LA PEDAGOGIA DELLA SOPRAVVIVENZA IN NATURA:

Dalla scuola attiva ai nativi americani

Di: Giulio Grignaffini

“Non accontentarti di stare sulla difensiva e di schivare il peggio,

ma va incontro agli ostacoli,

deciso a superarli e a trarne vantaggio in qualche modo”

Baden Powell

INDICE

Prefazione

Capitolo 1.
Le leggi della natura

Capitolo 2.
Outdoor Education

Capitolo 3.
La via dei Nativi Americani
3.1 The tracker
3.2 Piccolo Albero
3.3 Insegnamenti dei nativi

Capitolo 4.
Attività dei nativi americani
4.1 La caccia
4.2 Il fuoco
4.3 Il Totem

Capitolo 5.
Natura che educa
5.1 Gli elementi
5.2 Consigli per un'educazione in natura

Bibliografia
Ringraziamenti

Introduzione

Questi scritti nascono dalla conclusione di un bellissimo corso di sopravvivenza, che ho frequentato con la scuola Wild Survival, nella zona di Salsomaggiore Terme. Dopo tanti anni che frequento la natura, ho deciso di confermare alcune delle mie conoscenze e approfondirle.
Nella scuola, mi aspettavo di trovare molti tecnicismi, prove da affrontare, avventure, come effettivamente è stato. Devo dire che il corso, però, ha superato di gran lunga le mie aspettative.
Oltre a queste cose utili ed appassionanti, ho ricevuto una ricchezza dalle relazioni che ho trovato nel corso: vera collaborazione, disponibilità e confronto; persone che come me hanno voglia di avventura e di giocare.
La cosa che mi ha colpito di più è l'aspetto spirituale del corso, una comune contemplazione della natura, un desiderio di percepirne la bellezza. L'avventura e il gioco fanno parte della nostra essenza primordiale; ci sono animali che oltre a soddisfare i loro bisogni primari giocano, come i delfini che corrono dietro alle navi che viaggiano o vanno incuriositi a visitare i subacquei, oppure la lontra, considerata un animale giocoso per eccellenza. Questi animali non vivono solo nella natura, ma ne godono. Saltano tra le onde del mare, provano piacere nel muoversi nell'acqua, nel lottare tra loro a rubare gli oggetti trovati nel bosco.
Uno dei motti che conservo da un film comico che ho visto è questo: "non smettiamo di giocare perché invecchiamo, ma invecchiamo perché smettiamo di giocare". È la mente che guida il corpo e sceglie per lo spirito, e una mente giocosa che ha voglia di avventura è sempre giovane, ha voglia di vivere, è felice.
Ho scritto queste righe perché sono anche un educatore e tutor DSA, mi interesso di educazione per passione insieme a mia moglie Meri, educatrice in una scuola dell'infanzia. Ricerchiamo per i nostri figli un metodo legato alla natura e un po' critico rispetto a questa società seria e piatta, egoista e materialista. Sembra che le persone abbiano perso la voglia di avventura, la voglia di esplorare. Ci si trova per stare seduti o per parlare male degli altri, ci si vede come ingabbiati nello stesso luogo, senza accorgerci della bellezza che ci circonda e senza domandarci quali doni la natura abbia in serbo per noi.
La sopravvivenza ci permette di esplorare questi doni, superando le paure di quell'ambiente naturale che ci appare sconosciuto. Una volta che impariamo ad adattarci, passiamo dalla paura alla contemplazione del creato e la sopravvivenza

diventa il mezzo per scoprire tutto il possibile di quello che la creazione ci predispone.
Ecco perché la natura e la sopravvivenza sono educative e lo sono per eccellenza: nella natura c'è una lezione per ogni cosa, possiamo imparare dalle piante, dagli animali, dall'osservazione, dai tentativi tenaci di procacciarci l'autosussistenza. La natura alterna lezioni prepotenti a momenti di pace assoluta e silenzio, pari a nessun altro contesto. Abbiamo dimenticato la capacità di fermarci e percepire l'essenza, l'energia, gli insegnamenti di questa natura maestra.
Un popolo ancora legato alla creazione è quello degli indiani d'America, che conoscono tecniche per prosperare nella natura e per educare figli autonomi, come l'educazione vera richiede. Sono abituati alla relazione profonda, senza tanti fronzoli. Gli indiani giocano, sono creativi e spirituali, cacciano con rispetto e spirito di ringraziamento. Nella ricerca di queste scritture e nel corso di sopravvivenza, ho fatto un viaggio spirituale profondo che mi ha permesso di pormi domande sul senso della vita e sul ruolo dell'uomo come specie che domina il nostro mondo.
L'educazione come molti la intendono non è un raddrizzare la schiena con punizioni ed urla, né inculcare concetti, ma è una totalità di corpo, mente e spirito che parte dall'esempio. Io penso che in qualsiasi religione o cultura, questa fusione delle parti in gioco, la possiamo ritrovare nell'immersione del creato. Per gli indiani d'America anche gli alberi hanno un'anima, per i cristiani lo Spirito Santo è un fuoco ardente o un rombo di tuono impetuoso. Ed ecco la natura che si manifesta all'uomo, perché di essa siamo fatti, ad essa siamo legati, con essa ci ritroviamo profondamente.
Per gli indiani la natura è sempre buona, anche la tempesta serve a ripulire un bosco dai rami secchi, un inverno freddo dà energia alle radici delle piante. La pioggia è stupenda, riempie la terra di batteri estremamente benefici perché migliorano il sistema immunitario dell'uomo. Anche un gelo in primavera, chiamato "inverno delle more", permette a questi frutti di sbocciare e dare beneficio a tutti gli animali. La natura pertanto è maestra, alternando momenti di pace, contemplazione, piacevolezza, a momenti bui che richiedono astuzia, preparazione e resilienza; gli stessi elementi richiesti ad ognuno di noi per la vita di ogni giorno.

Capitolo 1. Le leggi della natura

Per parlare di educazione, cioè tirare fuori qualcosa che c'è dentro di noi, bisogna partire parlando di quale posto ha l'uomo nella natura. Qual è il suo compito? Dove sta il suo ruolo?

Credo, e alcune ricerche me ne hanno dato conferma, che esistano delle leggi oggettive che guidano il creato e nonostante la specie dell'uomo abbia la possibilità di vivere l'introspezione e fare scelte, queste leggi ci vincolano a noi come ad ogni altra specie vivente.

Possiamo certo discostarcene, ma la pena per questo risulterebbe disordine, infelicità e la perdita del senso stesso della vita.

Nel libro di Manitonquat[1] si parla di leggi della natura come istruzioni della madre terra.

Il punto focale dell'educazione, rispetto a queste leggi della natura, sta nel fatto che possiamo educare ed essere educati, se prima comprendiamo chi siamo e a cosa apparteniamo.

Dobbiamo avere consapevolezza e rispetto della nostra casa perché, per prima cosa, solo dopo un'etica morale accettabile possiamo utilizzare i doni e le potenzialità che la natura ci offre; sono doni gratuiti che ci spettano di diritto.

Senza queste leggi l'uomo si smarrisce, soffre e si concentra su beni materiali per riempire vuoti esistenziali. Le pratiche concrete di vita come la caccia, la pesca, i rifugi, la raccolta di erbe, le piante sono totalmente lontane da noi fino ad ottenere oggi l'etichetta di "inutilità".

Ci siamo allontanati dalla nostra essenza, perché abbiamo perso la consapevolezza della realtà. Educare allora diventa un atto di ribellione, progredire e crescere è depurarsi dai limiti sociali, dai pregiudizi e dagli stereotipi che ci impediscono di abbracciare la natura per la semplicità qual è.

