

Diario del Buon Pastore

Parco Nazionale
Foreste Casentinesi
Monta Falterona
e Campigna

Racconti di vita tra pascoli e Natura

Anno 2025

AZ. AGR. LORENZO GORI

Lorenzo, Laura, Sara, Alessio > Londa (FI).

AZ.AGRICOLA LE CASINE

Giuseppe, Andrea > San Godenzo (FI).

SOC. AGRICOLA LUCATELLO

Giorgio, Maura, Matilde > Pratovecchio Stia (AR).

SOC.AGR. CASA RIGHI

Gianluca, Marisa, Alvaro, Marco > Pratovecchio Stia (AR).

AZ.AGR. CASA PALLINO

Lorenzo e Mira > Pratovecchio Stia (AR).

AZ.AGR. BRUNEGO ALESSANDRO

Alessandro e Ina > Pratovecchio Stia (AR).

Un profondo GRAZIE a tutti i volontari che quest'anno si sono messi alla prova mostrando serietà, testardaggine, entusiasmo e quella sete di avventura che li ha accompagnati per tutta l'estate e che ha fatto diventare questo progetto capace di creare rapporti forti e solidi tra persone tanto diverse.

Sorridere quando si è stanchi, apprezzare tutto dalla condivisione del pascolo, al rapporto con i cani da protezione, al rapporto con il bestiame. Tutto con l'impegno di chi sa di essere all'inizio di un percorso sconosciuto.

Tanti, ma tantissimi, grazie per l'impegno, ma anche per aver condiviso i pensieri attraverso i diari, le foto, i messaggi arrivati ai referenti di progetto e ai pastori. Voi siete la ricchezza che trasforma il sogno di unire mondi tanto diversi in realtà.

Grazie a

Arianna Ghumman, Camilla Oliva, Carlo Romano, Daniela Bandini, Eleonora Margone, Federico Campaniello, Giacomo Grinberg, Lisa Tori, Maria Chiara Selmi, Marlen Hänchen, Paolo Lonetti, Silvia Marzorati, Sofia Guerra, Stefano Ficarra.

Un ringraziamento sentito anche a tutte le persone che si sono spese con energia e passione nell'organizzazione e realizzazione del progetto PASTURS PARCO NAZIONALE FORESTE CASENTINESI, la dott.ssa Nadia Cappai, servizio Pianificazione e Gestione del Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi, la dott.ssa Luisa Vielmi, tecnico dell'associazione difesAttiva e la collaboratrice dott.ssa Caterina Blasi. Grazie al sostegno della Presidenza e Direzione del Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi. Le foto contenute in questo libro sono state scattate da Caterina Blasi, Luisa Vielmi o dai volontari di progetto.

Diario pasturs 2025

Per me, Pasturs è arrivato nel momento giusto della mia vita, sia quando ho partecipato come volontaria, sia quando ho iniziato il mio lavoro con Luisa. In entrambi i momenti mi ha resa più forte e più libera e, per la prima volta a livello lavorativo, mi sono sentita davvero felice e realizzata.

Ogni volontario, anche se presente per poco tempo, mi ha lasciato qualcosa. Tutti con personalità molto diverse, ognuno con la propria storia e il proprio motivo per essere lì: chi era in procinto di cambiare qualcosa nella propria vita, chi sentiva il bisogno di prendersi del tempo per sé lontano dalla quotidianità, chi inseguiva il sogno di diventare pastore, chi, a migliaia di chilometri da casa, aveva deciso di partire, come fanno i giovani lupi che lasciano la famiglia d'origine per trovare il proprio posto nel mondo.

Pasturs è un progetto che matura e mette alla prova, catapultandoti in una realtà nuova. Tra le mura degli allevatori si entra in intimità, si creano legami durevoli, ma anche legami momentanei che, in ogni caso, arricchiscono profondamente.

Voglio ringraziarvi perché vi porto nel cuore e desidero

davvero che possiate raggiungere tutti i vostri sogni. Ricordatevi di ascoltare quella voce dentro di voi che, sono sicura, com'è successo a me, al pascolo con le pecore, tra campanacci e brezza estiva, la sentivo come mai prima d'ora.

Grazie a tutti i volontari che sono passati e a quelli che verranno, pilastri silenziosi che rendono possibile tutto questo.

Caterina

Buona lettura



Un anno complesso, un anno di svolta

Pasturs è un progetto importante che unisce, che crea connessioni umane e con il mondo pastorale. Nel 2025 le connessioni positive e costruttive acquistano ancora più valore.

Il mondo si evolve con nuove tecnologie e nuovi saperi, ma Pasturs insegna che anche il passato, il silenzio di un bosco, il pascolo e il lavorare la terra come si fa da secoli, arricchisce chi decide di mettersi alla prova, chi prova per testare e per capire e magari per cambiare.

Proprio per la grande partecipazione del 2025, abbiamo voglia di condividere tante parti dei diari dei volontari, non ci dilungheremo nella premessa, perché la lettura dei loro scritti, sarà come il battito del cuore, importante, ritmico, vitale.



Parco Nazionale
Foreste Casentinesi
Monte Falterona
e Campigna

*Buona lettura
e buone emozioni*



FINIRAI DI TROVARE LA VIA...
SE AVRAI IL CORAGGIO DI PERDERTI.

Tiziano Terzani



Carlo

14 GIUGNO- 05 LUGLIO

Mi sveglio alle 6 am, il cielo è ancora velato di una luce tenue e intorno a me c'è un silenzio profondo palpabile. Mi piace questo momento quando il mondo è ancora fermo e il respiro della Natura è lento, come se tutto fosse in pausa prima che la giornata inizi davvero.

Cammino scalzo sull'erba umida, sentendo la freschezza della terra sotto i piedi. Ogni passo mi riporta a qualcosa di antico, a un legame profondo con la natura che non ho mai smesso di cercare. Ma dal sole che si alza lentamente nel cielo, sbucando dalla collina a est.



Offro il fieno alle pecore con gesti quasi meditativi. Percepisco una calma che entra dentro me mentre le osservo fare colazione con fiducia. Mungo le pecore con attenzione seguendo Alvaro e risciacquiamo con acqua calda e fredda.

Ogni azione è fatta con cura, come un rito. Porto il latte nella stanza del latte dove Gianluca è già al lavoro. Mi unisco a lui chiedendo di correggermi qualora vedesse errori nei miei movimenti.

Le nostre risate si mescolano al suono del latte che si solidifica, questo renderà il cacio più buono. Sento la leggerezza di quel momento semplice ma vero.

Vado a fare una passeggiata con le pecore, i cani mi seguono fedeli, sempre un po' gelosi tra loro, ma pieni di affetto.

Leggo un libro di Tiziano Terzani sotto un ciliegio all'ombra ed è buffo perché i cani non mi lasciano in pace, leccandomi per avere attenzioni.

A pranzo Marisa ha preparato la pasta al ragù, un piatto che scalda il cuore e da forza. La cena sarà una frittata con le uova delle loro galline, leggera e semplice. Dentro di me cresce una pace profonda, una sensazione che tutto è al suo posto. Si fa tutto con rispetto e con la testa. Qui, in mezzo a questi boschi e animali sento di essere connesso con qualcosa di più grande. Mi sento a casa e abito nel mondo tanto

quanto il mondo abita dentro di me.

Il sole è già alto quando sistemo le ballette di fieno con Marco.

La paglia punge la pelle e la polvere peggiora la situazione. Sono esausto ma non importa perché so che non durerà per sempre, prima o poi scenderò e l'aria giù mi sembrerà molto più fresca e il soffitto sarà sicuramente più pulito a forza di strisciarci col capo.

È un lavoro duro ma l'inverno lo sarà di più se non conserviamo il cibo per il bestiame.

Durante i pasti formaggi e ricotta non mancano, freschi e autentici, mi ricordano il sapore della terra e del lavoro di tutti noi.

Nonostante la fatica ed il caldo sento una profonda gratitudine per questo angolo di



paradiso, per questa vita lenta e vera.

Ogni goccia di sudore versata è un piccolo tributo a madre natura, che mi costringe ad essere presente e a rispettare i ritmi dei cicli stagionali.

Se ci viene donato il melone (o popone come dicono qui) d'estate e il cavolo d'inverno è perché l'evoluzione ha già fatto i suoi calcoli per arrivare a ciò. Il contrario andrebbe punito severamente e se qualcuno che vede persone oltre le cose ci offre cibo sfalsato forse è perché preferisce il vile profitto al benessere sociale.

Osservo i cani da guardiania che vigilano 24 h su 24. Sono il cuore pulsante della sicurezza per queste bestie erbivore indifese. Il confine tra il gregge e il selvaggio, 9 pilastri ognuno col proprio carattere e con la propria età, quindi esperienza.

Penso al lupo, che abita i boschi attorno a noi, vorrei vederlo di persona. Non lo vedo come un nemico, ma come una parte essenziale di questo grande equilibrio naturale.

Il nostro lavoro da esseri umani è trovare un modo per convivere, rispettando la natura senza cancellare chi ci vive da sempre.



La luce del pomeriggio colora i prati di un verde dorato, pronto ad accogliere il sole estivo. Il vento danza, gli uccellini cantano e l'acqua sgorga senza chiedersi dove sta andando.

A pranzo mangio i fiori di zucca fritti e le zucchine ripiene dell'orto, un pasto che racconta la stagione e la cura con cui viene preparato da una donna di 84 anni che sta spremen-



do tutte le sue forze per non far mancare un piatto caldo. A volte mi sento piccolo in questo grande mondo, a volte mi sento anche immenso. Un po' come questa esperienza

che si, è un esperimento, ma definirla tale è anche limitante. Dirò "ho fatto l'esperienza da pastore" ma in realtà sto vivendo la vita, questo pezzo di vita è un'operazione al cervello a cielo aperto, credo proprio che si trasformi chimicamente e mi porterò dietro questa avventura anche finito di aiutare Gianluca. Ciò che è, e sarà per sempre.

