

INTRODUZIONE ALLA PERMACULTURA



NUTRITION FACTS, HEALTH BENEFITS, AND RECIPES!

A CURA DI M.MATERA F.BELLANTONI F.DELLA GIOVAMPAOLA

Introduzione alla permacultura

Cos'è la permacultura

La permacultura è un **sistema di progettazione** per la creazione di insediamenti umani sostenibili. Il termine deriva dalla contrazione di "permanent agriculture", agricoltura permanente, ma anche da "permanent culture", cultura permanente. Una cultura non può sopravvivere a lungo senza una base agricola sostenibile e **un'etica dell'uso della terra**, per questo agricoltura e cultura sono l'una il sostegno dell'altra.

La progettazione in permacultura si applica alla **coltivazione della terra**, più in generale alla produzione di cibo, ma anche all'abitare e alle nostre relazioni sociali. Prima di fare qualsiasi progettazione, dobbiamo conoscere le **etiche che sono alla base di questa disciplina**. Ogni progetto in permacultura deve rispettare i tre principi etici: prendersi cura della terra (intesa come ambiente, suolo e Pianeta Terra), prendersi cura delle persone (noi stessi e il resto degli abitanti della Terra) e prevedere una **condivisione del surplus** e un limite ai consumi.

“La permacultura può essere non solo un metodo di design [...] ma un processo di risveglio.” Stefan Geyer

Come progettare? Si parte dall'osservazione

Il primo passo del processo di progettazione è l'osservazione del contesto e della situazione in cui ci muoviamo. Può trattarsi di uno spazio fisico in cui dobbiamo coltivare, ma anche delle nostre relazioni sociali o del nostro lavoro. La progettazione in permacultura può essere utilizzata in tutti i contesti della nostra vita e prende come punto di riferimento i sistemi naturali.

“Uno degli aspetti più importanti della permacultura è che si fonda su una serie di principi che possono essere applicati a ogni circostanza - agricoltura, città, progettazione, o l'arte di vivere. Il cuore dei principi sono le relazioni funzionali e le connessioni fra tutte le cose.” Juliana Birnbaum Fox

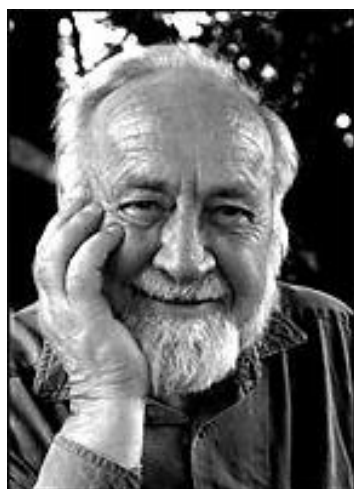
All'osservazione segue l'analisi degli elementi e poi la stesura del nostro progetto. Solo dopo queste fasi preliminari si compiono le prime azioni volte a modificare l'ambiente in cui ci muoviamo.

“La permacultura può essere descritta come: pensare attentamente seguito da azione minima, invece che azione frettolosa seguita da pentimenti a lungo termine”. Graham Bell

La progettazione in permacultura ha un andamento circolare, perché dopo aver realizzato l'intervento stabilito, il processo riparte da una nuova osservazione. Essenziale è **l'ascolto del feedback** che riceviamo ad ogni intervento, che ci dà le informazioni per progettare i passaggi successivi e attuare eventuali correzioni.

I padri fondatori

Bill Mollison, l'australiano che ha codificato la permacultura



E' stato il [naturalista australiano Bill Mollison](#) a coniare la bella parola “permaculture” (in italiano “permacultura”), che deriva dalla contrazione appunto di “permanent agriculture”, ma anche di “permanent culture”. Nel 1978 Mollison pubblicò il primo libro sull'argomento dal titolo **Permaculture One**, scritto insieme al suo allievo [David Holmgren](#).

Fukuoka e la rivoluzione del filo di paglia

Prima di Mollison e Holmgren, la “rivoluzione” era iniziata con Masanobu Fukuoka. Un botanico giapponese che aveva sviluppato un metodo di coltivazione naturale nel tentativo di invertire la degenerazione ambientale causata dall'agricoltura moderna.