Educare è formare un'ecologia dell'ambiente, del corpo e della mente. Liberarci dalle distrazioni e ritornare a essere presenti nel momento attuale. Educare è imparare a gioire del creato e delle creature, divertirsi e giocare. Significa formare e trovare identità uniche e non omologate, libere di pensare senza giudizi, pregiudizi, stereotipi sociali. Amare senza doppi fini e vivere senza correre dietro alle trappole del lavoro, del soldo, del possesso.

Manitonquat dice che un albero di mele è stato creato per fare le mele e l'uomo ha, come l'albero, i suoi compiti, le sue istruzioni, l'origine del suo creato. Queste istruzioni sono la strada per la felicità e per essere sé stessi.

La prima istruzione è il **Rispetto**. "Gli esseri umani hanno il dovere di rispettare quello che non hanno creato e di onorare la sacralità dei doni che ci sono stati gratuitamente offerti"[2]. L'uomo invece distrugge, consuma e dissipa questi doni,

[1] Manitonquat, *Gli antichi insegnamenti dei nativi americani*, Terranuova edizioni, 2009

[2] Ivi, p. 30

dimenticando la spiritualità che vive dentro di lui. Il rispetto è qualcosa che si può scegliere. "Le nostre società hanno perso le istruzioni originarie e il rispetto non si insegna più ai bambini. Spesso si pretende, ma questo non è il modo per insegnarlo. Il modo per insegnarlo è mostrarlo"[3].
Nella nostra società le mancanze di rispetto sono tante, dagli anziani considerati inutili, fino a razzismi religiosi o culturali. L'unica cosa che sembra meritevole di rispetto è la ricchezza materiale, incentivata come modello sociale.
Un altro rispetto di fondamentale importanza è quello verso se stessi. La ricerca del proprio posto nel creato. Molti sono bloccati in modelli di comportamento per paura di essere giudicati o sviliti, comportamenti senza gioia e meraviglia. Vivono per ammazzare il tempo.
Rispettarsi è dare attenzione alla propria mente, corpo e spirito, allontanandoci dalle scuse e da quelle forme vittimistiche che ci richiudono nella zona di comfort, impedendoci di fare esperienze vere e di avere occasioni di crescita.
La seconda istruzione originaria è la **Relazione**. Quest'aspetto è subito visibile nelle tribù indiane, che crescono i figli insieme, parlano apertamente davanti al fuoco piuttosto che guardare tv e social. La relazione arricchisce la crescita e ha una forza terapeutica sui traumi. Le relazioni devono però essere intese libere, senza doppi fini, senza controllo dell'altro, allo scopo di volersi bene. L'uomo è fatto per vivere in gruppi, cooperare e non competere, questo l'agevola in molti aspetti come nella caccia di persistenza.
Una comunità che incoraggia è positiva e non giudica, rinforza l'identità del singolo e aiuta a superare le difficoltà. La società vive bene se fatta di famiglie unite e comunità che collaborano.
La terza istruzione originale è il **Ringraziamento**. Consiste nella virtù di sforzarsi a vedere il bello dell'esistenza. Ringraziare ci dà forza nei momenti bui, favorisce la resilienza e ci fa essere in comunione con la natura.
"Quando viviamo pienamente è sempre un buongiorno per morire"[4] dicono i nativi. Una delle tecniche consigliate da Robin Sharma, in uno dei suoi più grandi capolavori, il libro *Manuale per eroi di tutti i giorni*[5], è quella di scrivere un diario della gratitudine, per predisporre la mente alla mentalità positiva. Questa tecnica, se diventa abitudine, cambia il modo di pensare e ci trasforma in persone più allegre. Educare significa vedere i lati positivi dei propri figli. Tifare per loro pienamente. Stessa cosa vale per una coppia di sposi.
Un bellissimo esercizio è il cerchio della stima, che consiste nell'elogiare a turno un membro del gruppo nel cerchio, su qualità reali che costui possiede. Per imparare ad amare è fondamentale l'impegno a ringraziare, anche per le doti personali che possediamo, doti che ci distinguono gli uni dagli altri. Ci sono poi tante altre istruzioni che per natura fanno parte di noi, come la consapevolezza l'onestà,

[3] Manitonquat, *Gli antichi insegnamenti dei nativi americani*, Terranuova edizioni, 2009, p. 35
[4] Ivi, p. 59
[5] Robin S. Sharma, *Manuale per eroi di tutti i giorni. Risveglia la positività, alimenta la produttività, aiuta il mondo*, edizioni TEA, 2022

l'umorismo e l'allegria, l'umiltà, generosità e ospitalità. Manitonquat, nelle sue ricerche, pensa che seguire tutte queste istruzioni e lasciar perdere le distrazioni della cultura di massa, predisposte per il guadagno e il consumo, ci portino a una felicità profonda e duratura.
È evidente che la società si è allontanata da queste istruzioni originarie, lo stress, le corse, per possedere sempre più e per alzare lo status sociale. L'educazione che dà la natura è il contrario di questo, è fatta di codici semplici.
Un'ultima menzione tra le istruzioni originarie è il **Coraggio**. Significa tante cose: come dominio della propria paura, capacità di fare la cosa giusta o trattenersi, se riguarda l'opzione che causa meno danni.
Focus interessante è il coraggio di opporsi all'omologazione sociale, l'essere sé stessi. Anche a crescere ci vuole coraggio, perché molte delle nostre convinzioni vanno messe in discussione, abbandonando una parte del vecchio Io, per lasciare spazio ad un nuovo sé.
"Abbiamo accettato incondizionatamente il sistema di credenze dei nostri genitori, compagni, nazione, società?"[6]. Le istruzioni originarie sono la guida che la natura ci offre per essere felici, per volerci bene e convivere in un ecosistema di rispetto. Seguire queste linee guida significa partecipare ai piani della creazione, garantirci un futuro, predisporci alla pace e all'uguaglianza di tutti.

[6]Manitonquat, *Gli antichi insegnamenti dei nativi americani*, Terranuova edizioni, 2009, p. 182

Capitolo 2. Outdoor education

Un modello educativo molto interessante è quello dell'educazione all'aperto, molto legato alla natura e utile anche nella sopravvivenza.

L'Outdoor education ha iniziato a diffondersi solo da pochi anni in Italia e solo nelle scuole dell'infanzia, con le "scuole nel bosco". È una progettazione educativa che nasce nei paesi scandinavi e deriva dalla cultura "Friluftsliv". Una cultura di rispetto profondo per la natura, una vera unità spirituale con essa. Vivere nella natura significa anche apprezzare il tempo atmosferico di ogni tipo: "non esiste il brutto tempo, ma solo il giusto equipaggiamento"[7]. Uscire e giocare con la pioggia, la neve, il fango, frequentare la natura anche in inverno, tenendo sempre in attività il proprio corpo per crescere più sani e robusti.

"Essere attivi all'aperto ogni giorno aiuterà a sviluppare un senso dei luoghi ed eserciterà un impatto ben maggiore sulla salute, rispetto al recarsi in un'area selvaggia una volta all'anno" [8] . Friluftsliv significa stare bene, fare attività, rasserenarsi dallo stress senza competere, ma considerando ognuno uguale all'altro.

Frequentare la natura secondo questo concetto significa contemplare e disconnettersi per riconnettersi.

I social, il lavoro, le burocrazie, la tecnologia ci portano via da casa nostra, ma noi siamo fatti per stare nei boschi e la nostra mente ha bisogno di questo.

