

Ermanno Cribari: “Expò Shangai – Intervento tavola rotonda sulla Dieta Mediterranea”

Prima di presentarvi gli illustri altri relatori e lasciare loro la parola, vorrei, senza tediarevi molto, dire brevemente intorno alla Dieta Mediterranea, in tutte le sue accezioni, e cosa questa crediamo possa rappresentare per far invertire la marcia a una terra che, altrimenti, non ri-troverà presto la gloria che le compete di diritto. Tralascierò gli aspetti più strettamente legati agli alimenti, di cui parleranno diffusamente altri relatori, salvo riferirvi un dato assai indicativo: la Food and Drug Administration, l'ente governativo statunitense che si occupa della regolamentazione dei prodotti alimentari, ha recentemente autorizzato i produttori di olio d'oliva degli USA a scrivere in etichetta che due cucchiaini di olio il giorno fanno bene alla salute. Già, l'olio, l'olio d'oliva, prodotto mediterraneo per eccellenza e condimento principe della Dieta Mediterranea.

Per molti anni rimasi affascinato dall'importanza salutistica che la Dieta Mediterranea ha assunto in ogni dove del mondo. Cominciai quindi a studiare a capo fitto spinto da due fondamentali ragioni. La prima: conosciuti gli alimenti che caratterizzano la piramide alimentare della Dieta Mediterranea, è stato direi automatico sovrapporre questo regime alimentare a quello adottato nella mia terra sino a qualche lustro fa, tanto da mantenerne limpido ricordo io stesso. Ma da dove originava tale modello e da quanto tempo si seguiva nella mia regione? Infine: è possibile che la Calabria ne possa vantare la paternità? La seconda: data per buona la prima intuizione, ammesso cioè che per molta parte della sua storia in Calabria ci si sia nutriti sempre allo stesso modo, queste abitudini alimentari non potevano che far parte di un modello più vasto, di uno stile di vita che l'istinto umano aveva individuato come ideale e che ogni usanza e tradizione andava difendendo. (Il cibo, infatti, è stato sin dagli albori dell'umanità il primo fine dell'esistenza, quindi è intorno ad esso che si è conformato l'intero *modus vivendi* dell'Uomo.)

Questi due incipit cominciarono quindi ad alimentare in me il desiderio di confrontarmi con studiosi e appassionati di alimentazione e agro/alimentare. Mi diedi, cioè, anima e corpo a cercare anelli umani, forti e credibili, per validare le mie intuizioni, ben sapendo che, se avessi reso queste ultime *autorevoli* dal punto di vista scientifico, su queste basi si sarebbe potuto costruire uno dei più efficaci modelli di marketing territoriale.

Il primo reale successo che ottenni nel mio viaggio in cerca di conforto culturale fu l'incontro con Fausto Cantarelli, uno fra i più famosi esperti in economia e storia dell'agroalimentare che sia ancora in circolazione e che da qui a poco avrete il piacere di ascoltare, il quale mi offrì la prova storica che la Dieta Mediterranea era nata qui, nelle Regioni del Mezzogiorno e non altrove. Questa tesi, pubblicata nei suoi libri e riproposta sul più importante quotidiano economico italiano nello scorso novembre, il Sole24Ore, non è mai stata contraddetta da alcuno, tanto che ci sentiamo autorizzati a chiedere al nostro Presidente Scopelliti un'azione informativa presso l'Unesco perché la richiesta di rendere la Dieta Mediterranea patrimonio culturale immateriale dell'umanità debba essere attribuita, per le ragioni su esposte, a chi ne vanta la paternità.

La Calabria può e deve, quindi, rivendicare, più di ogni altra Regione o Nazione, tale paternità e ciò la pone nelle condizioni di diventare, a livello internazionale la “capofila” di un progetto molto ambizioso che, attraverso il coinvolgimento delle altre Regioni del Mezzogiorno d'Italia e delle aree geografiche prospicienti il Mare Nostrum, abbia come obiettivo generale la promozione, l'attuazione e il sostegno di un piano di sviluppo mediterraneo il cui paniere contenga non solo i prodotti, ma anche i territori in termini di ambiente, cultura, eco-turismo.

Una terra incantevole dicevamo essere la Calabria, culla di tutta la civiltà occidentale e patria della Dieta Mediterranea: un cocktail esplosivo. I primi due attributi sono conosciuti ai più, mentre la Dieta Mediterranea ha finito per perdere ogni significato proprio perché, collocata e abusata in ogni

dove, è divenuta un refrain incolore della quotidianità globalizzata. Sta di fatto che Dieta Mediterranea e globalizzazione non possono andare d'accordo per il semplice motivo che la prima è memoria e tradizione, semplicità e particolare, la seconda, al contrario, è un brand standardizzato e appiattito che tutto contiene e controlla. Da una parte c'è il patrimonio della saggezza e dell'istinto dell'uomo, dall'altra un dorato nulla.

In piena crisi dell'agri-business e in coincidenza di una forte richiesta di tipicità da parte del turismo mondiale, che ancora oggi è da considerare la più grande industria, un veicolo aureo come quello della Dieta Mediterranea sul quale far viaggiare storia, benessere, bellezza e convivialità, può diventare un magnifico, quasi esemplare, attrattore turistico.