Gianluca, il pastore, ha spesso un atteggiamento positivo, ha sempre la battuta pronta e mette di buon umore.

Mi piace ascoltarlo, perché è come tuffarmi in un passato vivo e colorato e la leggerezza che traspare dalle sue parole in toscano mi regala sorrisi sinceri.

Anche nei giorni più intensi, c'è sempre spazio per le risate e i legami si intrecciano come radici profonde. Qui la vita è fatta così: un mix tra il lavoro duro e la spensieratezza.

Il gregge si allarga, nascono nuovi agnelli e ci sono anche 4 vitelli da nutrire, 3 volte al giorno col biberon.

La vita si rinnova continuamente e ogni piccolo esserino porta con sé una promessa di speranza. Mi prendo tempo per guardare quegli occhi fiduciosi, privi di malizia, ancora incerti e mi riempiono il cuore i piccoli belati.

Il signor Alvaro, il padre dell'allevatore, ha quasi 90 anni, ma



sembra non volersi mai fermare. È silenzioso, non è un uomo di tante parole, ma si illumina quando allatta gli agnelli o i vitelli. In quei momenti il suo cuore si apre, e anche la bocca, perché la gioia è talmente alta che non sta più dentro il suo fragile corpo. Vive di presenza, di dedizione silenziosa perché qui, tra gli animali, gli alberi e il cielo, non servono parole.

In queste 3 settimane ho imparato tante cose. Ho imparato a mungere, a governare le pecore (come dicono qui in Toscana), a leggere il cielo per capire se pioverà o se posso lasciare il gregge da solo.

Ho imparato che la pazienza non è passività, ma attenzione. E che la lentezza non è pigrizia, ma rispetto. Mi sono immerso in una vita fatta di piccoli gesti ripetuti ogni giorno, che però non sono mai uguali.

Perché ogni mattina il cielo cambia colore, ogni pecora

ha uno sguardo diverso, ogni forma di cacio ha il suo carattere. In questo tempo ho riflettuto su quanto il mestiere del pastore sia fragile oggi. In questo mondo che va veloce ma nessuno ha mai tempo, dove tutti vogliono il cibo buono e autentico, ma pochi sono disposti a vivere la fatica, la so-

litudine, l'odore degli animali, le mani sporche, le mosche addosso, il caldo che brucia e il freddo che entra nelle ossa. Tutti vogliono il formaggio buono, ma nessuno vuole puzzare di pecora.

Eppure c'è tanta bellezza in questa vita. È una bellezza che non si compra perché non ha prezzo. Non si fotografa. È fatta di relazioni silenziose, di animali che si fidano di te, di una natura che ti mette alla prova ma che ti accoglie, ti capisce se la rispetti.

E mentre il mondo corre credendo di sapere dove andare, io scelgo di rallentare perché la direzione è più importante della velocità.

Scelgo di vivere così ogni giorno o solo per un po'. In connessione con il tutto. Con i piedi scalzi, il cuore aperto e il profumo di pecora addosso. È il profumo della verità.

Eleonora

15 GIUGNO- 29 LUGLIO

Sono le ore 15:45 e arrivo come d'accordi al parcheggio del supermercato, ad attendermi c'è Luisa. Scende di macchina sorridente, mi saluta e mi invita a seguirla, pochi minuti e arriviamo a destinazione, a Casa Pallino. Di fianco casa, su un muretto, Miranda, una signora di 82 anni ad attendermi insieme a Caterina, una ragazza di 30 anni che attualmente frequenta la scuola di Pastori. Ci salutiamo e mi invitano ad entrare. Sul divano Lorenzo, il pastore. È una giornata molto calda, al nostro arrivo la macchina mi segna 33 gradi. Mi offrono il caffè e Luisa mi fa firmare un foglio spiegandomi l'atteggiamento d'avere con i cani, cosa fare e cosa non. Mi da l'in bocca al lupo per questa nuova avventura. Sono emozionata, mi trovo con persone nuove, in una casa nuova, tante informazioni, nuove storie che mi fanno pensare alla resistenza.

Non passa molto tempo e mi dicono " andiamo che si va in stalla". Wow l'odore mi entra subito nelle narici, nonostante le buone condizioni di come gli animali sono tenuti. L'odore è forte. Mi spiegano ciò che andremo a fare e si comincia.

Sono le 6:15 e mi sveglio. Ho dormito come un sasso, nessun rumore antropico durante la notte, solo il canto dell'allodco e altri uccelli notturni a scandire il tempo.

Miranda, dolcissima, ha preparato un ciambellone e messo in tavola una deliziosa marmellata di more fatta da lei. E' lei che si occupa dei pranzi e delle cene. ha le mani d'oro. Alle 7:00 sono in stalla si da mangiare ai cani e ci si prepara per la mungitura. Ciò che il giorno prima mi sembrava impossibile piano piano con sorpresa mi riesce.

Finito la mungitura Lorenzo mi spiega dove devo andare, fa uscire le pecore dalla stalla e io insieme ai cani ci dirigiamo verso la foresta, in cima al rifugio!

Sono fiduciosa mi fido dei cani, è il loro lavoro sono in simbiosi con le pecore.

È stato molto coinvolgente essere con loro e osservare il loro comportamento, il mio e quello delle pecore per riuscire ad avere una relazione sottile, mi sono sentita parte di un cerchio, veramente parte della natura, vicina al mio istinto.

Sono molto contenta di questa mattina, dopo il giro in foresta sono riuscita a lasciare il gregge a riposo sotto un bel noce insieme ai cani e mi sono allontanata per andare a mangiare a casa.

Oggi il tempo è brutto, piove e c'è vento forte. Nel pomeriggio



il tempo migliora, i cani partano il gregge ad un pascolo vicino, io e Lorenzo andiamo a spostare i maiali, che bestie che sono! Riusciamo a metterli nel furgone senza troppi problemi e li portiamo nel recinto insieme agli altri. Qualcuno fa la lotta, ma niente di troppo. Ad un certo punto, ci giriamo e con grande felicità vediamo Axel arrivare con il gregge. Restiamo un po' lì, poi torniamo tutti insieme alla stalla per la mungitura.

La giornata come sempre comincia alla 7:00, andiamo in stalla e dopo aver governato i cani cominciamo la mungitura. Visto il caldo dei giorni scorsi decidiamo di portare il gregge in foresta. Piacevole mattinata, le pecore sono contente quando sono in foresta e anche i cani, c'è ombra, acqua e cibo, meglio di così non si può. Gli agnelli corrono, stando sempre insieme. Si rincorrono sul poggio e quando sono stanchi si addormentano vi-

cini, vicini, le mamme sempre guardinghe mangiano.

Spesso si fermano a dormire nel campo sotto i noci, anche oggi hanno fatto così. Passano persone a trekking, i cani sono sempre bravissimi sono rimasti nel gregge senza avvicinarsi abbaiando.

Dopo la mungitura siamo di nuovo partiti al pascolo direzione foresta. Prima facciamo un salto veloce sotto casa, perché non troviamo un agnellino. Lo vediamo, lì, arrotoato nel filo spinato, povero sembrava un arrosto, fortunatamente però vivo! I cani partono in esplorazione del territorio. Lorenzo decide di spostare il gregge sul prato sopra la fonte.

Giornata apparentemente come le altre, si va verso la foresta, se non fosse per il fatto che il gregge all'altezza delle vecchie stalle, prende una strada sterrata in salita. Titubante le seguo, è una strada che non ho mai fatto. Sono un po' preoccupata, perché i cani sono animali da protezione e non da conduzione. Arriviamo in cima ad una pineta e le pecore si dividono, un gruppo va verso il basso e l'altro continua a salire lungo la recinzione. Mi agito e il gruppo che sale lo mando verso il basso, continuiamo a scendere convinta che anche l'altro gruppo si aggrega, invece una pecora dell'altro gruppo scende dalla direzione opposta alla

nostra. Porto il gregge che resta con me sulla strada sterrata, ma l'altro gregge ha proseguito. Dirigo allora il gregge in foresta, ma dell'altro gregge non c'è ombra. Chiamo Lorenzo e lo avviso che il gregge si è separato, una parte è con me e una con i cani. Mentre mi dirigo verso la foresta Marte (uno dei cani) fa avanti e indietro per un po', poi non lo vedo più, rimane con l'altro gregge e gli altri cani. Arriva Caterina. Le dico cosa è accaduto e le chiedo se con la macchina può andare a vedere se al rifugio ci fosse il gregge. Le pecore si spostano mangiando e le dirigo sul sentiero opposto al giro consueto, in fondo al ruscello ci uniamo al gruppo precedente.

Giornata impegnativa. Ho capito che le pecore sono animali molto sensibili e che la cosa migliore è lasciarle andare, non amano i condizionamenti (a parte quando sono d'obbligo), che osservando i cani che sono in simbiosi con loro, si riesce a capire cosa andranno a fare, quasi sempre, e che è fondamentale per il cane la presenza dell'uomo, diventa un vero lavoro di squadra. Le pecore hanno carattere e sono determinate e tra loro c'è sempre una gerarchia e quindi chi comanda.