"Uno studio ha dimostrato che stare nella natura è la terza strategia di coping, dopo parlare agli altri del dolore e contemplare il significato della vita in solitudine. In Svezia il tempo della natura è una delle strategie più importanti per affrontare una diagnosi di cancro"[9]. La natura spinge alla salute, all'attività fisica, all'aria pura e distensione mentale. Queste cose riducono numerosissime malattie e rallentano il processo della vecchiaia. I bambini nell'educazione Outdoor, che riprende questi concetti di Friluftsliv, nei paesi scandinavi vengono lasciati dormire all'aperto anche nelle stagioni più fredde, coperti adeguatamente, raggiungendo anche temperature sotto gli 0°C. Questa pratica riduce di gran lunga le malattie a casa e negli asili. L'esposizione al freddo migliora il sistema immunitario.

Negli asili, come racconta Federica Pepe, i bambini hanno delle tute impermeabili (overall) ed escono ogni giorno, in tutte le condizioni possibili, tranne in casi in cui il clima può costituire un pericolo. Nelle scuole che praticano questa educazione "gli

[7] Robert Baden-Powell, generale, educatore e fondatore del Movimento Scout

[8] Linda Akeson McGurk, *L'arte nordica della vita all'aperto manuale di friluftsliv, ritrova benessere ed equilibrio a contatto con la natura*, edizioni il punto d'incontro, 2023, p. 22

[9] Ivi, p. 27

insegnanti ci sono e sono responsabili, ma si considera formatore pure l'ambiente naturale. Un tronco è una sfida per il piccolo che sceglie di arrampicarsi, per scoprire movimenti, testare il proprio equilibrio. Il cambio colore delle foglie spiega il ciclo delle stagioni"[10]. Qualche rischio fa parte del gioco, per abituare i bambini al limite tra la sicurezza e il pericolo. Un esempio pratico può essere quello di un bambino che non viene mai lasciato cadere e quindi non sapendo cosa significa farsi male, può mettere molto più a rischio la sua persona nei vari tentativi di conoscere la sua motricità.

"Dal piccolo uomo sapiens che segue gli adulti raccogliendo radici ai bambini che entrano in classe e stanno 4-5 ore seduti al banco i cambiamenti sono stati enormi"[11] e le occasioni di vivere e imparare le istruzioni originarie e le pratiche naturali diventano sempre più remote, questo, come abbiamo potuto vedere nel capitolo uno, porta ad un decadimento della felicità e ad un aumento dello stress, con conseguenti malattie.

"Oggi vediamo crescere un analfabetismo funzionale, con ragazzi e bambini che faticano a comprendere un testo scritto, per il fatto che vivono sconnessi dal reale, in un mondo urbano e tecnologico, privo di osservazione, di impegno, di rischi e di concentrazione. È il momento di chiedersi se esistono tipologie di educazione diverse, capaci di accogliere le esigenze degli studenti"[12].

I danni dovuti alla mancanza dell'ambiente naturale sono reali, in noi è rimasta traccia di quel passato trascorso nel verde, dentro di noi resta ancora l'aspettativa di vedere alberi e foglie, di sentire la terra sotto i piedi e alzare gli occhi per scorgere il cielo.

Esiste il "Nature deficit desorder", ovvero il disturbo da deficit di natura. L'aria aperta è stato il nostro ambiente naturale per così tanto tempo, che privarcene provoca sofferenza.

Ci sono studi che confermano l'impatto del verde sul nostro corpo e umore. Rilassa, calma, abbassa il livello di cortisolo (ormone legato allo stress); favorisce la concentrazione, riduce i sintomi legati a depressione o ansia e ha effetti positivi sul sistema immunitario. Permettere ai bambini di trascorrere tempo nella natura, familiarizzando con l'ambiente, imparando attraverso la pratica e l'osservazione, è più "normale" che costringerli in un'aula.

[10] Federica Pepe, *Outdoor educazione senza confini,* edizioni Sperling e Kupfer, 2025, p. 16
[11] Ivi, p. 29
[12] Ibidem

Maria Montessori pedagogista e psichiatra del 1900 credeva nell'autonomia e nella capacità del bambino di auto-educarsi attraverso l'interazione con l'ambiente.
"L'ambiente è capace di stimolare ogni senso, risvegliare la curiosità, permettere attività pratiche"[13].
Dewey, sempre pedagogista della scuola attiva di inizio 1900, parla dell'imparare facendo e provando. Sono gli errori, secondo l'educatore, a essere veri maestri e l'autocorreggersi porta ad un'autonomia più solida.
I veri scopi dell'educazione sottesi sono l'autonomia mentale fisica e spirituale. Un educatore o genitore ha avuto successo se i suoi figli non hanno più bisogno di lui, viceversa è da considerarsi un fallimento se i discenti sono resi dipendenti e incapaci di fare scelte autonome o incapaci di affrontare il rischio.
In Svezia esiste una materia chiamata "Natura" e consiste nel tempo da trascorrere all'aperto. La classe va nei boschi e impara da quello che trova, dagli stimoli che riceve ed osserva.
Nelle scuole e famiglie scandinave non si urla mai, i bambini sono trattati con rispetto assoluto dalle persone e dalle leggi. Urlare significa mancare di rispetto, insegnare a non controllare le emozioni e dare un esempio scorretto. Aver pazienza, motivare le scelte o le negazioni, insegna invece a gestire e regolare le emozioni. È l'esempio, la guida maestra per l'educazione. Diventa fondamentale allora il lavoro educativo da fare su di sé come genitore o come educatore.
Ecco che si apre l'Outdoor education come istruzioni originarie e le stesse degli indiani d'America.
Le istruzioni originarie sono quelle del rispetto, onestà, gioco, divertimento. Il rispetto è la prima cosa e anche gli scandinavi nelle loro leggi tutelano la natura, l'ambiente e il diritto a campeggiare, anche nelle terre private, purché nel rispetto dei proprietari. Il fuoco è permesso, ritenuto un diritto delle persone, un dono che ci è concesso dalla natura.
"In una foresta ogni vostro senso è coinvolto. Il profumo, il vento sulla pelle, il suono delle foglie o versi degli animali. Noi esseri umani ci interfacciamo con il mondo proprio attraverso i 5 sensi. Vista, udito, tatto, gusto, olfatto. Una delle critiche ai dispositivi digitali è il tempo sottratto all'esperienza e all'aperto. Chi sta davanti a uno schermo tiene a riposo i sensi e il corpo in generale"[14]. Pare che il cervello abbia bisogno di stimoli per rimanere attivo e la nostra soglia di attenzione è decisamente bassa in mancanza di stimoli che la riaccendono. Nel contesto dell'Outdoor education il movimento finisce con l'essere incoraggiato dalla situazione, diventando abitudine.

