

a male i principi di un'alimentazione sana.

Tra le abitudini nefaste per la salute, c'è la consumazione di bevande gasate, creme ghiacciate, eccesso di dolci, e c'è - soprattutto tra i più giovani - il continuo sgranocchiare di alimenti grassi, che tolgono l'appetito per gli alimenti utili. Intanto si va perdendo l'abitudine ai cibi freschi che forniscono vitamine, come la frutta e la verdura. Le Arance della Salute, arance rosse di Sicilia, servono anche a ricordarci che per stare in salute, secondo le linee-guida dell'Organizzazione mondiale della sanità, è importante mangiare ogni giorno cinque porzioni di frutta e verdura.

Purtroppo possiamo constatare che soprattutto i più giovani non mangiano quasi mai la frutta, ma non è troppo tardi per rilanciare la cultura dei prodotti freschi della terra, dell'olio di oliva al posto dei grassi, e in genere di tutti quei cibi della "dieta mediterranea" con cui l'Italia ha fatto scuola nel mondo. La nuova sensibilità ecologica può essere volta a una riflessione collettiva sul nostro benessere, perché è un progetto che si pone all'interno di un sistema complesso: riguarda l'aria che respiriamo, l'acqua che beviamo, il suolo su cui viviamo, e il cibo che introduciamo nel nostro organismo. Dobbiamo essere consapevoli non solo che ci sono stili di vita dannosi per la salute, ma che i troppi consumi impoveriscono il resto del mondo. Non si tratta di acconsentire a una banale colpevolizzazione, ma di acquisire una mentalità aperta e onnicomprensiva, che ci faccia vedere la vita sul pianeta come una rete di interrelazioni, spronandoci a fare la nostra parte. È questo il senso degli allarmati rapporti delle Nazioni Unite sulla fame nel mondo. Sono rimasto pensoso e ammirato, nel maggio del 2009, quando mi è arrivata la notizia che la città belga di Gand per prima al mondo aveva deciso di essere vegetariana almeno una volta alla settimana, come riconoscimento dei problemi affrontati da un rapporto dell'Onu. Nelle strade sono comparsi manifesti che invitavano la popolazione a questo appuntamento almeno settimanale, e nelle mense scolastiche c'è da settembre la giornata del pasto vegetariano. ▶

## Tutti i semi della vita

La fame si combatte con le colture locali e la biodiversità. Non con la Fao

colloquio con Vandana Shiva di Paola Pilati

La rivoluzione in un seme. Combattuta dalle donne. Semi di fagioli moth e di miglio perlato, di ceci neri e di sesamo, migliaia di semi con un patrimonio genetico autoctono, legato a un territorio, a un sistema di coltivazione, a una cultura alimentare. Chi l'avrebbe detto che su questo potesse nascere un movimento, così forte da travalicare confini remoti, villaggi sperduti, raccontare della vitalità e della forza di resistenza di una fetta di umanità sperduta nel Bengala o nell'Himalaya, viaggiare con l'energia dello spirito e non con la forza delle lobby, imporsi come modello economico e ambientale. Buono ovunque ci siano semi da proteggere e donne per coltivarli. Questo miracolo è il risultato di trent'anni di lavoro e dell'energia di quella straordinaria scienziata e attivista che si chiama Vandana



Shiva. Dal 1987 ha fondato un movimento, Navdanya, parola che significa nove semi, o nove raccolti, cioè un sistema di agricoltura basato sull'antica sapienza di mischiare le colture, cosa che le rende più resistenti alla siccità e alle gelate, e più produttive. E lo sostiene come unica alternativa al sistema della monocoltura - tutto frumento, tutto mais, tutto riso - modello che l'Occidente e le sue multinazionali vogliono imporre ai piccoli agricoltori. Nel suo ultimo libro, "Ritorno alla terra", Shiva calcola la differenza di resa economica tra l'agricoltura della biodiversità e la monocoltura: un campo Navdanya produce 6 mila chili per ogni ettaro tra miglio, mais, fagioli e altre sei piante con un valore della produzione di 106 mila rupie; una monocoltura di miglio produrrebbe la metà in quantità e 36 mila rupie in valore. È chiaro che in ballo c'è la questione del secolo: la fame. Anzi, siamo proprio su quel crinale che divide l'umanità tra la sua sopravvivenza e il suo declino. E agli albori della rivoluzione che impronerà questo secolo: quella del ritorno alla terra madre e alla