C'è da dire che non c'è un giorno uguale all'altro. Dopo un confronto con la referente

di progetto ho iniziato la settimana con più fiducia e tranquillità, fidandomi del gregge e dei cani. Sentendomi di lasciarmi andare, "affidandomi". Così ho iniziato ad osservare i cani che quando si muovono è perché hanno capito che le pecore hanno deciso di spostarsi, di fidarmi delle pecore, che anche se ogni tanto gli va ricordato di fermarsi, perché troppo prese a mangiare, sanno dove andare e cosa stanno facendo. Ed ho così iniziato a divertirmi più di prima. Ho fatto nuovi sentieri, conoscendo posti meravigliosi, cascata alte, nuovi ruscelli senza preoccuparmi di doverle

direzionare. Ho imparato ad aspettare e ad osservare cosa accadesse e il più delle volte le cose, senza che intervenissi io, sono andate come speravo. A volte quando mi rendevo conto che i gruppi si erano divisi, si stavano allontanando troppo senza accorgersene perché prese a mangiare, cominciano a belare, così che un'altra pecora belasse e un'altra ancora attirando l'attenzione delle altre, si affrettavano a raggiungere il gruppo. Sicuramente diverso sarebbe stato se avessi cominciato a correre dietro al gruppo che si era allontanato troppo, generando così il panico.



Le pecore sentono molto che "clima" c'è. Questa settimana abbiamo cominciato sempre presto a mungere, alle 6:00 eravamo già in stalla e spesso alle 7:30 già al pascolo e gli animali ne hanno beneficiato. Una sera le abbiamo fatte uscire dopo la mungitura serale e fatte rientrare alle 20:30, belle beate. Un paio di pomeriggi il pastore mi ha fatto vedere come si fanno i formaggi, pecorino, ravaggiolo e ricotta e abbiamo dato una bella sistemata al laboratorio. Mi sono innamorata dei cani e del gregge.

Marte, Axel, Felix sono davvero speciali, mi hanno insegnato tutto quello che ho imparato in questi giorni facendomi sbattere le testa, in quanto ho compreso quale era il mio ruolo, siamo entrati in super armonia.





Oggi è sabato e in cima al rifugio mi sono preoccupata, perché due cani, un maschio e una femmina, sono scappati da un recinto e sono andati verso il gregge. Subito Axel, Marte gli sono andati dietro. Il gregge fortunatamente non è scappato. Axel e l'altro maschio hanno cominciato a ringhiarsi, fortunatamente, sia Marte che Axel, mi hanno ascoltata quando gli ho detto di tornare dalle pecore. Anche le pecore ho cominciato a riconoscerle. A sapere chi di solito rimane indietro e quindi ad aspettarla e il temperamento di qualcuna. Sono meravigliose e vanno trattate con rispetto. Anche loro riconoscono me, si fanno mungere volentieri e al pascolo guarda-

no dove sono. È capitato, in questi giorni, di dover svegliare degli agnellini che si erano addormentati e non si erano accorti che il gruppo era partito. Beh il pastore è come un custode, che si prende cura ed è di sostegno agli animali che ama.

Porterò sempre nel cuore questa esperienza, che mi ha cambiata nel profondo, sono grata a Pasturs e al Parco per avermi dato questa possibilità, a Miranda e Lorenzo per la pazienza e l'accoglienza.

È stato bello toccare con mano una vita diversa dalle solite routine, faticosa per certi versi, ma incredibilmente ricca ed autentica nella sua totalità.

Paolo

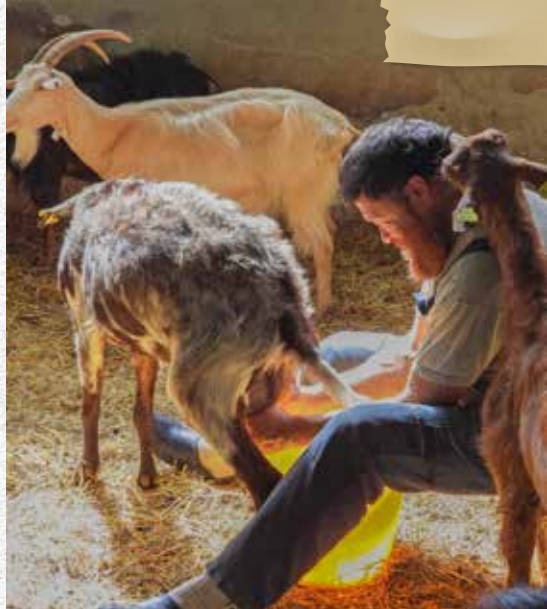
5 LUGLIO - 3 AGOSTO

Alessandro e Ina, i pastori, hanno un'azienda che produce latte. Per me è più un santuario. Tra pecore e capre, 3 mucche, 2 cavalli, 1 asino papere e conigli.

La cosa incredibile è che hanno dato un nome ad ognuno di loro. Vedo ogni giorno l'amore che hanno per questi animali. Tutti convivono in serenità e pace, e questo è soprattutto grazie a loro, al modo in cui li trattano. Un modo fatto di coccole e carezze.

Piano piano sto imparando i nomi e questo mi permette di conoscere meglio ogni singolo individuo. Le loro personalità e i loro caratteri, e soprattutto si crea questo forte legame tra il pastore e il proprio animale, non tutti vengono usati a scopo di lucro.

Nuvola, un pa-



store dei Pirenei, ha perso una zampa, ma loro l'hanno adottata ugualmente. Spendo gran parte del tempo con Alessandro. Una persona pacata e paziente. Mi ha mostrato come si munge e me la cavo abbastanza, anche se non è semplice, soprattutto le pecore. Sia lui che Ina sono quei pastori che ancora portano il gregge al pascolo.

Questo rafforza ancora di più il rapporto pastore - animale. Alessandro è il direttore d'orchestra, i cani sono gli artisti e le capre, pecore gli strumenti. Ammiro molto come riesce a gestire il gregge.

Mi risulta quasi impossibile ricordarmi i nomi di tutte le capre e le pecore, ma una salta all'occhio subito. Lella, la pecora "alternativa". Si fa sempre i fatti suoi e non sta mai



con i suoi simili. Secondo me ha il corpo da pecora, ma il cervello di un altro animale. È veramente buffa.

Talvolta la ritrovi anche tra le capre, vive in un mondo a parte. Per oggi va bene così l'avventura è appena cominciata.

Le giornate di lavoro sono dure e lunghe. Sveglia alle 5:00, colazione e si parte direzione stalla. Prima cosa da fare è mungere capre e pecore. Non avendolo mai fatto sento un po' di dolore alle mani. I pastori, qui, fanno solo mungitura a mano. Ogni capra e pecora ha una mammella diversa. Alessandro mi indica quelle più semplici da mungere. Cerco di fare del mio meglio. Una capra mi scalcia il secchio e mi rovescia tutto il latte a terra. Alessandro mi dice che è normale, e che a lui è successo un sacco di volte. La prossima volta starò più attento!!! La mattina è passata e dopo una breve pausa pranzo, è ora di portare gli animali al pascolo, con l'esercito dei cani al seguito, ovviamente non tutti. I pastori abruzzesi e dei pirenei servono prevalentemente come difesa contro i predatori.

Capre e pecore devono brucare più o meno 8 ore. D'inverno

ovviamente si esce meno. Ieri ci siamo imbattuti in 6 mucche chianine. Tra di loro anche un toro, sebbene il pastore ha detto che era un punto perfetto per il gregge, ha preferito andare in ritirata. I bovini sono animali molto imprevedibili, anche se all'apparenza quelli sembrano docili.

Il gregge il più delle volte decide dove brucare, altre invece viene indirizzato dal pastore. Quando il pascolo si ferma un po' abbiamo tempo di sdraiarsi sull'erba, che senso di libertà e di pace.

Verso sera è ora di rientrare, il sole inizia a calare, rimettiamo gli animali in stalla, ultimiamo le ultime faccende e si ritorna verso casa. Doccia e cena coi pastori. È oramai tardi ed è ora di andare a letto, stanco ma felice non vedo l'ora di ricominciare domani.





Sono passate quasi 3 settimane. Mi sento sempre più sicuro nel mungere, più veloce e riesco a "fare" più capre rispetto all'inizio.

Riconosco più facilmente quelle che posso mungere. Le pecore le lascio fare ad Ale e Ina. Sono ancora troppo impegnative per me.

Con i pastori ho preso confidenza, mi trovo davvero bene. Hanno entrambi un sacco di energia e nonostante il lavoro sia duro, raramente si lamentano. Ina è molto innamorata dei suoi animali. Oltre a capre e pecore si coccola le sue anatre, i suoi conigli, le sue colombe e i porcellini d'India. Anche lei al pascolo è molto brava.

Un giorno mi ha lasciato da solo. Il gregge era a pascolare dentro un prato recintato, quindi ero abbastanza tranquillo. Ha iniziato a piovere e a un tratto non ho sentito più i campanacci. Ho dato per scontato che gli anima-



li si fossero riparati sotto gli alberi. Sbagliatissimo. Le capre, a quanto pare, odiano la pioggia. Hanno trovato un passaggio nella rete e sono scomparse. Quando Ina è tornata ormai, erano già arrivate alla stalla da sole. Mai dare nulla per scontato. Un'altra lezione imparata. Questi animali dipendono da noi, ma siamo proprio noi a dipendere da loro. I maremmani sono un po' degli angeli. Quando sentono un pericolo corrono e cercano di allontanarlo. Talvolta, lasciandoti scoperto, li senti davvero quanto siano importanti. Sono animali molto particolari, docili e solitari, a volte schivi. Penso che ti diano confidenza solo dopo aver ottenuto la tua fiducia. Mi piacciono molto.

L'altro giorno, mentre la pastora rientrava in stalla, ho deciso di fermarmi un po' nel bosco a riposare e uno dei cani è stato con me tutto il tempo.

A volte vorrei non creare tutto questo legame, perché farà male quando me ne andrò.

In Alessandro e Ina ho trovato due amici, prima che due pastori.

Spero che la cosa sia reciproca. Oggi ho un giorno libero, la vita da pastore comincia a farsi sentire. Una settimana alla fine.