[13] Federica Pepe, *Outdoor educazione senza confini,* edizioni Sperling e Kupfer, 2025, p. 39
[14] Ivi, p. 102

I bambini che giocano fuori scaricano le batterie, tornano a casa con energia diversa: più sereni e calmi, soddisfatti. Questo giova all'autostima e al controllo emotivo.
C'è poi un altro aspetto fondamentale nell'educazione all'aria aperta: il gioco. Il gioco che appartiene per natura ai mammiferi e non solo, serve a tenerci in forma, ad affinare i sensi, a sviluppare controllo e concentrazione; a sviluppare intelligenza e socialità.
La sopravvivenza è quella disciplina che racchiude tecniche, contemplazione, sforzo fisico, gioco e tutti quegli elementi descritti fino a qua. La Sopravvivenza, come alcuni definiscono "vivenza", è la pratica di essere uomini per come siamo nati, per come siamo stati fatti e per come l'istinto ci richiama ad essere, noi stessi.
Ci sono alcuni popoli che vivono ancora così, come tribù africane, Indiani d'America, i Sami del Nord Europa o indigeni della foresta amazzonica.
La natura ha un altro fattore educativo estremamente importante, quello di mettere a disagio, mettere in crisi le persone. Queste cose educano, perché ci spingono a trovare soluzioni e ad acquisire competenze con il problem solving. La capacità a tenere duro e a essere creativi al massimo per risolvere i problemi non si insegna a parole, ma con l'esperienza, soprattutto quella che ci fa fare la natura nel diventare persone toste, sveglie e capaci. Può riassumersi nel concetto di resilienza. Solo nella privazione troviamo le risorse e l'ingegno per essere capaci di cavarcela in tutte le situazioni. La natura ci insegna la differenza tra le aspettative e la realtà, tra quello che crediamo che sarà e quello che effettivamente dovremo affrontare. Pensiamo di andare tra fiorellini e canti di uccelli a contemplare le stelle, invece ci troviamo sotto un temporale brutale e dobbiamo scavare per deviare l'acqua, picchettare la tenda e resistere al freddo.
La natura è maestra e ci ricorda che è lei che comanda, ci mantiene umili e piccoli. Noi ne facciamo parte, non ne siamo al di sopra e distruggerla ci autodistrugge. Ecco la componente ecologica che l'Outdoor education cerca di trasmettere: destreggiarci con le tecniche primitive, accendere un fuoco, rispettare la natura, rinforzarci e giocare, scherzare davanti allo stesso fuoco che guardavano i nostri antenati, sotto alle stesse stelle.
Alcuni pedagogisti sostenevano che l'uomo evoluto non può rispettare il suo mondo se non ha attraversato la via selvaggia della natura. La sopravvivenza è una superstrada per queste pratiche ed è una via d'accesso privilegiata per godere nella natura in sicurezza, senza correre rischi eccessivi. La sopravvivenza ci fornisce quelle abilità che ci permettono di prosperare in tutti i climi e in tutte le stagioni. L'uso di pellicce per il freddo, erbe curative, capacità di pesca, conoscenza delle abitudini

degli animali e loro richiami. Tutto questo proverò a descriverlo più dettagliatamente nei prossimi capitoli, anche attraverso la cultura dei nativi americani.

Capitolo 3. La via dei nativi americani

L'educazione, la sopravvivenza e le abitudini dei nativi passano per quello che loro stessi chiamano "La via".
La via è una conoscenza che parte da piccoli e arriva a comprendere in profondità la natura, le sue leggi e ancora di più l'energia e la spiritualità di cui la natura è intrisa e da cui la natura stessa è stata plasmata. Un po' simile al frilutsliv, è una cultura, un modo di vivere, un sentire, percepire, contemplare.
Gli indiani parlano l'unico linguaggio dell'esperienza e ritengono che alcune esperienze sono semplicemente inesprimibili. "Devi provare per sapere"[15].
Da qui in poi racconterò due storie realmente accadute, per far comprendere il concetto di "via" in modo più concreto, direttamente dall'esperienza dei nativi. Questa via di cui parliamo ha molto a che fare con la sopravvivenza e l'educazione.

3.1 The tracker

Tom è un bambino che vive nel bosco dei Pine Barrens (New Jersey, Stati Uniti). D'estate, mentre gioca nel bosco alla ricerca di fossili, incontra Rick, impegnato nella stessa attività. I due diventano subito amici e ben presto saranno fratelli adottivi. Rick non è sempre da solo, spesso gira con il nonno apache, nativo americano. Il nonno si chiama Lupo in agguato, un uomo saggio ed esperto nel tracking: il riconoscimento delle orme degli animali sul terreno. Questa pratica richiede di non perdere mai la concentrazione, mantenendo il contatto sull'ampia visione delle cose. Lupo in agguato diventa il maestro dei due bambini, insegna loro l'attenzione intermittente, dal dettaglio minuto, alla pista di una traccia, fino all'intero bosco.
"Il nonno mostrava una memoria spettacolare per la sua età e una capacità fisica molto robusta, movimenti talmente silenziosi da poter toccare animali selvatici senza farsi scoprire"[16].
Lupo in agguato mostrava ai bambini come vivere con i boschi, piuttosto che nei boschi; diceva sempre che "la natura non gli avrebbe mai fatto del male se si fossero comportati sempre nel modo giusto e se non si fossero fatti mai prendere dal panico"[17]. Possiamo dire, in sintesi, che questo è il principale credo dei nativi americani.

[15] Tom Brown jr, *The tracker il cacciatore di orme*, edizioni il punto di incontro, 2003, p. 27
[16] Ivi, p. 28
[17] Ivi, p. 32

Lupo in agguato insegna il rispetto assoluto della terra e delle creature, per vivere sulla terra senza sfigurarla. Insegna ad adattarsi al freddo per esserne immuni, esponendosi a temperature molto rigide. C'è una scena dove i due bambini vengono fatti camminare nudi nella neve fino a casa, per alcuni chilometri.
"Temprandosi al freddo rafforzano anche le menti e il fisico, ma è la mente quella che è più forte e comanda di resistere"[18].
Tom e Rick durante il tempo libero pensano alle tracce e agli animali da inseguire, diventando silenziosi fino all'invisibilità, percependo lo spirito della natura-che-vive-in-tutte-le-cose. Ogni animale dà spunti su cui riflettere, le sue abitudini danno importanti insegnamenti. Come la cincia, un uccello sempre allegro che in qualsiasi clima o tempesta che sia, si lancia all'avventura incurante dei pericoli, continuando a canticchiare allegramente. Oppure la volpe, che è talmente astuta da far perdere le sue tracce, tornando sui suoi passi o passando nell'acqua per depistare gli inseguitori. Ogni animale ha un suo carattere distinto dagli altri, dei doni speciali e peculiarità. Un'Aquila vola ed è l'animale più libero che esiste e di questo ne gode dall'alto, lasciandosi trasportare dal vento.
Tom e Rick approfondiscono le loro conoscenze, imparano a cacciare cervi, a stare isolati nel deserto per non temere più nulla, neanche le loro paure.
Tutte queste conoscenze portano il protagonista a diventare un cercatore di tracce, salvando molti turisti persi o aiutando le forze dell'ordine a catturare criminali nella foresta. Tom diventa difensore degli animali e dei boschi e aprirà una delle più importanti scuole d'America di sopravvivenza e attività incentrate sull'ecologia.
I nostri due personaggi diventano avventurieri, continuando a mettersi alla prova e superando i loro limiti. Gli insegnamenti del nonno danno loro un'autonomia e un'autostima valide, che consentono di affrontare ogni problema della vita e di usare i loro talenti. Il rispetto profondo della natura diventa rispetto per loro stessi e per gli altri. C'è un punto molto bello dove Tom vede dei bracconieri e capisce che la vera paura sta nelle devianze dell'uomo, che uccide gli animali per divertimento e non nel frequentare i boschi come un selvaggio.

