



italia

NATURISTA



11.2021

- L'ANNO CHE VERRÀ
- IL MIO IO SELVATICO
- LA PSICOLOGIA DEL CORPO NUDO
- ANIMALI NUDI, ANIMALI VESTITI
- BLANCO. MA I GIOVANI SONO ATTIRATI DAL NATURISMO?
- IL PUDORE
- COME È CAMBIATA L'ESPOSIZIONE DEL CORPO NUDO NELLA FOTOGRAFIA?
- RUBRICA DELLA CUCINA
- E MOLTO ALTRO...

CINQUANTACINQUE ANNI, NUDI, INSIEME
NATURISMO COME STILE DI VITA
UN MODO DI VIVERE
IN ARMONIA CON LA NATURA
NEL RISPETTO DI SÉ STESSI
E DEGLI ALTRI



**PER CONTINUARE AD ESSERE MOVIMENTO NATURISTA
ABBIAMO BISOGNO DI TE**
Associazione Naturista Italiana
iscriviti ad A.N.ITA.



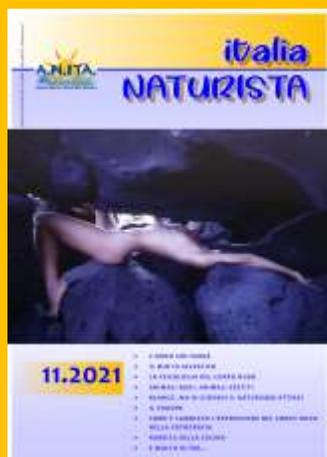
Le luci sulla spiaggia ormai quasi deserta, si
abbassano pian piano ...
Un corpo abbronzato, al tramonto, cerca le ultime note
del giorno,
mentre l'ultimo spicchio di sole si veste di una luce
profonda,
e scomparendo pian piano dietro la linea della notte,
mette il pigiama e si prepara al declino...
ogni anno come ogni notte e ogni anno lascia il posto
all'autunno...
Si allungano le ombre ...
Un lieve fruscio al contatto con l'acqua e giù... fino in
fondo...
la sera cala già le sue palpebre nascondendo le
impronte nella tiepida sabbia

come un calco di ricordi
che inevitabilmente il tempo plasmerà in superficie,
ma che rimarranno impressi per sempre nella stampa
di una fotografia ... l'ultima
di una giornata di fine estate...
Come le onde, la sabbia si arrenderà al tempo che
passa e godrà di una nuova stagione...di nuove
impronte...
di un nuovo cammino ...
L'autunno è arrivato...
e il naturismo si veste di nuovi colori...

Raffaella Zamponi

11.2021

Indice



Spiaggia della Lecciona
Lucca

italiaNATURISTA

RIVISTA DI
ATTUALITÀ E
CULTURA NATURISTA
Dicembre 2021

Hanno collaborato in questo numero

Giampietro Tentori
Raffaella Zamponi
Maurizio Biancotti
Sergio Cossu
Giovanni Mautone
Italo Bertolasi
Ligeia Zauli
Lorenzo Passini
Leonardo Iuffrida
Ilaria Sacchi
Aldo Bossa

Editore e Redazione

A.N.ITA.
Località Stopada
23868 Valmadrera
redazione@italianaturista.it
C.F. 80203710159

Testata telematica pubblicata su
www.italianaturista.it

Copie stampate
per i soci richiedenti servizio
presso
Modulgrafica CALDERA
P.IVA 00657310983

04 L'anno che verrà

06 Il mio io selvatico

08 La psicologia del corpo nudo

10 Animali nudi, animali vestiti

12 Blanco. Ma i giovani sono attirati dal naturismo?

14 Il pudore

16 Come è cambiata l'esposizione del corpo nudo nella fotografia?

18 Il corpo nudo e la moda

20 Basta con i costumi da bagno

22 Rubrica di cucina





L'anno che verrà

Ormai mi ha preso la mano il prendere in prestito titoli di canzoni, che in un modo o nell'altro mi hanno emozionato, per introdurre queste mie riflessioni. Essendo questo il numero di dicembre è venuto sin troppo facile citare l'indimenticato Lucio Dalla per accompagnarci nel 2022.

“Caro amico ti scrivo...”

Come iniziare questo articolo se non con la parola “amico”?

Tra Naturisti dovrebbe essere così, al di là, a volte, delle distanze che ci dividono. Ma sempre Dalla ci cantava “e siccome sei molto lontano, più forte ti scriverò”. Certo, a volte, dobbiamo alzare la voce per dialogare da distanti. L'importante è che ciò non sia prepotenza, arroganza, sterile difesa del proprio ruolo.

Prima di guardare al 2022 vorrei volgere lo sguardo all'anno che sta per finire. Un altro anno difficile, dove la nostra azione è stata in parte condizionata dal persistere della pandemia. Nonostante tutto siamo riusciti a dialogare con centinaia di Naturisti e questo ci ha permesso, per il quinto anno consecutivo, di aumentare il numero degli associati. Grazie al lavoro di un nostro socio, Max Pierini, che voglio ringraziare pubblicamente per il lavoro di digitalizzazione dell'archivio di A.N.ITA. che sta facendo, stiamo analizzando attentamente i dati dell'andamento delle adesioni negli ultimi 25 anni. Lungi da noi volerli specchiare nei lusinghieri risultati che stiamo ottenendo, in particolare quelli del 2021, numeri che comunque restano lontani dai numeri raggiunti negli anni '90. Questi dati ci servono per capire se il lavoro che stiamo facendo e le nuove idee che proponiamo sono in grado di contribuire all'affermazione del Naturismo. Se pensiamo che nel 2021 non siamo riusciti a proporre nemmeno una serata benessere a Cavenago, Torino e San Vincenzo, dove storicamente facevamo centinaia di nuove tessere e rinnovi, il fatto di aver superato quota 900 soci, di cui 300 nuovi, ci porta a pensare che la strada che abbiamo intrapreso, anche se ad alcuni non piace, sia quella giusta.

Non siamo riusciti nemmeno quest'anno, per la pandemia, a riproporre festAnita, abbiamo però proposto Anima Selva, ripetuto il Ferragosto condiviso e contemporaneamente allargato gli orizzonti delle nostre vedute proponendo a Milano “A Naked Love”, uno spettacolo teatrale che parla di corpi umani e che, nell'edizione in esclusiva per A.N.ITA., coinvolge parte del pubblico nella nudità.

Dopo anni di lavoro degli amici di TrebbiaNat e ancor prima di PcNat, siamo riusciti a ottenere il riconoscimento della spiaggia del Secchiello Selvaggio, lungo il fiume Trebbia. Stiamo lavorando per l'autorizzazione di nuove spiagge in Sardegna e Toscana.

La scommessa dei gruppi territoriali si sta dimostrando una intuizione vincente che ci ha permesso di crescere numericamente, ma soprattutto di essere presenti in tante realtà territoriali, dalla Val Sesia

alla Valle del Trebbia, dalla Toscana alla Calabria per arrivare alle due grandi Isole italiane: la Sicilia e la Sardegna.