Sto imparando ad ascoltare il silenzio. Quanto fa paura,

dobbiamo sempre riempirlo con qualcosa, qualche "rumore".

Ma quanto è bello solo ascoltare la voce di qualcuno, la voce della natura. Se ascoltiamo bene, ha sempre qualcosa da dirci. Parlo quando ne ho voglia. Ascolto sempre, osservo e imparo. Con gli animali è uguale. Puoi essere sempre te stesso, non ti giudicheranno mai, ma ti saranno sempre fedeli.

Il tempo scorre lento ma le giornate passano veloci. Il caos della città è sempre più lontano e non penso proprio che mi ci riabituerei.

Ho passato tanto tempo a ricercare la felicità in cose futili. Cose che ti lasciano sempre un vuoto dentro. Qua sento la vita vera, mi sento immerso in una bolla. Il mondo esterno quasi non esiste. Siamo noi e la Natura. Una cosa sola, potentissima.



Maria Chiara

12 LUGLIO- 26 LUGLIO

Oggi vengo accompagnata da Caterina a casa di Giorgio, Maura e Matilde. Giorgio è un ragazzo giovane, ha solo pochi anni in meno di me, ma dal suo modo di fare vedo e percepisco che di vite ne ha vissute molte di più rispetto a quello che indicano i suoi anni.

L'accoglienza sua è gentile. Visitiamo subito la stalla e conosco per primi 8 splendidi cuccioli, nati da Giove e Olimpia i cani che vivono alla stalla con le capre.

Conosco Giove e Olimpia che si dimostrano affettuosi ed interessati a me e Caterina. Giorgio spiega che non sempre sono così confidenti, solitamente abbaiano agli estranei. Dopo le coccole a tutti e 10 i cani, Giorgio mi spiega e racconta del suo allevamento di vacche di razza Limousine.

Dopo la stalla l'allevatore mi porta a visitare il pascolo in cui avrebbe mandato le 19 capre. Le capre sono di razza Boera, razza dei primi del '900, il cui nome deriva dai suoi



primi allevatori: la popolazione "boara" originaria del sud Africa. Tra le 19 capre (che al momento non sono al pascolo bensì alla stalla, ci sono anche 4 camosciate, anzi... mezze camosciate come dice Giorgio.

Il pascolo è su per una strada sterrata abbastanza irta e disconnessa. Arrivati, credo si aggiri in dimensioni intorno all'ettaro e 3 di bosco. È selvaggio, l'erba è cresciuta incolta e ci sono molti rovi spinosi, cardi ed ortiche.

Giorgio dice che le capre nel giro di 1 anno potrebbero pulirlo interamente dagli arbusti e dai rovi.

Nota l'ortica viene mangiata solo in alcuni periodi dell'anno. Nel pascolo c'è un ricovero che trovo molto bello costruito da Giorgio con suo padre, in cui le capre dovrebbero stare di notte quando il pastore si allontana.

Le capre rimangono con i cani

fino al mattino, l'orario dipende dal pastore però intorno alle 6-7 del mattino.

All'ingresso del pascolo il pastore ha messo una struttura amovibile che vorrebbe utilizzare per portarci fattrici e toro. Ora scendiamo e andiamo a pranzo dove conosco Maura, la mamma di Giorgio, fin da subito capisco che è una vera donna di mondo. È stata allevatrice di capre, imprenditrice in un luogo dove per le donne era una vera lotta farsi valere in un mondo di mestieri maschili.

Una famiglia spettacolare.

Primo giorno in stalla ore 7:00 aspetto Giorgio andiamo alla stalla e mi spiega le mansioni. La prima cosa è liberare le capre e i cani e poi si procede a fare la stalla. Mi accorgo subito che non è un lavoro "leggero" spostare fieno e paglia, ma





trovo l'ambiente davvero pacifico ed accogliente. Gli animali sono sereni e seguono la voce di Giorgio con attesa e fiducia. Finito il lavoro andiamo a pranzo. I pasti sono tutti a base di: storie di Maura, più verdure squisite dell'orto della loro azienda. Nel pomeriggio visitiamo il recinto adiacente alla stalla e controlliamo le recinzioni. Ci accorgiamo subito che un albero è crollato su una parte di rete e va messo a posto. Recuperiamo dei pali "colonne" per Giorgio (e io penso alle colonne greche). Con l'aiuto dell'escavatore piantiamo 5 pali a distanza di 3 metri e poi fissiamo la rete elettrosaldata (tipica per l'edilizia) Recinto in parte aggiustato e albero segato (a fatica), torniamo alla stalla e facciamo "LA STALLA".

Ore 21:00 capre e cani vengono chiusi nel ricovero con l'aiuto di "spezzato" (farro) e coccole per i cuccioli. Direi di essere stanca e molto felice. Non vedo l'ora sia domani.

Mattina stalla poi ci dirigiamo da Cosimo, amico e altro allevatore. Lui ha un gregge misto di ovini e caprini. Nel pomeriggio assisto alla mungitura. Ci vuole ben 1 ora e tanto mangime.

Arturo il vitellino che prende il latte, oggi, per la prima volta, si avvicina a me senza la presenza del pastore. Sono quasi commossa. I suoi occhi mi trasmettono pace e senso di accoglienza. Un essere vivente che ripone fiducia nelle azioni di noi umani.

Spesso le ore trascorse insieme a Giorgio sono fatte di si-

lenzio, per me sono parole non dette di chi mi spiega che dietro ogni gesto c'è una storia, una dedizione, un rispetto profondo per la terra e gli animali che la vivono. Rispetto per un lavoro cominciato dai suoi genitori, una vita di sacrificio che lui, figlio, non vuole vanificare.

Sono tornata a casa stanca ma contenta ed entusiasta di poter vivere questa esperienza.

Sveglia alle solite 6:30 e subito il richiamo della stalla si fa sentire. Un pò sarà l'idea di essere accolta a suon di scodinzolii da 8 piccoli grandi maremmani e un po' la mia sensibilità nel pensare alla voglia di libertà che capre e cani desiderano fin dalle prime luci dell'alba. È un'attesa silenziosa, non si agitano, percepiscono la mia presenza.

Se sai che qualcuno arriverà alle 4, cominci ad essere felice già alle 3." Gli animali sono così, non guardano l'orologio ma imparano il ritmo cosmico della natura, e ogni giorno, più o meno alla stessa ora, loro ci sono ad aspettare me.



E io arrivo, vorrei arrivare sempre prima, dentro di me sento di avere una responsabilità enorme racchiusa in un gesto semplice: aprire la porta.

So che tra me e gli animali non c'è un legame affettivo, è istinto, ma questa attesa ci lega.

Io faccio parte di qualcosa di importante e loro dipendono da me. Mi accorgo che negli orari in cui aiuto Giorgio ai campi, all'agriturismo, sento di avere un pensiero fisso: devo tornare alla stalla.

Non avevo mai provato un'emozione così forte legata ad un contesto simile. Di una cosa sono certa: è l'esaudirsi di un sogno lungo 36 anni.

Oggi la sveglia è più dura del solito. Ieri sera libera uscita con Matilde, la sorella di Giorgio. La serata è andata bene ma mi sento strana.

È difficile da spiegare, è come se, tornando a quella vita fatta di musica, persone, gin tonic, avessi tradito qualcosa. Come se avessi voltato le spalle, anche solo per un momento, a questo mondo silenzioso e pacifico che mi ha accolta appena arrivata. Belati, muggiti e guaiti sono suoni primitivi e sono la mia colonna colora di questa prima settimana.

Tutto quello vissuto ieri sera mi è sembrato lontano, stonato, forse questa esperienza mi sta già cambiando, terra, vento, animali mi stanno scivolan-

do addosso più in profondità di quello che pensavo. Mi rimane una settimana per vivere a pieno questa esperienza.

Finalmente sento di essere stata accettata in pieno dalle capre. Ora mi seguono anche senza la presenza di Giorgio o dei cani. Anzi da ieri Giorgio, impegnato nella ranghinatura, mi ha lasciato il compito della stalla da sola.

La vera gioia del giorno però è Arturo, il vitello. Per la prima volta mi è corso incontro per venire a prendere il latte, una bella soddisfazione!

Oggi è domenica ma non sarà affatto una giornata di riposo. Dopo una lunga attesa è ora di raccogliere il farro. Il farro non è solo un raccolto, è ciò che diventerà pasta dell'agriturismo, cibo per gli animali.

È qualcosa di antico che lega la terra, la tavola, le mani, la fatica e il cuore. Lo vedo negli occhi di Giorgio, lui non lo dice ma è un giorno importante. Scopro e rifletto sul valore del calendario in campagna non ci sono lunedì da temere o domeniche da attendere con fatica. Ci sono i giorni in cui si raccoglie, e molti quelli in cui si aspetta e non sempre si ottiene l'esito desiderato.

Il patto silenzioso con la natura. Si dà il massimo, si spera il meglio, ma si accetta l'imprevisto e Giorgio lo fa in modo

tutto sommato sereno. Mi ricordo che questa sì è una vita faticosa ma vera.

Ora mi rendo conto che inizio a capire il senso del ruolo del pastore. Non è solo un mestiere antico (e quasi dimenticato) è un modo di stare al mondo. C'è un ritmo diverso, più lento, che ti costringe o invita a guardare e ascoltare. Con gli animali non si può correre e pianificare, si deve imparare a seguirli, guidarli con pazienza. Alla fine di questa esperienza so di per certo che sono loro a condurre te. Il senso per me è affidarsi a loro, affidarsi al tempo ai silenzi e al ciclo delle giornate. E poi ci sono loro i cani. Giove una presenza costante, vigile parte di un branco, un cane ubbidiente che sembra avere la consapevolezza del patrimonio genetico nascosto dentro la

sua grande testa, le sue zampe esperte. Giove non è servile, è fedele in un modo antico, profondo.