Regola e melodia sono i più rilevanti attributi del modello di vita più adulato in tutto il mondo, ovvero la Dieta Mediterranea, fata profumata dagli odori di quanto riesce a produrre una delle più fertili terre al mondo suddivisa, peraltro, in microclimi unici che permettono il miracolo della nascita di frutti meravigliosi, tripudio di colori e aromi: il bergamotto e il cedro come esempi su tutto.

In considerazione della grande richiesta di salute proveniente dal consumatore tipo d'oggi, più consapevole e meno omologato e globalizzato, la Dieta Mediterranea, poi, si propone come primo e indiscusso modello alimentare "del benessere". Pochi sanno che questa serie di comportamenti virtuosi, alimentari e non, funzionali a vivere meglio e più a lungo, fu battezzata Dieta Mediterranea in concomitanza con il più grande studio epidemiologico mai fatto nel campo della nutrizione per opera del fisiologo americano Ancel Keys una cinquantina di anni fa: il Seven Countries Study. Fra sette coorti (intese come spazi dai confini ben identificabili) selezionate in tutto il globo, la nostra Nicotera, meravigliosa cittadina affacciata sul mar Tirreno, si distinse per la vita più sana e longeva dei suoi abitanti. E non a caso Keys, per la prima volta, parlò di dieta. Questa parola, infatti, deriva dal greco e significa giustappunto "stile di vita". Si potrebbe quindi, in alternativa al "made in Italy" che ha perso molto del suo appeal, iniziare a parlare, perché no, di "stile mediterraneo".

Allora il lavoro era per lo più di tipo fisico, l'attività motoria, quindi, era imprescindibile. Si mangiavano i frutti della terra, la cui crescita era favorita esclusivamente da elementi naturali: il sole, l'acqua e il letame. La carne si degustava, in genere, nei giorni di festa, quando il pasto assurgeva a meraviglioso rito. Ma, soprattutto, la famiglia era davvero una piccola società in cui tutti i membri avevano come fine primo il piacere del vivere insieme. Tutto era lì, nella famiglia, tutta la vita.

E che dire poi dell'agita perenne solidarietà fra gli abitanti delle contrade? Si rispettavano le leggi della natura vivendo in assoluta pace, pur non avendo mai letto alcun codice. La legalità era assunta come valore innato, assolutamente ricalcante quello che auspicava il nostro famoso e compianto giudice Borsellino allorquando incontrava i giovani per le sue emozionanti lezioni di vita: "Ragazzi – diceva -, la legalità, quella vera, non deve essere avvertita come la paura della sanzione, bensì come valore basilare della propria formazione". Questa citazione fa il paio, inoltre, con "la legge morale in me e il cielo stellato sopra di me" di kantiana memoria.

Il borgo rappresentava il mondo intero e in esso tutto era contenuto e salvaguardato. Già, salvaguardato... La natura era rispettata e seguiti erano i suoi ritmi e le sue regole.

Si viveva guidati dall'istinto, quel magico consigliere che oggi la scienza sta rivalutando a tutto tondo. Si viveva nel colore, negli odori, nei sapori, nel rispetto e nell'amore. La tavola nella Dieta Mediterranea era e deve essere soltanto così intesa, strumento di accoglienza, raduno e, appunto, tripudio di colori e sapori. Pensate che le tinte accese e sfolgoranti della nostra frutta e della nostra

verdura sono marker delle sostanze salutistiche, come dire: l'allegria e la vivacità fanno bene. Come pure, indubbiamente, procurava letizia incontrare almeno due volte il giorno, per i pasti principali, le persone che si amavano. A tavola ci si conosceva giorno dopo giorno, si cresceva insieme, si connettevano menti e anime come vasi comunicanti e, attraverso il confronto, s'imparava a vivere e a sognare.

Oggi più che mai, nella crisi irrefrenabile della globalizzazione e dell'agribusiness, in piena emergenza obesità, si ritorna a parlare con l'antico linguaggio della natura: "Fa che il tuo cibo sia la medicina, e che la medicina sia il tuo cibo", così Ippocrate sosteneva la semplicità del benessere già nella notte dei tempi. Sorriso, movimento e gli alimenti giusti. Ecco gli ingredienti del modello. E allora perché non sfruttare questa straordinaria occasione che la storia moderna ci consegna, intersecando i saperi di tutti noi? Diamoci le mani e insieme costruiamo un possibile sereno futuro lavorando e attraversando discipline e competenze, passioni e sofferenze, condividendo esperienze e saperi, agendo, cioè, quello che la cultura dovrebbe essere in primis: strumento appannaggio di tutti per migliorare le condizioni di vita.

Niente di meglio, perciò, che addobbare la tavola con i prodotti della dieta mediterranea, e cominciare ad attrezzarci per ospitare al meglio chi vorrà "mangiare" la nostra bella Terra. Sebbene non siamo ancora davvero pronti, sebbene la cultura dell'accoglienza debba essere ripresa, potrete comunque da subito venire alla ricerca della gente, e ce n'è tanta, che vi accoglierà col sorriso offrendovi un buon bicchiere di vino. Siamo però assolutamente convinti che la Dieta Mediterranea potrà regalare un futuro migliore a quanti vivono in Calabria e in gran parte del Mediterraneo, ma anche a chi non vorrà perdersi un angolo del Paradiso terrestre. Fra questi, ovviamente, auspichiamo ci siano molti di Voi ai quali schiuderemo di buon grado le porte della nostra storia, e dai quali vorremo apprendere molto della vostra millenaria saggezza.

Grazie