

El proyecto realizado, donde se ha aplicado el diseño permacultural, con eficacia e ilusión, adaptado a las necesidades vitales y espirituales de sus moradores.



Permacultura

# Caña dulce: permacultura, bioconstrucción y autoconocimiento

**"Tenemos un sueño en el corazón, que la armonía, la salud y la ecología se extienda por el planeta".**

Vida sana, veganismo, ecología, sostenibilidad, austeridad, bioconstrucción, permacultura, yoga o autoconocimiento, son términos que definen el proyecto Caña Dulce y la forma de vida que eligieron conocer y divulgar sus fundadores. MATRI y LUCHO son una joven pareja de aventureros emprendedores que decidieron, hace 9 años, sumar esfuerzos y recorrer juntos el camino que más les atraía: vivir en el campo, alejados del ruido y afianzar un proyecto de vida que les enseñase lo que ellos mismos querían aprender y en el que generar los recursos necesarios para ser autosuficientes. Caña Dulce es su visión utópica hecha realidad en Coín (Málaga) con los principios de la Permacultura y apostando por la autoconstrucción en todos sus espacios y edificios.

Iniciaron su andadura con escasos recursos, recorriendo proyectos que les mostrasen el camino y trabajando en campos de trabajo, recogiendo hortalizas y frutas en fincas tradicionales, ecológicas, biodinámicas y de permacultura. Cinco años después, en el año 2.000, encontraron su lugar cerca de Coín, en una finca abandonada durante 14 años de una hectárea y media, bañada al sur por el río Grande y flanqueada por miles de cañas, donde posaron su entusiasmo y su ilusión por materializar sus ideales. Y tomaron de las cañas el nombre del proyecto, que debía ser una alternativa al sistema de vida imperante, que presentase opciones saludables y no agresivas como la permacultura, la bioconstrucción, la autogestión de la salud, el kundalini yoga, la relajación o la meditación.

## Diseño permacultural

"Esta finca nos gustó porque estuvo abandonada durante 14 años y por lo tanto sin contaminantes en su suelo, tenía naranjos y faltaba el acceso, todo estaba por hacer, lo que facilitaba el diseño de todo el espacio según los principios de la Permacultura" -explica LUCHO, que es permacultor, mientras nos muestra los 600 árboles frutales que han plantado. "MATRI y yo nos conocimos en el año 95 en un curso de Permacultura que impartió EMILIA HAZELIP, creadora de la Agricultura Sinérgica, en una finca a las afueras de Madrid. Decidimos proyectar nuestro conocimiento aprendido en el diseño global del lugar. Al principio nos instalamos durante dos años en una tienda de campaña, viviendo de forma natural y con lo mínimo pero habiendo ganado lo más importante, tiempo para realizar nuestra utopía. Nos levantábamos entusiasmados cada mañana dedicándonos a planificar y sopesar las mejores decisiones. Así fue viniendo la idea de plantar frutales que nos abastecieran de todo tipo de frutas a lo largo del año, más teniendo en cuenta que somos veganos, nos alimentamos de productos que no proceden de animales y en un 80 % crudos".

Poco a poco, fueron transformando sus orígenes urbanos a la vida en el campo, rompiendo las cadenas del consumismo, de la explotación, del estrés, de la enfermedad, del individualismo, por la austeridad, el respeto a la naturaleza, el ritmo pausado y adaptado a los ciclos naturales, la salud ganada a base de cuidarse y alimentarse de sol, agua y frutos de la tierra. "Plantamos árboles pacanos, cítricos, aguacates, nísperos, olivos, feijoa, azufajifos, granados, bigueras, nogales, almendros, manzanos, albaricoques, perales... con el propósito de crear un ejemplo de bosque comestible que nos sirva de despensa para todo el año y que abastezca también a quien venga

© Jesús Mier

33



Escrito por MAR LANA, periodista.



Caña Dulce ofrece la posibilidad de asistir a cursos y talleres sobre permacultura, bioconstrucción y autoconocimiento.

a pasar una temporada como voluntario o aprendiz en alguno de los cursos que aquí impartimos durante todo el año", comenta MATRI, profesora de inglés y de kundalini-yoga.

### Casa modular bioclimática y autoconstruida

Mientras veían crecer los frutales, fueron a visitar al bioarquitecto IÑAKI URQUIA para que les aconsejara sobre el diseño de la casa autoconstruida y bioclimática que ya proyectaban levantar. "La casa es una vivienda modular autoconstruida y multifuncional, sirve, además de nuestro hogar, de albergue en los cursos y de sala de actividades y reuniones, la hemos levantado los dos, más algunos voluntarios, familiares y amigos. Descansa sobre una base de cantos rodados traídos del río, con el mínimo de hierro y hormigón y usando materiales de la zona. Se trataba de generar el mínimo gasto e interconectar cada zona del proyecto entre sí, esencia de la Permacultura. Los muros son de termoarcilla y la unión de bloques y revoque la hicimos con biobormigón a base de cal hidrúlica, arena del río y cemento blanco. No lleva hierro en vertical para no alterar el campo magnético. La fontanería va sin PVC y el techo a un agua, respetando el estilo tradicional con caña vista de la finca, cortadas en luna menguante en los meses de invierno. El tejado lleva una capa de cal y arena y 12 cm. de corcho triturado reciclado, todo raseado, luego otra capa de cal y arena, encima de la cual hemos colocado una lámina de Tibek impermeable y transpirable, más rastreles y teja mixta. Hemos tratado la madera, castaño de la provincia, con sales de bórax, aceite de linaza



y trementina. La pintura y barnices ecológicos. La superficie de la casa es de 50 m<sup>2</sup> más una bubardilla de 35 m<sup>2</sup>, más 50 m<sup>2</sup> de porche al norte y 50 m<sup>2</sup> de emparrado al sur. Con 50 m<sup>2</sup> de suelo construido, disponemos de 240 m<sup>2</sup> habitables, gracias a que vivimos en una zona cálida. Es una casa modular, sencilla y ampliable si las necesidades lo requieren, ideal para quien no tenga mucha experiencia en bioconstrucción. Estamos muy agradecidos a los voluntarios, ayudantes, familiares y amigos que nos han apoyado y que han hecho posible el proyecto", detalla LUCHO, que posteriormente ha participado en la construcción de otras casas en la zona.

