

Cominciamo dalla casa.

Premetto che abito fuori città in una piccola casetta ottocentesca ristrutturata, una condizione che riguarda piú o meno il cinquanta per cento della popolazione italiana ed elvetica. L'altra metà vive in appartamenti in zone densamente urbanizzate e potrà mettere in pratica solo una parte di queste riflessioni.

Fa caldo, e spesso la prima reazione è quella di accendere il condizionatore. Io non l'ho installato e ho invece agito con l'isolamento termico utile soprattutto per mantenere il calore in inverno, ma che comunque evita che il solaio si arroventi. Di giorno tengo le finestre chiuse e le apro la sera per far entrare la brezza notturna in modo da raffreddare i muri. Tende esterne ombreggiano le finestre per evitare che il sole penetri dai vetri generando un insopportabile effetto serra (ho dovuto installarle dopo il 2009, per il continuo aumento della temperatura estiva). Intanto lo stesso sole che cerco di combattere dentro le stanze, sul tetto si trasforma nella mia miniera di energia: due kilowatt di pannelli fotovoltaici, ben presto diventati otto, producono tutta l'elettricità di cui ho bisogno (e proteggono anche i miei risparmi dai crolli delle borse), e sette metri quadri di pannelli termici mi offrono acqua calda a 80 °C, utile per tutti gli usi domestici. La doccia solare mi tonifica due volte, fisicamente e psicologicamente, sapendo che per ottenerla non è stato bruciato un solo grammo di combustibile. Fuori dalla casa, l'orto. Non molto grande, sono circa 150 metri quadri, poi diventati 800, ma sufficiente a rifornirmi di tutte le verdure di cui necessito. La gioia di condurre un orto è indescrivibile. Quando arrivai nella mia attuale dimora c'era un banale e anonimo giardinetto, che io e mia moglie abbiamo subito trasformato in aiuole di pomodori, insalate e zucchini. Con un triplo vantaggio: mangiare sano e risparmiare sui costi alimentari, evitare spreco di acqua e manutenzione per

un inutile prato all'inglese, fare attività fisica sostitutiva di una eventuale palestra. L'orto funziona tutto l'anno, d'inverno offre porri, cavoli e spinaci, d'estate tutta la scelta vegetale possibile. Evita molte corse al supermercato, in quanto offre a pochi metri da casa quanto serve per allestire sempre un ottimo pranzo o una cena con gli amici: meno imballaggi, meno rifiuti, meno emissioni di CO₂ da automobile. Mette in pratica il concetto di «chilometri zero». Ormai al supermarket ci vado meno di una volta al mese, ad acquistare solo i generi indispensabili a lunga conservazione: riso, pasta, tonno in scatola, olio, cacao, zucchero. Il latte fresco al distributore automatico, con bottiglie riciclate. Il resto nasce in casa, compresa la festa estiva dell'autoproduzione di conserve e marmellate che sprigioneranno il loro profumo in pieno inverno. Il consumo di carne è molto diminuito, grazie all'abbondanza delle verdure, e in ogni caso, pur senza diventare vegetariani, si riduce a qualche fetta di salame o prosciutto, una grigliata o un arrosto di tanto in tanto. Di nuovo questo significa meno impatto ambientale, visto che la carne genera un sovrasfruttamento agrario e un maggior dispendio energetico. E ancora, l'orto permette di chiudere il ciclo dei rifiuti biodegradabili: tutti i residui vanno alle mie tre galline – Eta, Beta e Iota – o a formare dell'ottimo compost per concimare l'anno successivo. Niente antiparassitari, si prende ciò che la stagione dà. E tanta serenità, come illustra nello splendido poemetto *Ore nell'orto* un grandissimo ticinese d'adozione, Hermann Hesse: gioie dell'orto di Montagnola. Quello che non diventa compost è rifiuto che cerco di differenziare al massimo, cominciando subito con l'evitare acquisti superflui come tutte quelle confezioni di plastica che impacchettano ninnoli, giocattolame, gadget di nessuna utilità. Si tratta di una vera e propria difesa della casa contro il superfluo: meno oggetti entrano e piú si sta bene. Estate per molti vuol dire viaggi, magari esotici. Certo, ogni tanto nella vita fa piacere vedere un po' di mondo, ma spiace che oggi il viaggio sia divenuto come tante altre cose solo uno *status symbol*. Piú che per l'interesse nell'esperienza geografica e antropologica, molti viaggiano con il solo obiettivo di rientrare dalle ferie e poter dire al collega d'ufficio «Sono stato qui e là, piú lontano di te...» Quindi, io che già viaggio molto per lavoro durante l'anno, ho da oltre un decennio scelto le ferie domestiche: a casa, circondato da libri,

fiori, ortaggi e buoni amici con i quali cenare nelle tiepide sere sotto il pergolato. Ferie a chilometri zero. Al massimo qualche escursione in montagna nelle vicinanze. Minimo uso dell'automobile, senza che peraltro si trasformi in un lucidissimo idolo da venerare (la mia non è mai stata lavata in dieci anni, ci pensa la pioggia!) Per viaggi un po' piú lunghi, uso il treno, per quelli cortissimi la bici e i piedi. È incredibile quante cose interessanti si possono scoprire a due passi da casa. Infine la moda degli abiti: l'estate spesso invoglia a mettersi in mostra nelle passeggiate affollate delle località turistiche. Per cercare di essere originali e alla moda, si finisce per essere tutti uguali. E la moda ha un elevato costo ambientale: se è troppo bizzarra, dura lo spazio di pochi mesi e poi richiede una totale sostituzione per non risultare obsoleta. Soldi e materiali finiscono presto nel cassonetto dei rifiuti. Io scelgo invece il classico e il funzionale, lo uso per anni e anni, finché non è consumato.

Insomma, sono tutte cose semplici, che non abbassano la qualità della vita, anzi la elevano, non richiedono rinunce, bensí solo una costante attenzione, uno stile di vita con delle priorità invece di altre che alla fine regala una maggior pienezza della vita, scremandola da tante sovrastrutture superflue e riportandola all'essenzialità delle cose che contano veramente. E con meno rifiuti, meno costi e meno emissioni di gas climalteranti. Non è difficile, vero? Forse basta solo sganciarsi dalla pubblicità che impone modelli ipercompetitivi ed energivori dei quali faremmo tutti volentieri a meno.