo. La tradizione vuole che l’introduzione della patata in Inghilterra (1588) sia merito di Walter Raleigh, la coltivazione si diffuse però soprattutto nella vicina Irlanda.*

*La diffusione del tubero fu poco uniforme, in Francia, ad esempio, coinvolse inizialmente poche aree del Delfinato e dell’Alsazia (1666) e in seguito della Lorena (1680) dove nel 1787 viene descritta come cibo principale degli abitanti della campagna”.*

(Wikipedia, l’enciclopedia libera)

*“Nel 1587 fu introdotta in Belgio, nel 1588 furono inviati alcuni tuberi al noto botanico C. de Lécluse che li fece conoscere in Austria e Germania. All’incirca nello stesso periodo, la patata divenne nota anche in Svizzera e – particolare questo poco conosciuto - dal territorio elvetico si diffuse nelle regioni orientali della Francia”.*

(Franco Cercone, *Storia della coltivazione della patata in Abruzzo* - Edizioni Qualevita)

*“In Italia fu inizialmente coltivata negli orti botanici di Padova (1591) e di Verona (1608), diffondendosi molto più tardi rispetto ad altri Paesi europei”.*

(*Coltivazione patata - Supplemento N. 1 al N. 2 di Vita in Campagna Febbraio 2009*)

La patata è coltivata da 7000 anni ed è diffusa, in tutto il mondo, in ordine di produzione: Cina, Russia, India, Stati Uniti. La maggiore concentrazione di superficie è in Europa, in particolare Polonia, Germania, Repubblica Ceca, Spagna e Francia. In Italia la coltura è diffusa soprattutto in Sicilia, Puglia, Campania, Emilia-Romagna, Abruzzo, Calabria, Veneto e Piemonte. E' il secondo prodotto nazionale ortofrutticolo dopo il pomodoro.

Per avere un ordine di grandezza, da una patata di 30/ 40 gr. si possono ottenere dai 300 ai 1000 gr. di prodotto e anche più a seconda delle qualità e chiaramente del tipo di terreno e modalità di coltivazione. Si ottiene così un prodotto anche 10/30 volte il peso del tubero seminato. La diffusione e coltivazione della patata è dovuta alla sua adattabilità e facilità di coltivazione oltre al fatto che con le sue innumerevoli varietà (qualche migliaia), si coltiva dal livello del mare, ai 4000 metri e oltre delle Ande Peruviane.

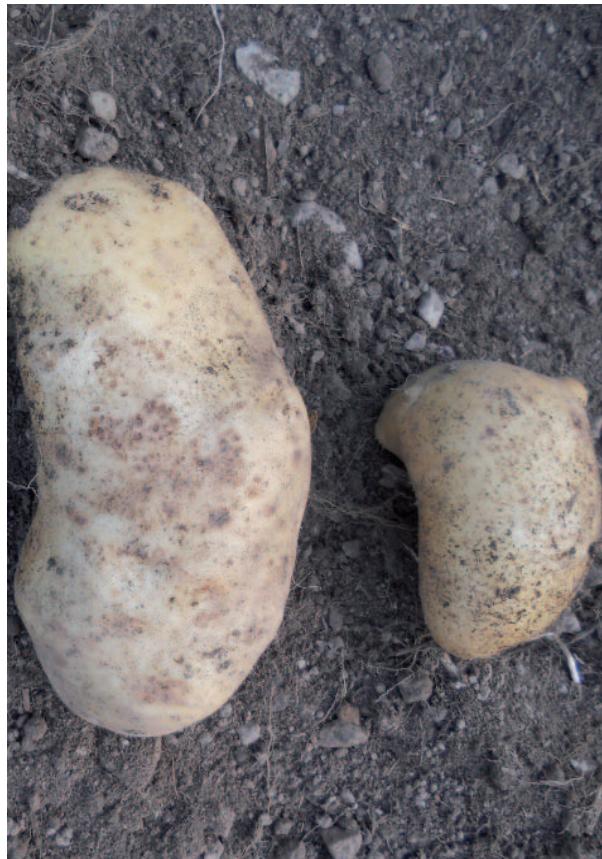


*“Attualmente, il consumo alimentare di patate si sta progressivamente spostando da quello del prodotto acquistato fresco, al consumo di prodotti industriali a base di patate.*

*Esistono quattro tipi di patata che si trovano normalmente in commercio:*

- **PATATE A PASTA GIALLA**, dalla polpa compatta, derivano il loro colore dalla presenza di caroteni. Sono impiegate per le patatine fritte industriali e casalinghe, ma sono adatte anche per le insalate e le cotture in forno.
- **PATATE A PASTA BIANCA**, dalla polpa farinosa che si spappola durante la cottura. Sono adatte ad essere schiacciate, per esempio nel puré, nelle crocchette o negli gnocchi.
- **PATATE NOVELLE**, caratteristiche per la buccia sottile, vengono raccolte quando la maturazione non è completa. Sono a breve conservazione e andrebbero bollite con la buccia.
- **PATATE A BUCCIA ROSSA** e pasta gialla, caratterizzate dalla polpa soda che le rende indicate per le cotture intense quali cartoccio, forno e frittura.”

(Wikipedia, l'enciclopedia libera)





*I mangiatori di patate.* Van Gogh, 1885.

*"Ho voluto, lavorando, far capire che questa povera gente, che alla luce di una lampada mangia patate servendosi dal piatto con le mani, ha zappato essa stessa la terra dove quelle patate sono cresciute; il quadro, dunque, evoca il lavoro manuale e lascia intendere che quei contadini hanno onestamente meritato di mangiare ciò che mangiano. Non vorrei assolutamente che tutti si limitassero a trovarlo bello o pregevole".*

Van Gogh spiega così il significato della sua opera al fratello Theo.

