

N. 2/2022

MENSILE DI CULTURA, INFORMAZIONE, POLITICA DELL'ARCO ALPINO

UCRAINA

RECENSIONI

ARTE

CINEMA



Alpes

RIVISTA PERIODICA DELL'ARCO ALPINO

Direttore responsabile
Pier Luigi Tremonti
cell. +39 348 2284082

Redattore Capo
Giuseppe Brivio
cell. +39 349 2118486

Segretaria di redazione
Manuela Del Tegno

In copertina:
Chiacchiere tra amici
di Mariarosa Arancio

A questo numero hanno collaborato:
Mario Bertolini - Giuseppe Brivio
Guido Birtig - Eliana e Nemo Canetta
Alessandro Canton
Giovanni Luca D'Agostino
Massimiliano Gianotti
Anna Maria Goldoni - Luigi Oldani
Ivan Mambretti - François Micault
Marinella Mondaini - Michele Riefoli
Alessio Strambini - Pier Luigi Tremonti

Via Maffei 11/f 23100 Sondrio
Tel. +39 0342.20.03.78
Fax +39 0342.573042
E-mail redazione@alpesagia.com

INTERNET:
www.alpesagia.com

 **Seguici su**
Facebook
www.facebook.com/Alpesagia

Gli articoli firmati rispecchiano solo il pensiero degli autori e non coinvolgono necessariamente la linea della rivista. La riproduzione, anche parziale, è subordinata alla citazione dell'autore e della rivista.

SOMMARIO

EDITORIALE Pier Luigi Tremonti	3
L'UCRAINA NELL'UNIONE EUROPEA PER LA PACE Giuseppe Brivio	4
UCRAINA E COVID FANNO RIFIORIRE L'UNIONE EUROPEA Guido Birtig	5
DALLA UCRAINA.. Eliana e Nemo Canetta	8
QUESTA E' PURA INFORMAZIONE E VERITA' Marinella Mondaini	10
ANALISI DELLA GUERRA Mario Bertolini	11
L'IGNORANZA DEI GIOVANI D'OGGI E LA CD ECOLOGIA	12
NON SOLO ALCOOL MA ANCHE DROGA... Alessio Strambini	13
ADOLOSCENTI E SCUOLA Alessandro Canton	14
GRAND TOUR François Micault	16
FRANCO ANSELMI Anna Maria Goldoni	18
IL FORTE SVIZZERO NASCOSTO Eliana e Nemo Canetta	20
PERCHE' STAI MANGIANDO COSI'? Michele Riefoli	22
MONTAGNE I GIAGANTI DELLA TERRA	25
IL FARINA	26
LA DAMA NERA DELLA BUONA MORTE Massimiliano Gianotti	28
LA MORTE SI FA VERDE	30
COME MUOIONO OGGI GLI ANZIANI? Giovanni Luca D'Agostino	32
LA SOFFERENZA E IL DOLORE Luigi Oldani	34
BELFAST Ivan Mambretti	35

Ci sono quasi 900 conflitti nel mondo: nello sgomento per la guerra in Ucraina non dimentichiamo nessuno di loro.

di Roberta De Carolis

Nel 2022 la mappa del mondo è disseminata di morte. Guerre in tutti i continenti, focolai di crisi praticamente ovunque, anche nei luoghi più insospettabili. Una triste situazione che deve pesare come un macigno: la guerra in Ucraina è purtroppo solo la più recente tragedia umana. Un quadro desolante, un mondo puntellato di conflitti, di morti, di sfollati. E no, la guerra in Ucraina, pur terribile, non deve farci chiudere gli occhi. Un disastro umano non è peggiore solo perché più vicino. E non è nemmeno detto che abbia impatto maggiore.

Secondo quanto riportato dal portale Guerre nel Mondo, sono 70 i Paesi in guerra per un totale di 869 guerre e guerriglie (milizie-guerriglieri e gruppi terroristi-separatisti-anarchici), in particolare:

- Africa: 31 Stati e 291 guerre e guerriglie
- Asia: 16 Stati e 194 guerre e guerriglie
- Medio Oriente: 7 Stati e 266 guerre e guerriglie
- Europa: 9 Stati e 83 guerre e guerriglie
- Americhe: 7 Stati e 35 tra cartelli della droga, guerre e guerriglie

Inoltre ci sono 47 territori che cercano l'indipendenza, in modo più o meno pacifico, in particolare: Asia - 20; Africa - 10; Europa - 13; Medio Oriente - 2; Oceania - 2

La guerra in Ucraina è una tragedia umana, sociale, economica. Ed è alle porte di casa nostra, cosa che rende tutto angosciante. Ma è tragicamente solo l'ultima.

* da Lifestyle - costume & società

E parto da qui! Quello che non sopporto è la ipocrisia collettiva e peggio ancora le partigianerie! L'imputato principale è la globalizzazione che ha dimostrato tutti i suoi limiti. Intrecci finanziari incontrollabili, incrociati che coinvolgono fonti energetiche (gas e petrolio), materie prime e industrie libere di procedere a delocalizzazioni incontrollate, imprevedibili ed incontrollabili. In conclusione gli affari richiedono in cambio due occhi chiusi e mettere la sordina alla coscienza. Tutte le guerre promuovono vertiginosi giri di affari che vanno dalla fabbricazione di armi all'impiego di militari e di mezzi, fino alle successive opere di ricostruzione ... Ovviamente la situazione della Ucraina ci tocca da vicino sia stericamente che per appartenenza all'Europa ed alla Nato oltre che per una forte dipendenza dalla Russia per scambi economici: quindi ci si barcamena in modo sconclusionato ed incoerente. Armi alla Ucraina? Perché no anche a tutti i popoli oppressi? E poi le armi si vendono ... non si regalano. E poi i migranti buoni che arrivano in auto, in treno o in autobus da accogliere e da aiutare e invece quelli brutti e cattivi che affrontano il Mediterraneo su sgaruppate imbarcazioni e spesso annegano, da vituperare! Non mi si dica che è una bella roba. Quando poi si coinvolgono i civili, anziani, donne e soprattutto bambini si deve parlare di reati contro l'umanità chiunque ne sia l'autore! A ben guardare tutti i belligeranti hanno le loro ragioni ed i loro interessi e poi non tollerano di vedere la loro politica interna pilotata da altri popoli che li vogliono convincere magari con le bombe.

Trovo poi disgustosa la partigianeria diffusa in Italia pro Ucraina e contro la Russia, che è pilotata confusamente nello sforzo di tenere il piede in due scarpe. Perfino il Papa si sbilancia pro Ucraina e finge di ignorare i 900 conflitti che affliggono il Mondo: se ne frega pure lui! Homo homini lupus ... la pace sulla terra non si vedrà mai! Ma almeno cerchiamo di essere onesti con noi stessi.

Appunto: è saggio ascoltare il lupo, non solo cappuccetto rosso!

Pier Luigi Tremonti

L'Ucraina nell'Unione Europea per la Pace in Europa

di Giuseppe Enrico Brivio

La battaglia delle idee sulla tragica vicenda dell'aggressione della Russia all'Ucraina non è meno importante di quella che si combatte tra gli eserciti.

Spiegare le ragioni che rendono necessaria l'aggregazione dell'Ucraina all'Unione europea significa indicare, fin da ora, l'alternativa al disastro della guerra scatenata senza giustificazioni dalla Russia di Putin.

Dopo la catastrofe dei due conflitti mondiali si è venuto affermando nella cultura e nel comportamento dei cittadini dell'Unione europea un principio opposto: per avere relazioni di pace tra le comunità umane (nazioni, regioni, minoranze) occorre costruire delle realtà politico-istituzionali condivise che siano in grado di governare la vita dei cittadini sotto il profilo socioeconomico sulla base del diritto e non con la violenza. Sono proprio state le istituzioni comuni nell'Ue, pur imperfette, a rendere impossibile la guerra tra i popoli europei ed a diffondere nelle giovani generazioni europee la consapevolezza dell'assurdità della guerra tra i propri Paesi come mezzo per risolvere le controversie. L'Unione europea, pur con limiti ed imperfezioni, è l'esempio della possibilità di

creare strutture statuali di convivenza pacifica nelle quali il diritto prevale sulla violenza. E' per questo motivo che l'Ucraina ha da tempo rivolto il suo sguardo ad Occidente e chiesto di essere associata all'Ue per far parte dell'area politica della parte d'Europa che regola i rapporti tra gli stati sulla base delle leggi europee e non della guerra. La bandiera europea è dunque un simbolo di pace per gli europei che hanno scelto di condividere parti della loro sovranità nell'ambito dell'Unione europea, la nuova forma di statualità che consente di rendere effettiva l'interdipendenza tra i popoli, come nuova forma di relazione pacifica tra gli stati nell'era della globalizzazione. Se non si riconosce il valore storico dell'unità europea in fieri, si resta di fatto nella logica putiniana che giustifica l'azione militare come mezzo per recuperare ciò che la "Santa Madre Russia" ritiene di aver perso con la fine dell'Unione delle Repubbliche Socialiste Sovietiche (URSS) nel 1991 a poca distanza dal crollo del Muro di Berlino(1989) In questa logica narrativa si finisce per non distinguere l'aggressore dall'agredito solo in base ad interessi economici, politici, sociali e ideologici. Il processo d'integrazione

europea narra invece un'altra storia, a partire dalla rivoluzione pacifica e silenziosa della Comunità Europea del Carbono e dell'Acciaio (CECA 1951) nata per impedire la guerra tra europei, Francia e Germania in primo piano. La diversità delle nazioni e delle loro culture e tradizioni può sussistere grazie alle Istituzioni politiche comuni, secondo il motto federalista unità nella diversità. E' la strada che legittimamente vorrebbe percorrere l'Ucraina: entrare a far parte del territorio dell'Unione europea, realtà in cui i rapporti tra gli stati non sono più regolati dalla guerra, ma dal diritto. Ai movimenti pacifisti che anche in provincia di Sondrio si battono contro la guerra e per la pace vorrei chiedere di riflettere sul processo d'integrazione europea avviato il 9 maggio 1950 con la "Dichiarazione Schuman" e sulle potenzialità per un'Europa di pace legate all'allargamento dell'Ue ai paesi limitrofi (Balcani Occidentali), inteso come allargamento dello stato di diritto e come avvio di una politica di collaborazione per i Paesi non pronti ad una adesione. Potrebbe essere una risposta concreta al "Che fare" proposto dal pacifismo. ■

Ucraina e Covid fanno rifiorire l'Unione Europea.

di Guido Birtig

Nel momento di massima espansione territoriale dell'esercito hitleriano, Altiero Spinelli ed Ernesto Rossi, entrambi confinati politici nell'isola di Ventotene, prefigurando scenari futuri per l'intero Continente, compendiarono la loro visione nel documento "Per una Europa libera ed unita. Progetto di un Manifesto". Lo stesso Spinelli propugna ideali di unificazione europea in senso federale fondandosi sui concetti di pace e libertà kantiana e sulla teoria istituzionale del federalismo hamiltoniano. Il Documento costituì la elaborazione di un progetto politico e rappresentò una grande innovazione perché facendo riferimento a concetti elaborati in Europa, ma concretamente adottati in America, gli estensori si resero conto della necessità di creare una forza politica esterna ai partiti tradizionali.

Questi, legati alla politica nazionale, sembravano già allora incapaci di rispondere efficacemente alle sfide della crescente internazionalizzazione. I presupposti di tale utopia sovranazionale sono chiaramente esposti nella prefazione all'edizione del 1944 del Manifesto, ove si può leggere: "Tali principi si possono riassumere nei seguenti punti: esercito unico federale, unità monetaria, abolizione delle barriere doganali e delle

limitazioni all'emigrazione tra gli Stati appartenenti alla Federazione, rappresentanza diretta dei cittadini ai consessi federali, politica estera unica". Fatta eccezione per la politica estera e la difesa comune, gli altri obiettivi si sono sostanzialmente già realizzati in momenti successivi e secondo diverse - e talvolta inadeguate - modalità. Suscita sensazione il vedere che, al termine di una guerra disastrosa, Spinelli abbia pensato all'esercito, ma tale era anche l'opinione di Winston Churchill, che fu il primo ed il più determinato nel contrastare la politica egemonica di Hitler. A guerra conclusa dichiarò, nel corso di un celebre discorso tenuto al Politecnico di Zurigo, che solamente la creazione di una sorta di Stati Uniti d'Europa, con un esercito comune europeo, avrebbe evitato il possibile ripetersi degli orrori di un nuovo conflitto. Invero, la proposta di costituire un esercito comune per mezzo della "Comunità Europea di Difesa" fu oggetto di un serrato dibattito all'Assemblea Francese, ma decadde perché risultava in evidente contrasto con gli interessi opposti delle forze politiche, sia di estrema destra, che di estrema sinistra. Di fatto, contemporaneamente alla CED, svanì anche l'iniziativa da parte del Movimento Federalista Europeo di coinvolgere tutta la popolazione europea per costituire una Federazione.

Al fallimento di questi progetti si diede seguito ad iniziative che potessero conseguire parte dei precedenti obiettivi attraverso accordi finalizzati da parte degli Stati nazionali: si giunse così al Trattato di Roma, alla Comunità Economica Europea ad infine all'Unione Europea. Di fatto si diede corpo ad una tecnocrazia comune nel presupposto che il resto sarebbe venuto conseguentemente fino a raggiungere l'unità politica. La costituzione di un libero mercato in cui fosse garantita la libera circolazione di persone, beni, servizi e capitali ha favorito il progresso economico e sociale delle popolazioni, fattori questi che hanno progressivamente dilatato l'ambito territoriale dell'Unione. Questa ha cercato di superare di volta in volta i problemi che insorgevano cercando di adeguare il proprio quadro giuridico alle diverse esigenze che si stavano presentando. Tuttavia l'Unione Europea è rimasta una organizzazione di e fra Stati che comunque intendevano mantenere la loro identità nazionale dal momento che, alcuni dei Paesi hanno dovuto combattere anche in un passato recente per ripristinarla dopo una dura oppressione. Fattori questi che rendono difficile raggiungere l'unanimità dei consensi per poter prendere decisioni in merito a ciò che concerne la difesa e la politica estera. Di

fatto, dopo oltre sessanta anni di esistenza, l'Unione sembrava giunta ad un punto di svolta. Non potendo avviare un concreto processo di armonizzazione nell'ambito giuridico, economico e soprattutto fiscale a causa dei reciproci contrasti tra i Paesi membri, l'Unione si trovava in una situazione di stallo e si paventava addirittura l'avvio di un lento, ma progressivo

finanziamenti a fondo perduto, oppure a condizioni particolarmente favorevoli, ai Paesi membri per permettere loro di adeguare le proprie strutture sanitarie non solo alle necessità contingenti, ma anche in un'ottica di prevenzione futura. Non si è limitata all'aspetto epidemico, ma anche alle sue conseguenze economiche e sociali

addirittura di poter ricorrere alla costituzione di un fondo di debito comune europeo.