Dire come sarà “l’anno che verrà” non è facile, visto il proseguire dell’incertezza pandemica. Io ho scelto di vaccinarmi e devo dire che non mi piace la violenza, anche verbale, che contrappone le parti. Ho letto di tutto su questo argomento. Personalmente, forse anche per via della mia formazione tecnica, credo nella scienza. In questi due anni però abbiamo visto troppi morti per permetterci di parlare a suon di slogan.

Non nascondo i grossi dubbi che ho sulla governance del mondo. In particolare sulle grandi questioni ambientali come i mutamenti climatici.

Non so se definirlo un auspicio o un impegno, forse entrambe le cose, ma ci piacerebbe vedere i Naturisti sempre più attori consapevoli e responsabili della transizione ecologica. Noi siamo parte del mondo e vogliamo essere parte attiva nel contrasto ai mutamenti climatici. Per questo gli eventi A.N.ITA. dovranno essere sempre più a basso impatto ambientale. Nell’impronta che stiamo dando e nell’attenzione sempre più marcata all’ecologia del corpo e della mente, ci deve stare l’impegno per la cura dell’ambiente e l’impegno associativo, ma anche personale, per la decarbonizzazione. Qui entrano in gioco gli stili di vita, perché noi tutti facciamo scelte politiche e determiniamo la nostra impronta su questo pianeta anche semplicemente facendo la nostra spesa.

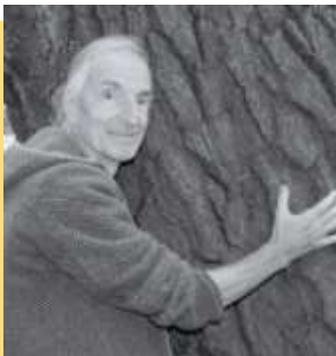
La chiusura di questa riflessione non può che essere un invito ai nostri soci e a tutti i nostri lettori a rinnovare la propria adesione all’A.N.ITA. o a entrare a far parte della nostra associazione.

Non si tratta solo di mettere un bollino su una tessera, significa sostenere un progetto. È vero che si può stare nudi senza una tessera nella propria borsa da spiaggia, ma non dobbiamo dimenticare che se lo possiamo fare è perché dietro c’è stato il lavoro di un’associazione. Vuol dire essere Comunità ancor prima che Movimento Naturista.

Se domani potremo stare nudi su un numero sempre maggiore di spiagge sarà perché tante persone ci stanno sostenendo.

Buon 2022 a tutti.

Giampietro Tentori



Il mio io selvatico

Il Viaggio nell'anima selvaggia del mondo

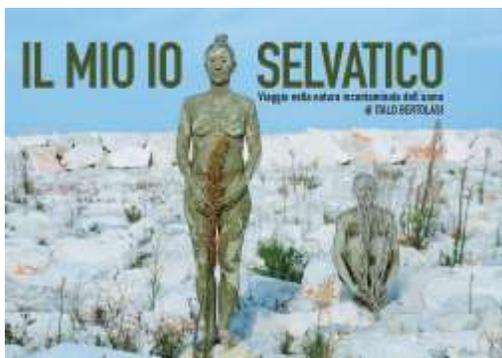
“Il pensiero selvaggio non è per noi quello di un'umanità primitiva o arcaica bensì il pensiero allo stato selvaggio, distinto dal pensiero educato e coltivato”
Claude Levi Strauss – Antropologo e filosofo francese

“Il mio IO SELVATICO” è un nuovo libro fotografico nel quale ho voluto raccontare il “passaggio al bosco” di una schiera di amici, di artisti e di esperti viaggiatori: gli sciamani, persone sedotte dai richiami che provengono nei “giardini segreti” di Madre Natura. Nel cuore di questi Eden hanno inventato giochi e esperienze capaci di rigenerarci e riunirci in intimità con Madre Natura. Per ricordare queste avventure li ho voluti fotografare e poi raccontare. In un libro che è anche un diario di lunghi vagabondaggi in terre lontane e selvatiche dove, assieme ad altri viandanti, ci si è rifugiati per esplorare il segreto delle nostre esistenze, riscoprendo il nostro Io Selvatico. Questi coraggiosi filosofi avventurieri fan parte di un'umanità migliore. Un'orda d'oro di uomini e donne gentili, umili e sognanti, che hanno scelto la libertà dei boschi. Tra loro ho trovato artisti, monaci maratoneti, esploratori di spazi selvaggi, persone in cerca di pace e di guarigione, giovani inselvatichiti e poeti di quel vivere nomade e vagabondo che richiede coraggio e vocazione. A loro mi sono affiancato nel lungo viaggio di una vita che ho speso in gran parte su strade tortuose e impolverate. Alla ricerca del nuovo e di quella parte di me, più sacra e più autentica, che si rivelava lontano da casa e dalle città.

I viaggi nel cuore della Natura Selvatica non hanno mete precise, sono tirocini di coscienza per ritrovare la propria autenticità e rispondere all'eterno quesito: chi sono io? Nel cuore di una foresta e in vetta a un vulcano ci si può isolare in una interiorità fatta di pace e di silenzio per ridiventare “come bambini”. Come ci dice il monaco zen Teitaro Suzuki: “Quando questo è raggiunto, l'uomo pensa e non pensa. Pensa come la pioggia che cade dal cielo; pensa come le onde che corrono sul mare; pensa come le stelle che illuminano il cielo notturno... L'uomo è un essere pensante, ma le sue grandi opere vengono compiute quando non calcola e non pensa”.

Le immagini di questo libro ci mostrano artisti, pellegrini e sciamani, che ci accompagnano con le loro arti in quei momenti della vita più segreti in cui si contatta la nostra forza procreativa e il nostro destino: nascita, amore e morte.

L'anima selva che è dentro di noi è la nostra identità originaria. Quella parte di noi erotica, creativa, autentica e sacra, che si rivela meditando e soprattutto affrontando quei punti di svolta della vita che sono dei veri tirocini di coscienza. La nascita, dove si rivela la forza della donna e il miracolo della creazione. La sessualità, luogo di energia e fecondità che ci rende immortali. La morte, che ci riporta nel grembo dell'Universo. Scrive Gary Snyder, poeta e praticante zen: “La parola Wild (selvaggio) è come una volpe grigia che si inoltra trotta nella foresta, nascondendosi fra i cespugli, apparendo e sparendo”. Con immagini “nude e crude” ho cercato di svelare anche la nostra natura animale, dotata non solo di anima, ma anche di pelo e di sangue.