# Storie di patate e di uomini

***"Ho scritto perché non andassero perdute le nostre esperienze".***

Mario Rigoni Stern

Parlare di patate significa parlare di storia, di memoria, di vicissitudini legate all'uomo, alla fame, alle guerre. E' parlare del legame tra cibo e uomini che un tempo significava sopravvivenza, mentre oggi è più legato al piacere, ai sapori, agli alimenti siglati (IGP, IGT, IGPG, STG, DOP, DOC, DOCG), alle calorie... In questo spazio i 'sapori' sono fatti di storia, di sacrifici, di ricordi di un tempo passato e di una vita che era in simbiosi con i ritmi e i cibi che la natura, con grande fatica da parte degli uomini, offre. Ancora oggi, in alcuni luoghi, la fatica è la stessa. Il tempo è cambiato, alcune persone pian piano se ne sono andate, se ne vanno, lasciano un vuoto, spazio ed energia alle nuove generazioni. Ho voluto comunque raccogliere qualche stralcio di storia, assaporando la soddisfazione delle persone nel raccontare, affinché non vada perduto il passato, con la consapevolezza che non possiamo cibarci di tecnologia e neppure di denaro. La nostra natura ci chiede il cibo ed anche rispetto e riconoscenza per esso, perché come dicevano gli indiani d'America: "*Il nostro popolo sa che alla natura spetta un ruolo importante, poiché essa può esistere senza l'uomo, ma non l'uomo senza di essa.*". Forse, leggendo queste testimonianze, si scoprirà che le patate hanno un sapore diverso, che le bucce si possono assaggiare e forse anche mangiare. Diventare cibo quando si soffre la fame, come il signor Basilio ha fatto durante la Ritirata dalla Campagna di Russia e che mi ha ricordato il detto: "*L'amore fa fare grandi salti, ma la fame ne fa fare di più altri.*".

Racconto di **Maristella Pattanaro** classe 1958 nata e residente a Piovene Rocchette (VI): "*Una volta le patate, come il mais, erano la coltura prevalente dalle nostre parti in quanto calmavano la fame con poca spesa. La memoria di mio padre Giovanin, racconta che negli anni '35 e '40 la nostra famiglia piantava le patate nel campo a 'Casànegon'. In autunno o ai primi di febbraio veniva sparso nel terreno il letame di mucca e con l'aiuto dei buoi si arava con il 'varsoretto'. In questo modo il letame teneva arieggiata la terra che, per la semina delle patate, serviva morbida. Nel frattempo, visto che l'unico mezzo di locomozione*

*era il 'musso' (il nostro asino si chiamava Popi), i contadini si accordavano sulle quantità che servivano ad ognuno (allora si aiutavano molto uno con l'altro) e uno partiva con il carretto per andare sulle colline qui vicino a comprarle: a San Rocco (sopra Schio) o a Posina o a Laghi (sopra Arsiero), perché si diceva che le patate di montagna rendessero di più qui in pianura. Ad agosto, quando la pianta era secca, si raccoglieva e partecipava tutta la famiglia. Se la raccolta era abbondante, il povero Popi, guidato dal nonno Toni, doveva fare avanti e indietro anche due volte".*

**Sergio Fezzoli** classe 1932 nato e residente a Oltre il Colle (Bg), così mi ha raccontato: "*Noi le patate le conservavamo da un anno con l'altro e ce le passavamo, ce le scambiavamo uno con l'altro. Avevamo tutti questi campi in pendenza, lavorati così, si 'slavava' la terra e scendeva sempre sul fondo. E così in autunno o anche la primavera si caricava il gerlo di questa terra e si riportava in cima; io lo facevo, avevo sei, sette, otto anni. Lo facevano specie i bambini di portare la terra, il letame. Eh, son ricordi di vita!*".

**Antonietta** classe 1935 di Còsola di Gabella Ligure (Ge), mi ha raccontato dei suoi ricordi d'infanzia: "*Noi le patate, le coglievamo ai primi di ottobre, poi le prendevamo, poi quando erano le undici le facevamo cuocere e le mangiavamo così, senza niente, si mangiavano con le bucce, un po' di sale*".

**Maria** classe 1935 nata in Francia ad Aiser risiede a Carona (Bg), racconta quando da piccola aiutava il padre Giovanni, panettiere, a fare il pane di patate: "*Si schiacciavano tutte le patate con lo schiaccia patate. Venivano giù da Pagliari (3 Km circa a piedi), con il gerlo di patate e noi le facevamo cuocere, preparavamo un gerlo di patate. Patate e farina bianca, la prendevamo al mulino a Piazza Brembana (dista 12 Km circa da Carona), andava mio papà in bicicletta a prendere la farina, era in tempo di guerra. Il grano qui non c'era, mettevamo solo le patate qui, le patate di Carona*".

Posso mettere il suo nome? "*Non ce n'è di nome!*".

..... Roncobello (Bg): "*Aprile, con la luna che cala, se no vanno in pianta, non fanno niente sotto e vanno in pianta, verso la fine di Aprile inizio Maggio, bisogna vedere la luna e anche il tempo. Poi quando si mettono giù bisogna 'zapinarle' quando sono alte così, 10 cm neanche, poi quando sono alte così si fanno 'su'. Ogni 2 anni si cambiava, si metteva giù frumento, orzo, granoturco. Le concimavamo con letame delle mucche, mettevamo giù quelle a pasta bianca*".