perizia femminile. Intercettata al Primo International Forum on food e nutrition della Barilla, sari verde e anelli d'argento sulle mobilissime mani, non risparmia frecciate ai rappresentanti di Fao e scienza della nutrizione: «Se continuiamo a guardare il problema da lontano, la soluzione non si troverà mai. La Fao ragiona sulle commodities, e quindi parla solo di otto alimenti quotati nelle Borse mondiali. Ma il cibo viene dalla terra, non dalle Borse. E l'umanità si alimenta di 8.500 specie. Per combattere la malnutrizione dei bambini le donne sanno fare meglio degli esperti: in Nigeria o in India sul 2 per cento del terreno producono il 50 dei prodotti per sfamarsi». **Questo vuol dire che la situazione è migliore di come la rappresentano gli organismi internazionali?** «Potrebbe essere molto meglio: i piccoli agricoltori potrebbero aumentare di cinque volte il loro prodotto e di dieci il loro reddito». **Chi lo impedisce?** «Le multinazionali, come Monsanto e Cargill. Dove sono entrate, i produttori si sono indebitati per acquistare i loro prodotti chimici, e le sementi brevettate. Molti sono

costretti a lasciare la terra, ed è aumentato il numero dei suicidi tra i piccoli agricoltori che non reggono il sistema: in India 200 mila in dieci anni».

**Ma le multinazionali non hanno anche un ruolo positivo?**

«Direi di no: sono loro che stanno provocando la fame nel mondo, mentre parlano di volerla eliminare. Se dovessero scomparire domani, potremmo sbarazzarci dell'80 per cento dei problemi dell'alimentazione. L'anno scorso, al picco della fame, i profitti di queste società sono raddoppiati: mentre la gente muore, loro guadagnano».

**La spinta dal basso può bastare a cambiare le cose?**

«Noi partiamo dallo spirito di Gandhi: non dovete aspettare che cambi il sistema, dovete essere voi il cambiamento che aspettate. Il 40 per cento del problema della fame può essere risolto: con il biologico, con la vendita diretta degli agricoltori. La democrazia non è aspettare i governi: è la tua azione che costruisce la forza per cambiare le politiche».

**L'Occidente ha un'altra struttura economica, difficile coinvolgerlo sulle stesse parole d'ordine.**

«È vero. Ma anche l'Occidente dovrebbe cominciare a preoccuparsi: ha costruito il suo sviluppo e le sue infrastrutture

sulla base del petrolio. Oggi noi sappiamo due cose: che il picco del petrolio è stato raggiunto, e che quindi l'uso del petrolio sta rendendo instabile il vostro mondo. Un'altra instabilità nasce dal clima con la siccità o le inondazioni. Ed ecco che torniamo alla chance offerta dalla piccola agricoltura basata sui sistemi biologici. Insisto: se i piccoli agricoltori vengono spazzati via dall'agricoltura industriale, sarà un disastro doppio: alimentare e politico. Dobbiamo proteggere la sopravvivenza degli agricoltori del Sud del mondo».

**I giovani sono dalla sua parte?**

«Sì; capiscono cosa fare e vogliono essere parte della soluzione.

Il mio sogno è che il 50 per cento degli abitanti del pianeta abbiano il proprio orto, siano nel sistema agricolo creativo. Oggi il sistema è distruttivo: usa dieci volte più acqua del necessario, dieci volte più energia, creando l'effetto serra e gli sprechi alimentari. Sullo stesso terreno, con il sistema della biodiversità, potremmo avere una quantità di cibo dieci volte superiore a un costo cento volte inferiore. Solo che Monsanto dovrà rinunciare ai suoi profitti».

