

## Pranamare: il progetto di vita alternativo per fuggire alla frenesia della città

Pranamare è un progetto di vita comunitaria situato a Torcigliano (in provincia di Lucca), nel cuore delle Alpi Apuane. Questo borgo, che nel tempo è stato soggetto a spopolamento e abbandono, è tornato in vita grazie all'attività di questo gruppo di giovani, divenendo un punto di riferimento per l'incontro e la valorizzazione dell'ambiente. L'intento di Pranamare è provare a costruire un'alternativa alla frenetica vita delle città, promuovendo uno stile di vita basato sulla solidarietà reciproca e la connessione profonda con la natura.



Il progetto di Pranamare è nato dalla visione di Lucilla, Alessandro, Matteo e Giulia, un gruppo di amici provenienti da Firenze. L'ispirazione è giunta durante un viaggio in Perù, dove i giovani hanno iniziato a immaginare una vita diversa, più in sintonia con la natura e lontana dagli schemi della città. Questo viaggio ha contribuito a piantare il seme per un **progetto di comunità** che potesse rappresentare appieno i loro valori di sostenibilità. Grazie al supporto di don Bruno Frediani, il parroco di Torcigliano, i ragazzi hanno potuto stabilirsi gratuitamente nella canonica della chiesa, con l'impegno di curare l'uliveto e di mantenere l'orto. Oggi sono otto, in tutto, i giovani ospitati da Pranamare.

## Pranamare: il progetto di vita alternativo per fuggire alla frenesia della città

La comunità è organizzata in strutture differenti che dividono **spazi privati e aree condivise**. La “casa madre” è il luogo originario, mentre la ex canonica, chiamata ora “casa nonna” per il suo valore storico, è uno spazio successivamente concesso alla comunità. Al piano terra si trovano gli spazi comuni - come cucina, salotto e lavanderia - mentre il primo piano ospita stanze per gli ospiti e i volontari, utilizzate durante *workshop* ed eventi.

1 di 3



Il progetto educativo "Educare all'Essenza", rivolto ai bambini dai 2 ai 6 anni, è basato su valori fondamentali come la connessione con la natura, l'intelligenza emotiva e l'espressione artistica

Pranamare: il progetto di vita alternativo per fuggire alla frenesia della città





Uno dei progetti più significativi di Pranamare è quello di “Educare all’essenza”, rivolto ai **bambini dai 2 ai 6 anni**, realizzato in collaborazione con l’associazione Paiededia Educare all’Essenza. Questo programma è basato su valori fondamentali come la connessione con la natura, l’intelligenza emotiva e l’espressione artistica. Attraverso attività pratiche e creative, i bambini imparano a esplorare e rispettare l’ambiente naturale, sviluppando allo stesso tempo le proprie capacità espressive. L’obiettivo principale è guidare ogni bambino nella scoperta di sé, creando uno spazio di apprendimento stimolante, dove la curiosità e l’insegnamento reciproco sono al centro del percorso educativo.

Per Pranamare, vivere in comunità rappresenta un ritorno alle origini. Ogni membro è spinto a riscoprire la connessione profonda **tra individuo e ambiente** e a riconoscere il proprio ruolo all’interno di un organismo collettivo. Nella comunità, le sfide e le relazioni interpersonali aiutano ciascuno a riflettere su di sé e a intraprendere un percorso di crescita personale. Qui, la vita in comunità è intesa come un’occasione per superare paure e pregiudizi, scoprendo un potere personale che si amplifica nel sostegno degli altri.

Pranamare: il progetto di vita alternativo per fuggire alla frenesia della città



## Pranamare: il progetto di vita alternativo per fuggire alla frenesia della città

A Pranamare, ogni membro contribuisce all'economia collettiva mantenendo **un proprio lavoro**. Le entrate comuni provengono da laboratori, *workshop* e concerti, fondi necessari per coprire i costi dei materiali e delle bollette. Le decisioni e l'organizzazione sono basate su un modello circolare: i membri si riuniscono regolarmente per discutere le priorità e stabilire obiettivi a breve, medio e lungo termine. Per ogni area della comunità viene scelto un "focalizzatore" che si occupa di monitorare e proporre le azioni necessarie.

Uno dei valori fondanti di Pranamare è l'importanza di onorare le proprie radici attraverso la riscoperta degli antichi mestieri e delle tradizioni. I membri della comunità si dedicano ad attività come la lavorazione della lana, il cucito e la coltivazione dell'orto. La comunità punta **sull'autoproduzione**, realizzando in autonomia prodotti di erboristeria, agricoli e il vestiario (attraverso l'*ecoprinting*), al fine di ridurre l'impatto ambientale e rafforzare la connessione con la Terra.

1 di 5



I volontari partecipano attivamente alle attività quotidiane, come la cura dell'orto, la manutenzione degli spazi e l'organizzazione di eventi, vivendo a stretto contatto con la natura e i valori di sostenibilità

Pranamare: il progetto di vita alternativo per fuggire alla frenesia della città



Pranamare: il progetto di vita alternativo per fuggire alla frenesia della città



Pranamare: il progetto di vita alternativo per fuggire alla frenesia della città



## Pranamare: il progetto di vita alternativo per fuggire alla frenesia della città



Pranamare apre le porte a chi desidera immergersi nella vita comunitaria attraverso il **volontariato**. I volontari partecipano attivamente alle attività quotidiane, come la cura dell'orto, la manutenzione degli spazi e l'organizzazione di eventi, vivendo a stretto contatto con la natura e i valori di sostenibilità. Per candidarsi, è possibile seguire i social della comunità, dove vengono annunciate le date per inviare le candidature, inviando una breve presentazione al momento dell'apertura delle iscrizioni. Un'opportunità unica per sperimentare il potere della condivisione e della collaborazione divertendosi.

[di Bernardo Cumbo]