

Bella
figura

K A M I N M O H A M M A D I

Bella
figuša

K U I D A S E L A D A , A R M A S T A D A
J A S Ü Ü A I T A A L I A M O O D I

T Ö L K I N U D J A N A L I N N A R T



TÄNAPÄEV

Originaali tiitel:
Kamin Mohammadi
Bella Figura
How to Live, Love and Eat the Italian Way
Bloomsbury, 2018

Toimetanud Siiri Soidro
Kujundanud Liis Karu

Copyright © Kamin Mohammadi, 2018
Tõlge eesti keelde © Jana Linnart ja Tänapäev, 2018
ISBN 978-9949-85-440-0
www.tnp.ee

Trükitud OÜ Greif trükikojas

Vanale Robertole, minu küpressi kilpkonnale, kellele oleks
meeldinud end raamatus näha

Sisukord

.....

Proloog 9

1 Jaanuar 2008 –

Festina Lente ehk kuidas võtta aeglasemalt **11**

2 Veebruar –

La Dolce Vita ehk kuidas maitsta elu magusust **45**

3 Märts –

La Festa delle Donne ehk kuidas tähistada naiseks olemist **82**

4 Aprill –

Fare l'amore ehk kuidas võtta kallimat **98**

5 Mai –

Mangia mangia ehk kuidas süüa ja mitte juurde võtta **126**

6 Juuni –

Perduta ehk kuidas kaotada pead **146**

7 Juuli –

Piacere a te stessa ehk kuidas endast rõõmu tunda **163**

8 August –

Femminilità ehk kuidas stiilil ei ole mingit pistmist rahaga **185**

9 September –

Stare in forma ehk kuidas enam mitte kunagi võimlat vajada **200**

10 Oktoober –

Sprezzatura ehk läbimõeldud ükskõiksuse vägi **210**

11 November –

Amore ehk kuidas leida tõelist armastust **237**

12 Detsember –

Stare insieme ehk kuidas olla koos **252**

Epiloog **288**

Tänuavaldused **297**

Autorist **299**

Tutto quel che vedete lo devo agli spaghetti.
Kõik, mida näete, võlgnen ma spagettidele.
Sophia Loren

Proloog

.....

Ta kõnnib mööda tänavat, samm õõtsuv ja pea püsti. Temast kiirgab veetlust, nagu valgustaks teda prožektor. Ta võib olla pikk või lühike, sale või rinnakas, riides tagasihoidlikult või uhkeldavalt – see pole oluline. Tema kõnnak, hoiak, peakallutus on ood graatsiale ja eneseteadlikkusele, mis teevad ta kauniks, millised tema näojooned ka ei oleks. Ta on Sophia Loren, Gina Lollobrigida, Claudia Cardinale, Monica Bellucci. Ta on Itaalia naine, keda ülistatakse kinolinal ja igaõhtusel *passaggiata*'l, mida võib näha Itaalias pühade ajal, kuid ta ei ole reklaamimehe kujutlusvõime sünnitis. Ta on tõeline ja kõnnib nüüdsama iga Itaalia linna ja küla tänavatel. Ta on *bella figura* kehastus ja toob meie igapäevaellu elegantset sära.

Firenzesse saabudes ei oleks ma saanud sellest ideaalist kaugemal olla. Aastakümnetepikkune töö arvuti taga oli mu õlad küüru vajutanud, sülearvutisse ja telefoni vahimine lõua lõdvaks muutnud ja kaela kangeks teinud. Nõudlik töö ja suurlinnaelu stress oli mu näojooni karmistanud. Mu pilk püsis maas, kui kiirustasin läbi elu, ilma et mul oleks jätkunud aega kellelegi naeratada, lahke sõna poetamisest rääkimata. Aastaid üksi elanud, oli mu eraldatus lubjastunud. Ma ei kepsutanud, vaid lööpasin kõssis mööda tänavaid.

Kuid aasta Firenzes ja *bella figura* avastamine muutsid mu elu.