Nel libro **La rivoluzione del filo di paglia**, Fukuoka ha espresso in modo molto chiaro quella che è la filosofia della permacultura: una disciplina che lavora con e mai contro la natura, basata **sull'osservazione prolungata e ponderata**, piuttosto che sull'azione protratta e irriflessiva. È una filosofia che prende in considerazione il ruolo produttivo di piante e animali nel loro complesso, evitando di trattarli come sistemi capaci di generare un unico tipo di prodotto.

L'agricoltura estrattiva che non rispetta la fertilità

In tutti i sistemi di agricoltura permanente e, più in generale, in ogni società sostenibile, i bisogni energetici sono soddisfatti dal sistema stesso. L'**agricoltura convenzionale** invece è totalmente dipendente dall'apporto di fonti energetiche esterne. Nei confronti del suolo, l'agricoltura convenzionale si comporta in modo “estrattivo”: produce il più possibile nel minimo spazio a disposizione, depredando **fertilità**, senza rispettare la biodiversità e l'equilibrio del sistema.

Il passaggio da sistemi produttivi permanenti, in cui la terra era proprietà dell'intera comunità, a metodi di produzione agricola basati su colture annuali destinate esclusivamente al mercato, in cui la terra viene considerata semplicemente un fattore di produzione, implica il passaggio da una società a basso consumo energetico a una società caratterizzata da elevati consumi, uso distruttivo e sfruttamento della terra.

L'agricoltura convenzionale non riconosce, né paga quelli che sono i veri costi: **la terra viene privata della sua fertilità** a causa della coltivazione intensiva; **risorse non rinnovabili** sono consumate per sostenere la coltivazione; il **terreno viene eroso** a causa dell'eccessivo carico di bestiame o delle numerose lavorazioni; **terra e acqua vengono contaminate** da prodotti chimici.

La permacultura nasce come reazione a questo approccio distruttivo e punta a **restituire fertilità alla terra**, a utilizzare le **fonti energetiche interne al sistema** e a creare **prosperità diffusa**.

Guarda anche: [come la permacultura mi ha cambiato la vita](#)

Etiche e principi della Permacultura

In permacultura adottiamo un'etica a tre dimensioni:

1. Cura della terra,
2. Cura delle persone
3. Condivisione delle risorse (Fair Share)

Cura della Terra

La terra è un'entità che vive e che respira. Senza cura e nutrimento ci saranno conseguenze troppo grandi per ignorarle. La cura della terra può essere intesa come cura del suolo vivente.

Lo **stato del suolo** è la migliore misura dello stato di salute di una società. Ci sono tante tecniche differenti per accudire il suolo, ma il miglior metodo per dire se il suolo è in buona salute è di vedere quanta vita c'è in esso. Si progetta in permacultura per rigenerare i nostri suoli.



Cura delle Persone

Prenditi cura di te stesso, della tua famiglia e della comunità. Se i bisogni delle persone sono soddisfatti in modo compassionevole e semplice, l'ambiente che le circonda prospererà. La cura delle persone inizia da noi stessi, ma si espande includendo le nostre famiglie, i vicini di casa, le comunità locali e oltre. La sfida è crescere attraverso la fiducia in noi stessi e la responsabilità personale.

“La permacultura semplicemente chiede alle persone di mettere nella vita quello che loro chiedono alla vita stessa. Questo è chiedere troppo per salvare il mondo?” David Bellamy

Condivisione delle risorse (Fair Share)

Stabilisci dei limiti al consumo, ridistribuisce l'eccesso.

La crescita del consumo umano e l'estinzione accelerata delle specie rende chiara l'impossibilità di una crescita continua. Qualche volta abbiamo bisogno di prendere decisioni estreme e di capire quando è abbastanza. Dobbiamo valutare cosa ci è effettivamente necessario e non consumare di più. Non ci è richiesto di rinunciare al benessere, ma di riconoscere

quando i nostri bisogni sono soddisfatti e c'è un surplus che può soddisfare quelli degli altri. Trovando un bilanciamento nelle nostre vite siamo un esempio per gli altri che, a loro volta, cercheranno un equilibrio tra consumi propri e condivisione.



