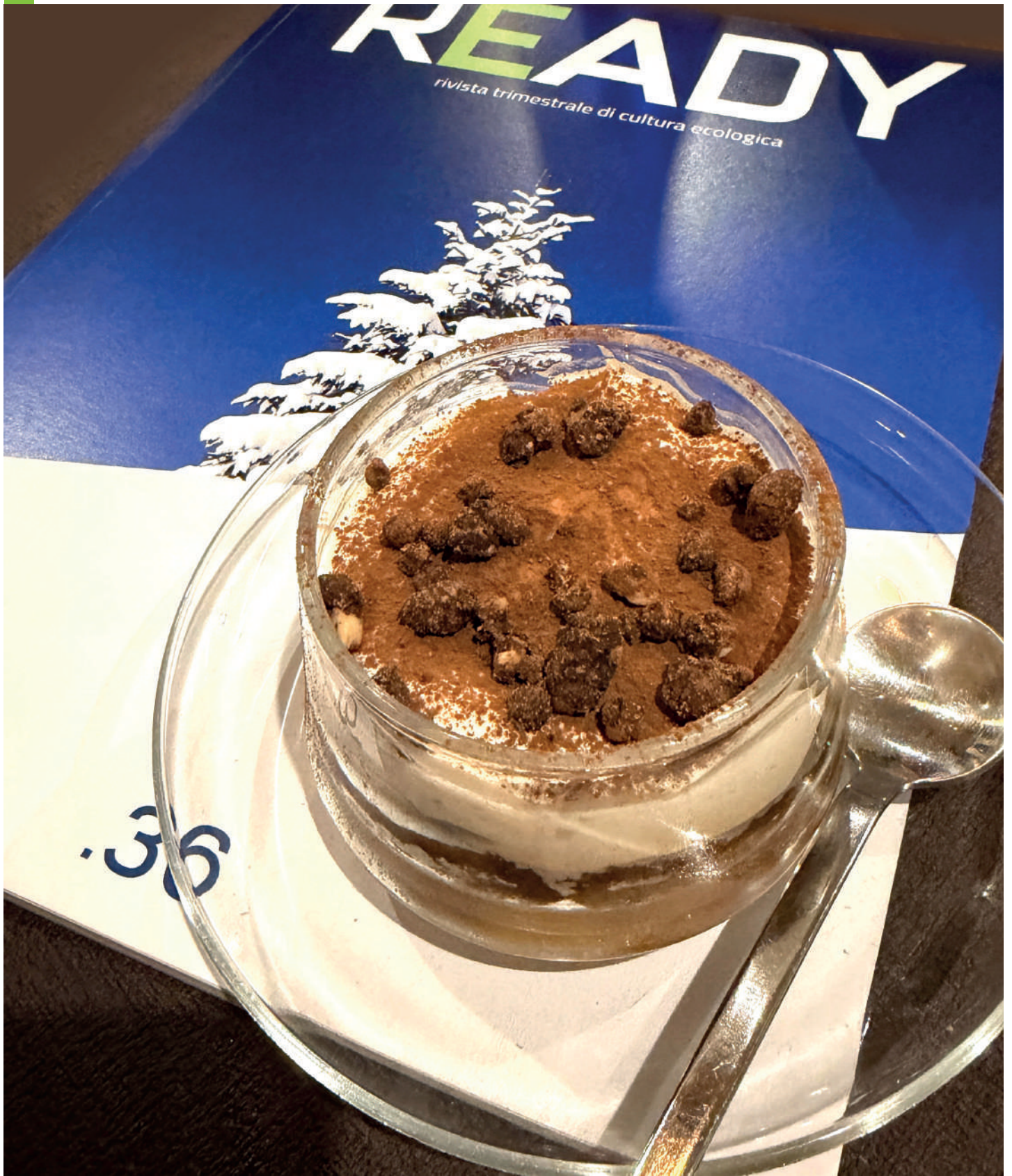


Shakti
Sweet home





SHAKTI FOOD: LO SPAZIO CHE ACCOGLIE

di Maria Ciochi



Un luogo che nutre lo spirito, prima ancora di servire piatti. Nascosto in un angolo insospettabile, alle porte del centro di Brescia.

Perché, a volte, capita di entrare in un posto e avvertire subito una diffe-

renza. Un silenzio che non pesa, una luce che non distrae, un'energia che si espande senza parole. Shakti Food non si presenta come un ristorante - e non lo è nei fatti.

“Mi piace pensarlo come un rifugio,

un ambiente che invita a rallentare, a lasciar andare i rumori della giornata, a prendersi un tempo breve ma necessario per rientrare in contatto con sé stessi.”