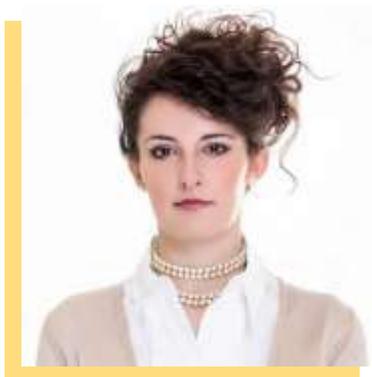
"Quello che appresi in Australia dagli aborigeni confermava una mia ipotesi" riflette Bruce Chatwin che si è fatto educare dai nomadi del deserto australiano: "La selezione ci ha forgiati, dalle cellule cerebrali fino alle dita dell'alluce, per una vita di viaggi stagionali a piedi attraverso ogni tipo d'ambiente. Se così la nostra patria era il deserto e se lì si erano forgiati i nostri istinti è più facile capire perché i pascoli più verdi ci vengano a noia e perché la ricchezza ci logora". Questo mondo, al di là delle nostre città trafficate, è ancora in gran parte natura intatta. "Una distesa di dolcezza". E ancora un "paradiso perduto" come ci ricordava alla fine del seicento il teologo e poeta inglese John Milton.

Il "viaggio" nell'anima selvaggia del mondo, proposto in questo libro, è una scienza ecologica, un'avventura e una nuovissima ricerca psicologica che ha dimostrato la nostra interconnessione vitale con tutte le altre creature viventi.

"Il nostro corpo è il corpo di un vertebrato mammifero e la nostra anima è là fuori, nel mondo selvaggio" ci dice il poeta zen Gary Snyder. La vita è simile per tutte le creature viventi, una e l'uomo che viaggia ha meglio di tutti compreso questo mistero. Camminando nei boschi la Natura ci svela i suoi tesori e ci insegna il rispetto per ogni creatura: piante e animali hanno lo stesso nostro diritto di esistere e autorealizzarsi. Hanno diritto alla vita. Inforestandosi sempre di più, ai novelli econauti rispunteranno le ali. L'esperienza gioiosa del vivere, camminare, danzare e pregare nella natura selvaggia ci insegnerà a calpestare la terra con più leggerezza, a viaggiare come nuovi Siddharta e forse a "volare" come sciamani.

Con questo mio libro ho voluto affermare che il compito di ogni vita umana è di riscrivere la storia del mondo con i propri sogni e le proprie azioni individuali, ribelli al conformismo, nudi e autentici, impudenti e coraggiosi. Lasciando il tutto alle giovani generazioni perché il tutto possa rinascere più giusto, più sano e più bello.





La psicologia del corpo nudo

La nudità è un aspetto naturale ed incondizionato dell'essere umano: si nasce nudi, come qualsiasi altro essere vivente.

La società, la cultura e il tipo di educazione ricevuta fanno di tutto per costruire intorno al corpo nudo delle sovrastrutture, rendendolo quindi un tabù, scatenando sensazioni di vergogna ed imbarazzo.

Osservando i bambini appare chiaro quanto queste sovrastrutture non ci siano ancora: spesso essi tendono a togliersi scarpe e vestiti, percepiscono la costrizione dell'abbigliamento, per cui volontariamente e spontaneamente provano a toglierselo.

Fin da subito, togliersi un abito, un paio di scarpe, permette di provare nell'immediato un senso di libertà non solo di movimento, ma anche a livello psicologico. E non perché scatti l'idea di fare qualcosa di vietato o trasgressivo, ma perché il corpo nudo ci fa riconnettere ad esso, alla semplicità, alla natura.

Uno Psicologo americano, fondatore di varie teorie attualmente attendibili e studiate, Brian Manslow, scrive: "Il nudismo è di per sé una sorta di terapia. I benefici per la salute includono la riduzione dello stress, la sazietà di curiosità per il corpo umano, un senso di integrazione di tutto il corpo e lo sviluppo di un atteggiamento sano per il sesso opposto".

Spogliarsi e stare nudi consente di avere una maggiore consapevolezza del proprio corpo e delle varie parti di esso. Inoltre aiuta molto nell'autoaccettazione di sé, un aspetto fondamentale ed importante specialmente in questi anni, dove l'apparire e il conformarsi a standard di bellezza irraggiungibili è diventato un punto focale soprattutto nelle generazioni più giovani.

Purtroppo la sessualizzazione del corpo nudo è un ostacolo socio-culturale imponente; chi non conosce il naturismo, lega automaticamente la nudità alla sessualità. Se la nudità fosse vissuta come un fatto legittimo ed ordinario, sarebbe anche maggiormente accettata e conosciuta, smettendo di essere associata al sesso. Permetterebbe una desensibilizzazione al corpo da cui si prova attrazione, a seconda del proprio orientamento sessuale.

Quando un soggetto si abitua alla nudità, specialmente nel caso di una persona eterosessuale di genere maschile, non la sessualizza, non serve per provocare un'eccitazione, per cui non sente più l'impulso di togliere i vestiti a qualcuno per soddisfare le fantasie create nella sua mente, non investe più la maggior parte del tempo a cercare di vedere corpi nudi nella pornografia, ma scopre quanto una persona sia altro oltre al suo corpo, oltre ad un involucro ben visibile e immediato.

Il nudismo nella storia non è sempre stato vietato; nella civiltà greca, ad esempio, si venerava l'armonia del corpo nudo, così come in altre culture e civiltà, dove la nudità era simbolo di libertà e di estroversione.

La nudità nelle opere e nell'arte è piuttosto accettata, perché in quel caso è gestibile, sotto controllo, è inanimata, espressione del linguaggio delle forme, dove emergono grazia e bellezza.

Ma poi anche e soprattutto le religioni, hanno condannato la nudità, trattandola come un peccato e come qualcosa di impuro, immorale.

La nudità del naturismo non ha nulla a che fare col comportamento patologico dell'esibizionismo, una parafilia.

L'esibizionismo comporta l'esposizione dei genitali a persone ignare sconosciute e non consenzienti per eccitarsi sessualmente. Per disturbo esibizionista si intende il comportamento mosso da pulsioni o fantasie esibizionistiche.

Di contro e correlato ad esso, c'è un altro disturbo parafilico, il voyeurismo: comportamento patologico che consiste nel raggiungere l'eccitazione sessuale osservando persone nude o che si stanno spogliando o che sono impegnate in atti sessuali.

Sono persone che in contesti di nudità fissano, provano un'eccitazione sessuale e mettono a disagio le persone osservate.

Tutto questo è patologico e non riguarda né il naturismo né un approccio sano e naturale alla nudità.

Visti anche i numerosi benefici fisici che il nudismo comporta, sarebbe importante fare pace con la propria nudità, per vivere bene sia col proprio corpo che con quello degli altri.





Animali nudi, animali vestiti

Dalla stessa Natura spogliati. Una nudità davvero bestiale.