[18] Tom Brown jr, *The tracker il cacciatore di orme*, edizioni il punto di incontro, 2003, p.60

3.2 Piccolo Albero

La seconda storia che vorrei raccontare è quella di Piccolo Albero, un bambino che rimane orfano a soli 5 anni. La necessità gli impone di andare a vivere coi nonni, nativi americani appartenenti alla tribù Cherokee. Questi sono poveri e vivono in una baita tra bellissime e selvagge montagne, contornate da fitti boschi. In poco tempo Piccolo Albero viene educato alle usanze indiane e la vicinanza alla natura gli dà una tale serenità e gioia da superare in tempi rapidi il trauma per la pesante perdita dei genitori. Il nonno gli insegna la caccia, la pesca e il profondo legame tra uomo e ogni essere vivente. Ogni risposta del nonno e del nipote nei riguardi della vita quotidiana, della politica e del rapporto con gli altri, viene data attraverso una lettura dell'ambiente naturale o degli animali che vi abitano. Ogni creatura insegna una nuova lezione: come "Ti-bi, l'ape, accumula più di quanto possa usare, così viene depredata dall'orso e dal procione… e dal Cherokee. Così vanno le cose con quelli che ingrassano e accumulano più di quanto non dovrebbero". Dice il nonno: "E sarà loro rubato. E ci saranno per questo guerre e faranno lunghi discorsi nel tentativo di tenersi più di quanto sia di loro spettanza"[19].
L'osservazione della natura dà ai protagonisti una purezza e innocenza rara, il che nella storia, contrasta con forza, rispetto ai ricchi e colti della società cittadina con cui talvolta si confrontano.
Il nonno possiede trucchi geniali per sopravvivere: come spingere i cani, per tenerli allenati, all'inseguimento di una volpe, talmente astuta, da impedire ai cani di trovare le sue tracce. Nella noia poi è la volpe stessa a provocare i cani per farsi inseguire e spezzare la monotonia delle giornate.
"Mentre la volpe rossa scappa, ricorre a mille trucchi: fa un cerchio a un miglio dalla sua tana o ritorna sui suoi passi. Avanza nell'acqua, lascia false piste e a mano a mano che si stanca, il cerchio si restringe sempre di più. Finché la volpe si rifugia nella sua buca, si rintana"[20].

[19] Forrest Carter, *Piccolo Albero*, edizioni Leonardo Paperback, 1991, p. 15
[20] Ivi, p. 26

3.3 insegnamenti dei nativi

Ogni storia di animali, ogni osservazione è per gli indiani un modo di educare attraverso l'esempio. È con il dialogo, imparando i segreti della natura, che si scoprono le cose belle, brutte della vita. L'educazione indiana sembra assomigliare alla proposta di Ivan Illich nel libro *Descolarizzare la Società*, dove il sapere si costruisce dai dialoghi tra compagni e maestro, dove le materie iniziano dalle richieste e dal sapere degli alunni.
I nativi vivono di essenziale, sono le loro competenze il vero tesoro. Capaci di mangiare, vestirsi e procurarsi gratuitamente tutte le cure di cui hanno bisogno.
La saggezza e la pazienza derivano da un contatto profondo, da un rispetto totale per l'ambiente. Ogni indiano ha un rifugio segreto per poter meditare in assoluto silenzio. La memoria e la concentrazione sono allenate, perché esercitate in continuazione per sopravvivere ed evitare pericoli. Anche i bambini hanno un loro ruolo e gli viene richiesto il massimo, nel rispetto delle loro capacità. A 6 o 7 anni un bambino nativo è quasi autonomo nel mondo naturale. Un esempio di resilienza simile è quello dei pastori nelle Ande in Perù, capaci di dirigere greggi interi in alta quota a soli sei anni, senza l'aiuto di nessun adulto.
Questo non significa che dobbiamo spingere i nostri figli a esperienze estreme, ma che il loro potenziale e i loro limiti sono molto superiori a quello cui siamo abituati, soprattutto nella civiltà occidentale. La loro intelligenza è capace di tanto, non lasciamola alienare seguendo gli stereotipi imposti dal vivere comune.
La capacità espressiva di un bambino che legge a tre anni è due volte superiore a un bambino che guarda televisione da quando è nato, ci sono ricerche a dimostrarlo, e non servirebbero neppure, lo possiamo osservare nel quotidiano.
Seguire la natura dona pazienza, le stagioni si susseguono e l'uomo non può decidere il momento in cui i fiori nascono, i frutti diventano maturi e non può pescare senza rispettare il ripopolamento dei pesci.
Piccolo Albero cresce forte con queste nozioni e ne è continuamente avido, così come è appassionato dei libri che sceglie nelle biblioteche.
"Tutti quanti hanno due menti", spiega la nonna di Piccolo Albero, "una ha a che fare con le necessità della vita fisica, l'altra è la mente dello spirito. Se per esempio approfitti sempre della gente e pensi a ricavare benefici materiali, devi contrarre la mente dello spirito tanto da ridurla alle dimensioni di una noce di hickory. La mente dello spirito è la mente che sopravvive quando tutto il resto muore. Quando rinasci

eccoti lì, nato con una mente dello spirito piccola, che in pratica non capisce niente di niente.
È così che diventi una persona morta. Le persone così, quando guardano una donna non vedono che porcherie, quando vedono altri individui, non vedono che cattiveria; quando vedono un albero non vedono che legname e profitto, mai bellezza. Morti che camminano"[21].
Per i nativi americani i modi per evitare che ciò avvenga sono la comprensione delle cose e l'amore, quelle stesse leggi di cui parlavamo nel capitolo 1, le regole originarie della natura.
La società di oggi è talmente arida di questi principi da aver dimenticato la mente dello spirito e la contemplazione, così come il ringraziamento. Ecco, allora vediamo che la disperazione dilaga.
"Quelli che ridono e dicono che della natura si sa tutto e che la natura non ha un'anima spirituale, non hanno mai assistito a una tempesta in montagna: quando partorisce la primavera, lacera i monti come una donna in preda alle doglie, che artigli la trapunta. Se un albero è mezzo cadente, a stento sopravvissuto ai venti invernali, e lei pensa che vada tolto di mezzo, lo sradica e lo scaglia giù dal monte. Lei passa sui rami di ogni cespuglio e di ogni albero, e dopo aver tastato tutt'attorno con le sue dita di vento, li pulisce e depura di tutto quanto è debole. Se pensa che un albero debba essere eliminato e non basta il vento a farlo crollare, una vampa, e tutto quello che ne resta è una torcia accesa da un colpo di fulmine. Perché lei è viva e ha le doglie. Chi non ci crederebbe?"[22]
La brutalità della natura ci impone di rispettarla, rispettandoci.

I nativi hanno anche una visione interessante su quello che riguarda i doni, considerando anche le cose della natura come tali. Secondo loro, "insegnare a uno, ad arrangiarsi da solo, lo aiuti, ma se invece gli dai qualcosa non gli insegni nulla, anzi, dovresti continuare a dargli tutta la vita e così facendo gli procuri un danno, perché se finisce per dipendere da te gli togli il suo carattere, glielo rubi"[23].
La resilienza incarna questo principio, volere insegnare attraverso le privazioni e le prove ai figli, stare in piedi da soli.
Il nonno di Piccolo Albero insegna l'educazione. Insegnando un mestiere. E rimanendo attaccato ai valori. L'onestà dell'economia, fare del proprio meglio, curarsi dei propri simili, elementi più importanti di ogni cosa. Tutte queste cose

[21] Forrest Carter, *Piccolo Albero*, edizioni Leonardo Paperback, 1991, p. 61
[22] Ivi, pp. 99-100
[23] Ivi, p. 141

valgono molto di più del resto e rendono felici. Le persone, il totale rispetto, le tecniche del bosco, la contemplazione della natura, il vivere spiritualmente le connessioni di ogni cosa, senza alterare la creazione portano alla via del Cherokee, che dona profonda serenità e felicità.
Nella via dei nativi americani tutto passa dall'esperienza e dagli errori, visti come tentativi per il successo. Anche la tribù ha una sua utilità educativa, ogni membro si abitua a esporsi davanti al grande gruppo e non viene giudicato, ma incoraggiato. Questo aspetto è fortemente educativo, così come le relazioni di rispetto e fiducia. I più anziani danno la loro opinione, ma imparano anche da quelle dei giovani.
La forza della collaborazione è stata la forza dell'uomo per migliaia, se non milioni di anni; elementi che sembra aver dimenticato in questi ultimi decenni a causa di tanti fattori, tra cui la tecnologia e l'isolamento.
L'essenza della tribù e l'identità diversa e speciale di ogni membro arricchiscono tutti quanti, come confronto tra persone diverse.