**La globalizzazione ha fatto anche qualcosa di buono, non le pare?**

«Abbiamo a che fare con due tipi di economia. Quella delle mega-

multinazionali, che è regolata dal Wto, e che fa crescere società come la Monsanto, che fa profitti sulla proprietà intellettuale delle sementi, o sulla Cargill, che prende le sovvenzioni dai paesi Ocse e scarica sul Terzo mondo i prodotti sovvenzionati. Poi c'è un altro frutto della globalizzazione, che è quello dei movimenti che hanno stoppato Seattle, che hanno manifestato al vertice Fao, che hanno proposto a Copenhagen soluzioni reali. Abbiamo bisogno della globalizzazione della solidarietà e non della globalizzazione dei prodotti e dei consumi; della globalizzazione delle persone e non delle aziende».

**Lo slancio dei movimenti appare in realtà un po' appannato...**

«In realtà ci sono tanti movimenti attivissimi. La mia preoccupazione per il futuro è che i governi facciano sempre più ricorso alla forza per schiacciare le proteste. In India, per esempio, le risorse migliori si trovano nelle aree tribali, e il governo ha inviato lì 35 mila soldati nell'operazione chiamata "Green hunt" per attaccare le comunità di queste zone chiamandoli maoisti. Ma è solo una scusa. Sono piccoli agricoltori che terranno duro per non farsi portare via l'unica cosa che hanno, la loro terra».

**Non le sembra sproporzionato il**

**rapporto fra il suo movimento e le grandi multinazionali americane?**

«La mentalità occidentale pensa in linea retta, e solo se vede il precipizio cambia il percorso. Quella indiana pensa in termini di cicli del tempo, dalla fine di un'era all'inizio di una nuova era. Andiamo alla catastrofe totale? Poi si continuerà. Occorre pensare con energia positiva alle catastrofi: noi non possiamo controllare tutta la realtà. Le cose sono in evoluzione e non sappiamo quali nuove convergenze potremo creare, quali nuove soluzioni trovare. La Monsanto è più forte di noi? Fin quando gli agricoltori lotteranno per la loro libertà, non c'è modo per la Monsanto di avere la meglio: come dice una poesia palestinese, "puoi bombardare, uccidere, distruggere ogni albero, uccello, insetto, ma finché ho un seme non ho timore!"».

**Crede che questo sia il secolo della rivoluzione agricola?**

«Sì: il movimento di questo secolo sarà di persone che diventano coltivatori di terre. È un cambio di paradigma. La rivoluzione industriale è basata sui combustibili fossili e la mascolinizzazione delle menti. La prossima sarà basata sulla consapevolezza della terra madre e sul lavoro per ringiovanire la terra, legato alle capacità delle donne».



Una dieta vegetariana previene i tumori. In alto a sinistra: Vandana Shiva

## ARANCE PER LA RICERCA

Quest'anno la tradizionale giornata delle arance dell'Associazione Italiana per la Ricerca sul Cancro, in programma il 30 gennaio, si focalizza sulla dieta vegetariana. Le oltre 435 mila reticelle da tre chili di arance rosse di Sicilia, vendute al costo di nove euro l'una in oltre 2 mila piazze italiane, saranno infatti accompagnate da un opuscolo informativo sui benefici, i limiti e i rischi (sempre presenti quando si elimina una categoria di alimenti) derivanti da una dieta senza carne. Non solo: la Giornata vede in prima fila le scuole; venerdì 29 studenti, insegnanti e genitori anticiperanno l'appuntamento distribuendo le reticelle in quasi 700 scuole di 19 regioni. Per maggiori informazioni si può consultare il sito [www.airc.it](http://www.airc.it) o chiamare il numero verde 840 001 001; con l'iniziativa l'Airc conta di raccogliere quasi 4 milioni di euro, da destinare a oltre 140 progetti di ricerca già approvati. A. Cod.