La casa cumple sus funciones bioclimáticas, manteniendo una temperatura interior en verano de 24 ° y lo mismo en invierno con el apoyo de una buena estufa de leña, el futuro pasa por añadir un invernadero en el patio del sur.

### Salvar al río Grande

Una vez habitando el hogar, continuaron trabajando en la creación de huertos ecológicos en el perímetro de la casa y de un sistema de reciclaje de aguas grises que desemboca en unos estanques con vida vegetal y animal donde el agua es depurada. Luego completaron las instalaciones con dos toilets compost y duchas solares.

Un arroyo del río Grande atraviesa la finca de lado a lado y han diseñado un puente que lleva a la casita octogonal de termoarcilla y cañas, madera reciclada del río y techo de tierra, que construyeron ellos mismos para recibir a más gente y a la que añadieron un círculo de troncos al aire libre cubiertos de enredaderas y hojas de palmeras que den sombra,

© JESÚS MIER



## A la salud por el Veganismo y el Kundalini Yoga

MATRI y LUCHO consideran que para estar sano hay que ser conscientes de lo que se come. Siguiendo este principio, buscaron un lugar al sur y cálido donde se pudieran alimentar de los frutos de la naturaleza, ya que en aquellos primeros años conocieron el crudivorismo – alimentación a base de crudos sólo vegetales- y lo practicaron durante un tiempo. Más tarde, se inclinaron por el higienismo y el veganismo –alimentación a base de productos no procedentes de animales- donde sí se incorporan los alimentos cocinados. En los cursos y estancias que organizan durante todo el año, enseñan, además del tipo alimentación que practican, la combinación de los alimentos, la importancia de que sean ecológicos, las ventajas de no comer en exceso, etc. Los talleres versan sobre permacultura y bioconstrucción, huerto ecológico, kundalini-yoga y meditación, vegetarianismo y elaboración de recetas sanas, enseñanza de

idiomas, valiéndose de su bagaje y experiencia para hacer evolucionar el proyecto Caña Dulce. "Considero imprescindible trabajar la parte interna de cada uno para conocer lo que realmente somos: conciencia, afirma MATRI. Este tipo de yoga dinámico que practico y enseño te hace sentir bien, te da energía y capacidad, además de acercarte a la profundidad que somos y ofrecer herramientas como la respiración consciente, la relajación, la meditación o el canto de mantras, que sirven para salir de los atolladeros mentales en donde a diario nos metemos. Debemos encontrar los recursos necesarios para afrontar las pruebas de la vida y la madurez en nuestro interior". Caña Dulce está abierto a estancias,

cursos y talleres y recibe voluntarios que, a cambio de estancia, comida y aprendizaje, ayuden a avanzar en la construcción de más espacios que enriquezcan este hermoso lugar recuperado para la tranquilidad y la vida natural. ML



"Llevamos una vida sencilla, practicando el naturismo os principios del higienismo y seguimos una dieta de alimentos vegetales, principalmente crudos y locales..."

© Jesús Mier

para el encuentro y actividades al aire libre. "Disfrutamos con el diseño permacultural, localizando las zonas según su intensidad de uso creando setos, favoreciendo el efecto borde, bosques comestibles, microclimas, micro-ecosistemas, huertas, lugares de relax, bosque de ribera autóctono, espacios de vida salvaje, relata LUCHO con entusiasmo. Mantenemos una relación íntima, viva y vibrante con la vida, la tierra, el agua y los árboles. Identificamos más de 25 plantas silvestres que enriquecen las ensaladas, recogemos aceitunas para nuestro propio aceite, bigos, cacahuets para mantequilla, los primeros aguacates, naranjas, albaricoques, ciruelas, etc. Llevamos una vida sencilla, practicamos el naturismo, los principios del higienismo y seguimos una dieta de alimentos vegetales, principalmente crudos y locales, de vez en cuando, incorporamos cereales, legumbres, patata o verdura cocinada".

E inmersos en su paraíso, se enfrentan en el año

2.000 a la amenaza del Plan Hidrológico Nacional que prevee la construcción de una presa y un embalse en el río Grande que atraviesa su finca. Y decidieron plantar cara al proyecto de embalse, tres años de activismo contra la presa organizados a través de la Red Andaluza de la Nueva Cultura del Agua, manifestaciones, entrevistas en radio, cartas de denuncia, presencia en las instituciones, y un sinfín de movilizaciones sociales por parte de los grupos afectados, lograron parar la presa y recibieron el Premio Hábitat 2.003, en reconocimiento de la labor de defensa de la naturaleza. "Lo que nos da este lugar es salud, termina MATRICIA, Caña Dulce tiene un sueño en el corazón: que poco a poco se vaya extendiendo la armonía, la salud y la ecología a todos los seres que habitamos este amado planeta llamado Tierra". ☺

#### Más información

PC Caña Dulce, Buzón 14 La Charca,  
29.100 Coín,  
e-mail:luchomat3@hotmail.com,  
www.permaculturacandulce.org,  
Tel: 607 63 29 37