Oggi la guerra in Ucraina.

Se nel seguire gli indirizzi suggeriti dagli appositi Organi della Unione Europea vi sono state divergenze e distinguo nei diversi Paesi riguardo alle loro modalità applicative, in particolar modo all'estensione ed ai limiti di applicazione dei lockdown nei diversi Paesi, alla notizia dell'invasione russa in Ucraina la decisione di portare in qualche modo aiuto alla stessa, anche con la fornitura di armi, è stata unanime ed immediata da parte di tutta la UE. Si può ritenere che l'ingente dispiegamento di truppe corazzate ai confini dell'Ucraina, ufficialmente per esercitazioni, avesse la finalità di intimorire gli Ucraini, sì da indurli a cedere le armi e sottomettersi al primo accenno di invasione. Ciò si è verificato nella piccola porzione del Paese tradizionalmente russofona e da anni di fatto

sotto controllo da parte di fedeli a Mosca, ma nel resto del Paese la resistenza è stata incommensurabilmente superiore ad ogni previsione. Al momento di stendere queste note la resistenza è giunta alla terza settimana nonostante la disparità numerica di uomini ed armi in favore dei Russi. Gli Ucraini sembrano aver fatto propria la affermazione del loro Presidente Zelensky "meglio morire in piedi che vivere in ginocchio".

E' verosimile che si pervenga ad un accordo che i Russi per ora intendono procrastinare perché sperano di poter occupare una ulteriore parte del Paese dalla quale probabilmente non



processo di dissoluzione.

Con l'insorgere ed il rapido diffondersi del Virus Covid 19 l'Unione Europea si è data carico di predisporre le prime misure atte a fronteggiare l'epidemia, cui hanno fatto riferimento i Paesi membri rendendosi conto che nessuno di essi avrebbe potuto provvedere adeguatamente operando singolarmente. Ha perciò proposto un piano operativo sostenendo la ricerca di un apposito vaccino ed assicurandosene l'approvvigionamento in quantità sufficienti per poterle poi distribuire ai singoli Paesi. Ha proposto di erogare cospicui

predisponendosi a contribuire al finanziamento di opere infrastrutturali ed iniziative innovative in grado non solo di prendere il posto di delle attività divenute obsolete in conseguenza dei cambiamenti provocati dalla pandemia, ma di avviare ulteriori iniziative. In sintesi, l'Unione Europea, pienamente consapevole di un destino comune cui bisognava rispondere unitariamente, ha predisposto e deliberato in tempi rapidi una sequela di provvedimenti di carattere finanziario, economico e soprattutto politico di cui non si aveva memoria. Oltre alle linee di credito speciali si è ipotizzata

intenderebbero ritirarsi. Non si tratta solamente del proseguimento della fase di espansione territoriale adottata sia dalla Russia zarista che da quella sovietica. L'Ucraina, per anni sotto il dominio sovietico, sembra aver scelto la democrazia e ciò rappresenterebbe un grave pericolo per i Governanti russi ove la stessa si diffondesse nell'intero Paese. Il problema non sembra essere la Nato come sostiene Putin, bensì la democrazia in atto in Ucraina ai confini della Russia. La democrazia, chi ce l'ha ne vede solo i difetti e chi non ce l'ha ne vede solo i pregi. Alla riunione dei vertici europei svoltasi nella reggia di Versailles, il Presidente Macron si è detto convinto che, dopo il trauma della guerra in Ucraina, la solidarietà europea, che qualche anno fa poteva

rappresentare per taluni uno slogan è oggi un imperativo. Ciò che è successo ora all'Ucraina potrebbe ripetersi verso altri Paesi. Nessuno si sente più sicuro. Diversamente da quanto asserisce Putin, che si sente quasi circondato dalla Nato, è l'intera Europa ad essere circondata dal crescente espansionismo con continue basi militari in Medio Oriente, Siria ed Africa. L'infelice richiamo all'armamento nucleare fa tener presente il Mar Mediterraneo ove con tante basi navali russe possono circolare i sottomarini atomici.

L'ambizione di un esercito Europeo, una forza armata a difesa del Continente è vecchia quanto il processo che ha dato vita alla UE.

La proposta di una Comunità Europea di Difesa è naufragata

negli anni Cinquanta incagliandosi nello scetticismo dello stesso Paese che l'aveva concepita. La crisi Ucraina ha riaperto il dibattito sull'opportunità, o addirittura necessità, della costituzione di un esercito comune. A ciò conduce anche l'opinione espressa recentemente da un politologo cinese, il quale ha affermato "che non ci sono eterni alleati né nemici perpetui. Sono eterni e perpetui solo gli interessi nazionali". Sembra opportuno chiudere queste note con la preveggenza ed in questi tempi abusata citazione di Jean Monnet, uno dei principali estensori del progetto da cui è discesa la UE: "l'Europa si farà nelle crisi e sarà la somma delle soluzioni apportate a queste crisi". ■

**VISITA IL NOSTRO SITO WEB
WWW.ALPELAGIA.COM**

**POTRAI TROVARE
L'ARCHIVIO CON TUTTI I
NOSTRI NUMERI, NOTIZIE,
APPROFONDIMENTI E
CURIOSITA'**



Dalla Ucraina ...

di Eliana e Nemo Canetta

Noi siamo stati 2 volte in Ucraina: la prima volta, verso il 2005, per circa un mese, visitando tutto il Paese, Crimea compresa. La seconda volta, un paio di anni dopo, verso Capodanno, in un viaggio sciistico di una 20ina di giorni. La prima volta tutto appariva tranquillo, ma la seconda visita corrispondeva ad un'elezione contestata tra filo-Russi e Nazionalisti Ucraini, un po' di manifestazioni ma nulla d'altro, a parte a Kiev. Di incursioni Russe, neppure a parlarne. Aggiungiamo che il ns giudizio non era del tutto completo perché, in quegli anni, non avevamo ancora visitato nulla della Russia. Oggi, dopo molti viaggi, in quasi tutta la Federazione, abbiamo le idee più chiare.

Ma ... anche all'inizio c'era un ma ... Ci eravamo accorti, appena lasciate le montagne (Carpazi Selvosi), nelle regioni Rutene, che i sentimenti pro-Ucraina tendevano a diminuire, oltre Kiev in pratica a sparire. Oltre Kiev pochissime bandiere nazionali e, per farci comprendere, fummo costretti ad acquistare un vocabolario russo, perché di scritte in ucraino praticamente non ve ne erano più.

Ma non bastava ancora. Più si viaggiava a SudEst più la russofonia aumentava, sino a trovarci in un Paese francamente Russo e, al tempo, totalmente disinteressato all'Ucraina.

Il massimo arrivò in Crimea: qui la guida, italoфона, ci disse chiaramente che lei era Russa, voleva esserlo e che gli Ucraini non le interessavano.

I Russi erano un 70% abbondante, il resto un 10% di Tartari, un 10% di Ucraini ed un 5-10% di un mix in cui erano compresi Armeni, Greci e persino degli Italiani. Quindi la Crimea tutto pensava di essere, salvo che Ucraina.

Concludendo, verso il 2005, in epoche quindi non sospette, il Paese era diviso in 4 (vedi

cartina della russofonia).

Il NW, ovvero la Galizia, appartenente all'URSS solo dal 1945, prima polacca ed austriaca. Russi meno del 4%.

Feroci nazionalisti ucraini: ovunque scritte, bandiere, monumenti (compresi alcuni a coloro che combatterono accanto ai Tedeschi, contro l'URSS), libri, specialità gastronomiche locali.

Una zona intermedia, a cavallo del Dniester, Kiev compresa, ancora Ucraina ma con meno nazionalismo. Russi in media un 6/7%. Area prima polacca, poi dalla metà del XVII secolo russa altre il Dniester (polacca ad Ovest sino al 1800, poi austriaca).

La zona costiera ed il SE, russofoni e praticamente poco o nulla nazionalisti ucraini. Lungo la costa razze molto mischiate (greci, moldavi, tartari, turchi, tedeschi ed altri ancora) ma russi attorno al 30/40%. In pratica un'area di transizione all'estremo SE (l'attuale Donbass) con russi dal 50% sino al 75%.

In pratica un angolo di Russia, pure se noi, non conoscendo ancora la Federazione, lo comprendevamo solo in parte.

La Crimea l'abbiamo già descritta: Russi al 77% !

Territori che, prima della metà del XVIII secolo erano Turchi e dei Tartari di Crimea. Polonia ed Ucraina non vi erano per nulla, sul piano politico. Poi, come il Donbass, conquistati da Mosca, attorno al 1770, e colonizzati da Russi, con minoranze locali ed inoltre tedeschi, greci, armeni, ecc.

Ucraini, sino all'epoca di Stalin, pochi o nulla. Da notare che questa zona la "Nuova Russia" fu unita all'Ucraina solo da Lenin, nel 1923.

Con un quadro del genere era difficile immaginare, anche per noi, che lo Stato sarebbe riuscito a consolidarsi, pure per gli evidenti problemi di malcostume e corruzione, diffusi un po' ovunque.

Non per nulla, in tempo non sospetti, scrivemmo che "... se l'Ucraina voleva consolidarsi come Stato, avrebbe dovuto - ma come ...? - risolvere questi problemi etnici...". Senza contare quelli economici.

Purtroppo è avvenuto il contrario: nel 2014 a Kiev, con un Colpo di Stato (Euromaidan, sponsorizzato da UE ed USA) è stato abbattuto il Presidente, un po' filo-russo, regolarmente eletto, per sostituirlo con elementi tutti filo USA, NATO

ed UE. Un disastro perché la Russia non ha gradito per nulla il cambio.

Colpo di Stato fatto, tra l'altro, almeno in parte da gruppi molto estremisti, come il Battaglione Azov, apertamente nazista.

Il resto è la diretta conseguenza di tali prese di potere: i cittadini russi o russofoni non intendevano sottostare ai nazionalisti di Kiev, la Crimea ha dichiarato l'indipendenza ed il Donbass pure. In Crimea l'arrivo dei Russi ha fermato la reazione ucraina e tutto è "relativamente" tranquillo. Non così nel Donbass ove, specie i reparti "volontari"

ucraini hanno duramente attaccato, pure i civili, con la conseguenza di 13.000/15.000 morti. Ma la Russia, per anni, ha solo inviato aiuti economici e sanitari.

Nel frattempo il Governo di dx e ipernazionalista di Kiev, ha chiesto a Bruxelles di entrare nella UE ed agli USA di entrare nella NATO.

Forse la prima possibilità sarebbe stata tollerata da Mosca, non la seconda: Mosca non voleva Basi Nato e missili relativi a 2/300 km da Mosca. Difficile dargli torto: ai tempi di Kennedy gli USA avevano

reagito allo stesso modo con i missili sovietici a Cuba!

Poi è storia d'oggi, con la Russia che vorrebbe una Ucraina neutrale, vero cuscinetto tra Federazione ed Occidente.

A noi pare una buona idea, specie per un Paese che esporta soprattutto badanti, in mancanza di meglio!!

Ci sarebbe da dire molto altro, ad esempio il cattivo rapporto tra Kiev e le altre minoranze (magiari, rumeni, rom, ecc.): un governo nazi-nazionalista è normale che ragioni in questo modo. ■



Questa è pura informazione e verità!

Da Mosca Marinella Mondaini, scrittrice, giornalista, traduttrice.

Vive e lavora a Mosca

“I Pacifisti. Avrei voluto che tutti coloro che ora si ergono a “paladini della Pace”, i nuovi pacifisti, fossero venuti con me nel Donbass in questi anni, a vedere cosa è successo in tutti questi 8 lunghi folli anni, le distruzioni, i cimiteri e le chiese scoperchiate, le fosse comuni, avrei mostrato loro i bambini trucidati nelle foto appese nel Museo degli Angeli in una piccola cittadina della repubblica di Donezk, avrei tradotto in simultanea i racconti della gente comune per strada, avrebbero visto le lacrime negli occhi dei vecchi che mai dimenticherò. Avrebbero visto la forza e la dignità del popolo del Donbass, che nonostante la guerra che il governo filo-nazista ucraino (messo al potere dagli Stati Uniti d’America, appoggiati dall’UE) ha scatenato contro di loro SOLO per il fatto che era per l’amicizia con la Russia e voleva vivere secondo i suoi principi. Avrebbero visto gli stenti della gente in condizioni di blocco economico, di tubature di gas, acqua saltate in aria a causa dei bombardamenti ucraini, le case mezze rotte con le finestre coperte di cellophan e i tetti sfondati. Tutti ora in Italia, sono diventati pacifisti, d’improvviso scoprono che la guerra è “male e distruzione”. Non solo il popolo, ma tutti i capi politici nostrani, i cantanti in prima fila contro la guerra. E

non importa se non conoscono nulla di Russia, Ucraina, nemmeno sanno dove si trovi il Donbass.

Questi “pacifisti” in 8 anni non hanno mai alzato un dito, mai protestato nelle piazze italiane, sui social.

silenzio assoluto, ovattati nel loro rammollito confort.

Protetti dalla cappa di censura e dittatura ideologica dell’Ue.

L’Unione Europea traccia con metodi fascisti un solco sempre più profondo con la Russia.

Superba, piena di sé, razzista nei confronti dei russi, malata di russofobia si è trasformata in un mostro. Per il suo degrado morale, l’Europa non è capace di capire la Russia. Facendo finta di condannare la guerra, è l’Europa che dichiara guerra alla Russia. Chiude completamente lo spazio aereo a tutti gli aerei russi, a ogni tipo di velivolo, charter, privato, che sia appartenente o registrato o sotto il controllo della Russia.

Poi tutte le sanzioni nel campo finanziario per strangolarla. Quaranta associazioni europee di giornalisti premono per vietare il canale russo Today nell’Unione Europea per solidarietà con all’Ucraina.

La Ue è arrivata a vietare la libertà di parola ai russi. La voce dei giornalisti russi, viene bollata già a priori come “portatrice di disinformazione”. Basta

ascoltare quanto dichiara un giornalista ex militare che sceglie le notizie da pubblicare

per Rai 2, le notizie dalla Russia non le prende nemmeno in considerazione “perché sono tutte false.”