**Graziella** classe 1957 residente a Lentate sul Seveso (MI), racconta delle sofferenze del padre, Salvatore Burchieri, quando era in guerra durante la campagna di Russia, Seconda guerra mondiale: *"Mio papà ha sofferto la fame e quando trovavano le patate sotto la neve, era come se avessero incontrato la vita, le mangiavano crude, se le rubavano fra di loro!"*

**Luciana** classe 1941 nata e residente a Roncobello (Bg), racconta della madre montanara durante gli anni '50:

*"A settembre non pagava la Gemma, allora si usava pagare al negozio alla fine del mese, ma aspettava a ottobre quando raccoglieva le patate e vendendole, prendeva i soldi per poter curarsi la schiena e pagare la Gemma. Tra noi e gli animali le patate erano la base dell'alimentazione. Mia mamma ne aveva veramente tanti di campi. Era una fonte di vita!".*

**Alfonso** classe 1909, racconta la sua storia al programma "Storia dell'Italia Viaggio in seconda classe 1977", andato in onda su Rai Storia il 4.09.2011 ore 18.16 circa: *"...Durante la seconda guerra mondiale sono stato prigioniero in Germania 3 anni. La fame era nera; ci davano tre patate al giorno!".*



**Attilio Corengia** classe 1921 di Guanzate (CO), reduce dalla Campagna di Russia, scrive nel diario lasciato alla figlia Teresita ([www.parolediguerria.it](http://www.parolediguerria.it)): *"...il russo prese delle patate pelate e le mise nella pentola e poi in forno, poi bevemmo un po' di votca e una sigaretta e anche il russo l'acettò e finito tutto si cercava di sdraiarsi sulla paglia..."* *"...la mise sul tavolo, era una zuppa di patate e cipolla, e lei ci fece cenno con la mano di mangiare, era bella calda..."*

..... classe 1929 (la persona ha scelto l'anonimato): *"Le patate si facevano bollire con la buccia e si cenava con le patate, non sempre c'era la formaggella insieme, perché era grigia la storia nel '40".*

**Giovanni Bertuzzi** classe 1940 di Forno di Sotto, Coli (Pc):  
*"Mia madre veniva da Gavi, comune di Coli, Piacenza e io andavo su, mi venivano a prendere i miei cugini perché mia madre non c'era più e andavo a piantare le patate, avevo 8 anni, ma ci sono andato ancora dopo, ci vado ancora adesso. Andavo su a piantare le patate, adesso le buttiamo giù, faccio i solchi con l'aratro, con la motozappatrice, ma allora si facevano a mano e si mettevano giù nel solco con il germoglio girato verso il sole all'insù e guai a Dio se non lo mettevi giù bene!".*

**Gianni Pioli** classe 1954 nato e residente a Corniglio (Pr):  
"Abbiamo sempre coltivato le patate di Bosco, comune di Corniglio provincia di Parma, perché la patata al tempo era sinonimo di reddito, anni 50 - 60 e si vendevano molto bene. La gente si è aiutata con le patate di Bosco. Era molto nominata la patata di Bosco! Poi è stato costituito questo consorzio, ritirava il seme di quella qualità, era la Majestic, era una qualità che si adattava di più a quel terreno e si conservava di più, perché con le patate si mangiava; c'erano le patate e le castagne in casa, senza fare la spesa. I nostri giovani non capiscono più queste cose. Sembrano favole queste cose, ma erano la realtà dei tempi. Dopo è successo, con il tempo, i giovani sono andati a lavorare nelle città e l'agricoltura è andata a zero nelle montagne, è praticamente scomparsa e il Consorzio è andato nelle mani di nessuno, sta crollando".

**Francesco Allegri** classe 1968 residente a Parma: "Il signor Gianni, questo signore, è un mito! Io non sono signore, io sono ancora all'asilo; io sono come una spugna, apprendo da lui!"

**Bruna** classe 1936 nata e residente a Rezzoaglio (Ge): "Nella stalla quasi tutti i contadini avevano un asino per portare il letame sui campi di patate e frumento e di tutto quello che facevano".

**Bruno Queiroli** classe 1936 di Villa Piano di Rezzoaglio (Ge): "Io parlo del mio paese, di Villa Piano. Vangavamo a mano dopo aver allargato il letame sul terreno, (...) Poi chi aveva la fortuna di poterle bagnare, noi lo chiamavamo 'u beu', facevamo scorrere l'acqua nei solchi. Il 'beu' era per tutti, ma da dividersi in giornate in base ai terreni che ogni famiglia aveva, questo di comune amicizia del paese. Io sono nato nel paese che c'era il 'beu'. Quando erano stagioni di siccità, con il famoso 'beu' raccoglievamo più di altri paesi che non avevano il 'beu'. Il 'beu' era una ricchezza per noi. Il 'beu' percorreva circa 3 Km. e arrivava quasi tiepido e al terreno faceva bene! (...) Le vendevamo il più delle volte in cambio di cibo: pasta, sale, zucchero, olio, quelle erano cose che non avevamo nelle nostre terre."

**Giorgio** classe 1935 residente a Còsola di Gabella Ligure (GE): "Io le ho sempre messo da bambino, poi sono sparite dalla circolazione, noi le mangiavamo tutti in famiglia. Poi queste Quarantine sono tornate, è da 11 anni, dal 2000 quando hanno fatto il consorzio, e io sono stato il primo di Còsola, noi la chiamavamo la Bianca dall'occhio rosso".