I principi di Progettazione

I principi sono linee guida progettuali, vanno applicati al progetto, qui riportiamo quelli di Mollison e Holmgren.

I principi di Bill Mollison, derivano dal Manuale di Introduzione alla Permacultura, successivamente sono stati ampliati e rivisti da David Holmgren

- Ubicazione relativa / Posizionamento relativo
- Ogni elemento in un sistema svolge più funzioni
- Ogni funzione può essere svolta da più elementi
- Pianificazione energetica efficiente: analisi dei settori, delle zone e delle pendenze
- Usa risorse biologiche e organiche

- Prendi in considerazione i cicli dell'energia, dei nutrienti, delle risorse
- Progetta sistemi intensivi su piccola scala
- Usa e accelera le successioni naturali
- Biodiversità
- Effetto margine
- Tutto influenza tutto: individua le relazioni funzionali fra i vari elementi
- Rifletti prima di agire e fai il minimo cambiamento per ottenere il massimo risultato

Altri principi, regole di progettazione di Mollison

- Lavora con e non contro
- Il problema è la soluzione
- Minimo sforzo, massimo risultato
- Il raccolto da un ecosistema è teoricamente illimitato: l'unico limite è l'immaginazione
- Tutto fa giardinaggio

“La permacultura ci procura una cassetta degli attrezzi per spostarci dalla cultura della paura e della scarsità a una cultura di amore e abbondanza.” Toby Hemenway

I 12 principi codificati da David Holmgren

1. **Osserva e interagisci** (la bellezza è negli occhi di chi guarda). Osservare il paesaggio e i processi naturali che lo trasformano è fondamentale per ottimizzare l'efficienza di un intervento umano e minimizzare l'uso di risorse non rinnovabili e tecnologia. L'osservazione deve essere accompagnata dall'interazione personale.
2. **Raccogli e conserva l'energia** (prepara il fieno finché c'è il sole). Raccogliere e conservare l'energia è alla base di tutte le culture umane e non. Per energia si intende tutto ciò che

può essere immagazzinato e/o mantenuto in buono stato e che è fondamentale per la sopravvivenza di una comunità/cultura. Esempi: cibo, alberi, semi.

3. **Assicurati un raccolto** (non si può lavorare a stomaco vuoto). Assicurarsi che ogni elemento del progetto porti una ricompensa utile.
4. **Applica l'autoregolazione e accetta il feedback.** Applicare l'autoregolazione per evitare che controllori di livello superiore siano costretti ad intervenire per riequilibrare una crescita incontrollata. Impara a riconoscere e accettare il feedback fornito dalla comunità o, più in generale, dalla natura.
5. **Usa e valorizza risorse e servizi rinnovabili.** Gestire le risorse che si rinnovano e rigenerano in modo continuo senza un apporto esterno in modo che assicurino una continua resa. Allo stesso modo valorizzare i cosiddetti servizi rinnovabili, ovvero i servizi apportati da piante, animali, suolo e acqua senza che questi siano consumati nel processo.
6. **Non produrre rifiuti** (Il risparmio è il miglior guadagno) Assicurarsi che i sistemi presenti nel progetto non producano niente che non sia utilizzabile e utile ad un altro sistema.
7. **Progetta dal modello al dettaglio** (gli alberi non sono la foresta). Bisogna imparare a dare uno sguardo d'insieme prima d'immergersi nel dettaglio. Utilizzare soluzioni progettuali derivate da modelli osservati in natura.
8. **Integra invece di separare** (molte mani rendono il lavoro più leggero). Integrare ogni elemento progettuale all'interno del sistema in modo che si sostenga a vicenda con gli altri elementi.

9. **Piccolo e lento è bello** (più sono grandi e più fanno rumore cadendo). Sistemi piccoli e lenti sono più facili da mantenere di quelli grossi e veloci, fanno un miglior uso delle risorse e producono in maniera più sostenibile.

10. **Usa e valorizza la diversità** (non mettere tutte le uova in una sola cesta). Valorizzare la diversità animale e vegetale. La diversità riduce i rischi derivanti dalla gran parte delle minacce: l'ammalarsi di una specie di pianta non è la fine del raccolto. Inoltre la diversità aiuta a beneficiare dell'unicità di ogni territorio.