Loro, Giove ed Olimpia, sapevano chi ero appena sono entrata nella loro vita. Sono stati per me compagni e custodi, forse per una volta non io la maestra, ma loro.

Olimpia è stata una madre attenta e paziente. Ha saputo proteggere ed accompagnare me e le 8 piccole belve. Quando è stato l'ora ha dimostrato di essere pronta a difendere ciò che le è più caro.

PASTURS CI INSEGNA DI ESSERE PARTE DI UN EQUILIBRIO COSMICO CHE VA CURATO E PROTETTO. GRAZIE



Camilla

27 LUGLIO - 09 AGOSTO

Primo giorno, il cielo stamattina ha il colore del latte annacquato, un grigio silenzio che mi guarda senza sorridere. La sveglia ha suonato prestissimo, eppure il sonno era leggero, come se anche i sogni avessero avuto paura di restare.

La casa profuma di legno nuovo e distanza dal mondo. Mi muovo tra stanze che non mi appartengono, con il passo incerto, di chi sa di non essere stato atteso.

Il primo incontro con le capre è un tremore, le mani gelide e il cuore che batte a ritmo di rock. Ho paura di far loro del male, di essere solo un'altra umana goffa e di passaggio, ma loro (o almeno alcune) si lasciano avvicinare, una si appoggia al mio fianco, una capretta mi lecca le dita con la sua piccola lingua che sembra un po' ruvida, un piccolo bacio senza giudizio?

Con i cani ci amiamo da subito, mi osservano e mi insegnano con gli occhi, con le code che disegnano nell'aria.

Lì in mezzo al fango e all'odore forte di capra e fieno, qualcosa dentro di me si scioglie.

Il panorama è vasto come una carezza non detta: colline ricoperte di fitto e vasto bosco, il vento che rincorre le foglie. Il tempo rallenta, poi si ferma, poi dimentica di esistere. Dentro di me mille emozioni si agitano, paura-gratitudine-spaesamento-stupore. Un inizio incerto, ma già pieno di vita.

La luce oggi è più chiara, come se il cielo avesse fatto pace con se stesso. Mi sveglio prima della sveglia, senza capire se è l'entusiasmo o l'inquietudine che non dorme mai.

Quando arrivo alla stalla mi illudo che le capre mi riconoscano. Una mi si struscia addosso, un'altra assapora





il mio marsupio. Mungitura: oggi meno tremore nelle mani, più fiducia nelle dita. È come una danza lenta e io sto imparando e memorizzando i passi. I cani mi salutano, uno si sdraia sulle mie scarpe, mentre osservo le folte foreste sulle colline di fronte a me. Il vento oggi sa di terra e legna bagnata. Scompiglia i capelli e i pensieri. C'è ancora un nodo allo stomaco, non mi sento a casa, ma qualcosa - qualcosa di piccolissimo - inizia a germogliare, forse è coraggio. Nel pomeriggio entro nel recinto delle caprette, una si mette vicino, curiosa-anarchica e belante, e si fa coccolare resto lì non so quanto, per non rompere l'incanto.

Lorenzo, il pastore, è gentile, risponde a tutte le mie domande con pazienza e mi sta insegnando molto, anche se a mungere con le mani non son proprio capace, il latte non esce. C'è un capretto che sta male, l'ho trovato isolato e treman-

te, con gli occhi persi e quasi assenti. Sono rimasta con lui per un'ora, accarezzandolo, sperando che potesse trovare conforto, che l'amore, almeno per un attimo potesse dargli un po' di sollievo. No so se è realmente servito a qualcosa, però non potevo lasciarlo lì da solo, lui aveva bisogno di sentire che c'ero, o forse ne avevo più bisogno io. Le albe sono tutte diverse, lente come sogni stanchi. Anche la giornata iniziata così fredda, si riprende il calore piano piano. Ogni cosa prende il suo ritmo anche la mia permanenza qui.

Nella mungitura ancora non ci ho preso la mano. La paura di sbagliare e di far male alle capre è sempre in sottofondo, per fortuna quando c'è il cibo, sono animali pazienti. I cani mi seguono ovunque e sono bramosi di coccole, cono un conforto silenzioso.



RIFLESSIONE SINCERA SULL'ANIMALE CAPRA:

Le capre, piccole incarnazioni del caos su quattro zampe. La natura (o qualsiasi altra cosa o essere in cui si creda) ha deciso di creare un animale con l'anima di un punk anarchico e la pazienza di un ubriaco al bar alla 2 di notte.

Quando le guardi negli occhi capisci che non sei tu a decidere e nelle loro teste è subito un "cosa vuoi da me bipede utile solo per il fieno e l'acqua che io sapientemente consumo, schiavo"

Le chiami? Ti ignorano!

Le insegui, le inciti? Corrono dal lato opposto.

Hanno lo spirito libero di un Che Guevara e le crisi esistenziali di un adolescente. Belano come anime perse, perché segretamente se la spassano al guardarci correre verso di loro preoccupati che gli stia succedendo qualcosa di brutto.

Provare a convincere una capra, senza sbattere compulsivamente un bastone a terra è come spiegare la matematica a un gatto.

Ti fanno "brutto" quando provi a spostarle e sono sicura che intanto pensano "fai pure, non mi muovo, e se mi muovo è per guardarti giudicante e fare pipì sulla tua dignità (poca).

Testarde, dispotiche, libere e meravigliosamente adorabili e

divertenti. Ti danno la possibilità di non prenderti sul serio.

Per pranzo al "pascolo" nel recinto elettrificato, ho fatto il guardiano della porta, perché volevano rientrare a ruminare erba medica, molto più interessante "di quell'erbetta del cavolo".

A pranzo gnocchi e capretto al forno con le patate, assaggiato, buono! Sapore vero e profondo, fatto tutto con amore.

Le capre mi hanno seguita fuori. I cani mi vengono incontro sempre felicioni, come se mi salutassero dopo un lungo viaggio. Comincio a sentirmi parte di qualcosa. Ogni tanto ho la sensazione che il posto mi stia parlando tramite il vento che sembra accarezzarmi.

La morte ha un volto strano, in questo angolo di terra, che credevo più gentile. Non c'è rabbia in quel corpo, ma solo un respiro che non c'è più. La brutalità di questo mondo mi schiaccia come un sasso. Tutto sembra scivolare via con facilità, mentre io fatico a fare pace, che la morte può venire anche ai più innocenti senza preavviso e senza scuse. Mi giro verso le capre e mi sorprende la loro indifferenza, continuano a mangiare fieno senza nemmeno dare un'occhiata al corpo che è lì senza vita.

Come può essere che non vedano? Come può essere che

non sentano la pesantezza dell'assenza? Forse siamo noi a umanizzare i loro sentimenti, a cercare emozioni, quelle umane, in loro, forse perché le nostre angosce hanno bisogno di trovare un senso. Forse loro non hanno bisogno di capire chissà cosa, magari per loro la morte è solo un passaggio, un ciclo che non chiede né risposte né lacrime.

Forse è questo che ci distingue davvero da loro noi dobbiamo sempre dare un nome alla sofferenza. Eppure sento una tristezza che non posso spiegare, perché se il dolore non si può spiegare, la nostra comprensione resta lì nel profondo di ogni particella, come una cicatrice invisibile.

Il muso di una capra si sposta sul mio braccio, è un gesto che sa di tenerezza e di semplicità, senza pensieri troppo

grandi! C'è solo l'ombra del "dolore" che ieri mi appesantiva il cuore, la morte, qui, è un angolo buio da attraversare, qui la morte è parte del ciclo, non è tragedia.

Le colline oggi sembrano più vicine, forse è il silenzio che le rende così piene e le fa apparire in tutta la loro bellezza e maestosità, piene di natura, piene di VITA.

La sveglia suona presto. Mi alzo e mi sembra che i piedi affondino nel pavimento freddo. Alle mucche, le saluto, loro mi guardano, penso, ricambino e mi chiedo se per loro il concetto dei giorni esiste.

Mi sento sfasata oggi. In stalla la routine riprende il suo ritmo: la mungitura, il rumore delle tette, il belato delle capre e i miei pensieri che vagano. Usciamo, nel recinto elettrificato, l'aria



è densa e il sole scotta, mi rifugio all'ombra con i cani che si accoccolano vicino a me, in cerca di carezze, guardandomi con quegli occhioni grandi e i musini dolci.

Il caldo oggi è soffocante. La prima tappa è dalle mucche, la notte ha portato una novità, una vitellina dal pelo nero e lucido, che sembra sia di seta. È bellissima piccola e ancora un po' fragile. La mamma non la perde di vista un secondo e guardandole insieme è una tenerezza immensa. C'è qualcosa di sacro e di profondo, in quella madre che protegge la sua piccola, la sua attenzione è come un abbraccio invisibile che non smette mai di far sentire la sua piccola al sicuro. Ora è il turno delle capre fieno, acqua e tutti quei rituali quotidiani che oramai sembrano familiari. Le piccole fremono e belano per il cibo. Capre, cani fieno e sole. C'è un ordine naturale che si rinnova ogni giorno e che in quell'istante, ti fa sentire tranquilla, profondamente. Alla fine quando tutto è finito, il recinto è quieto. I cani sono ognuno sotto un angolo d'ombra, ognuno con uno sguardo dolce e pieno di affetto. Spero che anche loro ricorderanno di questi giorni, per ora me li spupazzo un po' di più. Tutto questo amore incondizionato, io non lo dimenticherò mai.

Sabato si parte. Sono felice e triste, stanca ma con energia, farò l'ultima mungitura per prendermi la possibilità di salutare tutti per benino, capre, capretti e cani.