Capitolo 4. Attività dei nativi americani

4.1 La caccia

La maggior parte delle tribù indiane vivevano di caccia e raccolta, integrando il loro nutrimento con prodotti dell'orto e dei campi. Solitamente a cacciare erano gli uomini della tribù, mentre le donne li aiutavano alla macellazione, conservando carni e conciandole per le pelli e i vestiti.
La fauna in America era ricca e i nativi vivevano di abbondanza, cacciavano renne, alci, cervi, castori e procioni; fino agli orsi e ai bisonti.
Le armi principali usate dai nativi erano l'arco e i coltelli artigianali, il cavallo invece sarà molto utile per migliorare gli spostamenti e la caccia.
L'arrivo dei coloni bianchi devasta tutto questo ecosistema, riducendo la fauna selvatica e le tribù indiane.
Interessante questione riguardo alla caccia era l'idea di sacralità, che andava oltre alla sussistenza. Era anche un rito di passaggio dal mondo infantile a quello adulto e inoltre un modo per onorare il mondo naturale.
I bambini, come descritto in Piccolo Albero, seguivano adulti e anziani, imparavano ad ascoltare la natura e ad onorarla, ogni preda cacciata era un dono e non si sprecava niente, dal cuoio per vestiti e scarpe, alle ossa per ornamenti e manici di coltelli o utensili, penne per le frecce, decori o famosi copricapo indiani.
I bambini imparavano a riconoscere le piante, costruire trappole, seguire le tracce degli animali, anche semplicemente per osservarli ed apprendere saggezze dal mondo animale.
Caccia significava acquisire forza, persistenza, combattere contro la frustrazione, la noia.
Proviamo a immaginare un villaggio indiano, in un periodo invernale, che vede arrivare i loro cacciatori di ritorno, trasportare un bisonte: subito intonano canti allegri e rituali davanti al fuoco, perché sanno che anche oggi potranno mangiare e i bambini avranno scarpe e vestiti nuovi.
Questi concetti sono fortemente contrastanti con i tempi odierni in Europa, dove la fame è un evento raro, il cibo è scontato e abbondante.

La consapevolezza di dover uccidere un animale con le proprie mani è un pensiero antico, nell'abitudine di averlo già pronto in confezione, mentre qualcun altro fa il lavoro sporco per la maggioranza.
La riflessione sulla vita dei nostri antenati ci fa riflettere su quello che possediamo in sovrabbondanza e sul consumismo eccessivo. Anche l'educazione dovrebbe improntarsi su questi pensieri, sia ai fini ecologici, sia verso un'idea di gratitudine rispetto alle cose possedute. La mancanza di scomodità tende a impigrirci e a concentrarci su cose futili e superficiali, è anche a questi pensieri che la sopravvivenza vuole portare a riflettere, in maniera indiretta.

4.2 Il fuoco

Il fuoco per gli indiani d'America aveva un'importanza centrale: pratica, ma anche spirituale. Una forza potente.
Gli indiani attraverso il fuoco avevano la possibilità di illuminare, cuocere, riscaldarsi, segnalare, tenere lontane le bestie feroci. Ogni tribù aveva un capo anziano che in un contenitore di pietra aveva il compito di trasportare le braci, ravvivandole durante i viaggi.
Le tecniche di accensione erano per frizione, trapano a mano: un piolo verticale che si sfrega con le mani roteandolo su di una base orizzontale, producendo una brace di accensione, e archetto: similare, ma con una corda in tensione incastrata nel piolo, che lo friziona sulla base.
Dentro alle tende indiane tepee, di pelli, il fuoco era sempre acceso per stare al caldo, all'asciutto e allontanare gli insetti.
Per accendere il fuoco senza tecniche moderne erano richiesti molti sforzi fisici e mentali. Il trapano a mano ad esempio richiede un allenamento fisico e tecnico molto intenso. Questo richiede molta volontà e pazienza.
Come abbiamo provato su noi stessi ai corsi di sopravvivenza, il fuoco fa sentire subito protetti, e come dice Dave Canterbury, esperto della sopravvivenza: "il fuoco è la televisione dei boschi".
Gli elementi irregolari della natura come fuoco e acqua favoriscono l'immaginazione e ci permettono di distrarci dai timori del buio e della notte.
Davanti al fuoco siamo tutti uguali, con le stesse necessità; nella sopravvivenza vengono abbattuti i confronti sociali.
Ai corsi coi tamburi e diggeridou (strumenti primitivi), abbiamo vissuto esperienze suggestive davanti al fuoco, quasi spirituali e contemplative.

Questi concetti ed esperienze sono molto formativi, per aiutare bambini e adulti a comprendere da dove veniamo e come nella frenesia smettiamo di guardarci dentro e di ascoltare. Spesso sono le relazioni, a cui il fuoco ci riporta, ad essere il fulcro della nostra esistenza, insieme con il dominio di sé e delle nostre emozioni, indispensabili per la vita con gli altri.
I nativi vivevano queste esperienze quotidianamente, tramandando la loro cultura oralmente davanti ai fuochi con favole e racconti.

4.3 Il totem

Secondo la tradizione dei nativi americani, ogni clan aveva un suo totem decorato e intagliato in maniera artistica.
Il totem era un palo che rappresentava l'unione del clan e aveva raffigurazioni animali, come l'aquila che rappresentava la forza e saggezza, oppure il lupo, che era un riferimento agli spiriti dell'aldilà.
Il totem era anche il nome dell'animale che veniva dato a ogni membro del villaggio. Al compleanno del ragazzo che diventa uomo, si dava un nome di animale che gli somigliasse nelle caratteristiche fisiche e comportamentali.
Questi riti di passaggio, fatti in molte culture, davano un forte onore alla crescita di ogni individuo ed erano contornate da una forte solennità e senso di appartenenza al clan. Fare parte del rituale significava essere riconosciuti e inclusi nel proprio contesto. A ogni membro veniva riconosciuto una responsabilità e una fiducia importanti, per il suo successo nella vita adulta.
La società aveva una forte spinta sull'autostima e l'identità dei singoli, che mandavano avanti la loro stirpe con fierezza, circondati dai consigli degli anziani e dai tramandamenti orali di mito, rito e cultura.
Nello scautismo del 1900 anche Baden Powell, il suo fondatore, utilizza quest'idea di totem nel suo metodo inserendovi anche le varie tecniche di sopravvivenza.
Dalle tribù tribali, alla scuola attiva di B.P. si giunge ai concetti più moderni di Outdoor education. Queste realtà hanno in comune: l'apprendimento esperienziale, il contatto con la natura e lo sviluppo globale della persona. Tutti condividono l'idea che la natura è maestra e che il corpo, l'esperienza diretta e la comunità sono centrali nell'educazione.

Capitolo 5. Natura che educa

5.1 Gli elementi:

- **Il fuoco**

  Il fuoco è un elemento base della natura, parte essenziale dell'evoluzione umana. Il fuoco permette di essere avvantaggiati su tantissimi fattori. Serve a sentirsi al sicuro da insetti e animali, a bollire l'acqua e purificarla, serve a scaldarsi e a cucinare. Il fuoco ci illumina la notte e rassicura. Le fiamme sono belle e giocose, incantano e suscitano pensieri. Nella sopravvivenza con il fuoco si possono dividere tronchi o scavare nel legno con le braci.
  L'uomo ha sempre vissuto intorno al focolare per migliaia di anni e per questo ci fa sentire a casa.