Quindi ai canali russi va definitivamente chiusa la bocca.

L’Italia a Milano il sindaco caccia il Maestro russo perché si è rifiutato di fare una dichiarazione pubblica di condanna di Putin. Anche il pensiero la Ue dirige e punisce se non si conforma al Pensiero Unico.

Come i fascisti.

La Russia va punita con metodi barbari, incivili e disumani.

E dove eravate voi “pacifisti”, quando gli Stati Uniti hanno distrutto paesi interi, massacrato i legittimi capi di stato, ucciso milioni di persone e agli americani nemmeno una sanzione!

L’Unione Europea che insieme agli americani ha bombardato Belgrado, ha smembrato la Jugoslavia, chi le ha dato questo diritto? L’Italia in primo luogo, nessuna “mea culpa” e nemmeno una sanzione. Dove eravate?

Adesso tutti contro la Russia. Almeno tacete e occupate il tempo a studiare prima di aprire bocca.

Chiedetevi perché in questo nuovo mondo, disegnato e occupato dalle Forze del Male, vi abbiano formattato il cervello a tal punto da non riconoscere dove sta la Verità, il Bene." ■

Analisi della guerra

Mario Bertolini *

1) Le armi all'Ucraina sono un atto di ostilità, mai visto prima, che rischia di coinvolgerci nella guerra: Bastavano le sanzioni, anche inasprite.

2) Putin non è un pazzo né il nuovo Hitler: “Voleva interrompere il percorso che avrebbe dovuto portare l'Ucraina nella Nato” per non perdere “l'agibilità nel Mar Nero”.

3) Il governo italiano non conta nulla e Di Maio che dà dell'“animale” a Putin “ci taglia fuori da ogni trattativa”, diversamente dalla Francia di Macron.

4) Guai a seguire Zelensky sulla no fly zone, che “significherebbe avere aerei Nato sull'Ucraina e l'incidente inevitabile”.

5) I negoziati non sono un bluff, ma una “dimostrazione di buona volontà delle due parti”.

6) La sconfitta di Putin esiste solo nei nostri sogni e nella propaganda occidentale: la Russia s'è già presa l'Est, collegando Crimea e Donbass; “le grandi città al momento sono state risparmiate e non è partita la caccia a Zelensky” per “precisa volontà” di Mosca, che finora ha limitato al minimo “i bombardamenti dall'alto” per

non moltiplicare le stragi e non provocare un “intervento Nato”.

7) Putin non ha bombardato la centrale di Zaporizhzhia: “Non ho visto missili, ma bengala per illuminare gli obiettivi” degli scontri con gli ucraini lì vicino: le radiazioni avrebbero colpito pure il Donbass e la Russia, che le centrali vuole controllarle, non

farle esplodere. ■

* generale ex capo del Comando operativo interforze e presidente dell'associazione paracadutisti italiani.

I BOMBARDAMENTI DEGLI USA DA GLI ANNI '50

- Corea y China, 1950-53 (guerra de Corea);
- Guatemala, 1954;
- Indonesia, 1958;
- Cuba, 1959-1961;
- Guatemala, 1960;
- Congo, 1964;
- Laos, 1964-73;
- Vietnam, 1961-73;
- Camboya, 1969-70;
- Guatemala, 1967-69;
- Granada, 1983;
- Libano, 1983 y 1984 (objetivos libaneses y sirios);
- Libia, 1986;
- El Salvador, 1980;
- Nicaragua, 1980;
- Irán, 1987;
- Panamá, 1989;
- Iraq, 1991 (guerra del golfo pérsico);
- Kuwait, 1991;
- Somalia, 1993;
- Bosnia, 1994 y 1995;
- Sudán, 1998;
- Afganistán, 1998;
- Yugoslavia, 1999;
- Yemen, 2002;
- Iraq, 1991-2003 (Estados Unidos/Reino unido regularmente);
- Iraq, 2003-2015;
- Afganistán, 2001-2015;
- Pakistán, 2007-2015;
- Somalia, 2007-8 y 2011;
- Yemen, 2009 y 2011;
- Libia 2011 y 2015;
- Siria, 2014-2018



Putin non vuole conquistare l'Europa né rifare l'Urss né “governare l'intera Ucraina”, ma “trattare una ricomposizione”: un regime fantoccio sull'intero Paese scatenerrebbe anni di guerriglia antirussa. “La Russia vuol essere europea e noi non facciamo che schiacciarla verso Asia e Cina”.

Un successo ucraino è, purtroppo, fuori discussione.

I possibili esiti sono due: una vittoria russa dopo “una lunga guerra”; o un negoziato che i soli mediatori credibili - Israele, Francia, Cina e Turchia - possono favorire se aiutano le due parti a trattare con reciproche concessioni anziché “istigarle a proseguire” nella guerra.

L'ignoranza dei giovani d'oggi e la CD ecologia

Alla cassa di un supermercato una signora anziana sceglie un sacchetto di plastica per metterci i suoi acquisti.

La cassiera le rimprovera di non adeguarsi all'ecologia e le dice: "La tua generazione non comprende semplicemente il movimento ecologico. Noi giovani stiamo pagando per la vecchia generazione che ha sprecato tutte le risorse! "

La vecchietta si scusa con la cassiera e spiega: "Mi dispiace, non c'era nessun movimento ecologista al mio tempo."

Mentre lei lascia la cassa, affranta, la cassiera aggiunge: "Sono persone come voi che hanno rovinato tutte le risorse a nostre spese. E ' vero, non si faceva assolutamente caso alla protezione dell'ambiente nel tuo tempo".

Allora, un po' arrabbiata, la vecchia signora dice: "alla mia epoca restituivamo le bottiglie di vetro registrate al negozio, il negozio le rimandava in fabbrica per essere lavate, sterilizzate e utilizzate nuovamente: le bottiglie erano riciclate. La carta e i sacchetti di carta si usavano più volte e quando erano ormai inutilizzabili si usavano per accendere il fuoco. Non c'era il residuo e l'umido si dava da mangiare agli animali".

E poi aggiunge: "Ai miei tempi salivamo le scale a piedi: non avevamo le scale mobili e pochi ascensori.

Non si usava l'auto ogni volta che bisognava muoversi di due strade: camminavamo fino al negozio all'angolo.

Ma, è vero, noi non

conoscevamo il movimento ambientalista.

Non si conoscevano i pannolini usa e getta: si lavavano i pannolini dei neonati.

Facevamo asciugare i vestiti fuori su una corda.

Avevamo una sveglia che caricavamo la sera.

In cucina, ci si attivava per preparare i pasti; non si disponeva di tutti questi aggeggi elettrici specializzati per preparare tutto senza sforzi e che mangiano tutti i watt che Enel produce.

Quando si imballavano degli elementi fragili da inviare per posta, si usava come imbottitura della carta da giornale o dalla ovatta, in scatole già usate, non bolle di polistirolo o di plastica.

Non avevamo i tosaerba a benzina o trattori: si usava l'olio di gomito per falciare il prato.

Lavoravamo fisicamente; non avevamo bisogno di andare in una palestra per correre sul tapis roulant che funzionano con l'elettricità.

Ma, è vero, noi non conoscevamo il movimento ambientalista.

Bevavamo l'acqua alla fontana quando avevamo sete.

Non avevamo tazze o bottiglie di plastica da gettare.

Si riempivano le penne in una bottiglia d'inchiostro invece di comprare una nuova penna ogni volta.

Rimpiazzavamo le lame di rasoio invece di gettare il rasoio intero dopo alcuni usi.

Ma, è vero, noi non conoscevamo il movimento ambientalista.

Le persone prendevano il bus, la

metro, il treno e i bambini si recavano a scuola in bicicletta o a piedi invece di usare la macchina di famiglia con la mamma come un servizio di taxi 24 h su 24. Bambini tenevano lo stesso astuccio per diversi anni, i quaderni continuavano da un anno all'altro, le matite, gomme temperamatite e altri accessori duravano fintanto che potevano, non un astuccio tutti gli anni e dei quaderni gettati a fine giugno, nuovi: matite e gomme con un nuovo slogan ad ogni occasione.

Ma, è vero, noi non conoscevamo il movimento ecologista!

C'era solo una presa di corrente per stanza, e non una serie multipresa per alimentare tutta la panoplia degli accessori elettrici indispensabili ai giovani di oggi. Allora non farmi incazzare col tuo movimento ecologista!

Tutto quello che si lamenta, è di non aver avuto abbastanza presto la pillola, per evitare di generare la generazione di giovani idioti come voi, che si immagina di aver inventato tutto, a cominciare dal lavoro, che non sanno scrivere 10 righe senza fare 20 errori di ortografia, che non hanno mai aperto un libro oltre che dei fumetti, che non sanno dove passa il Danubio quando proponi loro la scelta tra Vienna o Atene, ecc.

Ma che credono comunque poter dare lezioni agli altri, dall'alto della loro ignoranza!". ■

* trovato su facebook

Non solo alcool ma anche droga ... estendere i controlli

di Alessio Strambini

In un'ottica di sicurezza gli autisti di professione e i conduttori di macchine in movimento (ad esempio i carrelli elevatori) vengono assunti previo esito di un test delle urine, volto a ricercare la presenza di diverse sostanze stupefacenti (cocaina, anfetamine ma anche di cannabinoidi).

Per superare positivamente il test bisogna che lo stesso risulti negativo perchè appunto dimostra che il soggetto non ha assunto sostanze psicotrope, almeno non nelle immediate vicinanze della firma sul contratto di lavoro. La visita per l'idoneità viene poi rinnovata annualmente, come avviene per le altre tipologie di contrattazione lavorativa. Ciò è sicuramente un deterrente per l'uso di sostanze illecite a meno che l'autista professionale non si esponga ad un pericoloso terno al lotto evitando di assumerne

solo in prossimità della visita di idoneità annuale. Un effetto repressivo alla circolazione di dette sostanze che potrebbe essere ottenuto estendendo l'obbligo del test delle urine ad altre categorie di lavoratori ad esempio chi usa macchinari pericolosi anche solo per la propria incolumità (falegnami, muratori, operai siderurgici) e a chi opera a strettissimo contatto con le persone (medici, chirurghi).

Le tipologie di lavoratori a rischio incolumità e che lavorano con le persone sono diverse e alla fine sarebbero escluse dal conteggio - e quindi potrebbero usare e abusare di sostanze stupefacenti, senza incorrere in problemi con l'assunzione - solo chi fa pulizie (con tutto il rispetto per gli operatori ecologici) oppure i burocrati e gli impiegati degli uffici (visti in questa ottica alla stregua di

passacarte). Qualcuno suggerisce che il test andrebbe effettuato anche agli onorevoli che occupano le poltrone della Camera dei Deputati e del Senato della Repubblica e ciò potrebbe rilevare non poche sorprese. Battute a parte resta il problema di effettuare il test a chi assume medicinali in maniera continuativa e con particolari effetti, come gli psicofarmaci. L'idoneità per la prosecuzione del rapporto di lavoro potrebbe essere estesa a più controlli in un anno (semestrali) e potrebbe essere effettuata con poco preavviso, senza necessariamente essere a sorpresa.

Vincolata alla prosecuzione del rapporto di lavoro o meno questa possibilità di intervento da parte dello Stato sarebbe sicuramente più efficace nel controllo delle sostanze stupefacenti, più dei metodi repressivi oggi in uso. ■



**AUTORIPARAZIONI
TEKNO MOTORSPORT**

Via Guicciardi, 18
23100 SONDRIO

tel 0342 217542
cell 339 3143026

Codice Fiscale e Partita IVA: 00132750142



Adolescenti e scuola

di **Alessandro Canton**

Tutti, chi più chi meno, al momento di andare a scuola, abbiamo avuto paura: l'incontro (per la prima volta, da soli) con persone sconosciute come la maestra e i compagni ci dava un certa diffidenza: sarebbero stati amici? La paura ci salva dai pericoli è un istintivo mezzo di difesa, anche Don Abbondio, (Promessi Sposi cap. 25), dice: "Uno il coraggio, se non ce l'ha, mica se lo può dare!".

Il panico persistente di fronte al primo ostacolo "non protetto" assale persone d'ambo i sessi, in una percentuale che varia da 2 a 15 per cento in Italia, tra 1 e 5 per cento in Francia, dal 60 all'80 per cento in Giappone, qui dovuto probabilmente alla notevole competizione sociale.

I sintomi, riferiti dai pazienti, sono molto simili: ansia, paura, panico, angoscia, insonnia, palpitazioni, dolori al torace, nausea, vomito, diarrea, allucinazioni notturne.

"Durante il periodo scolastico, almeno una volta - scrive il dottor David Gourion, docente di psichiatria all' Università di Parigi-Descartes - ma spesso le volte sono tre, dai 4 ai 5 anni, dai 6 agli 8 anni e dai 14 ai 16 anni in corrispondenza con la transizione da un tipo di scuola all'altro: asilo, scuola elementare, medie, superiori, università.

Spesso, se ciò capita a un bambino, non si ricorre allo

psichiatra, attribuendo i disturbi o a capricci o al timore di essere interrogato e invece: rappresentano precoci sintomi della depressione (!), legati alla eccessiva competitività in atto, per la grave crisi economica che, deprimendo i genitori, si trasmette ai figli - scrive il Professor David Gourion, la difficoltà aumenta se, per incomprensione, in una piccola città, il problema non è frequente e la conoscenza degli insegnanti



è scarsa, per questo motivo si deve dare una formazione agli insegnanti anche in questo problema".

Poichè la sintomatologia non è ben definita, è facile la sottovalutazione anche da parte dei genitori: si pensi che persino nella Carta di Psichiatria americana (DSN-5), non è ancora riconosciuta come malattia.

Le reazioni dei bambini in difficoltà ad andare scuola sono diverse: alcuni piangono, si nascondono, altri scappano da scuola per tornare dove si sentono più protetti. Gli

adolescenti somatizzano i disturbi, lamentano cefalea, vomito o dolori allo sterno.

Spesso sono gli stessi genitori che non li hanno adeguatamente resi autonomi. Altri genitori, cercando di soddisfare le proprie ambizioni, propongono traguardi sempre maggiori, così i figli, cercando l'approvazione dei genitori, diventano competitivi e non reggono al confronto con l'eventualità di un insuccesso.

Da tutto ciò risulta evidente la difficoltà ad individuare le cause della fobia.

Altri autori pensano che un padre assente, non rappresenta più un riferimento nello sviluppo psicologico e spesso si tratti di un figlio educato senza regole o rimproveri. Erald Gustav Jung (1875-1961) ci ricorda

che "bambino significa essere in divenire verso l'autonomia, che però non può realizzarsi senza il distacco".