# La crescita della Patata

## La preparazione del terreno I solchi

*La patata ama clima temperato - umido, in posizione di pieno sole, meglio se c'è possibilità di irrigazione. Si vanga il suolo in autunno con terreno umido, ma non bagnato e, se c'è disponibilità, si interra nel contemporaneo letame o compost. A primavera si preparano i solchi profondi circa 10 cm. e distanziati tra loro di circa 60 / 70 cm. E' preferibile la rotazione della coltura alternandola ogni due anni con leguminose o le varie insalate.*



## La semina

*Verso marzo in pianura e fine aprile inizio maggio in montagna. Si pongono i tuberi nel terreno distanziati tra loro di circa 20 / 30 cm. Si possono acquistare tuberi - seme certificati, che garantiscono produzioni più abbondanti e di qualità oppure fare come una volta dove i contadini tenevano una parte del raccolto per l'anno successivo. Se il tubero è grosso, ad es. maggiore di un uovo, si può tagliare longitudinalmente qualche giorno prima della semina oppure lasciare nel terreno tuberi interi della grossezza di una pallina da tennis tavolo.*



## Le radici

*Si formano nella parte sotterranea del fusto e, come si vede nella foto, non è presente una radice principale, ma un apparato radicale molto ramificato. Nella foto, dal tubero - seme, è uscito il germoglio che sale verso l'alto diventando fusto sotto terra con formazione di radici che si propagano nel terreno per circa 30 / 40 cm., e poi fusto fuori terra, dove spuntano le foglie.*



## La crescita dello stolone

*Lo stolone è una parte di fusto trasformato. Nella foto vediamo il germoglio uscito dalla patata - seme che sta diventando fusto e dal quale si ramificano le radici. Nella parte centrale della foto, si vede la 'nascita' dello stolone che porterà all'estremità il futuro tubero.*



## La formazione del tubero

*Il tubero è una parte di fusto trasformato che si sviluppa sotto terra ed è la parte della pianta che si mangia. Si origina all'estremità dello stolone. La foto ci indica il fusto sotto terra e i piccoli stoloni alla cui estremità si stanno ingrossando i tuberi.*



## Le foglie



## Il fiore



Si presentano di colore verde, verde intenso e sono composte, cioè presentano più foglie che si dipartono da un unico stelo.

## Il frutto

Si formano a gruppi, nella foto si vede il primo in fiore ed altri sette, con i calici rivolti al basso, in procinto di rivolgersi verso l'alto e di fiorire. I colori vanno dal bianco, bianco panna, al viola, viola - rossastro.



## Il frutto

## La dorifora in azione

Dai fiori si formano i frutti che sono sferici e assomigliano a dei piccoli pomodori verdi di circa 1 - 2 cm. di diametro. Di solito se ne formano pochi perché il polline ha una bassa fertilità. Nella foto in basso, un frutto verde che andrà a maturazione diventando giallognolo (foto sopra) e che conterrà dei piccoli semi che vengono utilizzati per creare nuove specie o per migliorarne la specie.



## La raccolta dei tuberi

Le patate hanno un ciclo di coltivazione che va da circa 90 giorni a 130 a secondo delle varietà.

Quando la pianta dal verde comincia a diventare gialla, il suo ciclo sta finendo e quando si presenta interamente secca, si può procedere al raccolto scavando sotto terra con una zappetta e facendo attenzione a non danneggiare i tuberi che, una volta raccolti, vanno lasciati ad asciugare al sole sul terreno per qualche ora e poi riposti in luogo fresco, poco umido e soprattutto al buio per evitare la formazione dei germogli e l'inverdimento del tubero.





## L'importanza di fare esperienze

*"L'insegnante non può limitarsi ad istruire... Il compito dell'educatore è fornire esperienze"*

Gorge Dennison

Questo opuscolo rappresenta un invito a riflettere sull'importanza di fare delle esperienze, ascoltare le emozioni affinché si vivano, appropriarsi di un'esperienza che possa aiutare a capire, capirsi, crescere e lasciare una traccia. Nel programma radiofonico, *"La radio ne parla"*<sup>1</sup>, gli intervistati criticavano la scuola di oggi definendola nozionistica e con troppi compiti dati a casa anche in scuole a tempo pieno. Dicevano che i bambini devono avere il tempo per elaborare ed apprendere i contenuti trasmessi a scuola, invece il giorno seguente nuove nozioni, quasi sempre prive di momenti esperienziali.

I laboratori nelle scuole non vengono attuati e la manualità si è quasi dissolta.

Ricordo quando frequentavo la quinta elementare dove tutti i pomeriggi erano dedicati ai laboratori: facevamo calchi in gesso; componevamo testi e poesie con lettere in piombo, poi rullo sporco di inchiostro e infine la magia di trovarsi sul foglio bianco impresse le parole; realizzavamo disegni incisi da noi su linoleum, per poi stamparne più copie; usavamo il traforo; facevamo montagne in cartapesta. Questo per dire cosa?

L'importanza dell'esperienze attraverso le quali si scoprono passioni, piaceri, voglia di fare. Si acquisiscono competenze e si impara la differenza che c'è tra chi ne parla e chi ne parla e ha vissuto l'esperienza concreta di ciò che sta raccontando.

Essere qui con queste informazioni, foto, parole, proposte, vuole stimolare la voglia di fare delle cose, compiendo esperienze utili e piacevoli.