Bella figura kontseptsioon on muuta elu iga tahk nii kauniks kui võimalik, olgu see Roomas, Londonis, New Yorgis või Vancouveris. See on ühtaegu romantiline ja praktiline mõiste. *Bella figura* hõlmab kõike, mida me teeme, alates sellest, mida sööme, kuni selleni, kuidas hommikul tööle läheme. See puu-

dutab sensuaalsust ja seksuaalsust. See pagendab stressi, mille tõttu on keha nii suletud, et näeme välja vaevatud, ükskõik kui palju me ka trenni ei teeks. *Bella figura* on heldus ja küllus, mitte õelus ega ilmaolek. Itaallanna, kes elab *bella figura* põhimõtete järgi, teab, kui olulised on head kombed ja väärikus – mitte kummardusena möödunud aegadele, vaid viisina „teha nägu“, kuni see istub hästi: on tõestatud, et kui naeratame piisavalt sageli siiralt, vabastame õnnehormooni serotoniini. Kõik see ei paranda üksnes meie elukvaliteeti, vaid suurendab ka eluaastate arvu.

Kuigi see raamat puudutab juba niigi hästi dokumenteeritud Vahemere dieedi plusse, on see tegelikult lugu teekonnast. Kümne aasta eest kolisin üsna juhuslikult Firenzesse ning esimene seal veedetud aasta muutis mu elu, mu keha ja mu südame vormi. Usun, et see, mida õppisin, võib muuta ka teid.



Jaauuar 2008

Festina Lente ehk kuidas võtta aeglasemalt
.....

Hooaja saadus: veriapelsinid

Linna lõhn: puusuits

Itaalia hetk: minu korter asub *palazzo*'s!

Kuu itaaliakeelne sõna: *salve*

Kõik algas vihmaga. Vihma kallas, kui ootasin Firenze Santa Maria Novella raudteejaamas taksosabas. Järjekord oli lahtise taeva all ja mul ei olnud vihmavarju. Selleks ajaks, kui istusin taksoesse, olin läbi vettinud.

Olin linnas, kus ma ei tundnud ainsatki hinge, ilma töö, sõprade ja perekonnata, tükike inimajupuud, kes on uhutud linna renessanssrentslitesse. Mul ei olnud muud kui niiskesse rusikasse surutud aadress, kus pidin peatuma. Järjekorra etteotsa jõudes harutasin paberitüki aadressiga lahti, näitasin seda taksojuhile ja istusin sisse. Ta mühatas ja võttis paigalt, kort-

sutades kulmu loigu peale, mis tekkis tema selja taga mu jalge juurde.

Kihutasime läbi libeda munakivisillutisega tänavate. Küte töötas täisvõimsusel ja mu läbiligunenud jakk muutis auto niiskeks. Kiikasin läbi uduste akende mõlemal pool tänavat kerkivate tilkuvate räästastega iidsete hoonete kivimüüre. Tänavad olid inimtühjad – oli 2. jaanuar ja linn magas ikka veel välja kassiahastust. Minu enda aastavahetus oli möödunud kaste pakkides mu vanemate korteris ema terase pilgu all, kes ei olnud ühtki küsimust esitanud, kuid kelle iga hingetõmme nõudis aru, mida paganat ma enda meelest teen, kui loobun heast korterist ja nii mainekast töökohast, et sellega käisid kaasas graveeritud visiitkaardid, selle asemel kolin oma asjad tema niigi kitsukesse korterisse ja lendan Firenzesse, et mängida kirjanikku. Niisama hästi oleksin võinud teatada, et sõidan Itaaliasse bordelli pidama.

Taksojuht aeglustas, osutas vasakule ja mühatas. Pöördusin silmitsema sammaskäiguga *piazza* majesteetlikke proportsioone ja väljaku teises otsas kõrguvat katedraali, mille valge fassaad peegeldus vihmamärjal maapinnal. Mu suu vajus lahti.

Asi ei olnud ainuüksi väljaku ilus, vaid ka selle teatraalsuses, selles, kuidas pilku juhiti kiriku fassaadi poole. „*Si chiama Santa Croce*,“ sõnas taksojuht. Siis osutas ta kulmu kortsutava mehe kujule ja lisas: „*E quello li è Dante*.“ Dante tundus niisama tusane ja halvas tujus nagu mu sohver, ometi muutis ta mu meele rõõmsamaks. Sealsamas seisis mees, kelle „Jumalikku komöödiat“ peetakse tänapäeva itaalia keele alguseks, raamat kivistes kätes ja mind oma basiliskipilguga piidlemas. See oli hea enne.