Ho lasciato ogni cosa in spiaggia. Nudo salgo sopra le dune della Costa Verde di Arbus, nella Sardegna centro occidentale. Senza niente addosso ascolto i sensi fremere per l'attesa. Raggiungo il crinale e resto immobile ai piedi di un ginepro fenicio. Lei non tarda ad apparire. Il vento da terra nasconde il mio odore. È una giovane cerva con il mantello estivo e si avvicina. Ha le orecchie tese della preda. In quest'angolo dell'Isola il cervo di Corsica e Sardegna ha rischiato l'estinzione. Ora è a pochi passi da me. Nudi, ci guardiamo negli occhi. Siamo due corpi animati, ma ognuno è consapevole della propria Diversità. In un silenzio pieno di emozione, la distanza si riduce ed io mi sento primitivo. La nostra è una nudità inevitabile, che non lascia spazio ad alcun pensiero. Nudi possiamo solo sentirci, stare. In un tempo che sembra sospeso, restiamo, spogliati dalla stessa Natura, quella che così ci ha partoriti, senza ornamenti.

Nel lavoro di ecologo e faunista, o nei panni di semplice viandante, mi è capitato tante volte di trovarmi davanti ad animali selvatici. Nei cieli i rapaci o le nuvole di storni impazziti. Nei boschi il bramito dei cervi o lo schianto dei falchi in battaglia. Nella macchia i cinghiali a precipizio come latitanti in fuga. Nelle acque delle lagune la danza arcaica degli svassi o la zampata del Pescatore. Nel mare cobalto i tursiopi che giocano come monelli. Incontri spesso fugaci e tante volte mi sono chiesto dove fosse il fascino di una Bellezza diversa, e, allo stesso tempo, perché il nostro timore verso la Bestia e l'ossessivo bisogno di supremazia.

Qualche anno fa degli amici che conducono una clinica veterinaria hanno organizzato un incontro con la platea dei loro "pazienti" umani. Il luogo era un piccolo teatro, mentre il tema di riflessione era il fine vita dei nostri animali d'affezione. La morte e il dolore sofferto per il lutto. Veterinari, una psicologa, un comportamentista, una ricercatrice e il sottoscritto. Gli amici mi hanno chiesto di dire la mia e la domanda è riemersa. Cosa ci affascina e cosa invece ci fa paura? Abbiamo bestie che girano per casa ogni giorno, e i nostri figli ci giocano e sembrano avere con loro una grande intesa. Vengono con noi ovunque. Sono "affettuosi", "fedeli",

"simpatici", "pieni di energia", ma anche "intelligenti", "furbi", "agili". Come diciamo noi umani, "gli manca solo la parola". Poi ci sono quelli selvatici che, quando non sono reclusi o fatti oggetto di caccia, li andiamo a cercare per poterli osservare e meravigliarci della loro Bellezza. Di sicuro ci affascina la diversità, anche se allo stesso tempo ci preoccupa la loro Alterità. Con la nostra visione antropocentrica, li pensiamo irrazionali e imprevedibili, del tutto istintivi, potenzialmente pericolosi. Di sicuro ci incanta la fisicità. Corpi viventi che sembrano rispondere alle leggi ecologiche dell'esistere. Nei documentari in TV ci piace chiamarle "le dure leggi della sopravvivenza", ma in realtà gli animali rispondono alle regole dello stare al Mondo, codificate in

ogni vivente. Non rispondono a un principio di salvezza ma piuttosto a una universale esigenza di Felicità nel Possibile, alla ricerca di un piacere che prova ad evitare la sofferenza. Gli animali sembrano essere sempre impegnati nell'affermare Sé stessi (la forma di 'individuo'), nel confrontarsi con



l'Alterità degli Altri (la necessità della relazione erotica, dagli umani detta anche "sociale" o "amorosa") e nello stare al Mondo, consapevoli di essere Tutti composti e determinati dalla stessa Materia, energia che vibra nel nulla.

E così davanti ad una platea un po' stupita ma partecipe, durante la chiacchierata a braccio nel Piccolo Teatro, mi arriva in testa un pensiero e lo butto lì. Gli animali domestici e selvatici ci affascina e ci sconvolgono perché davanti a noi sono sempre nudi, e con la loro nudità ci spogliano. Loro non sono nudi per scelta, tanto meno ideologica, ma per condizione vitale. Questa nudità ci attrae, ci interroga, e li rende così preziosi, "i migliori amici dell'uomo". È una nudità mai perduta che li rende coerenti, aderenti alla loro Natura. Sono lì a ricordarci che non esiste felicità in Terra se prendiamo troppa distanza dalla nostra Natura. Non esprimono un giudizio nei nostri confronti. La loro nudità è semplice testimonianza, ed è così naturale che da noi non viene percepita come oscena, ma anzi ci appare intrigante e sconvolgente. La loro è una nudità materiale. Ci accorgiamo che gli Altri Animali non si sono mai allontanati dalla loro materialità. Ai presenti in sala la riflessione appare un po' bizzarra, ma scatta un applauso prolungato, perché in qualche modo regala una sensazione di vicinanza, fratellanza. Racconta una nudità che avvicina e ricompone, che restituisce Umanità, materialità. È la stessa calda sensazione che proviamo quando con la mia cagnetta ci rotoliamo nudi dalla cima della duna più alta. Ci lasciamo vivere e la nostra allegria è del tutto in-genua, la stessa della nostra origine. Dalla nascita alla morte, siamo solo Animali fedeli alla Terra, e sentiamo che la nudità è la condizione della nostra armonia e di una felicità davvero "bestiale".





Blanco. Ma i giovani sono attirati dal naturismo?

Blanco, i giovani, il nudismo: quanta consapevolezza c'è sul tema naturista nelle nuove generazioni?

Da quando ha scalato le classifiche di musica italiana, Blanco è sulla bocca di tutti per il suo stile musicale e per la sua giovane età, che non ha rappresentato un ostacolo al suo successo, ma anzi arricchisce di senso i suoi testi, ma soprattutto per la sua “strana mania” di trascorrere nudo gran parte del tempo. Ma procediamo con ordine e capiamo chi sia Blanco e perché potrebbe rappresentare un importante supporto al nudismo italiano.

Blanco nasce nel 2003 a Calvagese della Riviera, piccolissimo comune del bresciano. Inizia a comporre musica per i fatti suoi e, fino a un anno fa, il suo curriculum musicale contava solo tre pezzi sulle piattaforme di streaming. Ora ha toccato due volte la cima delle classifiche, con *La canzone nostra* e *Mi fai impazzire*. Viene definito rapper anche se tale non si riconosce, perché, come lui stesso afferma, non sa cantare e non gliene frega: “io urlo col cuore e basta”. I suoi testi parlano del suo disagio e della passione pura che lo spinge a fare quello che fa, e come lo fa.

Ecco, forse è questo che può aiutarci a comprendere come mai a Blanco piaccia stare nudo; come mai durante le registrazioni in studio dei suoi brani spesso lo si veda in mutande; come mai abbia iniziato a correre nudo nei boschi del bresciano. La passione, la purezza, la ricerca di uno stato libero dagli schemi che la società mette addosso, in particolare ai giovani. Una nudità, quella di Blanco, che non ha nulla a che vedere col sesso. Ed è per questo che risulta una nudità pura, quella che può essere definita naturista a tutti gli effetti. Potrebbe allora Blanco diventare, inconsapevolmente, un simbolo del nudismo nel suo significato principale? Sembra che Blanco stesso sia appunto inconsapevole di questo suo essere: dice che la prima persona a parlargli del nudismo sia stata la sua stilista, naturista anch'ella, e che da allora abbia sperimentato la nudità fuori dalle mura di casa e ora lo consiglia a tutti, “aiuta un botto”.