A raccontarlo è Giorgiana Fianco, fondatrice e anima del progetto che ha trovato casa in via Sostegno, a Brescia appunto.



Shakti Food non è solo o tanto un locale, ma molto altro. Come, o perché, ci si arriva innanzitutto?

Probabilmente la prima spinta deriva dai nostri piatti senza derivati animali, certo. Ma quasi sempre si resta per qualcosa di diverso: un senso di leggerezza, uno spazio di cura, l'impressione di essere accolti senza aspettative. Tutto - dall'arredamento alla musica - è pensato per parlare senza invadere, per evocare più che per dichiarare.

Cosa rappresenta il nome scelto?

Shakti è energia. È ciò che muove, che crea, che sostiene. Ho scelto questo nome perché volevo unire due concetti che spesso teniamo separati: il cibo, che è materia, e l'energia, che è ciò che la attraversa. Per me il cibo è un veicolo: qualcosa che può alleggerire, calmare, riequilibrare. Shakti Food nasce per offrire non solo piatti, ma uno stato d'animo.

Molte persone raccontano che, entrando qui, si sentono accolte. È un'impressione cercata o spontanea?

È voluta, ma non costruita. C'è una notevole differenza. Ho sempre desiderato creare un luogo dove si potesse stare bene, senza distrazioni e senza rumore. Qui ognuno arriva con





la propria storia, e io cerco di offrire un'atmosfera capace di alleggerire, anche solo per una serata. Non è una sensazione generica: è un'energia che passa attraverso il modo in cui la nostra Chef Luisa Marcelli prepara il cibo, attraverso gli spazi, attraverso l'intenzione.

Nel tuo racconto ricorre spesso l'idea che Shakti Food non sia un ristorante.

È importante per me che sia chiaro. Shakti Food è un'associazione culturale, non un ristorante. Il cibo è centrale, ovviamente, ma è un mezzo, non

un fine. Qui si condividono esperienze, non solo piatti. Le persone vengono anche per ascoltare, per osservare, per ritrovare un po' della propria leggerezza. Questo è il motivo per cui l'ambiente è così curato: ogni oggetto, ogni immagine ha un significato energetico.

Fermandoci un secondo sulla cucina senza derivati animali, sorge una domanda: da dove nasce questa scelta?

Principalmente dalla volontà di proporre qualcosa di sano, leggero e rispettoso. Non è solo una questione

etica o salutare: è un modo di avvicinarsi alla natura. Credo che quando impariamo a prenderci cura di noi stessi, automaticamente iniziamo ad aver cura di ciò che ci circonda. Non mi riferisco solo agli animali, ma anche alle piante, che spesso non vediamo, pur essendo parte essenziale dell'ambiente.

A ciò si aggiungono l'arredamento e la musica, che sembrano avere un ruolo preciso.

Nulla è lasciato al caso, come già accennavo prima. Ogni angolo è pensato per sprigionare un'energia. Non si

tratta di religione, né di rituali: è più un modo per offrire vitalità, conforto, serenità. Gli oggetti che ho scelto parlano un linguaggio universale, che non appartiene a nessuna cultura in particolare ma che porta un messaggio di armonia. Io osservo molto le persone: capisco quando hanno bisogno di un sorriso, di un momento di silenzio, di uno spazio più raccolto.

La soddisfazione maggiore di questo progetto?

Direi quando qualcuno entra senza aspettative e torna a casa sorridendo. Quando mi dicono che qui si sono sentiti alleggeriti. Che per un attimo i problemi

sono rimasti fuori dalla porta. Questo per me vale più di qualsiasi definizione. È il motivo per cui continuo con entusiasmo, dopo vent'anni di ricerca personale e di incontri che mi hanno portata fin qui.

Cosa vorresti che portasse con sé chi viene a Shakti Food?

Un po' di benessere, anche minimo. E magari la consapevolezza che il cibo non nutre solo il corpo, ma anche la mente e le emozioni. Se riesco a trasmettere questo, allora il mio lavoro e perché no, le mie fatiche, hanno davvero un senso.



READY

rivista trimestrale di cultura ecologica

Siamo una rivista trimestrale di cultura ecologica, nata con l'obiettivo di sensibilizzare le persone sull'importanza della sostenibilità nella vita quotidiana. Attraverso storie, esperienze e realtà virtuose, cerchiamo di mostrare come scelte consapevoli possano contribuire a un futuro più rispettoso dell'ambiente.

È stato un vero piacere realizzare questa intervista per lo Shakty Food, un luogo che incarna concretamente questi valori, dimostrando come anche il cibo possa essere uno strumento di cambiamento positivo. Crediamo che il futuro debba - e possa - essere il più sostenibile possibile, e raccontare esperienze come questa è per noi un passo importante in questa direzione.

www.readyecology.com