Scrivere e parlare è importante; a volte anche alcune letture ed esperienze non dirette lasciano il segno, un segno che chiede però di andare oltre, di incarnarsi:

*"Poi capitano episodi del tutto straordinari, come un giorno, in cui ero nel mio campo di patate a lavorare e sono passati dei gruppi di bambini delle colonie. Io li guardavo e continuavo a lavorare. Avevo i guanti di cuoio sulle mani. Saranno stati bambini di quarta o quinta elementare e i loro insegnanti avranno detto: - Quello lì è Mario Rogoni Stern, che ha scritto Il Sergente nella Neve - Mentre i bambini se ne andavano avanti, uno di loro si è fermato ed è venuto vicino a me. Mi ha guardato: - Ciao - mi dice - Cosa stai facendo?"*

*- Sto raccogliendo le patate. Mi guardava e: - Tu sei quello che ha scritto Il Sergente nella neve? - Si l'ho scritto. E il bambino: - Sai, ho letto anch'io qualche pezzo del tuo libro a scuola. Ma quelle mani, lì, sotto ai guanti, ci sono? - Certo ho risposto, ho i guanti per non rovinarmele con i sassi e la terra. Ma perché me lo chiedi? - Tu avevi tanto freddo nelle mani e hai raccontato che stavi perdendole. Vuoi farmele vedere le tue mani? - Ho tolto i guanti e gliele ho mostrate. Il bambino le ha prese e le ha toccate: Ma perché fai questo? gli ho chiesto - Eh, perché queste sono le mani che hanno scritto Il Sergente Nella Neve".*

Mario Rigoni Stern<sup>2</sup>

In questo episodio, cosa ci vuole dire questo bambino? Che lui vorrebbe toccare! Toccare con le mani... Per lui non è stato sufficiente leggere, vorrebbe toccare, cioè fare un passo ulteriore, prendere le mani di Stern e toccare ciò che hanno fatto, scritto, vissuto.

Questo bambino, uscito dal gruppo, "si è fermato": fermato per toccare, incorporare dentro di sè ciò che hanno potuto fare quelle mani.

Ma leggere, ricordare, sono un po' come le lezioni di cui parlava la trasmissione radiofonica, a volte rimangono poco se non vengono "toccate", fatte proprie. Anche L'alpinista Walter Bonatti<sup>3</sup> parla di esperienza: "Fare esperienza ci arricchisce, ci arricchisce dentro". Oggi raggiungere il K2 lo si può fare anche con 100 sherpa: "Ma quello non è alpinismo è turismo e quel genere di avventura non fa crescere dentro".

Ma le esperienze, le avventure, si possono vivere ogni giorno, anche nella cosiddetta 'normalità'. Simone Moro<sup>4</sup>, alpinista, sostiene: "Le avventure sono ovunque, addirittura non bisogna neppure fare l'equazione che l'avventura è lontana, l'avventura è anche fuori casa, è anche in casa, le avventure sono presenti nel lato affettivo, nel lato spirituale, nell'ambito lavorativo, nelle passioni, negli hobby, solo che noi siamo portati sempre alla fase contemplativa del



*sogno. Ci svegliamo la mattina e diciamo: ah che bel sogno ho fatto! Se fosse vero! Ma perché non gli dai le gambe? Perché non ci provi? Perché quel cassetto dove tutti diciamo che abbiamo dei sogni, non lo apri mai?*

Tornando alle nostre patate, mi è capitato di leggere un depliant che proponeva la semina delle patate in vaso. La proposta era sponsorizzata: per ogni cosa che proponevano, un marchio.

Mi viene in mente la mia prima esperienza di orticoltura sul balcone, in una cassetta della frutta, dove ho seminato della cicoria o nel 2009, quando ho trovato ai bordi della strada un sacco da 2 Kg di patate ancora confezionate; oppure la mia prima edizione della semina della patata dove non c'era il soldo come mediatore; l'attuale discorso sul contenimento dei rifiuti, sul riciclo...

Come dice Moro, l'avventura la possiamo trovare anche “fuori casa, in casa” e, aggiungo io, senza spendere soldi o quasi. Se ci guardiamo attorno, possiamo recuperare tutto l'occorrente.

Ci fanno credere che per ogni cosa che si fa, ci deve essere un prodotto, una marca, una spesa da sostenere, altrimenti la cosa quasi non riesce, non funziona, non si può fare.

Ciò che propongo, provate senza spendere un euro, a farlo voi stessi. Non sarà certamente la stessa cosa, ma piantare la patata o altro, si può fare.

“La natura è più ricca e generosa di quel che pensiamo”, ho sentito dire.

Il mio obiettivo è che le persone facciano delle esperienze utili alla loro crescita per costruire relazioni con sé e con gli altri il più possibile rispettose, soddisfacenti e gioiose. Abbiamo anche la responsabilità di avvicinare le nuove generazioni all'agricoltura, per mantenere un futuro legato alla terra, inserire la professione di contadino tra le tante possibili, consapevoli che dalla terra proviene la nostra fonte di vita.

E così termino con Davide: “*Nel piantare qualcosa, c'è il contatto corporeo con la natura... E' un po' una specie di staffetta, un po' mi ricorda mio padre, anche mio papà è sopravvissuto di patate perché altrimenti non sarei qui. Però la cosa interessante è che qualcuno è vissuto con la generosità di alcune donne. E' bello che il gesto continui, che la generosità prosegua, si tramandi*”.

<sup>1</sup> “La radio ne parla” Radio 1 ore 12.30 circa 8.12.10

<sup>2</sup> “Analisi Psicologica” pag. 22 n. 4/1990 intervista a Mario Rigoni Stern (reduce dalla Campagna di Russia, seconda guerra mondiale, autore del libro “Il sergente nella neve”) fatta nel luglio 1989 a cura del dott. Maurizio Molteni

<sup>3</sup> “Che tempo che fa” RAI 3 Dom. 27.12.09 ore 21.15 circa Intervista a Walter Bonatti e Reinhold Messner

<sup>4</sup> “Hotel Patria” RAI 3 Lun. 20 Giugno 2011 ore 22.30 circa Intervista a Simone Moro



# Proposte

In un periodo in cui siamo freneticamente stimolati a fare tante cose, a conoscerne sempre più, a ricevere da più parti ogni genere di informazioni, acquista un valore determinante il tempo, la riflessione. Fare chiarezza sul cosa fare, scegliere quello che si desidera senza l'ansia del dover fare bene a tutti i costi e con ritmi che non sono nostri.