Magari bastasse solo questo suo consiglio senza filtri, a convincere i giovani a ritrovare fiducia e amore nel proprio corpo. I nudisti giovani, almeno quelli riconosciuti e tesserati, sono una percentuale molto bassa. Non è un mistero il fatto che, nella fase dello sviluppo e negli anni immediatamente successivi, si faccia fatica ad accettare i cambiamenti che avvengono nel corpo; e gli stereotipi di bellezza sono un forte ostacolo per la ricerca di un proprio equilibrio interiore. Se però i dati ufficiali sono sconfortanti, quello che si legge in rete (e che viene fuori da qualche chiacchierata informale con i ragazzi) è che la curiosità e l'interesse nei confronti del nudismo esistono ancora e spesso restano taciuti per timidezza o mancanza di interlocutori.

Sono tanti i giovani che affermano di aver sperimentato, almeno una volta, una tintarella o un bagno al mare in completa nudità: succede nella mag-



gior parte dei casi tra amici, anche di sesso diverso, e all'estero. Viene vissuto come una goliardata o una libertà che in Italia non ci si può ancora permettere – forse perché le spiagge e i luoghi autorizzati sono ancora pochi e molti non ne sono a conoscenza – ma che non dispiace e non sembra così assurdo.

“Ognuno è libero di decidere cosa fare, soprattutto col proprio corpo”; “anche se io non toglierei il costume in pubblico non mi disturberebbe se altri in spiaggia lo facessero”; “sicuramente questo gesto rappresenta una sicurezza personale molto forte”. Sono questi i commenti che alcuni ragazzi dai 18 ai 27 anni fanno quando si chiacchiera sul nudismo. La maggior parte non sa che esiste un termine per definire questa “abitudine”, non conosce l'esistenza dell'associazionismo ma ha sentito parlare di spiagge autorizzate, e sa benissimo che all'estero si può fare senza problemi (citano la Spagna, la Francia e la Grecia, dove molti di loro hanno praticato nudismo). Parlarne suscita curiosità, trovarsi di fronte ad una persona che sa rispondere alle loro domande – a volte taciute per imbarazzo, ma chiare nello sguardo – stimola la confidenza con l'argomento, e nessuno associa la visione di un corpo nudo ad un messaggio sessuale. Anzi, l'idea di un'erezione in pubblico li fa sentire a disagio e secondo Alessio “non potrebbe avvenire”, perché la sola idea di trovarsi in pubblico smorzerebbe qualsiasi eccitazione. Programmare una vacanza a tema nudista? Questo ancora non è nelle loro corde, anche per i più “sgamati” come Margherita che pratica naturismo da tempo, in coppia, ma non cerca luoghi appositi: semplicemente se la situazione lo permette, lei e il suo ragazzo fanno a meno del costume.

Si sentirebbero a disagio nel vedere gente più grande di loro nuda? No. Si sentirebbero a loro agio nudi davanti a degli sconosciuti? Sì, sarebbe più imbarazzante con degli amici, ma solo in una fase iniziale. Ne parlano con gli amici? Sì e no, dipende dall'interlocutore, e in effetti ne hanno pochi. Cercheranno altre informazioni sul nudismo? In cuor mio, vi dico che lo faranno. La miccia della curiosità è stata accesa.





Il pudore

Parliamo di pudore

“Passammo al tempio poi di Pudicizia, ch'accende in cor gentil oneste voglie, non di gente plebeia ma di patrizia... ...Felice sasso che 'l bel viso serra! ché, poi ch'avrà ripreso il suo bel velo, se fu beato chi la vide in terra, or che fia dunque a Rivederla In cielo?”

(Francesco Petrarca)

Uno dei passi da fare per spogliarsi di fronte agli altri è vincere il proprio senso del pudore. Chiaramente ognuno avrà il proprio retaggio culturale e religioso e darà al corpo nudo un significato diverso che, fortunatamente, non è mai né assoluto né definitivo.

Mia nonna si lavava vestita e girava il crocifisso quando entrava nella vasca da bagno. Erano altri tempi, la sua educazione rigorosa le proibiva di mostrare il corpo. Oggi i tempi sono cambiati e posso girare nudo in casa anche in presenza dei figli e spesso degli amici.

Se ci avessero insegnato da bambini che il piede o la mano sono simboli sessuali (per i giapponesi antichi lo era il tallone), non avremmo paura di mostrare i nostri genitali ma porteremmo calze e scarpe chiuse. Per i neozelandesi è il naso a determinare il pudore; vi è quindi una variante culturale che dipende dalle zone geografiche e dall'epoca in cui ci si situa.

Nell'antichità le ragazze romane, fino ai 12-13 anni, portavano al collo un piccolo amuleto, la cosiddetta *turpicola res quaedam* cioè un amuleto a forma di fallo che serviva loro per ornamento e ad assicurare la prolificità e l'abbondanza nel matrimonio; nella mitologia romana il fallo era infatti considerato sacro e rappresentava la forza generatrice maschile. L'amuleto a forma di fallo, “il *fascinus*” dell'antica Roma, era comune nella decorazione delle case contro il malocchio poiché simboleggiava fertilità e ricchezza.

Al giorno d'oggi, invece, osservando i giornali, è molto raro vedere l'organo sessuale maschile a meno che non si legga un fumetto pornografico; meno raro vedere l'organo sessuale femminile. Ritorno ora al pudore partendo dai miei studi: il *Crocifisso di Santo Spirito* è una scultura lignea conservata nella basilica di Santo Spirito ed è stata attribuita a Michelangelo. La caratteristica che più colpisce è la nudità di Cristo, caratteristica che possiamo ritrovare anche nel *Cristo della Minerva* del Buonarroti, inizialmente completamente nudo e “rivestito” da un drappo bronzeo dopo il Concilio di Trento.

A tal proposito mi viene in mente un passaggio del bellissimo libro di Erri de Luca, *La natura esposta*:

«Camminiamo controvento mentre gli racconto del mio impulso a condividere il punto di vista dello scultore: si è voluto immedesimare con il soggetto, salire con lui sull'ultimo gradino. L'accento di erezione è il dettaglio più commovente di tutte le immagini cristiane, il guizzo della vita che si oppone» (p. 53).

Non solo nudo in croce, ma con un accenno di erezione.

Religione e pudore sono un binomio che può variare nelle diverse regioni del mondo: i monaci Giainisti Digambara (vestiti d'aria), ad esempio, camminano nudi per le città. Interessanti le reazioni che inducono: la loro mancanza di pudore porta a sentimenti di vergogna in chi guarda. Infatti la vergogna è legata

al giudizio degli altri mentre il pudore riguarda soprattutto se stessi, e i propri desideri.