Non so ancora nel profondo cosa mi sta lasciando tutta questa esperienza, credo che avrò modo di metabolizzare con il tempo. Ci sono stati alti e bassi, momenti di risate, di osservazione, di tristezza, di solitudine, di chiacchiere, di sonno, di mutismo, di sconforto quando le capre ti scappano ovunque e non sai più a quale santo, o non, appellarti, corse avanti e indietro sotto al sole. Cani che litigano, capre che litigano, tu che litighi con le capre, talvolta tu che litighi con te stesso.

Susseguirsi di giorni dal cielo sempre diverso. Vedere per 14 giorni alba e tramonto nello stesso giorno. Insetti, natura, maledettissime e detestabili mosche.

E un sacco, sacco di vita e amore.

Grazie a Lorenzo, Laura e Sara per aver aperto casa e un pezzettino della loro quotidianità. Grazie al progetto per l'opportunità che mi hai dato di imparare, superare, scoprire. Questo pezzo di vita resterà con me dentro, per sempre.



Stefano

2 AGOSTO - 17 AGOSTO

Premessa: è stata la prima volta per me, avere un diario di bordo così strutturato ma nello stesso tempo diversificato. Ho riscoperto nuove parti di me e ne sono felice.

Finalmente trovo un po' di tempo per scrivere. Quando sono arrivato ero mega stanco dopo un lungo viaggio da Catania.

Questo posto è magnifico, ma ho voglia di scoprirlo e camminarlo più che posso.

Dopo aver incontrato e conosciuto Beppe, Andrea e altri ragazzi, mi sono subito mes-

so all'opera nonostante la mia stanchezza che quasi non percepivo più.

L'accoglienza è alla stalla, appena seduto mi hanno offerto del pollo con contorno di patate e fagiolini direttamente dall'orto vicino casa. Andrea è un ragazzo molto saggio, cerca di spiegarmi quello che devo fare, soprattutto con le vacche ho ancora un po' di difficoltà.

Saranno le 20:00 e dopo aver munto per la prima volta (l'ho adorato un botto, forse era quello che aspettavo di più), il mio entusiasmo era già alle stelle ma manca la cena.

LA CENA: NON HO MAI MANGIATO UNA LASAGNA ALLA ROMAGNOLA COSÌ BUONA.

Più ne mangio e più ne volevo mangiare. Mi arrendo getto la forchetta, ma non è ancora finita. Arriva anche la tisana (e tisane) precisamente con calendula, camomilla e...

La tisana va giù e io vado a letto subito dopo.

La mia sveglia suona per le 7:00, mi alzo senza problemi in questa stanza che si mostra sin da subito accogliente come se mi avesse sempre abbracciato e tranquillizzato dal primo istante. Dopo aver fatto un'abbondante colazione ci



dirigiamo in stalla per far tettare un po' il piccolo vitello. Mentre siamo in stalla Andrea mi riempie sempre di racconti ed esperienze che ha vissuto in questi anni.



Ieri tra le tante cose da fare sono stato con Beppe a parlare, mi piace molto ascoltarlo, nel frattempo mettevo i pomodori nel macchinario per la salsa. Fare la salsa per me ha un valore particolare, l'ho sempre fatto, per cui ogni volta si ripete un rito importante. Oggi abbiamo portato a termine la magia della caseificazione, abbiamo fatto il formaggio e la ricotta.

Ad ogni modo l'atmosfera che si crea in cucina è sempre coinvolgente e ti fa capire qual è la vera ricchezza. Durante il giorno mi piace stare molto in stalla, poiché per me è una cosa nuova e inesplorata, di fatto cerco di imparare sempre di più da Andrea.

La stalla può risultare anche faticosa ma viene tutto compensato dalla soddisfazione che da, soprattutto quando porto su il secchio pieno di latte.

Nascita del vitello. Le giornate passano veloci quando si ha sempre qualcosa da fare. Ci si aiuta a vicenda con piacere e stima, io mi sento sempre fortunato

di avere incontrato Beppe e Andrea.

Dopo pranzo, mi metto su una delle amache, appena alzato, scopro che era nato un vitello. Ero incredulo. Mi accorgo con i miei occhi dello spirito materno della vacca che soccorre il vitellino appena nato. Questo mi fa stare bene, anzi benissimo. La sera io e Beppe siamo rimasti soli e io ne approfitto sempre per chiacchiere facendo affiorare qualche suo ricordo.

Giorno per giorno passa tanta gente, alcuni si fermano per degustare la cucina artistica di Beppe, altri si riposano, ma poi continuano il loro cammino. Qui non sono solo Beppe e Andrea ad accogliere ma tutto quello che circonda.

A Casine, ieri, c'è stata una grande festa in occasione della notte di San Lorenzo. Ieri le Casine non erano soltanto una semplice fattoria, ma un vero centro culturale dove incontrare altre persone, ma anche se stessi, la maggior par-

te di loro conoscono Beppe e Andrea e penso che abbiano creduto fin da subito a questa iniziativa. Nel background scorrono sempre le attività rituali in stalla e nell'orto.

Per me la cucina di Beppe è una tavola di colori.

Quando mi chiedono "hai dormito bene?" "Rispondo sempre "bene". Non lo do per sconta-

to. Alle Casine si dorme proprio bene la notte. Io che a volte ho problemi a farlo, lo posso confermare.

Col tempo ho visto crescere, nei miei confronti, l'affiatamento di Bella e Milo, i due cani. Lontano da un modello consumistico sto imparando a godermi molto le piccole cose e mi rendo conto che esse sono protagonista della nostra vita.

La mia passione per le piante mi porta a scoprirle una per una e soprattutto con gli alberi a vedere la loro storia.

Ho visto e toccato castagni molto vecchi, mi piace molto testare la rugosità del sughero, perché ogni pianta è diversa. Ogni pianta racconta silenziosamente la sua permanenza sulla terra.

La maggior parte delle volte che ho scritto Milo e Belle stavano seduti sotto di me.

Durante il mio percorso alle Casine ho iniziato a capire bene i loro ruoli soprattutto in contesto zootecnico e forestale, dove c'è bisogno di guardia continua per allontanare i predatori (che possono essere i lupi).

Ho imparato a conoscere Bella e Milo da soli e insieme. Uscire di casa la mattina presto per andare in stalla, e averli dietro e seguirli mi ha dato tanta soddisfazione. Nel poco tempo libero mi piace stare con loro e trasmettergli un po' di amore



con tante coccole.

Ho sicuramente maturato un altro tipo di rapporto con gli animali in generale grazie alla loro presenza costante nelle mie giornate.

Posso dire che le mie giornate si sono riempite bene e non poteva andare meglio.

Alle Casine l'ospitalità e l'inclusione non sono mai mancati. Ho imparato tanto e sono riuscito a coniugare le mie conoscenze e abilità mettendomi al servizio con diversi tipi di lavori.

Con immenso piacere, gioia e con tutto il cuore spezzato finisco oggi il mio percorso da volontario. Dopo essere stato in stalla in mattinata decido di scendere lungo il sentiero della marroneta.

Ammetto che andare da solo non sono abituato, tuttavia mi addentro piano piano nel bosco cercando di non essere di troppo. In questi giorni ho utilizzato poco la fotocamera, ma oggi ho scelto di tirarla fuori. Mi sono fermato vicino al ruscello che emette un suono che mi fa star bene. Ad un certo punto del sentiero, sono io, adesso, a sentirmi osservato dalle piante e da tutta la vegetazione presente.

Mi chiedo se effettivamente accettano la mia presenza.

PERCEISCO TANTA VITA.

Grazie a Pasturs ho scoperto questo paradiso inesplorato e sconosciuto.

L'esperienza magnifica è stata viverlo intensamente tutti i giorni cercando di non dare per scontato nulla.

Proprio per questo mi rendo conto che questa permanenza ha lasciato molto dentro di me.

E poi incontrare persone come Andrea e Beppe non capita sempre per cui farò molto tesoro di questa conoscenza.



Federico

3 AGOSTO - 17 AGOSTO

Caro diario, oggi è venerdì 6 agosto. Scusa se ti ho trascurato in questi giorni pieni, ma da quando sono arrivato, domenica scorsa al pomeriggio, la mia vita è stata un turbinio di emozioni e piccoli cambiamenti. Solo ora trovo un momento per fermarmi, riflettere e scrivere.

Non vorrei raccontarti nei minimi dettagli la mia giornata qui, anche per lasciare al futuro lettore la possibilità di vivere la propria esperienza personale. Piuttosto cercherò di usare questo diario per provare a fermare le mie sensazioni e i miei pensieri.

Una delle prime cose che noto in questa esperienza è che ho cambiato odore. L'odore, che di solito definisce ciascun essere vivente, qui si è trasformato. Ora porto con me il profumo del formaggio che produciamo al mattino, l'odore dei cani che mi seguono in ogni momento della giornata, quello del fieno, della stalla e delle pecore al momento della mungitura. Tutti questi aromi si mescolano in un'unica essenza, che è diventata la mia. E mentre respiro questo nuovo odore, forse anche io sto cambiando, pur senza esserne ancora del tutto consapevole.



Prima di questa esperienza, sentivo che alcune cose, anche se mai provate, mi sarebbero quasi sicuramente piaciute e avrebbero fatto parte di chi sono. Non avevo mai avuto un cane come animale domestico, eppure stare accanto a questi dieci cani del pastore mi è subito sembrato naturale. Allo stesso modo, avvicinarmi così alle pecore, toccarle, seguirne i movimenti, mi fa sentire a mio agio, come se fosse sempre stata una parte di me. Spesso, dentro di noi, sappiamo già cosa ci piace, anche se a volte è difficile rendersene conto, e c'è una forza che ci guida verso esperienze lontane dalla quotidianità, ma necessarie.