11. **Usa e valorizza il margine** (non pensare di essere sulla giusta traccia solo perché è un sentiero molto battuto). Progettare le forme delle zone di confine in modo da usare il più possibile le loro caratteristiche: il limite tra due sistemi diversi è il posto dove accadono le cose più interessanti. Queste zone sono spesso le più produttive in quanto possono utilizzare le caratteristiche di sistemi diversi.

12. **Reagisci ai cambiamenti in modo creativo** (bisogna vedere le cose non solo per come sono ma anche per come saranno) Sfruttare i cambiamenti a proprio favore; questo presuppone l'osservare attentamente i segni che li precedono e intervenire in tempo.

Guarda la playlist con i [principi di permacultura](#) dal canale Youtube del Bosco di Ogigia

ECO



EGO



Una visione sistemica

I processi di progettazione in permacultura prevedono un lavoro che parte da una visione complessiva del sistema, per poi pian piano andare ad analizzare ed osservare il dettaglio. Cosa vuol dire? Non si progetta un'aiuola senza aver conosciuto chi la coltiverà. Non si stringono relazioni senza prendersi cura del luogo che ci ospita.



Per una visione sistemica della complessità del vivente

“Ogni essere vivente, dal batterio alla pianta, dall'animale all'uomo, è un sistema biologico complesso. Anche la Terra e i

suoli sono sistemi complessi. L'humus, che trasforma i terreni in suoli fertili è in sé un complesso concentrato di vita. Dalla sua vitalità dipende la crescita ottimale delle piante, la qualità del cibo che esse producono e la forza e il benessere di chi se ne nutre. L'impoverimento dei suoli e dell'humus comporta l'indebolimento di ogni sistema biologico e una perdita di vitalità e di salute per tutti. Ogni forma di vita è interrelata con le altre e interdipendente, uomo compreso. Questo concetto, che è intuitivo, espresso peraltro nei millenni da ogni tradizione sapienziale, è alla base di un **corretto e benefico utilizzo delle risorse ambientali**".

Dott. Giovanni Marotta

Guarda anche: [dalla vita del terreno alla vita dell'uomo](#)

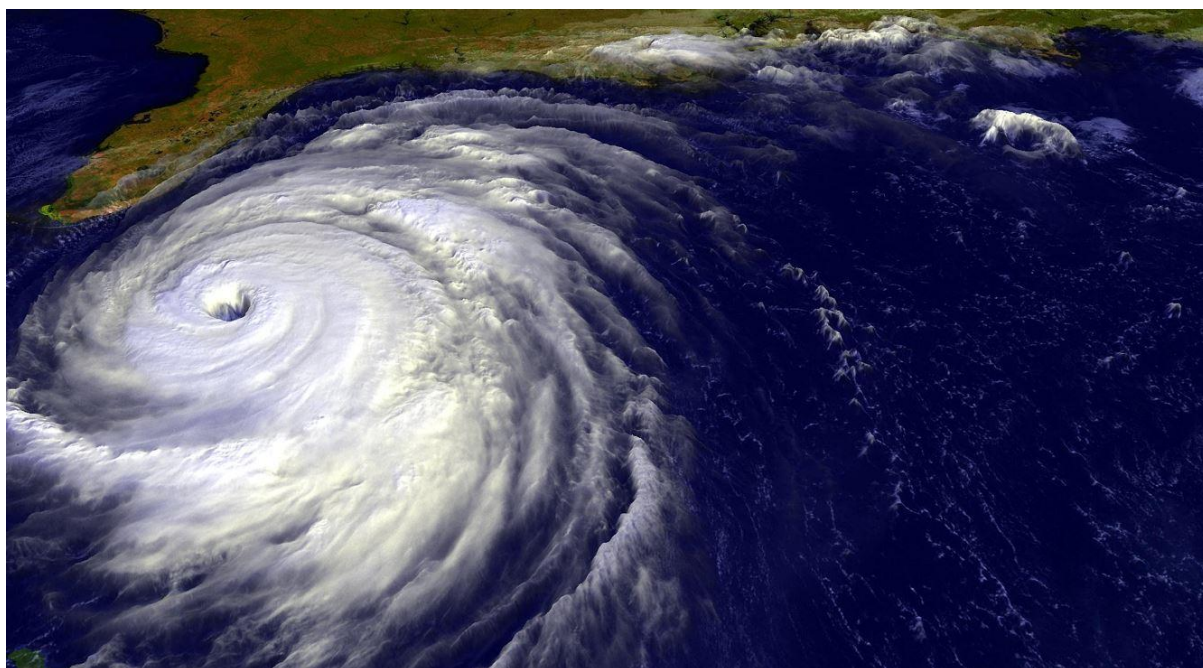


Comprendere i modelli naturali (pattern)