Questo numero di *Italia Naturista* vuole porre l'attenzione, negli articoli proposti, sul corpo e su come oggi sia visto.

Quando leggo con i miei alunni *La Conquista dell'America*, il problema dell'altro di Cvedan Todorov, sottolineo come, nei diari di Cristoforo Colombo, venga evidenziata prima di tutto la caratteristica della mancanza di abiti delle popolazioni indigene. Significativa è la prima menzione degli indiani: «Subito videro gente nuda» (11 ottobre 1492). «Vanno ignudi, uomini e donne, come le loro madri li hanno partoriti» (6 novembre 1492). «Questo re e tutti gli altri andavano nudi come la loro madre li aveva fatti, e così anche le donne, senza alcuna traccia di vergogna» (16 dicembre 1492): le donne, almeno, avrebbero potuto fare uno sforzo... E conclude con sorpresa che, benché nudi, gli indiani sembravano più simili a uomini che ad animali.

Ancora una volta sono gli occhi l'unico filtro.

Max Scheler, filosofo tedesco del secolo scorso, ha scritto: «Possiamo paragonare il pudore addirittura ad una fine paura che circonda e bagna il corpo umano... Quest'aura mi sembra che gli scultori greci, nelle più significative rappresentazioni dell'Afrodite, l'abbiano espressa con arte impareggiabile: come se il loro rispettoso senso osasse rappresentare nuda la dea solo perché essi nello stesso tempo, sentivano in se stessi la possente forza dell'anima di dissimulare, agli occhi del volgo, la sua nudità mediante la perfetta rappresentazione di quell'avvolgimento quasi palpabile di pudore, in un modo assai più profondo di quanto non lo consentisse un qualsiasi rivestimento» (*Pudore e sentimento del pudore*, p. 44).





Come è cambiata l'esposizione del corpo nudo nella fotografia?

Riflessioni sul nudo di un fotografo naturista

Devo ammettere di dovermi sforzare per parlare di nudo in fotografia e in generale. Trovo che ci sia un'inutile, contorta e molto variegata concezione dello stesso a seconda della società e del contesto in cui se ne parla. Lo trovo strano perché per me il nudo è una cosa estremamente naturale, forse addirittura la più naturale.

Essere naturista mi ha certamente aiutato molto a sviluppare la mia concezione della fotografia e del Nudo. Quando una persona si spoglia davanti a me, anche nel caso di primi piani ai dettagli, non ho reazioni "strane"; guardo la persona nello stesso modo, nuda o vestita, e mi concentro esclusivamente sull'ottenere lo scatto che ho in mente. Credo che questo aiuti soprattutto nel creare un rapporto di fiducia affinché il soggetto si senta sicuro e a suo agio quando è di fronte a me. Inoltre, questa mia attività mi ha certamente aiutato ad avere un concetto molto più naturale del nudo e anche del sesso.

Cercando di contestualizzare il nudo, credo sia opportuno iniziare osservando che il nudo è una delle forme più pervasive della nostra comunicazione, sia esibito sia nascosto. La nudità è sempre stata protagonista fin dagli albori della fotografia; anzi forse è stato uno dei primi utilizzi del mezzo, un ibrido per i tempi indefinibile fra nudo "artistico" (virgolette obbligatorie per sottolineare l'abuso del termine, personalmente preferisco "autoriale") e pornografia.

Nella società di oggi il nudo è forse una delle cose più controverse, nel ventesimo secolo... Se da una parte, anche grazie a internet, il nudo è diventato, in certi ambiti, completamente accettato, nel settore più pubblico e "istituzionale" è ancora visto come un grandissimo tabù e anche in certi ambienti più liberali il nudo viene spesso visto con una sorta di pruriginosità.

Un'importantissima precisazione da fare è che il concetto di tabù è molto variabile oltre che nel tempo e nella società, anche per ogni singola persona. La fruizione di un'immagine e il significato che le viene assegnato scaturiscono da due componenti principali: chi crea l'immagine e chi la osserva. La volgarità e l'innocenza sono spesso nell'occhio di chi guarda; la stessa immagine può essere vista in modo molto puro come in modo molto "sporco". La distinzione fra un'immagine autoriale e una pornografica dipende molto da questi fattori.

Il discorso sarebbe forse troppo lungo per esporre come la penso; cerco di sintetizzare dicendo che il nudo è spesso collegato al sesso e quindi viene probabilmente visto come un tabù proprio per questo. Probabilmente, per avere un cambio sociale e poi concettuale del nudo, bisognerebbe sdoganare molto di più il sesso e implementare l'educazione sessuale per viverlo, non dico più liberamente, ma con un profondo mutamento della sua concezione. Spesso il sesso (e per estensione il nudo) viene visto come una cosa sporca, troppo privata o volgare; cosa che assolutamente non è; anzi, come il nudo, anche il sesso è una parte fondamentale e naturale dell'essere umano. Ho l'ingenuità di pensare che più libertà ed educazione al riguardo

risolverebbero molte problematiche decisamente molto più rilevanti della fotografia.

Faccio quindi sinceramente molta fatica a parlare del nudo calandomi nella concezione classica della nostra società, probabilmente perché io personalmente ne ho una estremamente diversa e cerco di rappresentarlo seguendo questa mia idea.

Quando faccio fotografia di nudo, soprattutto le prime volte, mi trovo a volte sorpreso con me stesso perché ho lo stesso identico approccio sia che stia fotografando un corpo, una persona, (nudi o vestiti) sia che stia fotografando una bottiglia di vino o un qualsiasi oggetto. Uno dei tratti più pervasivi nel mio modo di fare fotografia è appunto quello di trattare tutto come se fosse un ritratto; quindi la cosa fondamentale è cercare di raccontare una storia, benché minima o molto semplice e, soprattutto, di raccontare qualcosa di quello che sto fotografando e di catturarne l'essenza. Probabilmente mi alieno anche un po' da quello che sto fotografando, nel senso che cerco di spogliarmi di tutti i costrutti sociali che ci sono sul soggetto oltre la mia lente e di rappresentarlo nel modo più semplice e puro che posso. Per questo il nudo è assolutamente una delle mie forme di fotografia preferite, perché se fotografi una persona con dei vestiti spesso, la persona è alterata. Il vestito è pur sempre una maschera che ci mettiamo. Mi è capitato molto spesso, durante sessioni di ritratto classico, che il ritratto di una persona vestita esca "falsato", anche se gli abiti non si vedono nell'inquadratura, mentre se la persona è nuda il viso risulta molto più comunicativo anche se il corpo non è inquadrato. Il fatto stesso di essersi spogliata significa aver raggiunto un certo grado di confidenza e fiducia, condizione necessaria per ottenere un ritratto rappresentativo della persona.

Una persona nuda è più sincera sia con sé stessa che con la persona che ha di fronte, con molti meno ostacoli visivi e psicologici.