- **L'acqua**

  L'acqua non è meno utile del fuoco, com'è logico è necessaria per vivere e ne facciamo parte.
  Anch'essa è estremamente utile, bella e giocosa, come il fuoco ci rilassa. L'acqua ci insegna la perseveranza, che a forza di scorrere leviga anche la roccia. Come gli altri elementi è tanto utile, quanto può diventare distruttiva e inarrestabile.

- **L'aria**

  È utile, rinfresca e asciuga, viene usata per navigare o volare.
  Il vento è libertà e ribellione e anche in esso si gioca un equilibrio tra distruzione e calma. Il vento spazza e purifica, come l'acqua, e può essere brutalmente distruttivo.

L’aria insegna la leggerezza delle cose, insegna come il mondo dell’invisibile può esistere ed essere utile o letale, come per esempio lo sono l’odio e l’amore. Ognuno di questi elementi si fonde agli altri e con attenta osservazione ci insegnano tante cose. Il nostro stesso corpo è fatto da questi elementi e la medicina cinese studiandoli impara a curare il corpo e prevenire le malattie.

- **La terra**

La terra blocca il fuoco, l’acqua e il vento. Fa da suolo a tutte le creature ed è piena di vita e di morte. La mescolanza tra elementi crea vita e numerosi habitat, l’equilibrio delle cose.
La terra ci insegna che anche le cose immobili che si fanno plasmare possono essere utili. Ci può essere forza anche nella calma e nel servizio alle altre creature. Un atteggiamento che conoscono bene anche gli alberi e le piante. Ogni elemento ci dona un insegnamento e la cooperazione tra elementi genera un equilibrio tra bene e male, distruttivo, costruttivo, nascita e morte. Equilibrio che ci appartiene profondamente, ma che fatichiamo a comprendere perché nella società odierna ne siamo distanti a causa della frenesia. La sopravvivenza è una via per ritornare al contatto con queste prese di coscienza ed è la strada per lasciarci educare dalla natura. Oltre agli elementi, ci sono poi gli animali, ognuno con le sue caratteristiche, particolarità. Ognuno col suo super potere, che ha qualcosa da insegnarci.
Se pensiamo a molte arti marziali, per esempio il Wing chun, nascono dall’osservazione degli animali e della natura, dalla profonda conoscenza delle energie e biomeccaniche del corpo.

5.2 Consigli per un'educazione della natura e sopravvivenza.

Dopo aver parlato di tanti argomenti, compresa l'educazione scandinava nella natura, vorrei proporre qualche idea educativa in senso pratico. Un concetto molto interessante è il metodo educativo danese Parent.

Parent sta per:

-P= Play, il gioco, che aiuta i bambini a sviluppare resilienza, coping e autocontrollo su tutte le emozioni che vivono. Molto spesso c'è da dire che la cattiva gestione delle emozioni crea difficoltà relazionali da adolescenti e da adulti.

-A=Authenticity, l'onestà del proprio essere, che permette di ottenere un carattere forte. È il modo in cui lodiamo i bambini che aiuta ad avere una visione diversa di sé stessi e del mondo; fare commenti vuoti o concentrarsi sulla loro intelligenza, può bloccare i bambini tramite il mito del talento, l'idea che si nasce bravi, senza sforzo. Lodando il loro impegno e incoraggiandoli, invece li si conduce a una mentalità di crescita piuttosto che una mentalità fissa.

-R=Reframing. Inteso come la ristrutturazione psicologica. Non un ottimismo vuoto e utopico, ma l'idea di cogliere la parte positiva di una questione piuttosto che quella negativa. Avere anche un occhio misericordioso dei propri errori e quelli altrui, senza diventare tirannici.

La ristrutturazione crea possibilità e crescita dove gli ostacoli della vita spingono all'immobilità e arrendevolezza. Essere capaci di ristrutturare la mentalità è una grande dote, molto simile al valore della speranza, che ha anch'essa uno sguardo proteso a uscire dal buio.

-Empathy. È l'empatia, vestire i panni dell'altro e comprenderne il vissuto e le esigenze. L'empatia è innata in tutti e serviva nell'evoluzione per cooperare e vivere in gruppo. Negli anni 80 e 90 le ricerche segnalano un peggioramento dell'empatia a livello sociale, che cala quasi del 50%, sviluppando parallelamente una forte tendenza narcisistica di personalità.

L'empatia è molto importante, soprattutto per il genitore che la esercita su di sé per trasmetterla poi ai figli con l'esempio. L'empatia sviluppata nel modo giusto porta

alla fiducia e questa migliora le relazioni, l'autostima, la positività. Perché tutto questo si sviluppi è di fondamentale importanza anche l'idea di ridurre i giudizi e pregiudizi verso gli altri.

-No ultimatums. Questo fattore riguarda il braccio di ferro coi figli, che fa parte dell'educazione repressiva.

Impuntarsi e perder la calma non è un buon metodo per essere guida educativa, mentre la diplomazia incentivata nel metodo Parent è un ottimo sistema per creare fiducia e buon rapporto con i figli. Il premio per questo stile comunicativo è una buona relazione con essi, buona autostima e autocontrollo emotivo.

-Togetherness and hygge. Significa stare insieme e lavorare sull'ambiente e l'accoglienza, che devono essere piacevoli sereni e dare un forte sostegno sociale. Questa parte include il pensare all'altro per primo e fare relazione collaborativa e amichevole. Ma che cosa hanno a che fare la natura e la sopravvivenza con un metodo educativo come il Parent?

Nello stile danese hygge, (creare un'atmosfera rilassata e accogliente, per stare bene in gruppo) la natura è utile. Un bosco, un fuoco, osservare gli animali, sono pratiche che portano subito lontano dal caos abituale, decentrano dal proprio ambiente, rilassando e facilitando il senso di avventura e di atmosfera. Un altro esempio è l'empatia, nelle attività all'aperto è indispensabile per fare programmi, per sopravvivere o semplicemente giocare, divertirsi. Senza empatia non c'è benessere né collaborazione.

Il reframing è importantissimo, quasi essenziale nella sopravvivenza che, nella sua durezza, talvolta può portare alla fatica e alla demotivazione. Pensare ai lati positivi e giusti, aiuta a uscire dalla fatica a testa alta e avvantaggiati.

Fa parte di un'educazione Outdoor il dormire spesso **all'aria aperta**, tenere molto aperte le finestre.

Gli ambienti chiusi, soprattutto nelle scuole, favoriscono trasmissioni di virus e malanni. L'abitudine a esporsi all'esterno aiuta il sistema immunitario. In Scandinavia è diffusissimo il bagno in acqua ghiacciata con successiva sauna, oppure non asciugare i capelli anche in inverno, esponendosi al freddo, aiuta ad adattarsi al clima.

Un consiglio piacevole nell'educazione può essere l'uso del **fuoco**. Imparare a gestirlo e renderlo amico, per assaggiarne anche i limiti. Il fuoco è una protezione dal

freddo, è magico e crea atmosfera. Davanti al fuoco si fa gruppo, si cucina e c'è un forte senso di avventura.
Il fuoco è molto hygge e molto utile. Nella sopravvivenza è prioritario, come abbiamo visto tra gli elementi, è intriso nella nostra evoluzione e forse è per questo motivo che ci fa sentire così bene. E ci dona un senso di flow.
I bambini possono essere avvicinati al fuoco, sperimentandone il calore e il rischio controllato del bruciore, che insegna i limiti. Chissà se anche nelle scuole si potrebbero organizzare attività divertenti sul fuoco, come cucinare, fare gruppo o esperienze con i pompieri per esempio…

L'osservazione continua nella natura porta poi alla ricerca in aula o a casa e questo apre infiniti mondi culturali.
Ivan Illich nel suo metodo di scuola parla di una scuola città, dove ogni classe è una materia, in cui lavorano professionisti sul campo. Per esempio, l'aula di astronomia è un osservatorio e i bambini vanno lì a fare domande e ricerche, per scoprire tutto quello che desiderano sul cielo e i pianeti. Questo modo di insegnare ed educare è molto attivo, come la natura e gli animali lo sono per istinto.