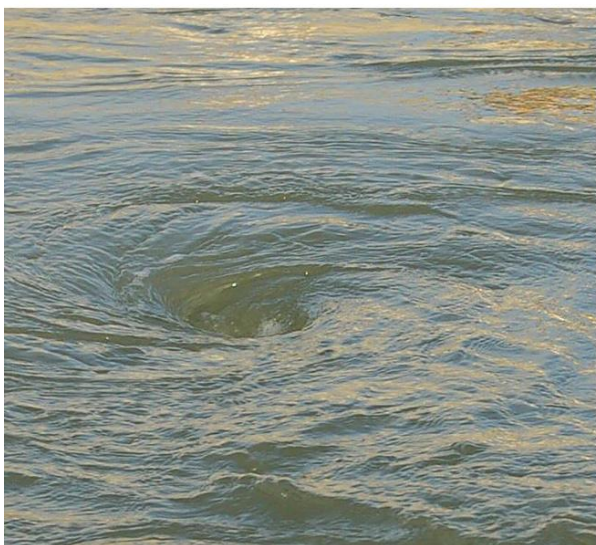
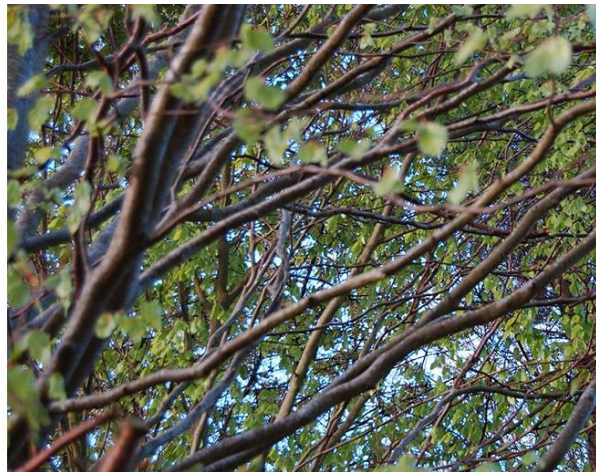
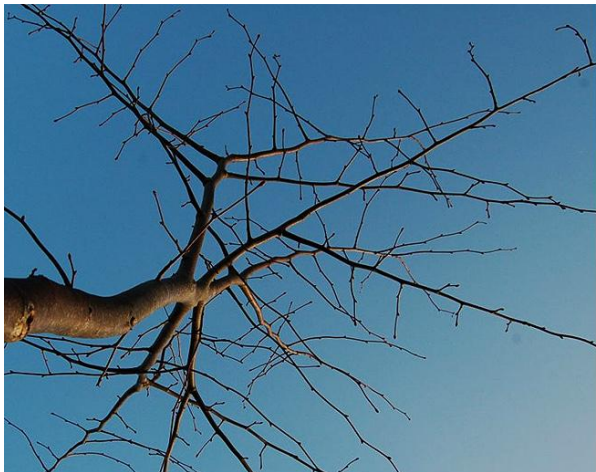
Quando osserviamo il mondo naturale intorno a noi, solitamente guardiamo a **colline, fiumi, alberi, nuvole, animali** e **conformazioni del terreno** come a una serie di forme non relazionate tra loro, almeno non fino al punto di pensare ad un pattern (modello) che le accomuni tutte.

Sofferamoci su queste forme e analizziamone alcune. Ci accorgiamo che alcuni modelli si ripetono anche se in scale e materiali molto diversi.