Occorre cominciare a prendere in considerazione il fare per il piacere del fare o perché intuiamo che ci può essere utile, senza l'assillo del risultato.

Le proposte che presento riguardano aspetti comuni a tutte le persone e da essi possiamo partire per capire di più chi siamo, la nostra origine, la relazione con l'altro e con la natura.

Ognuno di noi è in stretto legame con:

- La natura, l'ambiente, la terra
- noi stessi
- gli altri
- la cultura, la storia, la tradizione

Prendo in considerazione questi aspetti attraverso:

**LABORATORI DI AGRICOLTURA**, con la semina della patata;

**LABORATORI DI CUCINA**, con la preparazioni di piatti semplici;

**LABORATORI SULLA COMUNICAZIONE E SULLA GESTIONE DEI CONFLITTI;**

**SERATE SUI MODI DI VIVERE ED ESPRIMERE IL CONFLITTO.**



Queste proposte possono essere realizzate individualmente o integrando le varie componenti.

Ad esempio, seguendo i ritmi della crescita della patata, è possibile attuare un percorso in parallelo sulla comunicazione per far crescere in ogni partecipante una maggiore consapevolezza di sé e dei propri bisogni e imparare concretamente a gestire un conflitto.

Si otterrà così, oltre alle patate, anche un raccolto ‘interno’, in ogni persona, che sarà un ‘frutto’ saporito della terra da condividere come ‘cibo’ con gli altri, per una nuova relazione più stimolante e soddisfacente. Il tutto ‘condito’ con la gioia di preparare un piatto, o pranzo finale, con le proprie mani e con il prodotto della terra coltivato.

Le proposte sono rivolte sia al settore scolastico presso le proprie sedi, che a quello pubblico, associativo e privato. La semina può essere fatta sia in vaso che in piena terra. Le proposte possono articolarsi secondo un progetto annuale o più limitate nel tempo.

Per chi fosse stimolato ad avere maggiori informazioni e/o una proposta mirata alle proprie esigenze, non resta che farne richiesta esplicita per definire il relativo progetto.

Anche questo rientra nella ‘semina’: il gesto del seminare presuppone, infatti, il prendersi la responsabilità di attivarsi per cercare la semenza (scegliere e definire un progetto) per poi coltivarlo (renderlo operativo) e creare nutrimento, ma anche nel contempo, per potersi nutrire.

**Telefonare al 338 2965977 o inviare una mail a: [mauri.vittorio@tiscali.it](mailto:mauri.vittorio@tiscali.it)  
per prenotare un incontro in seguito al quale verrà stesa una bozza di progetto.**



# Alcune ricette

Maristella Pattanaro di Piovene Rocchette (VI), mi ha fornito queste preziose notizie sulla coltivazione delle patate in famiglia e come venivano mangiate. Derivano dai racconti di suo padre, 'Giovanin Schèo'. Sono parole che hanno una storia, una memoria, un significato per lei, per i suoi genitori e forse anche per altri. Parlano del raccolto, della conservazione, del non buttare via niente, com'era prassi alcuni decenni fa.

*"Ad agosto, quando la pianta era secca, si raccoglieva e partecipava tutta la famiglia. Prima si toglievano le erbacce e le 'mare', quindi si misurava l'abilità del contadino nell'uso della 'picheta' in base alla minor quantità di patate tagliate.*

*Se la raccolta era abbondante, il povero 'Popi' guidato dal nonno Toni, doveva fare avanti e indietro anche due volte.*

*Si portavano a casa e, stese sul cortile, si lasciavano asciugare al sole per un giorno e successivamente si ponevano in un luogo asciutto. L'importante, durante il primo mese, era 'pasarle', controllare cioè se c'erano marciumi ed in tal caso eliminarli. In inverno, per evitare che ghiacciassero, usavano la 'tinela grande da travaso': sul fondo ponevano la paglia, sopra le patate e la mettevano in cantina al fresco e buio. In questo modo duravano fino a maggio-giugno, ma occorreva tenere d'occhio i 'buti' e levarli per mantenerle mangiabili.*

*Inutile dire che nulla veniva buttato, infatti le patate 'misse' venivano usate per fare il 'pastà' per i conigli o le galline".*

## Usi semplici

*"In 'casa vecia' c'era il 'fogolare' e la stufa a legna. Le patate cotte sotto la cenere del 'fogolare' erano una specialità. Senza pelarle si ricoprivano di 'senare e bronse' e venivano lasciate cuocere a lungo, oppure fritte con il 'olà del mascio'.*

*Di solito venivano preparate lesse e mangiate con una fetta di salame o formaggio.*

*La ricetta più tipica però sono gli gnocchi, riscoperta e riproposta dai ristoratori della zona negli ultimi anni.*

*Come dose 2/3 patate a testa. Cuocerle in acqua con la buccia e, una volta cotte, sbucciarle e schiacciarle con lo 'schissa patate'. Incorporare un uovo, sale fino e farina bianca quanto basta. Impastare e formare dei rotolini grossi quanto un pollice e tagliarli a cilindretti di 3 cm. Ed ecco fatto il gnocco. Noi ancora oggi passiamo il singolo gnocco premendolo leggermente sui denti della forchetta per formare delle rigature che serviranno affinché il sugo si amalgami meglio. Per la cottura: una pentola di acqua e sale; a bollore, versare gli gnocchi e raccoglierli con la schiumarola appena vengono a galla.*

*Una volta i sughi non erano ricchi come oggi e spesso venivano conditi con solo burro. Provate. Buonissimi con ragù, pomodoro, 4 formaggi, burro e salvia. Una bella spolverata di parmigiano reggiano e buon appetito!!!!*

*Un'altra ricetta povera, oltre al minestrone, ma che tornerà di moda visti i tempi magri, è la minestra de risi e patate: patate, acqua, sale q.b. e una piccola cipolla o 'scarlogna'. Far bollire per 30 minuti, passare con il macina verdura (manuale) e aggiungere poi il riso. Si otterrà una minestra densa e dolce. Possiamo aggiungere olio o burro e grana".*

### Traduzione delle parole in dialetto (in ordine dalla prima)

**Giovanin Schèo:** il soprannome dato al padre Giovanni, che sembra derivi da un parente che faceva il sacrestano in chiesa e quindi raccoglieva i soldi, 'schei'.