La natura e la sopravvivenza ci insegnano anche **l'ecologia**, una tematica molto ampia e importante. Imparare l'ecologia da piccoli è utile per il futuro di tutti e per il rispetto degli altri e di sé stessi. Partire dall'ecologia dell'ambiente significa anche arrivare ad un'armonia con esso e quindi dentro di sé. Un'ecologia di pensieri, del corpo, fino a un contesto spirituale.
Una bella iniziativa potrebbe essere il blackout day, vivere 24 ore (nelle scuole un po' meno) totalmente senza elettricità. Utilizzare lanterne ad olio, candele o cucinare sul fuoco serve a capire che l'elettricità e le utenze, soprattutto il cellulare, non sono beni scontati. Crescere con queste consapevolezze fa la differenza. È dalla deprivazione che nasce il genio creatore, dalle necessità e non dalla sovrabbondanza. Il mito del "poverino", in ambito educativo, non aiuta a crescere, ma a debilitare i giovani. La sopravvivenza è l'arte di cavarsela uscendo dall'autocommiserazione e dall'imparare a contare sulle proprie forze, senza rifugiarsi nella zona di comfort abituale. La sopravvivenza, come la scuola attiva, vogliono crescere persone robuste e audaci.

Come un lupo ha esigenze, ma non è mai crudele, così anche l'uomo dovrebbe esercitarsi al linguaggio giraffa o **comunicazione non violenta**. Un metodo che insegna a porsi in modo gentile, non provocatorio e non critico. Insegna a spiegare e

motivare ai figli i concetti e le regole, esternando i sentimenti con un dialogo più dolce e comprensivo.
Senza conflitti prevaricatori e senza l'educazione repressiva della paura si cresce molto meglio. Ritengo che la parola chiave per questo sia **creatività**, un valore potente e sottovalutato. La creatività risolve tutto, anche l'impossibile, trova vie inimmaginabili, come l'acqua che scorre. Essere creativi significa risolvere i problemi, curare i conflitti e vivere insieme rispettandosi nel modo giusto.
Anche per educare bisogna essere molto creativi, perché è un mestiere difficile e va a toccare mondi soggettivi e personalità differenti.

Possiamo concludere dicendo che la natura è un'educatrice vasta e ricca di risorse, limiti e possibilità. Ci sono metodi che se approfonditi possono aiutare i piccoli, gli adulti, gli anziani a gratificare la loro vita e ad educarsi in una prospettiva di crescita. La natura è utile ad evadere dalla routine e a creare belle relazioni.
Uno degli strumenti efficaci per poter stare più comodi nella natura e nello stesso tempo viverla profondamente è la sopravvivenza, fatta di tecniche ereditate dai nostri antenati. La sopravvivenza si può rivelare utile anche in situazioni di pericolo o emergenze, ma anche per chi vuole provare qualcosa di diverso e cerca un po' di avventura.
Privarsi dei comfort ci può fare riflettere su quello che abbiamo e appare troppe volte scontato, ed è un fattore molto educativo.

BIBLIOGRAFIA

Manitonquat, *Gli antichi insegnamenti dei nativi americani*, Terranuova edizioni, 2009

Federica Pepe, *Outdoor educazione senza confini,* edizioni Sperling e Kupfer, 2025

Linda Akeson McGurk, *L'arte nordica della vita all'aperto manuale di friluftsliv, ritrova benessere ed equilibrio a contatto con la natura*, edizioni il punto d'incontro, 2023

Robin S. Sharma, *Manuale per eroi di tutti i giorni. Risveglia la positività, alimenta la produttività, aiuta il mondo*, edizioni TEA, 2022

Tom Brown jr, *The tracker il cacciatore di orme*, edizioni il punto di incontro, 2003

Forrest Carter, *Piccolo Albero*, edizioni Leonardo Paperback, 1991

Ringraziamenti

Vorrei ringraziare mia moglie **Maria Grazia**, che mi ha supportato a frequentare i corsi di sopravvivenza. Mi ha sostenuto durante la ricerca e la scrittura della tesi, aiutandomi anche nella trascrizione e correzione, con tanta pazienza e incoraggiamento.
Ringrazio **mia figlia** e la sua curiosità genuina, nel seguirmi quando facciamo avventure nei boschi e nel partecipare attivamente con passione, nonostante i suoi 3 anni.
Ringrazio la **scuola wild Survival e Giacomo**, tutti i maestri che mi hanno insegnato tanto con pazienza e dedizione. Per la passione e le competenze che ci hanno trasmesso. Per l'impegno a organizzare in anticipo ed essere presenti, arrivando anche da lontano.
Ringrazio in particolare **Alex Zillo,** maestro e amico, è grazie a lui che ho potuto conoscere la scuola e questo percorso, grazie dei nostri discorsi seri davanti al fuoco ancestrale e alla vita selvaggia, con lui sto imparando a fare esperienze di crescita e prendere coraggio, sfruttando il massimo di quello che si può dalle circostanze.
La natura non ci farà mai del male se ci comporteremo sempre nel modo giusto e se non ci faremo mai prendere dal panico! ;)
Ringrazio **Omar** con cui ho condiviso tutti i corsi, ci siamo aiutati, ingegnati e spronati, siamo cresciuti. Quando siamo insieme la creatività e la voglia di esercitarsi sono potenti. Mi ha insegnato l'ottimismo e fare risate quando si fa difficile.
Ringrazio **i miei genitori**, che mi hanno educato al campeggio in tenda fin da piccolo e ai valori della scuola attiva, derivate dalla loro passione scout.
Ringrazio mia sorella **Giada** per l'interesse e la passione per la natura, cure naturali e ricerca, per l'interesse verso la sopravvivenza, per la positività.
Ringrazio mio suocero, **nonno Franco**, per la passione con cui si dedica all'ascolto e agli esperimenti nelle tecniche primitive, alla ricerca delle piante commestibili.
Ringrazio **Laura** per l'altruismo, l'ascolto, la pazienza. Per avermi aiutato con idee e correzioni per la tesi, trovando spazio tra un lavoro e l'altro.
Ringrazio **James** per la partecipazione e il percorso fatto con noi fino alla fine, che ha richiesto energia e perseveranza, oltre al fatto che ci ha legati e fatti appassionare e fare belle risate, i bei momenti intorno al fuoco e l'amicizia di una vita.
Ringrazio **Andrea Beggi**, per le avventure nei boschi ventosi e perché mi ha ispirato con le sue scelte di vita auto-produttiva e selvaggia. Partecipe con me e Alex Z. a vari corsi e ricerche nella natura, prepping ecc.

Ringrazio **Marco Spocchi** per i consigli sulla sopravvivenza, sulla natura e per il coltello che mi sta costruendo, un dono caro perché dura per sempre.
Ringrazio tutti quelli che hanno creduto con me a questo percorso e che mi supporteranno in questa missione di diffondere la sopravvivenza, per quanto è possibile. Spero di non avere dimenticato nessuno.
Vi ringrazio.