In Francia, nei pressi di Parigi, vi è la Maison Solenn che è un Centro di accoglienza con una équipe multidisciplinare per adolescenti o soli o accompagnati dal familiare, che offre la possibilità di una consulenza, valuta le problematiche per fare una diagnosi circostanziata e così guida verso la guarigione.

Il problema diventa impossibile se la classe è sovraffollata e l'insegnante non trova il tempo

per seguire il giovane "convalescente" almeno in principio. A tal riguardo, vi sono corsi per corrispondenza, dove però occorre un minimo di buona volontà per incominciare. Ma, come dice il proverbio volere è potere. Si stima che una buona metà dei giovani riesce a

ricuperare, ma residueranno sempre disturbi psichici/psichiatrici di tipo ansioso. Occorre pensare che la fobia scolare si risolve in tempi più o meno prolungati, proprio per la concomitanza di fattori individuali e ambientali. Pertanto, se da una parte la

pedagogia più aggiornata afferma che la scuola non è per rendere gli allievi felici, ma per impegnarli a studiare, vi è anche chi obietta che l'insegnante può essere esigente, ma benevolo e comprensivo. ■

* Ho trovato in archivio questo articolo che ci mandò il Dr Canton tempo addietro. E' stato un nostro valido e generoso collaboratore per anni fino alla scomparsa. E' ancora di estrema attualità e lo riproponiamo. (pielletti)

La tragicommedia del mio primo giorno di scuola.

Non ne volevo sapere di restare a scuola e di essere "abbandonato" dalla mamma. Mi dissero che feci un chiasso infernale finito con una morsicata alla mano della maestra. Poi feci amicizia con la maestra e quando se ne andò da Sondrio la andai a trovare a Trieste. Ricordo ancora oggi Emma Castagnino con commozione.

Pier Luigi Tremonti

QUALI SONO I SEGNI PREMONITORI DEL COLPO DI SONNO?

Numerosi sono i segnali che indicano l'avvicinarsi imminente (pochissimi minuti) del colpo di sonno:

- *Le palpebre diventano sempre più pesanti,*
- *È difficile tenere gli occhi aperti, che si chiudono sempre più spesso,*
- *Gli occhi bruciano,*
- *Si sbadiglia frequentemente,*
- *È difficile tenere sollevata la testa,*
- *Si sposta il busto frequentemente alla ricerca di una migliore posizione,*
- *Non si ricorda cosa è successo negli ultimi chilometri, domandandosi "non mi sono accorto di aver fatto quel pezzo di strada"*
- *I segnali vengono messi a fuoco con difficoltà,*
- *È difficile concentrarsi,*
- *Ci si distrae facilmente,*
- *Ci si gratta la testa o le guance,*
- *Si eseguono piccoli, frequenti spostamenti sulla corsia di marcia invece di percorrerla correttamente,*
- *Il piede ondeggia sull'acceleratore impedendo una velocità costante.*

IN PRESENZA DI ALMENO UNO DI QUESTI SEGNI FERMATI IMMEDIATAMENTE AL SICURO ED ESPONI IL CARTELLO SUL CRUSCOTTO: BASTANO UNA DECINA DI MINUTI DI RIPOSO!

Grand Tour o l'Immagine di un'Italia amata e sognata dai grandi artisti europei tra Seicento e Ottocento

di François Micault

Le Gallerie d'Italia Piazza Scala Museo di Intesa San Paolo di Milano ospitano la mostra "Grand Tour. Sogno d'Italia da Venezia a Pompei", a cura di Fernando Mazzocca, in partnership con il Museo Archeologico Nazionale di Napoli e il Museo Statale Ermitage di San Pietroburgo, con 130 opere provenienti dalla collezione Intesa San Paolo, collezioni private e numerosi musei ed istituzioni culturali italiani ed internazionali. La manifestazione è accompagnata da un catalogo pubblicato nelle Edizioni Gallerie d'Italia/Skira. Sono qui esposti dipinti, sculture e oggetti d'arte allestiti in un dialogo suggestivo, e ripropongono l'immagine dell'Italia amata e sognata da un'Europa che si riconosceva in radici comuni di cui proprio il Bel Paese era stato a lungo il grande laboratorio, un'Italia raffigurata nella sua struggente bellezza dagli artisti che fecero sorgere il mito del "bel paese". Sono qui esposte opere dei

principali artisti del tempo come Piranesi, Valadier, Volpato, Canaletto, Panini, Hubert Robert, Granet, Batoni, le due pittrici Vigée Lebrun, Angelika Kauffmann, Ingres e altri. Questi capolavori ci permettono di comprendere e rivivere l'emozione provata secoli fa di fronte alla bellezza senza tempo dei paesaggi e degli antichi luoghi d'arte italiani e questo sottolinea il ruolo di primo piano che Intesa San Paolo ha conquistato nel corso degli anni. Il Grand Tour ha contribuito in modo determinante a creare quella percezione dell'Italia legata alle sue bellezze ancora oggi di grande attualità che rende unica l'identità del nostro paese. Tra la fine del Seicento e la prima metà dell'Ottocento, l'Italia fu meta prediletta di artisti, letterati, e membri della società aristocratica e colta europea. Il grande viaggio fu presto inteso come momento essenziale di un percorso educativo e formativo e segno di uno status sociale. L'Italia era una tappa obbligata per artisti e studiosi amanti dell'architettura, della pittura e della scultura, sia antica che moderna. Le scoperte archeologiche del Settecento a Pompei e ad Ercolano aggiunsero nuovi motivi d'interesse. Questo momento di formazione, obbligatorio per le elite europee, ma poi anche per quelle provenienti da altri continenti, ha coinvolto sovrani,



politici, aristocratici, uomini di chiesa, letterati, artisti, tutti affascinati dal paesaggio italiano, dalle città, dai monumenti e dalle opere d'arte che fanno ancora oggi del nostro territorio una sorta di meraviglioso museo. Notiamo soprattutto i luoghi, le città tradizionali come Venezia, Firenze, Roma e Napoli, i borghi storici, e i paesaggi, dalle Alpi, al Vesuvio all'Etna. La meta principale del Grand Tour è stata certamente Roma, la città universale ed eterna, dove si veniva a studiare i canoni del bello, che troviamo non solo nei marmi antichi ma anche nei capolavori del Rinascimento e del Classicismo seicentesco. Il paesaggio del golfo e della zona vesuviana ed il fascino delle testimonianze dell'Antichità, dopo la riscoperta di Pompei ed Ercolano, hanno fatto di Napoli l'altra irrinunciabile meta di questo viaggio di istruzione e formazione, che si estese poi anche alla Campania, alla recuperata area di Paestum, dove si poteva ammirare i magnifici



templi, in un periodo in cui la Grecia, ancora sotto il dominio ottomano, era interdotta ai viaggiatori. Le testimonianze della Magna Grecia spinsero i viaggiatori più coraggiosi, quali Goethe, verso la più lontana e sconosciuta Sicilia, incantevole per l'asprezza dei suoi paesaggi e l'imponenza dei templi di Segesta, Selinunte e Agrigento, o del teatro greco di Siracusa. Altri luoghi privilegiati del Grand Tour furono città molto vive come Venezia, Vicenza, dove si poteva ammirare i palazzi di Palladio, genio universale imitato in tutto il mondo, Firenze, che nelle sue chiese e nelle sue collezioni ci faceva scoprire le meraviglie dell'antico come del Rinascimento, senza dimenticare Milano grazie soprattutto a Leonardo e del suo Cenacolo, e i vicini laghi per lo splendore delle loro rive e delle ville famose sin dall'antichità. Oltre ad essere per un lungo periodo il maggiore mercato dell'arte antica, l'Italia era luogo di una produzione contemporanea ispirata alla

memoria dell'antico, di cui Piranesi fu il più originale protagonista, attraverso le sue incisioni visionarie e nei suoi estrosi arredi aveva proposto una visione molto personale dell'immaginario classico. I prestigiosi assemblages in metalli e pietre preziosi di Valadier hanno incantato tutti, mentre le immagini delle più popolari sculture antiche sono state diffuse dai bronzetti di Boschi, Zoffoli, Righetti, Hopfgarten o dalle statuine in biscuit di Volpato. A seguito delle richieste dei collezionisti stranieri la pittura ha preso un nuovo slancio, in particolare con la veduta e il paesaggio, tra Sette e Ottocento, grazie a giganti come Canaletto, Panini, od ancora Joli, Lusieri, e stranieri del calibro di Hubert Robert, More, Wilson, Jones, Wright of Derby, Hackert, Volaire, Ducros, Granet, Valenciennes, Catel, giungendo ad un livello prima impensabile, passando dalla razionalità scientifica all'emozione del paesaggio come espressione di uno stato d'animo

dei romantici. Il genere maggiormente richiesto dai collezionisti stranieri oltre alle vedute fu il ritratto. Da qui ci si fa rappresentare accanto ai monumenti e alle sculture antiche. Fra i grandi ritrattisti citiamo Batoni, Mengs, Vigée Lebrun, Angelica Kauffmann, di Von Maron, Tischbein, Sablet, Zoffany, Fabre, Gérard, Ingres. I viaggiatori erano attratti dai costumi, dalla mitezza del clima. Più di un artista ha saputo rappresentare la vita domestica, come Pinelli, Sablet, Géricault, Robert, Schnetz, Delaroche. La scultura occupò un ampio spazio, a partire dal commercio dei marmi antichi, senza dimenticare il restauro e la produzione di copie, per giungere verso la fine del Settecento grazie a Canova e ai suoi seguaci alla produzione di una scultura originale che, pur ispirata all'antichità, ha saputo interpretare la sensibilità moderna assicurando a quest'arte una grande fortuna nel corso dell'Ottocento in tutto il mondo. ■

Grand Tour. Sogno d'Italia da Venezia a Pompei.

Gallerie d'Italia Piazza Scala, Piazza della Scala 6, Milano.

Mostra

da martedì a domenica dalle 9:30 alle 19:30, giovedì aperto fino alle 22:30, chiuso lunedì.

Info www.gallerieditalia.com - info@gallerieditalia.com - numero verde 800167619



Franco Anselmi

Nitriti di cavalli impetuosi ...

di Anna Maria Goldoni

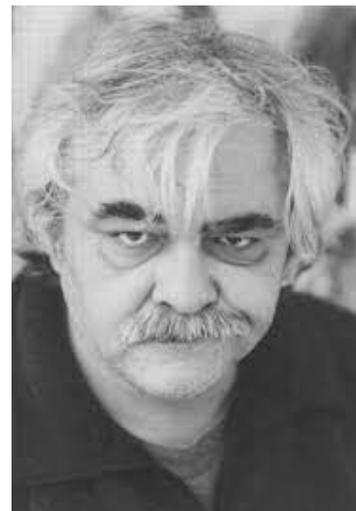
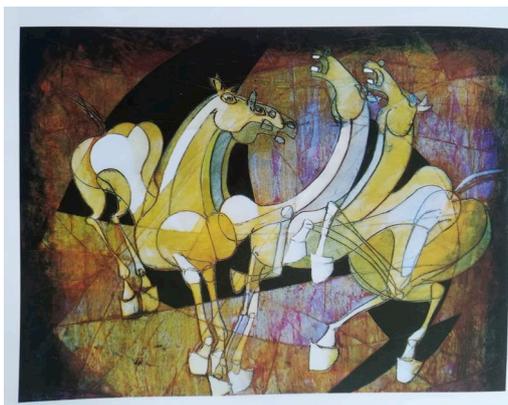
Franco Anselmi, che è nato a Vittorio Veneto nel 1950, vive e lavora a Val Lapisina, a nord della sua città, in quello che lui definisce un “eremo”, isolato dal frastuono del mondo, dove dipinge tranquillamente anche i suoi impetuosi e bizzarri cavalli. Molti sono i soggetti che contraddistinguono le sue opere, come quelle definite le piramidi, con tutte le facce decorate minuziosamente, i fantasiosi animali, gatti, cani, gufi e altri, ritratti in situazioni anomale, come seduti a tavola, mentre guidano automobili o suonano



strumenti musicali. Poi ci sono le sedie, di stampo antico, con un alto schienale tutto dipinto con stemmi, animali e personaggi medioevali. I suoi cavalli, da noi presi in esame, sono possenti, calmi o imbizzarriti, quasi indomabili, ma hanno, di solito, una composta e ordinata criniera. I loro mantelli sono candidi o sfumati in diversi colori, ma

loro sono sempre col muso alzato come se fossero vigili, in ascolto e attesa di ogni minimo rumore che li circonda.

L'artista ha iniziato a dipingere molto giovane, anche se poi ha seguito uno strano percorso di studi, da perito elettronico a laureato in lingue straniere. I suoi interessi l'hanno portato anche verso la Facoltà di Sociologia, studi che ha in seguito interrotto per dedicarsi completamente all'insegnamento e alla sua vita artistica, da autodidatta. Poi, dopo aver ricevuto delle critiche favorevoli, ha iniziato a partecipare a mostre, via via sempre più importanti anche a livello internazionale. Infatti, ha esposto a Treviso, a Udine e Venezia, a Giessen e Francoforte (Germania), Klagenfurt e Spital (Austria), a New York e Memphis (Stati Uniti), a Lugano e Conthey (Svizzera), ad Auckland e Christchurch (Nuova Zelanda) e in tanti altri



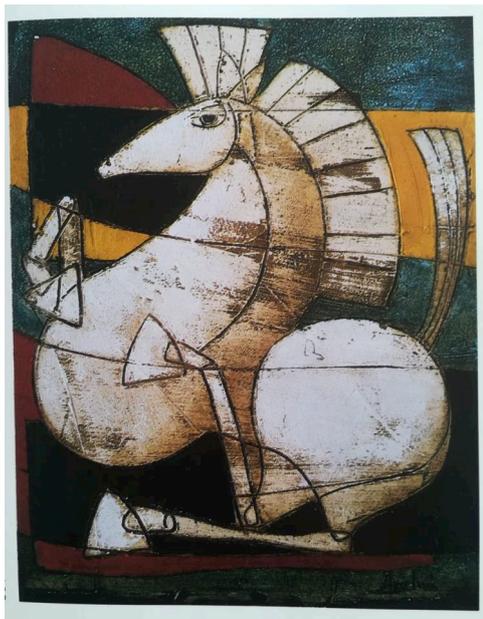
luoghi.