Dante kuju taga kerkis basiilika, kogu väljak oli loodud tekitama kirikule lähenevas tähtsusetus inimeses aukartust ja imetlust selle ilu vastu. See oli mu esimene kokkupuude itaallaste täiusliku esitlusoskuse, vormi harmoonia tähtsuse, vaataja mõjutamise geniaalsuse ja ilule antud moraalse kaalukusega. See oli kivis ja marmoris kehastuv *bella figura*.

Sõitsime üle mittemidagiütleva silla. Seekord osutas taksojuht paremale, kus madalatel kaartel kükitas jõe kohal Ponte Vecchio. Pimeduses valgustatud sild, mille tikutopsisuuruste kaupluste rida oleks kui jõe kohal hõljunud, sätenas nagu unenägu. Imetlesin seda suurisilmi, siis sõitsime edasi, keerasime ajaloolise linnasüdame vastas teisel pool Arno jõge asuvasse Oltrarnosse ning keerutasime munakivisillutisega tänavatel kuni minu uue koduukseni.

„*Eccoci*,“ teatas taksojuht end istmelt üles vinnates. Maksin ja astusin otse lompi. Kiirustasin majja ja silmitsesin avarat fuajeed, samal ajal, kui minu riietelt nirises kivipõrandale vett. Lai kivitrepp kaardus paremale ja ma vinnasin oma kotid üles, peatudes hingeldades puhkama kitsal pingil, mis tundus asuvat saja kaheksandal korrusel. Kortterini oli veel pikk tee. Sammusajanditest olid trepiastmed keskelt lohkus: maja oli ehitatud seitsmeteistkümnendal sajandil ja selle vaikus oli vaimudest tiine. Jätkasin ronimist ja seisin viimaks Tiffany-rohelise kooruva värviga ukse ees. Lukk meenutas suure lukuauguga raudkasti – kindel ja iidne. Otsisin välja niisama igivana välimusega võtme ja tegin ukse lahti.

Minu ees avanes pikk ebahütlase kivipõrandaga koridor. Kortteris oli kohutavalt külm, nägin oma hingeõhku. Poolel teel leidsin pimedas magamistoa, kus oli kaks üheinimesevoodit ja

hiigelsuur kummut, millele panin oma kotid, enne kui naasin koridori, otsisin üles küttesüsteemi, lülitasin selle sisse, viskasin märja mantli seljast, haarasin teki ja mässisin ennast sellesse.

Korter, millest pidi saama mu uus kodu kes teab kui kauaks, oli lisaks jäisele külmusele umbne. Koridorist läks üksteise järel rida tube, sisustusajakirjad nimetavad seda haavlipüssi-korteriks: elutuba luukidega suletud akende, diivani ja kipaka lauaga, mida katsid raamatuhunnikud. Elutoast viis edasi pikka ruumikasse kööki, mille paremas seinas olid reas kraanikauss, kapid ja ahi ning vasakul paarisakna all laud. Köögist avanes paremale järgmine elutuba, kus oli pikk nurgadiivan ja selle taga raamatuid täis riiul. Kaugemas nurgas korteri ainsa ukse taga oli tilluke tualettruum.

Silmitsesin end kraanikausi kohal olevast peeglist: juuksed pikast reisist säbrus ja silmad aukus ning lõual torkas silma tekkiv punane vistrik. Õigemini lõugadel, peaksin täpsustama. Minu Suur Töökoht oli pannud mind oma peegelpilti vihkama. Neid aastaid oli saatnud seletamatu ja tuska tegev kaalutõus: rasvarullid ei tekkinud üksnes pihale, vaid ka seljale, lõuale, käsivartele; olin proovinud kõiki tervislikke dieete ja jätnud toidusedelist välja kõik viimaste moeröögatustega halvaks tunnistatud toidud, kuid kasu ei olnud sellest raasugi. Vistrikud, mis olid teismeeas minust eemale hoidnud, tungisid nüüd ägedalt peale, mu nahk oli üleni vinniline. Püüdsin sellest mitte hoolida, kuid mu töökoht tegi selle võimatuks – klantsajakirja igapäevaelu nõudis terasest närve, järgmise hooaja disainergarderoobi ja Kate Mossi muretust. Olin otsustanud selle asemel mustade vormitute riiete kasuks.