Oggi è domenica 8 agosto, e sono a metà del mio percorso qui. Il tempo sembra dilatato: sette giorni pieni qui valgono per me più di sette giorni della mia vita "normale". Sto inizia-

do a comprendere le pecore, a seguire i loro movimenti e capire come si comportano in gruppo. Ci sono stati momenti di difficoltà, come quando il gregge si è bloccato lungo la via di ritorno e io e Lampo, il cane da conduzione, non riuscivamo a farlo muovere. Solo lasciandolo tranquillo, han ripreso il cammino. Ho pensato allora che le pecore, pur essendo individui, agiscono come un unico organismo.

Da loro si può imparare, e forse anche nella nostra vita umana ci sono lezioni sul collaborare e sul rispettare i ritmi degli altri.

Immagino quando ritornerò a casa: i primi giorni saranno strani, senza svegliarmi presto per preparare il formaggio o mungere le pecore. Probabilmente penserò a tutte le cose che avranno già fatto qui mentre invece io mi appresto ad iniziare la mia giornata "normale".

Fare il pastore è un mestiere particolare, antico e insieme senza tempo. È una delle poche attività che l'uomo porta avanti da milioni di anni, un legame con la vita così lontano dal ritmo frenetico di oggi da sembrare quasi irreale.

Eppure, fin dall'inizio, l'uomo ha sentito il bisogno di stare accanto agli animali, di prendersene cura, di capire i loro ritmi. Forse, ora che molti lavori vengono sostituiti dall'intelligenza artificiale, mestieri come quello del pastore restano tra i pochi a richiedere mani, occhi e cuore, a essere veri e propri incontri con la natura, un privilegio unico dell'uomo. Ci saranno modi

diversi di svolgerlo, ma fare il pastore resta quasi insostituibile. È un

lavoro del passato, eppure dal passato possiamo ancora imparare, trovare spunti per il futuro: c'è ancora spazio per il mestiere del pastore.



Il mestiere del pastore è un mestiere vivo. Si ha a che fare con la vita e con la morte, con pecore e cani che sono compagni di lavoro, con un patrimonio vivente. Diverso da altri lavori in cui il materiale è inanimato, qui bisogna confrontarsi con la variabilità delle creature viventi, con l'imprevedibile, con il fatto che a un certo punto qualcosa può non esserci più.

Oggi è il penultimo giorno pieno della mia esperienza. Do-



mani sarà l'ultima giornata, poi domenica mattina me ne andrò. Come ogni ultimo giorno, è tempo di bilanci. Questa è stata un'esperienza straordinaria, una delle più significative che ricorderò, e che lascerà un segno nella persona che diventerò. Sto al pascolo, mi godo gli ultimi momenti con gli animali, le ultime fasi della produzione del formaggio, le ultime carezze ai cani.

Oggi è l'ultimo giorno pieno di questa esperienza. Si dice che a volte il vero viaggio è quello dentro se stessi. Non so, il modo che ho trovato io per provare a viaggiare dentro me stesso è quello di stare a contatto con la natura, o in questo caso con la natura e con gli animali. E quindi, facendo queste cose, scopro anche un pezzettino in più di come sono io e di quello che c'è dentro di me. A volte penso che la vera scoperta non sia andare dall'altra parte del mondo, ma provare a viaggiare nella direzione opposta: invece che fuori, dentro.

Prima di partire: è il tempo di andare e di ringraziare.

E quindi grazie a:

Gianluca e la sua famiglia

A lui, per avermi permesso di osservare, vedere e imparare da lui un pezzetto di un mestiere così profondo e sincero. La sua disponibilità è stata preziosa e la sua simpatia toscana ha reso questo periodo

ancora più speciale. A Cristina per avermi accolto fra loro, per la sua gentilezza e per la sua simpatia. A Marisa per essersi presa cura di me cucinando instancabilmente ogni giorno in abbondanza piatti uno più buono dell'altro. Ad Alvaro, per la sua pacatezza, sua passione e la sua dedizione al lavoro ammirevole. Un esempio. Ringrazio Zeus, Mia, Giorgia, Guenda e Lina per l'affetto costante durante i pranzi e le cene. Ringrazio Marco che mi ha sempre fatto ridere e sorridere fra un lavoro e l'altro. Ringrazio i miei compagni, ovvero coloro che mi hanno accompagnato in queste due settimane. Si dice che la comunicazione fra esseri umani sia per il 93% non verbale, e con gli animali, in questo caso con i cani, la parola è spesso superflua: ciò che conta è tutto il resto.

E quindi, grazie a Lampo, Willy, Peo, Pisello, Dandi, Filippo, Ricciolo, Laika, Titta e Luna. Ringrazio Casa Righi per i preziosi momenti di silenzio alla fine della giornata, con le ultime luci prima del buio, per aver fatto da sfondo alla mia esperienza e alle mie nuove emozioni. Ringrazio Luisa e Caterina per l'accoglienza e per avermi concesso questa straordinaria opportunità. Grazie DifesaAttiva, Progetto Pasturs.

Tuo, Pastore Federico

Silvia

16 AGOSTO - 30 AGOSTO

Sveglia alle 4, caffè, avena, biscotto. Partenza per Milano, accompagnata dalla mamma e Mia, cane. Stanchezza ma anche molto emozione. Treno da Milano per Firenze alle 5:40 e poi treno per Dicomano. Caterina viene a prendermi, sono contenta di conoscerla. Un sacco di energia e sicurezza. Non trovo più le parole in Italiano. A volte mi sembra di esprimermi un po' male quando parlo, ma anche quando scrivo. Arrivate al parco, non ho bisogno di parole! È così bello. Mi fa pensare al parco del Cnigov nei pirenei orientali. Gli stessi alberi e odori. Saliamo subito alla stalla per conoscere Lorenzo, i cani e le capre. Tantissimi cani di tutte le razze: silani, lagotti (?), piccoli Jack Russel, un pastore corso.



Petra. Cerco di imparare tutti i nomi per coppie di due, tranne che per Petra, che è UNICA. Sara, la figlia del pastore, mi spiega come funziona la mungitura, dopo un sonnellino per digerire e recuperare le ore di sonno mancate della notte. Non avevo mai munto con la macchina AIUTO! Una lista di cose da fare prima di mungere.

Nella stanchezza e un po' di agitazione, perché era la prima mungitura senza Sara, mi sono scordata di chiudere la porta della mungitura e la prima capra che è entrata è riuscita!. PER RIPRENDERLA. Già con le pecore avevo difficoltà a prendere, ma con le capre è ancora peggio! Poi in un gran recin-



to e senza posti in cui bloccarle facilmente. È stata una impresa. Avrei lasciato perdere, sconsolata. Per fortuna Alessio, imperterrito, è riuscito ad acchiapparla! Mi sono sentita molto in colpa di averlo fatto correre così "cose che capitano". Ricordarsi quindi: **CHIUDERE SEMPRE TUTTO.**

Nel bosco sento tintinnare. Capra selvatica dotata di campana? O sono solo vicina alla stalla? Non riesco ancora ad orientarmi un suono veniva dal bosco.. le capre sono in alto. Si sarà persa? O sono forse le mucche? Ieri le ho viste! Bellissime angus e i vitelli stupendi, di tutti i colori. Uno è nero, era nascosto tra i rovi.

Ho avuto paura che fosse stato mangiato, non si nascondono tanto bene. Apparentemente lui si nasconde sempre lì. La mucca lo chiamava con muggiti struggenti, che dolcezza nell'ansia materna.

Oggi mungitura con Lorenzo e poi bagno alla cascata per togliermi il latte che mi sono versata in testa.

16:30 aspetto di uscire con le capre, primo pascolo. I giorni scorsi hanno mangiato fieno ed erba medica. Faceva troppo caldo per uscire. Ieri pomeriggio ha piovuto e si è rinfresca-



to un po'. Peccato che abbia piovuto troppo! Un enorme temporale è arrivato proprio mentre si stava per andare a mungere. Sono corsa in stalla per riparami, e ho dato da mangiare alle capre e caprette (le rimonte).

Aspettando che i rinforzi arrivino per cominciare a mungere. Abbiamo finito tardi, ma così vanno le cose quando piove d'estate. In più il cambiamento climatico non aiuta e sarà sempre peggio.

Giornata impegnativa. Pascolo dopo la mungitura, riposino, pranzo con molte persone e un buonissimo capretto (ahimè difficile essere vegetariani qui) dopo pranzo marchiatura dei vitellini. **CHE ESPERIENZA!** Avevo già mar-



chiato le pecore e gli agnelli, ma i vitelli sono di un'altra stazza. Hanno preparato una corda per prenderli al lazzo, ma dopo i primi tre, che si sono fatti prendere abbastanza facilmente, l'ultimo vitello ricciolino e color caramello si è intestardito per non volersi far marchiare! Un'impresa. Ce l'abbiamo fatta... cioè Lorenzo ce l'ha fatta perché noi altri si girava solo attorno per non farlo scappare. Ce l'ha fatta con un po' di pazienza e tante corse! Stanchi siamo andati a mungere. La mungitura mi riesce meglio. Riesco anche a farla a mano (con qualche difficoltà con alcune mammelle troppo grandi o troppo piccole). La Francia mi sembra così lontana. La Toscana mi piace sempre di più, anche se ogni tanto mi mancano amici e famiglia. Qui mi sento bene. La foresta e le capre, ma soprattutto cani e persone mi fanno sentire a casa, sento che spesso mi permetto di tirare il fiato e respirare nonostante il pensiero di tutte le cose che mi attendono una volta finita questa esperienza.