Il corpo nudo e la moda

MODA, NUDITÀ MASCHILE E ANDROGINIA

Indignazione, rabbia, disprezzo. Questa la risposta di buona parte del web alla pubblicazione su *Instagram* della campagna pubblicitaria di Valentino nella primavera del 2021: un autoritratto dell'artista Michael Bailey-Gates, che appare nudo (senza i genitali in vista) come una sinuosa figura androgina dalla chioma fluente e una borsa appesa al piede.

Nudità e androginità sono gli elementi chiave su cui riflettere per comprendere questa reazione.

Il corpo nudo di un uomo è apparso per la prima volta in una campagna pubblicitaria nel 1968 in uno scatto di Jean-François Bauret per pubblicizzare il marchio di *underwear* Selimaille. Nessun prodotto in vista, ma solo il corpo nudo del modello che, con lo sguardo diretto verso l'obiettivo e un immacolato candore, emerge da uno sfondo scuro come un assolo di profonda e audace intimità. I genitali sono ben coperti dalle mani e dalla posa. Lo scatto provocò un clamore simile a quello a cui assistiamo oggi. Poco tempo dopo, Yves Saint Laurent apparve nudo per pubblicizzare la sua fragranza. Furono due momenti epocali, che lentamente aprirono le porte al nudo maschile nella fotografia di moda. Non a caso, in coincidenza della "rivoluzione sessuale". Prima del 1968, infatti, era impossibile avere accesso ad una fotografia di un uomo nudo, o per lo meno, era molto difficile, soprattutto attraverso i media di massa. Questo perché status, potere e appartenenza al genere maschile venivano comunicati principalmente attraverso gli abiti ed un comportamento aggressivo, e non attraverso il corpo e la sua esposizione. Oggi, invece, nello spazio pubblico, nella moda e soprattutto nella realtà virtuale, la visibilità del corpo maschile, più o meno svestito, fa parte integrante del panorama visivo contemporaneo. Una nudità molto spesso machista, che ricalca il modello estetico atletico della statuaria classica greca, in cui è il corpo stesso a diventare un sostituto del fallo. Da cosa è dipeso questo cambio di rotta? Da quando, grazie all'emancipazione femminile, il comportamento aggressivo è diventato sempre meno accettato socialmente, gli uomini hanno dirottato la manifestazione della mascolinità sull'esposizione di una fisicità erculea e l'esibizione erotica di sé. È come se i muscoli rassicurassero gli uomini che quella posizione di dominio e superiorità, che nell'ottica patriarcale spetterebbe loro per diritto naturale, verrà garantita. L'esplosione di calendari, pubblicità e servizi fotografici con maschi alfa con poco addosso, come calciatori e atleti di ogni sorta, rientra in questa cornice. Le donne, d'altro canto, hanno contribuito in nome della parità dei diritti al consolidarsi di questo fenomeno, trattando e guardando gli uomini nel modo in cui sono state considerate per secoli: come oggetti. A ciò va aggiunta l'incertezza dell'epoca post-moderna in atto, che fa del corpo l'unico strumento per plasmare la propria identità e ottenere una parvenza di controllo sulla realtà. Il consumismo ha fatto il resto, nutrendosi delle nuove insicurezze di cui sono vittime anche gli uomini. La nudità maschile, parziale o totale, non è quindi una novità nella moda. A creare scandalo, questa volta, non è tanto l'assenza di vestiti, quanto la tipologia estetica proposta: un corpo androgino. L'antifemminilità è il cuore dell'idea storica di ciò che significa essere uomo. Bisogna nota-

re come nel corso dei secoli, seppur con molte resistenze e timori, in modo lento e progressivo, la mascolinità sia stata socialmente accettata nella donna, nella moda come negli atteggiamenti. Questo perché le donne si sono avvicinate al modello dominante, quello maschile. Ciò non è accaduto inversamente con gli uomini, perché la femminilizzazione dell'uomo assimila gli uomini alle donne, considerate per secoli come esseri inferiori. È questa la radice da estirpare alla base dell'indignazione. Una voce, quella di Pierpaolo Piccioli, attuale direttore creativo di Valentino, che si unisce al coro formato da Rick Owens, J. W. Anderson, Hedi Slimane per Celine, Alessandro Michele per Gucci e Anthony Vaccarello per Saint Laurent, solo per citarne alcuni. Designer che stanno già da tempo proponendo modelli estetici e comportamentali non conformi alla mascolinità egemonica. Il messaggio di questi creativi non è impositivo, ma di inclusività, o per meglio dire di umanità, presupposto essenziale per avere un mondo che dia la possibilità a tutti di esprimere liberamente, a partire dal corpo, la propria voce senza essere marginalizzati o considerati cittadini di serie B.





Basta con i costumi da Bagno

Alcuni anni fa, durante un soggiorno termale, avevo vissuto un'esperienza di particolare percezione che mi aveva riportato nella profonda essenza del mio corpo, a lungo disabitata. Come in un incontro di due antichi amanti, una parte di me stava ritrovando l'altra parte, quella più remota, istintiva, selvaggia e creativa, quella che per la sua essenza spontanea, aveva a volte un po' spaventato la tranquilla routine di persone a me vicine e per questo era stata celata.

Le piscine termali erano invitanti e nell'acqua io danzavo liberamente, ritrovando lentamente il mio centro. Oltre a ciò avvertivo sempre più la necessità di svelare il corpo, come ho fatto per anni, danzando nuda nella libertà dei miei spazi. Se già da ragazza amavo sentire la mia pelle nuda nel contatto con la terra e con l'erba, ora sentivo anche il desiderio di condividere con altri la mia natura ritrovata. Alcuni amici, insospettati naturisti, si accorgevano da alcune mie parole del mio cambiamento e, timidamente, mi proponevano di trascorrere qualche giornata insieme al mare. Ero incredula ed entusiasta e nel cuore sentivo un nuovo senso pace. Quando poi mi capitava di indossare il costume da bagno, mi sentivo quasi a disagio, trovandolo innaturale, scomodo, artificioso. Mi pareva di perdere anche una certa naturalezza nei movimenti alla quale non ero disposta a rinunciare. E così da quest'anno ho deciso di andare oltre e di non scendere più a compromessi. Basta! Basta con i costumi da bagno e con le terme e le piscine dove si è obbligati a stare vestiti. Avevo bisogno di rivedere il mare e di immergermi per alcuni giorni nel suo magnetico respiro, magari ammirando qualche bel tramonto! Già, ma dove trovare una spiaggia naturista raggiungibile senza auto, dove potermi rilassare del tutto e fare nuove amicizie? Comincio a cercare sul web e il mio occhio cade sulla Toscana. Leggo sulla cartina "San Vincenzo" e mi viene in mente il racconto di un'amica che aveva fatto due anni fa un giro su quella parte della costa dipingendome-la come un luogo incantevole ricco di storia e piuttosto variopinto, un luogo che io non avevo mai visto e dove, (meraviglia!) fermava pure il treno! Ma tra il dire e il fare c'è sempre di mezzo... Il mare e così, presa dai ritmi di lavoro che intanto aumentava, mi sono ritrovata all'inizio di luglio senza aver prenotato nulla e con la strana sensazione di aver fatto i conti senza l'oste: il tempo passava veloce e ogni giorno in più avrebbe potuto costringermi a rinunciare alla mia meritata vacanza nuda. Presa da improvviso affanno, contatto l'ufficio turistico locale che mi invia subito tutte le informazioni; poi comincio la ricerca quasi scoraggiata dai primi prezzi alti che leggo. A quel punto contatto anche l'amico Massimiliano di A.N.ITA che, ricordo, mi aveva fatto accenni su San Vincenzo e sulla sua spiaggia naturista e che, infatti, mi mette in contatto localmente con Maria, una persona meravigliosa, alla quale va tutto il mio affetto e la gratitudine per il suo cuore, la sua grande generosità e per la bellezza unica dei momenti trascorsi insieme. Ci siamo quasi; manca solo l'albergo. Dopo uno scambio di messaggi con un hotel del centro che mi pare adatto per il mio soggiorno, riesco a fissare le date. Mentre faccio la valigia, butto l'occhio sul pc ancora acceso, dove appare una scritta che interpreto come un singolare quanto ammiccante messaggio dell'universo: "I want you naked". Sorrido.