Molte sue opere si trovano in permanenza in gallerie d'arte ad Aosta, Biella, Imola, Torino Padova e Vittorio Veneto, solo per citarne alcune.

La serie dei cavalli, che sono come un simbolo dei suoi molteplici soggetti, gli permette di cimentarsi liberamente, d'incrociare le linee, d'intersecare corpi, zampe, suddividere e sommare colori, in un vortice decorativo quasi infinito. Per lui, come “il simbolo di una vita che si dibatte nel caos del progresso e degli stereotipi imposti dalla nostra esistenza condizionata, questi animali sono dei veri cavalli di battaglia”.

Molto dolce è il quadro “Maternità”, che rivela il primo tenero sguardo tra madre e figlio, racchiusi in uno sfondo rosso,

simbolo di dolore e di vittoria per la nascita recente. La decorazione esterna li focalizza come all'interno di un ritratto familiare, tenuto in evidenza e da conservare sempre. Nel dipinto “La quadriglia”, gli animali sembrano insofferenti a un lavoro collettivo e, nitrendo e scalciando, vorrebbero una loro libertà individuale. I loro



manti chiari, sfumati con linee evidenti, si proiettano fuori da un sipario scuro, che ne evidenzia le loro sagome. In “Angolo di fuga”, i destrieri escono da un tunnel, irruenti e maestosi nella loro ricerca d’indipendenza, in mezzo a pascoli immensi, senza redini frenanti. “Vanità”, invece, propone un cavallo immobile, come in posa in uno studio fotografico, la sua chioma fluente appare come il

cimiero di un elmo di un guerriero greco, anche se la coda rialzata e lo sguardo sereno, ma attento, rivelano la sua trepidante attesa dello scatto della macchina fotografica.

Franco Anselmi, con le sue opere, ci fa scoprire i nostri pensieri più reconditi, puri come quelli della nostra infanzia, anche attraverso i nitriti dei suoi cavalli bronzei, fieri e impetuosi, dallo spirito libero di focosi destrieri. ■

Hanno scritto di lui:

- “... Anselmi è approdato alla maturità artistica. La calligrafia forte, tagliente, che disegna ritratti e animali non ha bisogno di appoggiarsi a titoli didascalici: significato e significante coincidono e si autogiustificano, i piani di lettura si sovrappongono. Il racconto fluisce come canto ritmato”. (Franco Battacchi)

- “Troppo spesso l’arte contemporanea giustifica la sua ragione di esistere lanciando messaggi impegnati, Franco Anselmi, al contrario, ci comunica la giocosa serietà dell’infanzia con la sua capacità di evocare immagini dalle fiabe e di dare concretezza ai sogni”. (Vittorio Sgarbi)

- “Il cavallo, già nella mitologia greca, è il simbolo di un’inquietudine sanguigna, un desiderio di libertà, una fuga verso l’avventura... Anselmi ha intuito che il cavallo rappresenta per lui l’emblema di una pulsione vitalistica che gli cova dentro da sempre”. (Paolo Rizzi)

Per saperne di più: www.anselmiarte.it



Il forte svizzero nascosto

di Eliana e Nemo Canetta

In questi giorni, in cui molti sono rimasti sbalorditi perché in Europa si sente ancora tuonare il cannone (ma se avessero studiato un po' la storia e la geografia forse non sarebbero così attoniti), ancora una volta la Svizzera può essere un esempio da conoscere e, perché no, da imitare. Questo Paese dalla metà del XIX secolo non conosce la guerra.

Benché circondato da Paesi belligeranti è riuscito, pur con qualche sacrificio, a evitare sia il I che il II Conflitto Mondiale. E tutto lascia prevedere che anche in futuro le cose vadano in questo modo, pur se anche in Svizzera c'è chi rema contro un sistema che fino a oggi ha garantito pace e sicurezza.

Crediamo che quasi tutti sappiano che in Svizzera non esiste un Esercito permanente e che le pesanti, e talora pericolose strutture burocratico militari, sono quasi assenti. La Svizzera ha un Esercito "di milizia" alla cui base sta un'affermazione che in Italia, ma non solo, farebbe inorridire: "... nella Confederazione ogni cittadino è un soldato e ogni soldato è un cittadino ...". Cioè a dire: al momento buono o al momento della leva tutti sono tenuti al servizio militare, buoni e cattivi, belli e brutti e, ormai con l'immigrazione, bianchi o neri. Non basta. La leva è breve, pochi mesi ma il servizio militare dura se non tutta la vita o quasi: ogni tanto il Governo della Confederazione richiama in

servizio il cittadino e così è certo che i suoi soldati sono sempre pronti e adeguatamente addestrati.

Per di più uniformi, armamento e ammennicoli vari vengono portati a casa. Non è raro nei periodi di richiami incontrare sui mezzi pubblici soldati, sovente dotati del loro fucile mitragliatore.

Sono semplicemente "cittadini" che, rimessa l'uniforme per qualche settimana, vanno ad addestrarsi. Resta da aggiungere che, incredibile a dirsi, con tutte queste armi in giro, in Svizzera il tasso di criminalità è bassissimo. Ma torniamo a noi. Se questo Esercito "di milizia" è stato alla base della solidità svizzera di fronte ai competitori durante le due guerre mondiali, bisogna dire che il Governo ha saputo impiegare non pochi franchi pure per costruire reti fortificate di eccezionale qualità.

Soprattutto poco prima del II Conflitto Mondiale, quando un po' tutti costruivano Forti e trincee blindate dalla Maginot francese alla Linea Sigfrido tedesca, l'Esercito elvetico non è stato da meno. Una cartografia spettacolare, ancora oggi nota nel mondo come una delle migliori possibili, unita al concetto cittadino-soldato ha permesso ai Comandi di Berna di avere una conoscenza assoluta del proprio territorio. In pratica gli svizzeri sapevano dove e come fortificare, senza lasciare quasi nulla al caso.

Le mutate situazioni belliche in

Europa hanno fatto sì che tutti questi Forti siano stati ufficialmente abbandonati dall'Esercito; molti divenendo veri musei che tra l'altro hanno l'innegabile compito di chiarire, soprattutto ai giovani, i sacrifici compiuti dai loro nonni per difendere la Patria.

E' il caso del Forte di Pré-Giroud, qualche centinaio di metri sopra la cittadina di Vallorbe nel Giura franco svizzero. Un brevissimo spazio divide Vallorbe dal confine con la Francia, Paese che ancora oggi è una delle principali potenze mondiali anche militari. Nella seconda metà degli anni trenta del secolo scorso, la Francia un po' a torto era vista come la grande alternativa alla Germania di Hitler. Quindi il Comando dell'Esercito svizzero decise che il colle di Vallorbe andava protetto con un potente Forte, irto di cannoni e mitragliatrici. Oggi tale fortezza è un museo, molto visitato anche da stranieri.

Noi lo abbiamo conosciuto nell'agosto 2021, arrampicandoci per una stradella su per la costa boscosa. Come quasi tutti i musei elvetici (visitabile solo con guida) dispone di caffetteria e di libreria con molte pubblicazioni. La visita permette di penetrare nelle viscere della montagna; per fortuna la risalita si fa con un ascensore d'epoca. Unico neo: proibizione assoluta di scattare fotografie all'interno e all'esterno si comprende ben poco della struttura del Forte.

Il fatto ci ha non poco meravigliato, poiché gli interni sono veramente interessanti ed ancor oggi in ottimo stato di conservazione. Dall'infermeria ai cannoni, dalle mitragliatrici alle cucine. Tutto appare come se l'Esercito se ne fosse andato una settimana prima.

Già sbalorditi da tutto ciò, siamo rimasti ancor più esterrefatti vedendo perfette file di fucili ben oliati, mensole con decine di elmetti senza neppure un graffio

e persino pastrani che l'occhio addestrato di Eliana ha riconosciuto come appena usciti dalla lavanderia. Aggiungiamo che le cucine sono ufficialmente ancora in funzione per pranzi e bicchierate delle guide, che sono in realtà ex militari del Forte.

Terminata la visita, da un lato abbiamo lodato la capacità tutta svizzera di aprire al pubblico una simile meraviglia ma dall'altro non abbiamo potuto fare a meno di pensare che -forse- il Forte di

Pré-Giroud potrebbe, in caso di assoluta necessità, utilizzare ancora i suoi cannoni (che del resto ci hanno chiaramente detto essere perfettamente funzionanti).

Sarà un caso ma questo Forte, come molte altre realtà militari della Confederazione, fa credere che a Berna sia ancora in vigore il noto detto latino *si vis pacem para bellum*. ■



Perché stai mangiando così?

I meccanismi psichici e i condizionamenti che ci spingono ad abbuffarci o ad esagerare con il cibo

di Michele Riefoli, per gentile concessione di “Scienza e Conoscenza”, nr. 49

Gia! Una bella domanda. Perché stiamo mangiando? E soprattutto, perché spesso mangiamo male e troppo? Si tratta semplicemente di abitudini scorrette e quindi dell’incapacità di uscire da schemi già acquisiti? Oppure ci sono delle motivazioni psicologiche che inducono ad avere un rapporto col cibo conflittuale e compulsivo? Le cause di questi problemi sono di natura fisica o mentale?

Le risposte non sono sempre scontate. In realtà siamo obbligati a mangiare per la necessità di garantire tutte le normali funzioni dell’organismo. L’uomo però, a differenza di tutti gli altri animali, mangia anche per ragioni che vanno oltre la mera sopravvivenza, e così accade qualcosa che non sfugge all’osservazione: mangiamo troppo! Infatti, le statistiche raccontano che in Italia più del 50% della popolazione è in sovrappeso oppure obesa. Evidentemente c’è qualcosa che spinge le persone a mangiare più di quello che consuma e dato che siamo tutti quanti soggetti a condizionamenti, ci troviamo a fare i conti con meccanismi fisici, mentali e sociali che spesso impediscono una relazione con il cibo naturale ed equilibrata.

Meccanismi fisici che ci spingono a mangiare troppo
- Mangiamo troppo perché mangiamo male.

Cibi raffinati, conservati industrialmente, poveri di nutrienti, ricchi di grassi e zucchero determinano uno stato di malnutrizione di fatto, anche quando dovessimo essere sazi e persino grassi. Tutto ciò anche a causa di una flora batterica intestinale squilibrata che non riesce più a svolgere le sue importanti funzioni di assorbimento selettivo dei nutrienti, perché non riceve sufficiente fibra vegetale, ciò di cui si nutre prevalentemente. Vitamine, enzimi, antiossidanti, sali minerali e oligoelementi, sono i micro-nutrienti necessari al nostro organismo per ottenere salute e benessere di lunga durata. Se questi elementi vengono a mancare, i centri nervosi della fame restano in costante eccitazione e spingono a comportamenti alimentari compensatori: in altre parole pur mangiando in abbondanza si ha sempre fame. Viceversa, con un’adeguata alimentazione ben pianificata e bilanciata sul piano nutrizionale, basata su frutta e verdura, ortaggi ed altri cibi vegetali integrali, freschi, ricchi di nutrienti e vitali perché consoni alla nostra natura, l’organismo è soddisfatto e i centri nervosi della fame si placano ottenendo un senso di sazietà duraturo che ci consente di stare bene in salute e di non essere più ossessionati dal cibo a tutte le ore.

- Cibo dolce e ciclo mestruale

Ci sono molte donne che in prossimità del ciclo mestruale avvertono un irresistibile desiderio di cibo dolce. Questo accade perché in quelle circostanze aumenta il metabolismo degli zuccheri e quindi il consumo di glucosio da parte dell’organismo, che ne fa maggiore richiesta. La soluzione salutista è fornire al corpo zuccheri sani e naturali come quelli della frutta dolce e matura. In questo modo si evita di buttarsi a capofitto su cioccolato, gelati e su altri generi “di conforto”, con piena soddisfazione dei bisogni del corpo.

- Mangiare per abitudine o perché è giunta l’ora.

Spesso la gente mangia per abitudine. Il più delle volte perché è l’ora di farlo. Bisognerebbe aspettare di avere appetito prima di mangiare. Ci sono persone, invece, che quando giunge l’ora del pranzo o della cena, se non possono mangiare subito, si fermano come se avessero le pile scariche, oppure si innervosiscono molto.

Per ovviare a questo problema il consiglio è di effettuare diversi spuntini fra il pranzo e la cena, preferibilmente a base di frutta, in modo tale da non arrivare mai al limite del calo di zuccheri.

Inoltre, per non drammatizzare troppo l’attacco di fame, è anche bene riflettere sul fatto che l’organismo quando riceve il

cibo certamente non è in grado di utilizzare immediatamente l'energia in esso contenuta. Infatti gli alimenti devono essere prima digeriti e assimilati e tali operazioni possono richiedere diverse ore. Ma allora, quando dopo mangiato ci sentiamo subito meglio e in forze, che cosa ci ha tirato su? Ci avete mai pensato? Il nostro immediato stare bene non può dipendere da quell'energia. E in effetti, chi sta bene ed è in buona salute, se lascia passare il momento, se resiste un attimo all'attacco di fame, scopre che poi la fame passa, e le energie tornano ugualmente. Così quando rientrate a casa dal lavoro e vi innervosite perché la cena non è ancora pronta, potete dire mentalmente al vostro corpo di cominciare a consumare le riserve di energia che sicuramente ci sono nel pannicolo adiposo (ciccia) e intanto bevete un bel bicchiere d'acqua oppure una buona tisana, tutt'al più nell'attesa sgranocchiate un gambo di sedano o una carota, oppure mangiate un frutto prima di uscire dall'ufficio. Vedrete che la serata prenderà subito un'altra piega.

- Mangiare per non sentire il vuoto allo stomaco

Molte persone confondono la percezione di un disagio nella zona dello stomaco con lo stimolo della fame. C'è chi sente un "vuoto", chi avverte dei fastidiosi gorgoglii, altri delle contrazioni addominali, altri ancora raccontano di avvertire una specie di tremore interno. Non è normale avvertire un disagio ogni volta che lo stomaco è vuoto. Se così fosse sarebbe il segnale di qualcosa

che non va e bisognerebbe scoprire cosa. Potrebbe trattarsi di problemi di stomaco dovuti alla presenza di *Helicobacter pylori*, a un eccesso di peristalsi dovuta a stress, a fermentazioni attribuibili al pasto precedente e altro ancora. Avere appetito non è una malattia, ma il desiderio fisiologico necessario a orientare una persona alla ricerca di cibo per nutrire il corpo.