**Mare:** quello che resta della pianta quando è secca.

**Picheta:** zappa stretta multiuso.

**Popi:** nome dell'asino da soma utilizzato per i trasporti di cose e persone.

**Pasarle:** controllarla una per una.

**Tinela grande da travaso:** tino in legno usato per il travaso del vino.

**Buti:** germogli lunghi che bisogna togliere per preservare la patata.

**Misse:** patate vecchie che dopo aver avuto 2 tre volte i germogli perdono la loro consistenza.

**Pastà:** miscuglio di avanzi e bucce di frutta e verdura, scarto di semola di mais o frumento, cotto a lungo e usato per l'alimentazione di animali da cortile.

**Casa vecia:** casa vecchia in Via dell'Angelo 16 a Piovene Rocchette (Vi) dove è nata la signora Stefania Pattanaro.

**Fogolare:** caminetto basso, dove si cuoceva in grandi pentoloni appesi ad un gancio.

**Senare e bronse:** cenere e braci.

**Colà del mascio:** grasso di maiale o strutto, usato per friggere, condire.

**Schissa patate:** schiaccia patate, attrezzo da cucina.

**Scarlogna:** qualità di cipolla a grappolo, che si conserva bene in inverno senza fare i 'buti'. Prima si usano le cipolle gialle che si conservano meno e per ultimo lo scalogno che è anche molto saporito.



# Impronta Coraggio

## Maurizio Vittorio Cavagna

Counselor nelle relazioni della persona e della coppia.

Iscritto al Registro Nazionale del Counselor della FAIP (Federazione delle Associazioni Italiane di psicoterapia).

Consulente Educativo nella Gestione dei conflitti.

Formazione intensiva internazionale sulla Comunicazione Nonviolenta.

Terzo livello di Psicofonia.

Formazioni varie a livello emotivo e corporeo.

Ho lavorato nella scuola tenendo laboratori di cucina, educazione psicomotoria e come supporto educativo scolastico. Conduco corsi sulla relazione / comunicazione e svolgo consulenze per la gestione della separazione e supporto ai genitori per il ripristino della comunicazione con i figli.

Da anni il mio interesse è rivolto al settore educativo e alla ricerca di soluzioni ai conflitti nelle relazioni di coppia e tra genitori e figli, come mezzo privilegiato per la crescita non violenta delle persone.

L'approccio che mi ha portato a proporre la semina della patata, fa riferimento a Carl R. Rogers, alla *"spinta individuale verso la crescita, la salute e l'adattamento"*.

*(...) In ogni organismo, uomo compreso, c'è un flusso costante teso alla realizzazione costruttiva delle sue possibilità intrinseche, una tendenza naturale alla crescita. Tale tendenza può essere deformata, ma non distrutta senza distruggere l'intero organismo.*

*(...) Ricordo che durante la mia adolescenza conservavamo la nostra provvista di patate per l'inverno in un recipiente posto sotto una piccola finestra, nel seminterrato. Le condizioni non erano favorevoli, tuttavia le patate germogliavano ugualmente - dei pallidi germogli biancastri, tanto diversi da quelli verdi e vigorosi che spuntavano quando le patate venivano piantate in terra a primavera. Ma questi tristi ed esili germogli si allungavano fino a un metro per raggiungere la distante luce della finestra. Nella loro bizzarra e inutile crescita essi erano una specie di disperata espressione di quella tendenza direzionale che ho descritto. Non diventavano mai pianta, non maturavano, non esaurivano la loro reale potenzialità, ma pur nelle avverse condizioni, si sforzavano di farlo. La vita non cede mai anche se non può fiorire".*

Da: Carl R. Rogers, *Potere Personale*, Editrice Astrolabio

## SPONSOR UFFICIALI:

**ANDREA:** "Mi è piaciuto prendere le patate, soprattutto vedere che c'erano!"

**ANDREA:** "Guarda! Norman, sei diventato padre!"

**CRISTINA:** "A me mi è piaciuto tantissimo perché mi aspettavo le patate più piccole e poi anche perché a casa io lo dico sempre alla mia nonna, ma lei non me le fa raccogliere!"

**DESI:** "E' importante non perdere il ricordo della storia e delle tradizioni..... Anche questo atto della semina delle patate è un gesto simbolico di condivisione che permane ed accompagna il tempo della crescita della pianta, ma anche della propria persona."

**FABIO:** "Penso che questi momenti siano importanti perché ci permettono di fermarci alcuni istanti a riflettere. Ormai la nostra vita è diventata frenetica, una continua corsa, e noi non siamo più abituati a tutto questo. È perciò fondamentale la memoria, il ricordo e il sentire il pensiero degli altri per confrontarci."

In particolar modo ritengo che il contatto con la natura sia importante per i ragazzi che vivono in città e che non hanno mai avuto occasione di provare tutto ciò."