Quel giorno a San Vincenzo c'era stato un forte acquazzone, il mare era agitato e non si poteva stare in spiaggia. Dal balcone della mia camera mi arriva sul viso il profumo del mare e, mentre lo ammiro, penso alla bellezza di poter dormire ascol-

tando la sua voce. Poi stempero le ore di viaggio con una rilassante passeggiata in centro. Il giorno dopo, con grande gioia, vado per un sopralluogo con Maria alla spiaggia naturista del Nido dell'aquila e studiamo insieme per me la maniera di raggiungerla in autonomia con il bus. Nonostante il tempo ancora incerto e il mare agitato, trovo il luogo affascinante con quel mare dall'orizzonte mutevole, tra il blu, il nero, l'argento e l'oro. Nei giorni seguenti Maria mi presenta agli amici: tutte persone simpatiche e interessanti. Qui mi sento subito accettata come in una grande famiglia e questo mi riempie di gioia, perché sento che con queste persone posso dividermi senza temere che quel mio lato intimo e selvaggio venga frainteso. Le nuove frequentazioni mi coinvolgono con naturalezza e decido di associarmi ad A.N.ITA., un passo significativo per me, che difficilmente aderisco ad associazioni. Questa volta però è diverso, perché so che entro in una famiglia, dove, credo, saprò anche rendermi utile, circondata da persone affini e affettuose. I giorni passano e, anche troppo velocemente, arriva il momento di tornare a casa, ma torno serena e con spirito leggero, perché ciò che ho vissuto è in me, prezioso complice dell'incondizionato ritorno alla mia essenza più antica e vera.





Ravioli salsiccia verdure e robiola

Buongiorno a tutti, amici naturisti, sono Aldo pratico naturismo dal 1978 e sono socio di A.N.ITA da 6 anni. Una mia grande passione è la cucina e mi piacerebbe condividere con voi una ricetta che secondo me va bene in questa stagione, davanti ad un caminetto.

Ricetta: per 4 persone: *Ravioli ripieni di salsiccia verdure e robiola.*

Ingredienti

Per la pasta:

2 etti di farina,
2 uova,
un cucchiaio di olio extra vergine di oliva,
sale q.b.

Per il ripieno e il condimento:

200 gr di salsiccia,
1 carota 1 gambo di sedano,
uno scalogno,
100gr di robiola,
sale,
1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva,
mezzo litro di vino rosso.

Impastare la farina con le uova, l'olio e il sale. Una volta ottenuto un impasto senza grumi e omogeneo, ricoprire con della pellicola e far riposare in frigo almeno un paio d'ore.

Per il ripieno: togliere il budello alla salsiccia e sbriciolarla; metterla in una pentola con le verdure sminuzzate, aggiungere olio, sale e il vino e lasciar macerare il tutto 6/8 ore o anche tutta la notte. Poi, una volta macerato, cuocere 45 minuti a fuoco lento e, una volta pronto, filtrare la carne con le verdure (tenendo da parte il liquido rimasto) e passare il tutto nel mixer in modo da fare una crema omogenea alla quale va aggiunta la robiola.

Tolta dal frigo la pasta, impastare e stenderla sottile a mano o meglio usando le apposite macchine, e magari gli appositi stampini per semplificare.

Stendere uno strato di pasta e aggiungere il ripieno; poi ricoprire il tutto con uno strato di pasta e tagliare i ravioli nelle dimensioni preferite. Infarinare e lasciare a riposare un'oretta.

Bollire l'acqua e quando è calda cuocere 6/7 minuti. Scolare e buttare in una padella dove avrò scaldato il ripieno avanzato con un po' del liquido filtrato. Impiattare aggiungendo una spolverata di parmigiano e... BUON APPETITO



Aldo Bossa



I PROSSIMI

APPUNTAMENTI



12 DICEMBRE

"A NAKED LOVE"

ESCLUSIVA TEATRALE

A.N.ITA.



19 DICEMBRE

PRANZO DI NATALE A

RIVERGARO (PC)

31 DICEMBRE

ULTIMO DELL'ANNO IN

VALSESIA SCOPA (VC)



31 DICEMBRE

ULTIMO DELL'ANNO AL

BED&BREAKFAST MU&MU (MN)

7 GENNAIO 2022

GIORNATA

BENESSERE A

GARDACQUA



MAGGIORI INFO SU
WWW.ITALIANATURISTA.IT

CONCORSO FOTOGRAFICO "LIBERI... NATURALMENTE NUDI" II^ EDIZIONE

DOPO L'ENORME SUCCESSO DELLA PRIMA EDIZIONE DEL CONCORSO FOTOGRAFICO DI A.N.ITA.
SI TORNA E SI TRIPLICA, DA DUE A SEI CATEGORIE.

1 **SENZA TEMA: FOTO IN BIANCO E NERO MA
CON L'OBBLIGO DI MODELLO/A NON PROFESSIONISTA**

2 **NAKED FAMILY: RITRATTI DI NATURISMO FAMILIARE**

3 **ANIMALI "NATURISTI": FOTO DI NUDO
CON I PROPRI AMICI ANIMALI**

4 **NUDI IN "ROVINA": RITRATTI TRA ROVINE,
CAMPI, CASTELLI**

5 **"L'AMORE È UNA COSA MERAVIGLIOSA"
BACIA CHI VUOI, ESPRESSIONI D'AMORE**

6 **LA MIA SPIAGGIA DEL CUORE: RITRATTI SULLE
NOSTRE SPIAGGE**

PER INFO E ISCRIZIONI: WWW.ITALIANATURISTA.IT

Auguri di Buone Feste
da tutto il Consiglio Direttivo



WWW.NATURISMOANITA.IT



WWW.ITALIANATURISTA.IT