Meccanismi psichici che ci spingono a mangiare troppo - **Mangiare per compensare carenze affettive o un dispiacere.**

Mangiamo troppo anche per compensare qualcosa a livello psichico? Sembra proprio di sì! Mangiamo in eccesso, per esempio, quando viviamo delle insoddisfazioni, delle perdite o delle frustrazioni. Una storia d'amore è finita? Una persona cara ci ha lasciato per sempre? Immediatamente sentiamo che dentro di noi si è rotto qualcosa. Chi non ha avvertito almeno una volta quel senso di vuoto accompagnato da una gran rabbia o dalla voglia di piangere? Poi, pian piano, arriva la rassegnazione. In molti casi la persona reagisce e riprende a vivere, in altri rimane un latente stato di tristezza e apatia che se non si risolve può diventare cronico. A questo punto entra in scena il cibo. Come una sorta di farmaco antidepressivo riesce effettivamente ad alleviare i sintomi del dispiacere, ma attenzione, non li cura. Non si può curare veramente una depressione di origine emozionale con torte e bomboloni alla crema. - **Mangiamo troppo per automatismi della mente inconscia.**

Dalla mia ricerca (Il rapporto mente-cibo, Armando 2005) ho potuto osservare che molte persone con disturbi del comportamento alimentare (sovrappeso, obesità bulimia) hanno in realtà problemi associati a insoddisfazione sessuale, a conflitti irrisolti con i genitori, a gravi problemi di autostima.

I problemi sessuali generano conflitti con se stessi e il partner e spesso inducono sentimenti d'inadeguatezza e senso d'impotenza, che a volte si traducono in fame compulsiva.

Ma il bisogno di riempire lo stomaco in modo eccessivo può nascere anche da memorie che si attivano nella mente inconscia, la quale può contenere esperienze vissute dai propri genitori o avi che hanno storie familiari di miseria e di stenti economici. La persona è riuscita a conquistare una migliore posizione sociale grazie al duro lavoro e quindi tende a esorcizzare con una quantità di cibo fuori misura un possibile ritorno all'indigenza. Così mangia, mangia, mangia, come per continuare a dire a se stesso e al mondo: "non sono più poveri, guardate quanto cibo c'è in tavola".

Lo stesso può accadere alle persone con avi che hanno vissuto la fame e la denutrizione nei campi di prigionia durante la guerra o a causa di eventi naturali come le carestie, la siccità, le epidemie o per lunghi periodi di malattia. I discendenti ereditano per via epigenetica questi modelli di comportamento nati da un'esperienza che nemmeno è loro, ma di cui diventano i nuovi depositari.

Altro meccanismo mentale molto frequente è quello del "copiare"

la voglia o il bisogno di mangiare di altre persone a cui siamo in qualche modo energeticamente collegati (parenti, amici, colleghi).

Se dovessero attivarsi questi meccanismi, la soluzione è riconoscere il meccanismo in atto ed essere disposti a “lasciare andare” ciò che non è nostro e che viene ripetuto in automatico dalla mente inconscia.

Meccanismi sociali che inducono a mangiare troppo

Chi non si è mai sentito costretto a mangiare almeno una volta? “Se non finisci quello che hai nel piatto non ti alzi da tavola” - disse quella volta la mamma, per non parlare del più esplicito “mangia, altrimenti prendi le botte”. E che dire di tutte le volte che volevamo avanzare del cibo per rispettare il nostro senso di sazietà, e ci siamo sentiti dire: “non si lascia nulla nel piatto, ci sono i bambini in Africa che muoiono di fame”. Non immaginiamo quanti schemi mentali sul cibo nascono nell’infanzia. “Se fai il bravo ti compro il gelato” (cibo come premio) è un classico.

Poi ci sono persone, soprattutto fra i giovani, a cui occasionalmente piace farsi notare. Il bisogno di attirare attenzione ed essere accettati e riconosciuti per essere capaci di qualcosa di straordinario o di diverso, spinge alcuni ad adottare comportamenti alimentari esagerati. Può accadere in una festa o nelle cene con amici, difficilmente a casa da soli, perché se non ci si può far notare da nessuno che senso avrebbe abbuffarsi?

Costoro non sono bulimici, e a differenza di questi ultimi desiderano essere visti e considerati dei simpatici mangioni. In genere si tratta di soggetti con scarsa autostima.

Altro aspetto molto comune è che spesso mangiamo per far contenti gli altri. L’abbiamo imparato fin da piccoli, quando mangiare rendeva contenti la mamma, il papà, i nonni. “Dai, assaggiane almeno un pochino, fallo per me”. “Ho preparato il dolce apposta per te”. Se da bambini siamo stati indotti da un input affettivo a mangiare anche quando non ne sentivamo il bisogno, da adulti, ogni volta che qualcuno offrendoci del cibo vorrà esprimere un sentimento di amore o di amicizia, noi non sapremo resistere. Questo schema mentale che sfrutta il meccanismo della similitudine, farà leva sul concetto secondo cui se il cibo è amore, come posso rifiutare? “Dai mangia amore mio, l’ho fatto per te”. Sentite come suona? Chi riuscirebbe a dire di no?

- Mangiare intanto che si guarda la tv. È stato osservato che consumando i pasti davanti alla tv si mangia circa il 20% in più. Molti si riconosceranno in questo dato per esperienza. Mangiare davanti alla tv accesa porta spesso a distrarre il proprio istinto, a non avvertire il senso di sazietà e a mangiare più del necessario.

Chi ha problemi di peso a causa di questa abitudine, dovrebbe aumentare la quota di cibo crudo (frutta e verdura, cereali germinati, semi oleosi non tostati) e spegnere il televisore.

- Mangiare per socializzare

Siamo animali sociali anche se non sempre socievoli. Una pietanza ben preparata è buona, ma in compagnia, chissà perché, è ancora più buona. Condividere il piacere di mangiare stando insieme alle persone con cui ci troviamo bene è un fatto naturale, un piacere che fa bene. Attenzione però a non ubriacare l’istinto con un’atmosfera capace di farci accettare anche il piacere che fa male con troppa leggerezza. Il cibo non è solo socialità ed affettività, ma, che ci piaccia o no, è anche biochimica, molecole e sostanze che se non hanno un impatto positivo sul corpo, ce l’hanno certamente negativo, mai neutro. Il cibo è ciò che siamo e che saremo, perché si trasforma letteralmente nel nostro sistema mente-corpo. Possiamo scegliere liberamente di godere del cibo insieme ad altri, sapendo bene che non conviene affatto adottare modelli alimentari lesivi della salute. Quando c’è la salute c’è tutto!

Concludendo, mangiamo per tanti motivi e molti di essi inducono a eccedere con il cibo con conseguenze sulla salute. Il benessere non è una scienza esatta, ma è un’arte. L’arte di saper stare in equilibrio nonostante gli innumerevoli fattori che cercano di destabilizzarci. Diventare consapevoli di tutto ciò che condiziona il nostro comportamento alimentare è il primo, ma necessario, passo per trovare armonia e forza interiore, equilibrio e benessere psico-fisico duraturi. ■

RECENSIONE**Montagne
I giganti della terra**

a cura di Massimo Zanella - testo di Nives Meroi –
edizione SKIRA

Si tratta di un bellissimo volume, mastodontico, che per poterlo sfogliare ci si deve mettere tranquilli a tavolino!

E così puntualmente ho fatto. Non mi ci è voluto molto per capire di avere sotto gli occhi qualcosa che mi avrebbe turbato e mi spiego!

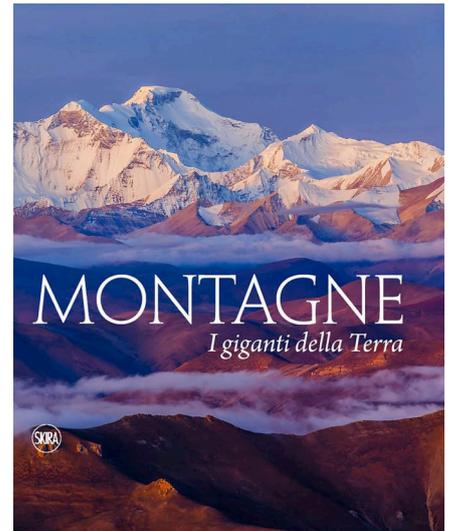
Più che foto si tratta di veri e propri poster fantastici e spesso a doppia pagina.

Si fa un viaggio che dalle Americhe raggiunge l'Europa, l'Africa e si conclude in Oceania!

Kilimangiaro, Ruvenzoiri, Himalaiya, Karakorum, e via via Alpi, Monte Bianco, Monte Rosa, Dolomiti.. Inquadrature magistrali con colori e luci inconsuete ci

trascinano in un mondo che pare irreali e quasi irraggiungibile. L'atmosfera magica è sottolineata da brani e da pensieri di scrittori, filosofi e alpinisti come Dante Alighieri, John Muir, Paulo Coelho, Victor Hugo, Lord Byron, Jane Austen, Friedrich Nietzsche, William Shakespeare, Jeanne Moreau, JRR Tolkien e Haruki.

Sfogliando il libro sono tornato al (mio) tempo delle escursioni e dei sogni ... paesaggi che avrei voluto vedere, atmosfere che non ho potuto assaporare, assieme ad altri ma che mi sono rimasti nella mente indelebilmente e che mi sono balzate sotto gli occhi. Oggi, alla antvigilia degli ottanta anni, non mi resta che socchiudere gli occhi e andare ma-



linconicamente indietro col pensiero, poi aprire gli occhi e ritrovarmi immerso nella suggestiva inquadratura che mi si presenta ... ad ogni pagina.

Un viaggio fuori dal tempo e dallo spazio tra paesaggi irraggiungibili ma reali. Esistono per davvero ... e Massimo Zanella mi ha accompagnato con estrema pazienza, e attendendo per lo scatto della foto la migliore e più suggestiva luce possibile, cosa che non è alla portata di tutti! Grazie ancora per la magnifica ed emozionante serata.

(Pier Luigi Tremonti)



RECENSIONE

Il Farina

Un racconto sulla dura vita in Valtellina nel dopo guerra, una testimonianza sulle avventure di un contrabbandiere di caffè a metà Novecento. È questo il contenuto del libro "Il Farina" scritto da Luigi Sordelli, imprenditore oggi pensionato di Baruffini, una frazione di Tirano.

Il "Farina" è appunto oggi un pensionato che abita a Baruffini (trovate questa contrada di Tirano alle coordinate 46°13'53.66"N 10°10'53.07"E) che ha scritto un breve libro sulle sue avventure di spallone, cioè di contrabbandiere.

Portava in Italia dalla Svizzera pesanti sacchi di caffè sulle spalle attraverso i boschi che si trovano sul confine di Campo Cologna.

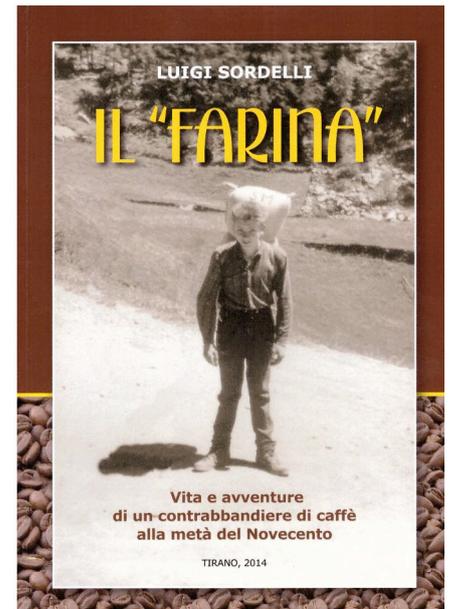
Il volume ripercorre la vita dell'autore, soprannominato appunto "Il Farina", dalla difficile infanzia segnata dalla morte della madre e dai conseguenti anni passati in orfanotrofio con le suore, poi tornato in famiglia quando il padre si risposò, passò un'infanzia segnata dalla vis-cha (il palo che si usava per "educare" i bambini), per poi scoprire l'attività di spallone.

In somma una gioventù segnata dalla severità del padre, fino all'iniziazione al lavoro di spallone - a quattordici anni - un'attività allora molto comune e redditizia in Valtellina e nei territori di confine. Il Farina trasportò illegalmente caffè dalla Svizzera all'Italia per vent'anni, dal 1950 al 1970 circa, quando

contrabbandare, in conseguenza dell'aumento dei controlli della Guardia di Finanza, divenne sempre più pericoloso e anche meno redditizio, vista la svalutazione della Lira. Grazie al contrabbando - in quei decenni una delle poche fonti di sostentamento per molte famiglie - Luigi Sordelli divenne anche un piccolo imprenditore.

Iniziando dal gradino più basso del lavoro illegale agli ordini di altri torrefattori, dopo alcuni anni aprì la sua piccola torrefazione per lavorare i chicchi. Aveva ben imparato come usare il caffè per truffare il fisco e guadagnare (poco), in società con un invalido di guerra.

Racconta anche delle sue moto e delle sue auto (pare una quindicina) che ha comprato nella vita e come se ne serviva per trasportare il caffè, dei suoi viaggi in Svizzera e di quando, a Rimini,

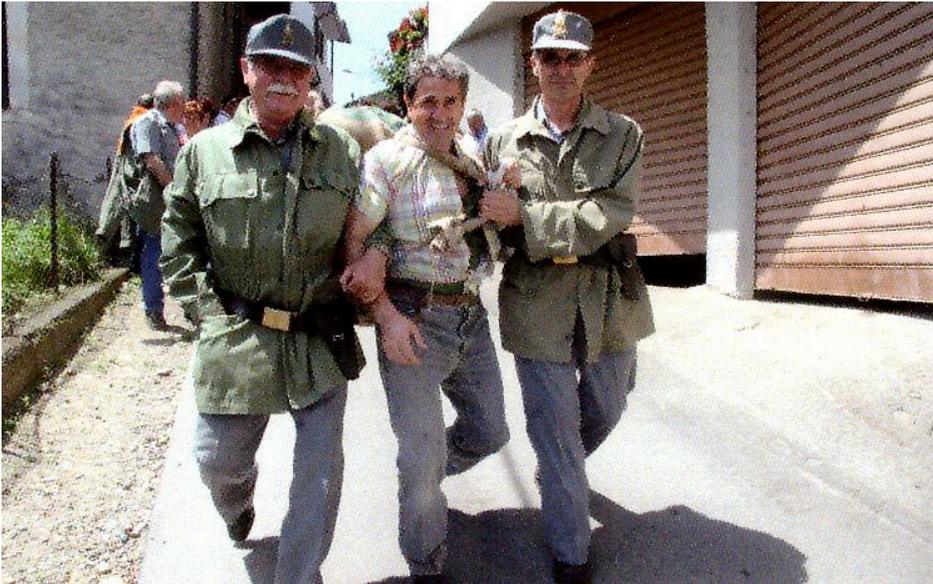


si fece cambiare in marchi svizzeri dieci milioni di lire perché in Valtellina non se ne trovavano più ed erano necessari per comprare il caffè nel poschiavino.