Per ora però penso che pascolo e cerco di mantenere la calma, mi serve un po' di pazienza per non arrabbiarmi per nulla con capre, cani e



me stessa! Faccio troppi errori quando cerco di strafare, mi sono resa conto che avendo un pochino di esperienza, vorrei dimostrare che so fare le cose, ma ovviamente, ogni contesto è diverso.

Buona novella! Sono nati ieri sera 7 cagnolini, bravissima Marcella, anzi 7 Marcellini.

Sono minuscoli 2 bianchi, 1 nero, 1 beige e 3 a macchie bianchi e neri. La mamma si è nascosta in una cuccia in modo da stare tranquilla. Durante il pascolo siamo sta-

ti dietro alle scarpinate delle capre, avanti e indietro nel bosco, su è giù dalla discesa ripida.

Pascolo mattutino. Dopo una breve pausa colazione, usciamo con SARA PER UN PASCOLO CHE VORREMMO STATICO. Ovviamente non è stato così. Le capre sono andate sopra la strada nel bosco, mentre il solito gruppetto di 5/6 giovani, più la vecchietta zoppa, rimangono indietro. Fa caldo, ho messo i pantaloni corti.. cattiva idea. I rovi non mi

danno tregua. Non riesco ad avanzare velocemente. Il gregge corre veloce verso non si sa dove e abbiamo un po' di difficoltà a ritrovarci. Ce la facciamo, con grande difficoltà, una volta sopra la stalla, vogliamo farle andare sulla strada..

una manovra semplice diventa abbastanza complicata. Le capre non seguono, vogliono tornare indietro alla stalla, hanno forse sete. Il sole picchia forte, dopo qualche giorno di acqua e freschino oggi si... Anche nel pomeriggio cerchiamo di farle pascolare davanti alla stalla sulla terrazza che è di nuovo verde e ricca di cose buone da mangiare (secondo me). C'è un buon profumo di menta. Mi rendo conto che mancano pochi giorni alla partenza.. sono un po' triste. Tante cose da fare, rimangono. Il formaggio in particolare. Laura, la moglie di Lorenzo, mi ha proposto di farlo con lei venerdì. Sono impaziente. Vorrei imparare a fare la ricotta perché quando la feci con il





latte, o meglio il siero, di pecora, non venne molto bene. Anche il suo caprino è BUONISSIMO, davvero cremoso e con un sapore intenso ma non forte.

Oggi abbiamo cotto il pane che abbiamo impastato ieri e la schiacciata. Non vedo l'ora di provarli questa sera.

Oggi niente pascolo, siamo andati alla fiera agricola. Sembra un ambiente molto difficile. Molti uomini, che si conoscono molto bene. Non sono sicura che per una donna sia facilissimo farsi un posto lì dentro. Probabilmente serve un carattere molto forte, non si riesce a instaurare rapporti sinceri o di rispetto non so una prima impressione non conta e poi sono un po' stanca.

Io sono contenta di essere qui, di aver munto, pascolato e fatto il formaggio, conosciuto la famiglia Gori e tutti i loro amici (animali. umano e non) e lo spirito toscano di qui. Sono davvero triste di dover presto ripartire e non vedere più queste montagne magnifiche (anche se i boschi sono piantati mi piacciono lo stesso), la collina e tutte

queste capre saltanti, scalanti, belanti!.

Ultimo giorno. Ieri non ha avuto tempo di scrivere. Avevo troppe cose da fare per preparare la fiera di oggi ai Poggi. Lorenzo e Laura sono andati questa mattina presto e torneranno nel pomeriggio. Oggi abbiamo munto, dopo averli aiutati a caricare la macchina con i formaggi, e tante altre prelibatezze.

Al pascolo i cani sono rimasti con noi mentre le capre andavano giù e su dai crinali del bosco, rovi e discese ripide che non mi mancheranno. INVECE TUTTO IL RESTO MI MANCHERA' TANTISSIMO. Il pascolo nel bosco è il mio sogno. Non per nulla mi chiamo SILVIA, mi mancheranno anche tutti i cani e devo tornare per vedere i Marcellini crescere, ma anche per passare del tempo in caseificio, in montagna, al lago, in cucina, a panificare, a raccogliere frutti e magari tartufi e funghi.

Un gatto ci segue sempre quando andiamo al pascolo vicino alla strada dietro la stalla. Chissà se vorrà essere un pastore ANCHE lui...

Daniela

23 AGOSTO - 6 SETTEMBRE

Caro diario, mattinata intensa tra mungitura e formaggio. Non pensavo fosse così difficile mungere ci provo, seguo le indicazioni di Andrea, ma esce appena un filo, un "pisciolino" di latte. Mi sento fortunata a vivere questa esperienza formativa, non solo perché sto imparando cose nuove (per me è tutto una scoperta), ma anche perché è un vero viaggio introspettivo lontano dalla mia comfort zone. Qui mi trovo immersa nella natura, accolta da una famiglia semplice, genuina e ospitale, con gli animali che fanno da cornice. È come una fotografia vivente. Sto riscoprendo il tempo, il suo scorrere lento. La linea telefonica prende a fatica, internet va e viene.. e finalmente i miei pensieri iniziano a prendere vita. Sto imparando a stare con me stessa, senza distrazioni, senza filtri. Ritrovo l'equilibrio passo dopo passo, respiro dopo respiro.

Oggi Cinzia mi ha insegnato a fare la maglia. Non so se sia più complicato mungere una mucca o tenere dritti questi maledetti ferri. Solo il tempo mi darà una risposta. Per ora mi arrangio con tanta buona volontà e qualche pasticcio!

Caro diario. Mattinata dedicata al formaggio, pomeriggio alla raccolta delle patate. La terra era così soffice che sembrava sabbia. Non servono nemmeno i guanti da quanto era soffice. È stata una giornata piacevole, trascorsa in buona compagnia con gli amici di Beppe. Lavoro tra le battute di Francesco e le controbattute del resto del gruppo. Risate che vanno e vengono, un buon bicchiere di vino e limoni essiccati da sgranocchiare come chips. Qui si respira un'aria di condivisione, di squadra. Ognuno fa la sua parte, con semplicità. Come si suol dir: l'unione fa la forza! **Semplicità, condivisione, stare bene, leggerezza.** Ecco le parole di oggi.

Passeggiata con Milo e Bella. A tratti mi sento come una pecora del gregge. Loro ti osservano, ti seguono con lo sguardo, ad ogni passo eccoli lì. Animali liberi, che gioia vederli!! Mi piace osservarli, cani che rincorrono gatti, galline che mangiano nella stessa ciotola dei gatti o si nascondono tra le mucche. Tutti vivono insieme, liberi, in armonia. Basta poco, davvero poco per vivere bene. Da loro sto imparando una lezione semplice,





ma allo stesso tempo capace di trasformare: riconoscere, distinguere le cose futili (tante, troppe) dalle cose essenziali (poche ma sane) e a tratti scontate. E questa consapevolezza silenziosa giunge osservandoli, nel loro essere semplicemente se stessi.

Caro diario, ho abbandonato la maglia, è più facile mungerla! Però Cinzia mi ha fatto vedere il telaio, sinceramente più semplice e a dirla tutta mi entusiasma di più. Con il telaio puoi sperimentare, puoi dare libero sfogo alla fantasia. Con il pezzo che sto facendo immagino di farci un copri vaso magari un gilet o ancora un copri cuscino. Chissà!

Questa esperienza non si limita ad imparare e conoscere il mestiere del pastore. È incontro, conoscenza, è mettersi in discussione, de-costruirsi

e ricostruirsi. È un'esperienza che mi sta mettendo faccia a faccia con le mie paure con le mie fragilità facendomi riscoprire una verità nitida, diretta. Caro diario è il 1 agosto e chi l'avrebbe mai detto che fare il formaggio potesse essere così divertente? Mi sento un po' come un alchimista. Aggiungo un po' di questo, un pizzico di quell'altro e voilà! Il formaggio prende forma quasi per magia. Tra tutti i formaggi che ho imparato forse quello che mi piace di più è la ricotta. C'è un'attesa ansiosa quando il siero si avvicina alla temperatura attendo aspettando di vedere i primi fiocchi salire in superficie. È qualcosa di magico.

Oggi mentre cenavo pensavo come farò a casa a tornare al supermercato. Qui alle Casine si mangia divinamente: pasta fresca in casa, verdure raccolte dall'orto, farina di castagne, per non parlare dei dolci di Beppe. È un cuoco super, riesce a trovare l'equilibrio tra i vari sapori.

Di formaggi freschi ha la pancia piena e sono sicura che non riuscirò più a mangiare la ricotta che compravo al supermercato, dopo aver assaggiato quella vera! Le cose sono due o rimango qui e imparo veramente a cucinare. Non per fare pubblicità, ma se volete mangiare cibi genuini, venite qui.

Oggi è l'ultimo pomeriggio che trascorro qui. È stata un'esperienza formativa, torno a casa con tanto più sapere, soprattutto riguardo ad un mondo che non conoscevo. Ma ancora di più torno a casa con una prospettiva diversa. In questo luogo di pace, mi sono sentita rinata.

La vita a contatto con la natura mi ha aiutato a disinqui-

narmi lasciandomi alle spalle la frenesia quotidiana e quella sensazione di essere sempre di corsa. Torno a casa con una consapevolezza diversa, queste due settimane trascorse mi hanno aiutato a conoscermi meglio! **Consiglio a tutti questa esperienza: è un'occasione per conoscere nuovi mondi e conoscersi meglio!**









SEDE ENTE PARCO

Palazzo Vigiani
via Guido Brocchi, 7
52015 Pratovecchio (AR)
tel. 0575.50301

SEDE COMUNITÀ DEL PARCO

Palazzo Nefetti
Via P. Nefetti, 3
47018 Santa Sofia (FC)
tel. 0543.971375

info@parcoforestecasentinesi.it

www.parcoforestecasentinesi.it