**GABRIELE.** "Mi ha colpito di più quando ho preso le patate grosse e anche a prenderle!"

**PIERANGELO:** "Io pensavo di conoscere tutto della patata, ma invece non conoscevo niente!"

**SERENA:** "Ho letto della testimonianza sul depliant e sono rimasta colpita; ero poi anche curiosa di saperne di più sulle patate e la loro semina."

**SILVANA:** "Sono stati anche mesi di attesa!"

**SILVIA:** "Non davo tutto questo valore alla patata!"

**SONIA:** "... Che se tu la tagli, la metti al contrario, lei vive sempre, germoglia!"

**VALERIA:** "Fermarsi a riflettere è molto importante perché nella vita attuale, piena di frenesia, non troviamo mai un momento per pensare. Quando a scuola studiavo il periodo storico della guerra, negli ultimi giorni dell'anno scolastico, analizzavamo in modo superficiale i fatti avvenuti senza pensare alle sofferenze e agli stati d'animo dei soldati.

Non ho mai piantato le patate né fatto la contadina, ma sono rimasta sorpresa da quello che lei ha spiegato riguardo la vita e la semina delle patate."

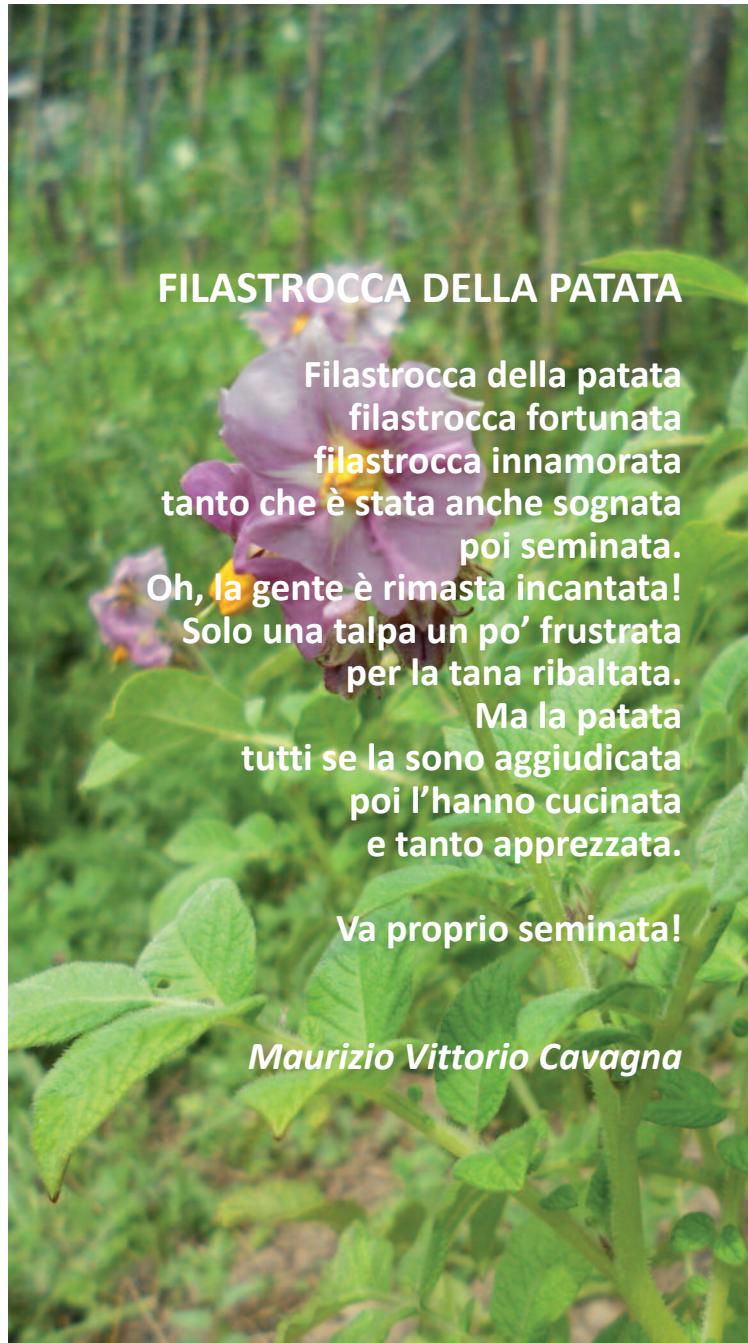
La mia curiosità verso la natura e mia figlia, mi hanno portato a partecipare oggi a questa iniziativa utile anche per i ragazzi.

**VALERIA:** "Partecipare a questa giornata mi aiuta anche a raccogliere idee per poi provare in un futuro a piantare le patate con i bambini della scuola materna."

## RINGRAZIAMENTI

Si ringraziano tutti coloro che in vari modi hanno contribuito alla costituzione di questo opuscolo, da chi ha fornito la sua esperienza, a chi mi ha fotografato, a chi ha impaginato, corretto, stampato. Un grazie con la consapevolezza che niente è possibile senza la collaborazione di più persone, niente è possibile senza il lavoro, la passione, la competenza di altri..., in una rete di legami e relazioni che non compaiono, ma sono presenti come energia e forza per dar forma alle idee e abilità di ognuno.

Anche per questo, la richiesta è di citare la fonte se si vuole utilizzare parte di questo materiale, per rispetto e considerazione di chi ha messo passione, impegno, energia, tempo, denaro, per la sua realizzazione.



**IMPRONTA CORAGGIO**  
Tel. 338 2965977 [mauri.vittorio@tiscali.it](mailto:mauri.vittorio@tiscali.it)  
[www.mauriziocavagna.it](http://www.mauriziocavagna.it)