Negli anni '50 la situazione economica in Valtellina era drammatica, e migliaia di persone andavano e tornavano dai Cantoni più vicini portando in patria orologi, sigarette e caffè per poter sbarcare il lunario. Le guardie doganiere italiane, pur pattugliando il confine, spesso chiudevano un occhio e si limitavano a sparare in aria, per allontanare



Il Farina con il...



a pochi chilometri da lì. Decine e decine di persone, la notte, con il bello o con il brutto tempo, attraversavano i boschi, cercando di sfuggire alle forze dell'ordine, per poter comprare principalmente caffè.

* Stampato da una piccola tipografia (Poletti) di Villa di Tirano, il libro è corredato da decine di foto, molte sbiadite in bianco e nero (alcune dell'epoca col sacco in spalla) e altre a colori, oltre ad alcune cartine della zona di Tirano.

gli spalloni quando li scovavano; le guardie svizzere, invece, lasciavano transitare liberamente i contrabbandieri, purché non infrangessero alcune leggi (come il divieto di contrabbandare la domenica, o far trasportare a minori di tredici anni il sacco sul terri-

torio elvetico) o avrebbero sparato alle gambe ai trasgressori fuggitivi. Le contrade di Baruffini e Roncaiola, nel comune di Tirano, sulla sponda soliva del monte Masuccio, sono divenute famose nei decenni passati per l'attività di contrabbando con la Svizzera,

Non sarà facile trovare il volume nelle altre provincie lombarde se non addirittura impossibile nel resto d'Italia.

(Pier Luigi Tremonti)

**Elaborazione
dati
contabili**

**Consulenze
aziendali**

OMEGASTUDIO

SONDRIO - Via Maffei, 11 f/g - Tel. 0342.200.378 (r.a.) Fax 0342.573.042
MORBEGNO - Via Stelvio, 44 - Tel. 0342.615.953 - Fax 0342.602.023

La dama nera della buona morte

di Massimiliano Gianotti*

La femina accabadora era la dama nera della buona morte. Un'ambigua figura femminile miscelata tra folclore e mondo dei rituali.

Preghiere, cerimoniali spiritici, superstizioni e magie avvolgevano questa funerea figura impersonata in una donna. Solitamente era una tra le anziane del paese che, su richiesta delle famiglie, veniva chiamata in una casa sfortunata dove era presente un moribondo, un ferito grave oppure un anziano la cui qualità della vita era ormai compromessa da una malattia o da un morbo.

Ecco, il suo lavoro era praticare la buona morte, l'eutanasia.

A volte si trattava della stessa amorevole dama che, prima, aveva fatto il possibile per lenire i mali dello stesso sventurato, oppure aveva provato ad allontanare quegli spiriti maligni che lo tenevano posseduto tra le bianche lenzuola. E, così, quando i rituali magici, gli infusi, le pomate ed i miscugli di erbe divenivano insufficienti ecco che l'unico modo per mettere fine alle sofferenze, spesso atroci, era quello di richiamare in casa la femina accabadora, ma questa volta con indosso un vestito di morte.

Accabadora o femina agabbadora era una figura dell'epoca arcaica il cui nome deriva dal sardo s'acabbu che significa "la fine", mentre il termine accabaddare evoca l'incrocio delle mani di un morto, oppure "mettere a cavallo", ossia "far partire".

Ma il termine è legato anche alla lingua spagnola dove acabar, fa riferimento a "finire, terminare".

Ovviamente si trattava di un cerimoniale pagano, osteggiato anche dalla Chiesa ed abolito dal Concilio di Trento, a metà del '500. Ma in terra sarda pare sia rimasto, come rito, fin dopo la Seconda guerra mondiale. A confermarlo sono le ultime testimonianze che documentano fatti accaduti a Luras nel 1929, e ad Orgosolo nel 1952.

Santona, medico dei malati o stregona si è da sempre trattato di una figura inquietante, protetta dalla complicità delle comunità con un compito che, a primo acchito, poteva sembrare macabro, ma che in realtà era spinto da stimoli di pietà e carità.

Quasi un atto di misericordia nei confronti del moribondo, un ultimo passo necessario contro l'estrema sofferenza, ma anche un aiuto a favore delle famiglie stesse.

Generalmente, si trattava di classi sociali poco abbienti, che vivevano in zone di campagna lontane giorni di cavallo da un posto medico, e dove i malati erano abbandonati alla sorte.

Ma la femina accabadora interveniva anche per medicare piaghe particolarmente infette, mettere punti di sutura alle ferite, lenire sofferenti scottature, e anche come levatrice nell'assistere la puerpera. Questo



non deve sorprendere visto che, già un tempo, la nascita e la morte erano considerate un anello congiunto del ciclo stesso della vita.

Diciamo, quindi, che questa dama faceva il possibile per aiutare le famiglie anche se il suo vero ruolo era intervenire quando un malato era ormai terminale, senza speranza.

Essa, infatti, doveva mettere fine alle sofferenze. Doveva cacciare l'anima, il soffio vitale, da quei corpi doloranti e tormentati da estenuanti agonie.

Il suo rituale era preciso e scandito da un'austera solennità. La dama nera arrivava in casa della famiglia sempre di notte dove veniva accompagnata nella stanza del sofferente.

Quando la porta si spalancava, il moribondo, sdraiato sopra il suo letto d'angoscia, vedendola con

il suo vestito nero e con gli occhi coperti dal velo, capiva che la sua ora stava per scoccare.

La femina accabadora faceva uscire, da quella stessa stanza, tutti i familiari: non voleva alcun testimone per il timore di un giudizio divino.

Per prima cosa, liberava comò e pareti da santini, crocifissi, oggetti sacri e ricordi di famiglia. Poi toglieva al morente catenine, anelli o amuleti che portava con sé quale segno di speranza. Una depurazione necessaria per evitare impedimenti alla “partenza”. Non si poteva rischiare che ricordi e preghiere, dei suoi cari in vita e di quelli estinti, lo proteggessero prolungando così il suo distacco terreno.

E anche l'estremo gesto della sacerdotessa di morte era scandito da azioni studiate: dal suo sacchetto nero di lana grezza, prendeva una specie di martelletto di legno d'ulivo (denominato “su mazzolu”) con il quale batteva lo sventurato, con un colpo secco e deciso, nell'area delle tempie o sulla

fronte. E se, il moribondo non riusciva a lasciarsi morire in pace, la sacerdotessa di morte usava anche un cuscino oppure si attaccava al suo collo. Quest'ultimo era un rituale macabramente legato alla nascita: a femina accabadora stringeva il collo del morituro tra le sue cosce e lo soffocava proprio lì dove il nascituro trova la luce.

Infine, dopo aver reso l'anima al cielo, la dama nera usciva in punta di piedi senza chiedere o ricevere compensi. Infatti, era considerato peccato ed era antietico ai precetti della superstizione venir pagati per far morire, diverso per far guarire.

I familiari del malato, però, per esprimere gratitudine e ringraziamento per il servizio reso offrivano comunque frutti della terra, ma questo aveva un suo perché: in pratica avere un malato in casa, in epoca di pastorizia e coltivazione dei terreni, significava perdere forze e risorse di lavoro, assolutamente preziose per l'economia e la sussistenza della famiglia stessa.

Per questo ricevere frutti della terra, come ringraziamento, era quasi un onore. Per questo la femina accabadora era riconosciuta e rispettata nel paese, perché accettava solo ciò che la tradizione permetteva. Proprio perché il procurare la morte ad una persona in agonia, non era bestialità o barbarie, ma atto di misericordia a favore della famiglia stessa.

Difficile dire se quella della dama nera sia verità storica o mito legato alla tradizione sarda. Certo è, però, che esistono testimonianze di uomini e donne oltre a memorie scritte, così come detti ed aforismi popolari che lasciano intendere ad un fenomeno esistito. Tanto è vero che, ancora oggi, esiste un'ingiuria pronunciata in sardo, che recita: “Sa e s'acabadora ti dian” che è un triste auspicio per una morte lenta e penosa, tanto da essere risolta solo con l'ingerenza della femina accabadora. ■

* Dott. in Sociologia, dott. in Psicologia e Presidente Sociologi ANS - Dipartimento Lombardia



La morte si fa verde - se non volete farvi seppellire e neanche cremare, c'e' una terza opzione che sta prendendo piede in America: il compostaggio umano

*** Dagotraduzione dal Sun. La parola a Jennifer Bliss ***

Cosa accadrebbe se ci fosse un altro modo, uno che fosse migliore per l'ambiente e ci restituisse, almeno in parte, i nostri? È qui che entra in gioco il compostaggio umano, una nuova tendenza che nel giro di qualche settimana trasforma i cadaveri in terreno.

Recompose, con sede a Washington, è stata la prima azienda al mondo a offrire quest'opportunità quando ha aperto i battenti nel dicembre 2020. Jennifer Bliss, tra le prime clienti della società, ha raccontato di aver scelto il servizio per suo marito, morto dopo una battaglia di otto anni contro il cancro.

La donna ha spiegato che il marito aveva un legame speciale con il pianeta.

«Quando abbiamo raccolto il suo compost e ho toccato il terreno che era rimasto di lui, mi ha pervaso un profondo senso di pace», ha detto Jennifer, 57 anni. «Sono passati tre mesi dalla sua morte, mi mancava moltissimo e toccare il suolo che era stato il suo corpo terreno mi ha fatto sentire come se tutto andasse bene».

Jennifer ha incontrato suo marito grazie suo nipote, che era uno dei suoi allievi. Sono stati insieme per 15 anni. Bob è stato un pioniere nel campo dell'agricoltura biologica, di cui era stato un convinto sostenitore dagli anni '70.

Verso la fine della sua vita, la coppia ha discusso di come gli sarebbe piaciuto essere sepolto e si è concentrata al compostaggio. Sembrava la soluzione perfetta dopo aver passato anni a spingere il compost come alternativa ecologica ai fertilizzanti chimici.

«Bob era un feroce sostenitore della Terra e voleva lasciare il minimo impatto quando è morto», ha detto Jennifer. «Era appassionato di ciò in cui credeva e sapeva che avrebbe aperto la strada ad altre persone interessate al compostaggio umano».

Jennifer ha contattato Recompose, che ha una struttura nel Kent, Washington, dove i resti delle persone vengono delicatamente convertiti in terra. Il processo, soprannominato "ricomposizione", si propone come alternativa alla tradizionale sepoltura o cremazione.

Una volta collocati all'interno di tubi d'acciaio lunghi 3 metri e ricoperti di trucioli di legno, i corpi possono essere decomposti e trasformati in un metro cubo di terreno – equivalente a poche carriere – in appena quattro settimane.

I resti vengono mantenuti fino a 55°C e ruotati regolarmente durante il processo per garantire che tutto, comprese le ossa, sia scomposto.

Il composto nutriente risultante viene quindi restituito alla famiglia per farne ciò che vuole.

«Abbiamo visto che circa la metà delle famiglie vuole portare a casa tutto il terreno», ha detto Anna Swenson, Outreach Manager di Recompose.

Il resto viene donato a un partner per la conservazione e così contribuisce agli sforzi di restauro della foresta di Bells Mountain nello stato di Washington. «Scientificamente parlando, è compost e può essere utilizzato come qualsiasi compost che compreresti in un negozio», ha detto Anna.

L'intero processo costa 7.000 dollari (6.300 euro) e permette di far risparmiare circa una tonnellata di CO2 a persona, equivalente a 40 bombole di propano.

È una delle numerose opzioni di "assistenza alla morte" presentate come alternative più ecologiche alle cremazioni e alle sepolture, che richiedono un grande contributo di emissioni di carbonio.

Dopo la morte del marito nel dicembre 2020, Jennifer ha guidato un intero rimorchio del suolo di Bob da Washington fino alla loro fattoria vicino a Nevada City.

«Dato che mio marito aveva così tanti fan e seguaci nel movimento dell'agricoltura biologica, ho deciso di andare a prendere tutto il terreno», ha detto. «Molte persone hanno avuto un piccolo pezzo di lui». Ciò che è rimasto è stato sparso intorno a un gruppo di meli nella

proprietà della coppia.

Il compostaggio umano è stato legalizzato a Washington nel 2019, mentre il Colorado e l'Oregon hanno emanato una legislazione simile.

Recompose afferma di aver lavorato con più di 100 famiglie. Altre aziende di compostaggio

umano sono nate altrove. I quattro figli del 69enne, tutti nati da un precedente matrimonio, hanno pensato che fosse l'addio perfetto. «Sapevano che era un pioniere e che avrebbe fatto cose insolite», ha detto Jenifer. «Era la scelta perfetta per lui».

«A mio marito non importava

cosa pensasse la gente di lui. Indossava sempre pantaloncini corti. Indossava una maglietta tie-dye. Si è fatto crescere i dreadlocks».■

*E' CEO del Felix Gillet Institute, organizzazione no-profit per la conservazione della fauna selvatica che ha fondato con Bob nel 2003.