“Le forme della natura sono le più pratiche e funzionali e le più efficienti in termini di spazio, materiali e tempo. I modelli della natura ci insegnano come ottenere il massimo dal minimo”. Micheal S. Schneider



Alcuni esempi di pattern in natura? Le onde, le ramificazioni, le reti





I pattern sono le forme che la maggior parte delle persone comprende e ricorda. Sono facili da ricordare e da ripetere come lo sono le canzoni e, anzi, ne condividono la natura. I pattern sono tutt'attorno a noi: le onde, le dune di sabbia, i paesaggi vulcanici, gli alberi, i complessi urbani, il comportamento degli animali.

*Se riusciremo a raggiungere la **comprensione dei pattern** che sono alla base dei fenomeni naturali, avremo allora sviluppato un potente strumento per la progettazione, e troveremo inoltre la scienza che collega molte discipline diverse.*

(Estratto della traduzione italiana del quarto capitolo di Permaculture. A Designers' Manual di Bill Mollison).

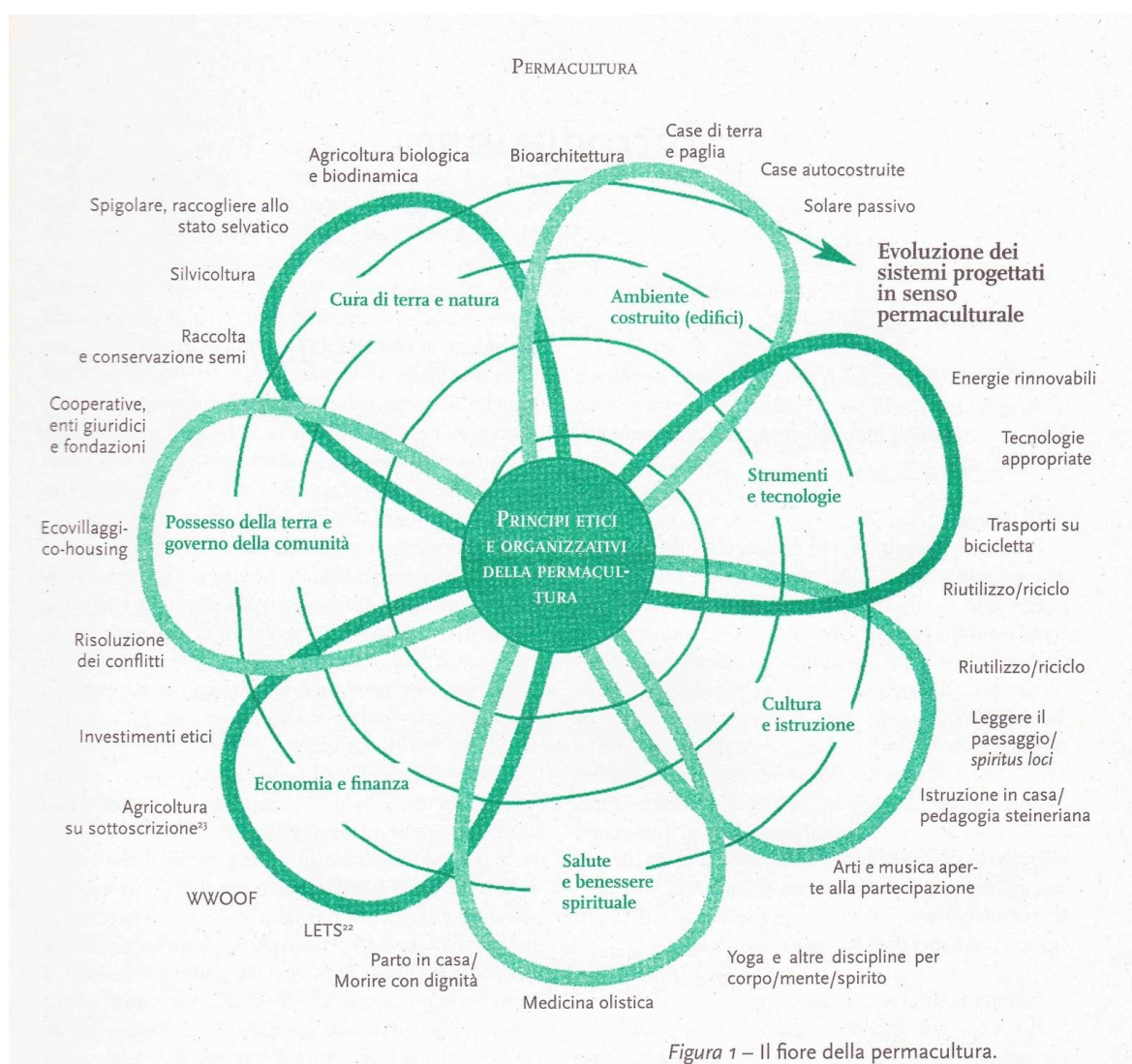


Interno di un favo. Le celle delle api sono un esempio di pattern naturale

Il fiore di Holmgren

Holmgren è il primo allievo di Bill Mollison e, perciò, uno dei due uomini che hanno dato avvio alla permacultura. Nel suo libro "Permacultura. Come proteggere e realizzare modi di vivere sostenibili e integrati con la natura" sono illustrati **i 12 principi e le 3 etiche** di cui abbiamo parlato poco sopra e si trova il famoso fiore in cui sono messi in evidenza gli ambiti principali su cui intervenire per creare una cultura sostenibile.

Un percorso evolutivo a spirale collega tra di loro questi ambiti, inizialmente ad un livello personale e locale, per poi proseguire al livello collettivo e globale. Nel **Fiore della Permacultura** di David Holmgren sono individuati 7 domini dell'essere umano.



La celebrazione

L'ultima fase della progettazione in permacultura è riservata alla **celebrazione**, allo stare insieme per festeggiare i risultati raggiunti in gruppo.



Questo aspetto, che può apparire frivolo (a volte i permacultori sono tacciati di essere scansafatiche), è invece molto importante. Senza la costruzione di legami e relazioni stabili e felici, ogni progetto pratico o di vita è destinato a naufragare.