7 frasi da evitare per non sembrare un analfabeta funzionale

- 1) "a me una volta è successo che ...": sulla terra siamo 7 miliardi di persone, quindi quello che è successo a te costituisce "un settemiliardesimo" delle ipotesi possibili. L'esperienza personale non è una legge universale.
 - 2) "ho letto su internet che ...": su internet c'è tutto, il contrario di tutto e tutte le sfumature che ci stanno in mezzo; se non hai le competenze specifiche per distinguere ciò che è plausibile da ciò che è inverosimile, quello che hai letto tu non significa assolutamente nulla perché tanto su internet c'è sempre anche il suo esatto contrario.
 - 3) "non credo alla versione/teoria ufficiale, dimostrami tu che è valida": una versione/teoria ufficiale è tale proprio perché gode già del supporto probatorio necessario per essere considerata preferibile a tutte le altre. Pertanto, se non credi alla versione ufficiale spetta a te l'onere di provare perché questa sia errata, e anche perché la tua sia invece valida. Pretendere l'inversione dell'onere della prova è un atteggiamento profondamente illogico e antiscientifico. Il fatto che tu non comprenda il contenuto di quelle prove non significa che quelle prove non esistano o non siano valide, significa solo che tu non hai gli strumenti e le conoscenze per comprenderle.
 - 4) "ci guadagnano sopra, quindi sicuramente c'è qualcosa sotto": se escludete i volontari e gli stagisti, tutte le professioni del mondo sono a scopo di lucro, quindi tutti noi guadagniamo da quello che facciamo. Ciò non ci rende tutti automaticamente parte di un qualche complotto o sotterfugio.
 - 5) "Quella volta è accaduto che ..., quindi anche questa volta ...": "quella volta" è diversa da "questa volta". Se una cosa capita in una occasione non c'è nessuna legge che stabilisce automaticamente che accada sempre e a tutti. Se un medico vende organi sotto banco, non significa che tutti i medici lo facciano ogni giorno; se un ingegnere sbaglia i calcoli, non significa che tutti gli ingegneri siano cani e non sappiano fare il loro lavoro; se un avvocato prende una mazzetta, non significa che tutti gli avvocati siano corrotti o corruttibili. Serve una prova specifica per ogni singolo caso.
 - 6) "tu hai la tua opinione, io ho diritto ad avere la mia": questo è un principio sacrosanto quando si parla di preferire le bionde o le brune, il mare o la montagna, la Juve o il Milan. Ma quando si parla di argomenti scientifici, la tua opinione non conta assolutamente nulla se non hai competenze e ragioni tecniche che possano dimostrare la validità di quella opinione; o forse pretendi di avere un'opinione anche su come si calcola l'area del triangolo?
 - 7) "non mi fido della roba chimica, quindi ...": la chimica spiega la composizione della materia in generale, di conseguenza tutto ciò che esiste nell'universo è chimico. L'acqua ad esempio è composta di due atomi di idrogeno e uno di ossigeno, quindi è fatta di sostanze chimiche. E lo sei anche tu.
- Se il vostro ragionamento si basa su uno o più di questi presupposti, sappiate che il vostro approccio è stupido, illogico e antiscientifico, quindi evitate di renderlo pubblico.
Ne va della vostra reputazione.

* tratto da Paolo Tutto Troppo - Lo stimolatore di neuroni

Come muoiono oggi gli anziani? Muoiono in ospedale.

Giovanni Luca D'Agostino

Perché quando la nonna di 92 anni è un po' pallida ed affaticata deve essere ricoverata. Una volta dentro poi, l'ospedale mette in atto ciecamente tutte le sue armi di tortura umanitaria. Iniziano i prelievi di sangue, le inevitabili fleboclisi, le radiografie.

“Come va la nonna, dottore?”.
“E' molto debole, è anemica!”.

Il giorno dopo della nonna ai nipoti già non gliene frega più niente!

Esattamente lo stesso motivo (non per tutti, sia chiaro!) per il quale da diversi anni è rinchiusa in casa di riposo.

“Come va l'anemia, dottore?”.
“Che vi devo dire? Se non scopriamo la causa è difficile dire come potrà evolvere la situazione”.

“Ma voi cosa pensate?”. “Beh, potrebbe essere un' ulcera o un tumore... dovremmo fare un' endoscopia”.

Chi lavora in ospedale si è trovato moltissime volte in situazioni di questo tipo. Che senso ha sottoporre una attempata signora di 92 anni ad una gastroscopia? Che mi frega sapere se ha l'ulcera o il cancro? Perché deve morire con una diagnosi precisa? Ed inevitabilmente la gastroscopia viene fatta perché i nipoti vogliono poter dire a se stessi e a chiunque chieda notizie, di aver fatto di tutto per la nonna.

Certe volte comprendo la difficoltà e il disagio in certi ragionamenti. Talvolta no.

Dopo la gastroscopia finalmente



sappiamo che la signora ha solamente una piccola ulcera duodenale ed i familiari confessano che la settimana prima aveva mangiato fagioli con le cotiche e broccoli fritti, “... sa, è tanto golosa”.

A questo punto ormai l'ospedale sta facendo la sua opera di devastazione. La vecchia perde il ritmo del giorno e della notte perché non è abituata a dormire in una camera con altre tre persone, non è abituata a vedere attorno a sé facce sempre diverse visto che ogni sei ore cambia il turno degli infermieri, non è abituata ad essere svegliata alle sei del mattino con una puntura sul sedere. Le notti diventano un incubo.

La vecchietta che era entrata in ospedale soltanto un po' pallida ed affaticata, rinvigorita dalle trasfusioni e rincoglionita dall'ambiente, la notte è sveglia come un cocainomane. Parla alla vicina di letto chiamandola col nome della figlia, si rifà il letto dodici volte, chiede di parlare col direttore dell'albergo, chiede

un avvocato perché detenuta senza motivo.

All'inizio le compagne di stanza ridono, ma alla terza notte minacciano il medico di guardia “... o le fate qualcosa per calmarla o noi la ammazziamo!”. Comincia quindi la somministrazione dei sedativi e la nonna viene finalmente messa a dormire.

“Come va la nonna, dottore? La vediamo molto giù, dorme sempre”.

Tutto questo continua fino a quando una notte (chissà perché in ospedale i vecchi muoiono quasi sempre di notte) la nonna dorme senza la puntura di Talofen.

“Dottore, la vecchina del 12 non respira più”.

Inizia la scena finale di una triste commedia che si recita tutte le notti in tanti nostri ospedali: un medico spettinato e sbadigliante (spesso il rianimatore sollecitato di corsa per “fare di tutto”) scrive in cartella la consueta litania “assenza di attività cardiaca e respiratoria spontanea,

si constata il decesso”. La cartella clinica viene chiusa, gli esami del sangue però sono ottimi.

L’ospedale ha fatto fino in fondo il suo dovere, la paziente è morta con ottimi valori di emocromo, azotemia ed elettroliti.

Cerco spesso di far capire ai familiari di questi poveri anziani che il ricovero in ospedale non serve e anzi è spesso causa di disagio e dolore per il paziente, che non ha senso voler curare una persona che è solamente arrivata alla fine della vita.

Che serve amore, vicinanza e dolcezza.

Vengo preso per cinico, per un medico che non vuole “curare” una persona solo perché è

anziana. “E poi sa dottore, a casa abbiamo due bambini che fanno ancora le elementari non abbiamo piacere che vedano morire la nonna!”.

Ma perché?

Perché i bambini possono vedere in tv ammazzamenti, stupri, “carrambe” e non possono vedere morire la nonna? Io penso che la nonna vorrebbe tanto starsene nel lettone di casa sua, senza aghi nelle vene, senza sedativi che le bombardano il cervello, e chiudere gli occhi portando con sé per l’ultimo viaggio una lacrima dei figli, un sorriso dei nipoti e non il fragore di una scorreggia della vicina di letto.

In ultimo, per noi medici: ok,

hanno sbagliato, ce l’hanno portata in ospedale, non ci sono posti letto, magari resterà in barella o in sedia per chissà quanto tempo. Ma le nonnine e i pazienti, anche quelli terminali, moribondi, non sono “rottore di scatole” delle 3 del mattino.

O forse lo sono. Ma è il nostro compito, la nostra missione portare rispetto e compassione verso il “fine vita”. Perché curare è anche questo, prendersi cura di qualcuno. Anche e soprattutto quando questo avviene in un freddo reparto nosocomiale e non sul letto di casa. ■

*dirigente medico di anestesia e rianimazione presso l’Ospedale Civico di Partinico



La sofferenza e il dolore e il beauty case dei professionisti della politica

di Luigi Oldani

In un mondo, così ammirato e ambito, come “può” essere quello occidentale, si è improvvisamente passati, nel parlare, a non dire più “nella natura delle cose” o “nell’universo del discorso”, ma - ecco la nuova - a dire nell’“Internet delle cose” (IoT, Internet of Things, è la sigla inglese). Sarà. Sarà anche che il nostro retaggio culturale è quello greco, con tutta la sua bontà, sia chiaro, ma anche, con tutto quel suo pensiero così geometrico e spaziale da farne dimenticare un altro, quello ebraico, appunto, più temporale.

Eppure, stante, una pandemia, in atto, che non solo ha paralizzato il mondo (intero), ma che è stata anche causa di molta morte e dolore, e stante una guerra in corso che ha portato, al pari, a tanta sofferenza e rassegnazione, non c’è un politico, uno, che abbia il coraggio di staccarsi dal coro.

I tre imperialismi in corso, o in atto, quali quello americano, quello cinese e russo, stanno

mettendo ai ferri corti l’Europa. La quale, stanca, non sa proprio più come fare.

Così se da un lato ci si affida alla finanza, dall’altro ci si affida all’idea balzana dei politici di professione.

Ma cosa hanno da dire o da fare questi?

Vendere le armi? E non pensare, magari invece che i loro mercati e colonialismi, per quel che furono o sono stati, furono appunto trafitti da quel che è stato, invece, e fu, l’ideale della non-violenza (e si pensi solo a Gandhi, e non certo, per propaganda, o magari anche a Mandela).

Eppure - ecco il nuovo che detta legge e crea la norma del discorso la finanza, appunto, non solo punta a matematizzare (a suo modo) il tutto e a creare tutte quelle nuove macchiette di mercato che sono i competenti (ossia quelli che concorrono e che competono) ma, anche, a subordinare, in ordine sparso, in base al suo imperioso incedere, ogni altra vecchia, nuova o

presente, che sia, e a lei distinta, presa di opinione e di coscienza (e non solo di conoscenza).

E’ questa la società a cui ci si orienta? E che mai ci si aspetta da quel che è il sol dell’avvenire? Una quantità enorme di dati da cui si abbia il modo di investire (è ciò che fa la finanza, con successo) piuttosto che ulteriormente investigare (e che è ciò che invece dovrebbe fare la scienza)?

Cosicché, se da un lato (quello scientifico, per l’appunto) la finanza cerca la matematica delle correlazioni, per la loro utilità immediata, e, a prescindere delle loro più profonde significazioni, ancora, lo si dica, che cosa ci si aspetta dalla gente: che sappia appendere un quadro e magari senza che in ciò ne abbia la più ben che minima coscienza? E’ questo il procedere giusto? Ossia, non più per teoria, ma per falsificazione ed errore? Adesso basta. E’ ora di finirla! Soprattutto. ■



“BELFAST”**L'amarcord irlandese del regista Kenneth Branagh****di Ivan Mambretti**

Tenero e delicato come una salsa agrodolce. Così è Belfast, che si apre con scene a colori della capitale nordirlandese e prosegue in un elegante bianco e nero di fine Sessanta, cioè quando il regista Kenneth Branagh era un simpatico bimbo di nove anni, nato da famiglia protestante ma in un quartiere cattolico. Il clima è tesissimo. Sulle loro teste la spada di Damocle di un conflitto politico-religioso che segna pesantemente la storia dei rapporti sia interni che col Regno Unito. Il film, autobiografico, è un sentito omaggio alla città che ha cresciuto Branagh. Il bimbo infatti altri non è che l'autore stesso, dotato di così buona memoria da ricordarsi persino della sua prima cotta per una compagna di scuola smorfiosetta anzichenò. Suo padre, squattrinato e indebitato, è sì protestante, ma sogna di vivere in pace con tutti. Il fatto è che il capoccia della sua fazione lo vorrebbe invece apertamente schierato. Diciamo subito che il regista non affronta di petto la questione irlandese. Avendo scelto di evocare quelle vicende con sguardo di bambino, egli gira e rigira la chiave della nostalgia trasformando un potenziale film di denuncia sociale e civile in un'opera intima e poetica, a dispetto della dilagante violenza. Il bimbo è socievole e se le cose andassero meglio, vivrebbe felice non solo in famiglia, ma anche fra i vicini di casa, gli amici, i compagni di scuola senza fare differenze. Già palese in lui l'amore per il cinema. Non è un caso che sia un'oasi privilegiata

di piacevoli suggestioni la sala cinematografica dove tutti insieme vanno a vedere Gary Cooper e John Wayne eroi del West in Mezzogiorno di fuoco e L'uomo che uccise Liberty Valance. O la conturbante Raquel Welch in versione preistorica fra i dinosauri. O le fantasie della commediola musicale Chitty Chitty Bang Bang. Peccato che fuori, all'aperto, gruppi di facinorosi seminino zizzania, gettino benzina sul fuoco (anche letteralmente!), alimentino odi e rancori stroncando ogni tentativo di tregua. Quando la situazione precipita, emigrare sembra essere l'unica chance. Papà è pronto a fare le valigie, ma la mamma oppone resistenza perché lì, nonostante tutto, ci sono le loro radici. Belfast è un film di formazione dove l'infanzia è guastata dalla paura per una rabbia montante, dal rumore delle armi, dalle sassaiole, dalle masserizie, dalle barricate. Attraversato da memorie mai contaminate dalla retorica, l'amarcord irlandese di Branagh è il racconto di un imprinting, della identificazione fra i primi anni di vita e la città d'origine, dalla quale il regista finirà in effetti col prendere il volo per dare libero sfogo al suo talento e percorrere le vie del successo nel teatro shakespeariano e nel cinema. Nella colonna sonora la fanno da padrone le canzoni di Van Morrison, che spesso conferiscono alle immagini il giusto vigore. Il cast è composto da attori piuttosto sconosciuti, ma scelti dal regista con l'oculatezza di una solida esperienza acquisita in palcoscenico. L'unica vera star è Judi Dench, 88 anni forse per la prima volta mostrati senza pietà per se stessa (nei panni di



dirigente dei servizi segreti britannici che bistratta persino James Bond appare con ben altro cipiglio e... ben altro trucco!).

Branagh non ha bisogno di lezioni, ma è difficile non accorgersi dell'influenza ricevuta da certi vecchi maestri del cinema attenti ai sentimenti dei bambini i quali, in presenza di adulti litigiosi o addirittura in stato di sommossa come nel nostro caso, si fingono distratti mentre in realtà sono osservatori insospettabili: fanno gli indifferenti, ma a loro nulla sfugge e soffrono in silenzio. Pensiamo a I bambini ci guardano (1943) e a Ladri di biciclette (1948) di De Sica, a Germania anno zero (1948) di Rossellini, a L'infanzia di Ivan (1962) di Tarkowskij. Branagh porta bene i suoi 62 anni e si rivela carico di energie: infatti, quasi in contemporanea con questa improvvisa voglia di sfogliare l'album di famiglia, ha esercitato il suo personalissimo stile girando anche il giallo di Agatha Christie Assassino sul Nilo.

Belfast torna al colore per chiudere con alcune cartoline della città com'è oggi. Toccante la dedica finale in sovrapposizione: «a chi è rimasto, a chi se n'è andato e a chi si è perso». ■