Il valore delle relazioni, la riappropriazione del tempo felice insieme, la costruzione di una “tribù” in ascolto, è una fase necessaria che fa parte dei processi che la permacultura ci insegna.

Una risposta alle crisi sociali, economiche e agricole

In questa era moderna del tutto e subito, in cui le relazioni sono spesso lasciate come ultima priorità, dove tutto diventa merce e oggetto, è necessario **riorganizzare comunità** in grado di aiutarsi e costruire insieme.

“Ciò che stanno facendo i permacultori è l'attività più importante di qualsiasi gruppo su questo pianeta. Non sappiamo come sarà un futuro sostenibile, ma ci servono opzioni ci servono persone che sperimentino in tutti i modi e i permacultori sono uno dei gruppi critici che fanno proprio questo.” [David Suzuki](#)



Introduzione alla permacultura

A cura di Marco Matera, Filippo Bellantoni e Francesca Della Giovampaola

una collaborazione

Bosco di Ogigia e Permacultura&Transizione



Fonti e siti utili

[Sito del Bosco di Ogigia](#)

[Sito permacultura&transizione](#)

[Scuola di permacultura umana](#)

[Accademia di permacultura italiana](#)

[Mediperlab. Permacultura, manuale di progettazione](#)

Altri articoli sulla permacultura

[Una cultura permanente, Etica ed Economia](#) di F.Della Giovampaola

[Cos'è la permacultura, di Lorenzo Costa](#)

[Cos'è la permacultura di Alessandro Valente](#)

[Aranya risponde. Cos'è la permacultura](#)

[Cinque libri per capire la permacultura](#)

Video

[Cos'è la permacultura](#)

[Come la permacultura mi ha cambiato la vita](#)

[Marco Matera: da manager a permacultore](#)

[Permacultura o permafuffa? \(live\)](#)

[Un approccio sistemico](#)

Corsi

[Video corso permacultura](#)

[Tutti i nostri corsi](#)

Permacultura o permafuffa? Live con Marco Matera

Cos'è la permacultura? Come ci può essere utile nella vita? E' vero che i permacultori non hanno voglia di lavorare e pensano solo a festeggiare?

Ne parliamo in DIRETTA con il formatore e divulgatore MARCO MATERA, un'ora di chiacchierata in cui rispondiamo alle domande e **parliamo di permacultura** [\(guarda la diretta\)](#)



Grazie e a presto!

Filippo e Francesca