



## Redazione

**Direttore:** *Maurizio Martini* [redazione@gio2000.it](mailto:redazione@gio2000.it)  
**Vice Direttore:** *Antonio Quatraro*

**Redattori:**  
*Massimiliano Matteoni* [m.matteoni@gio2000.it](mailto:m.matteoni@gio2000.it) (*spedizione riviste, gestione iscritti*)  
*Luigi Palmieri* [l.palmieri@gio2000.it](mailto:l.palmieri@gio2000.it) (*relazioni esterne, articolista, normative*)  
*Giuseppe Lurgio* [g.lurgio@gio2000.it](mailto:g.lurgio@gio2000.it) (*articolista, satira*)  
*Mario Lorenzini* [m.lorenzini@gio2000.it](mailto:m.lorenzini@gio2000.it) (*sito web , articolista*)

**collaboratori:**  
*Madaschi Rossana* [info@nutrirsidisalute.it](mailto:info@nutrirsidisalute.it) (*alimentazione*)  
*Pellicanò Stefano* [pellicanor@libero.it](mailto:pellicanor@libero.it) (*medicina, religione, storia*)  
*Carlotti Patrizia* [p.carlotti@alice.it](mailto:p.carlotti@alice.it) (*racconti e poesia*)  
*Iacoponi Antonella* [antoiacoponi@gmail.com](mailto:antoiacoponi@gmail.com) (*racconti e poesia*)  
*Alessio Begliomini* [begliominialessio@gmail.com](mailto:begliominialessio@gmail.com) (*cultura, filosofia*)  
*Andrea Paolo Vaccaro* [andreapaolovaccaro@gmail.com](mailto:andreapaolovaccaro@gmail.com) (*cultura, filosofia*)

**Sede:** via Leonardo Fibonacci 5, 50131 - Firenze (FI)  
**Telefono:** 055 580319, 055 580324  
**E-Mail:** [redazione@gio2000.it](mailto:redazione@gio2000.it)  
**Sito internet:** [www.gio2000.it](http://www.gio2000.it)  
**Tipologia:** periodico trimestrale

Pubblicazione registrata presso il Tribunale di Firenze al n. 4197 del 26.06.2000

N. B.: gli articoli inseriti nel periodico non rappresentano il pensiero ufficiale della redazione, ma esclusivamente quello del singolo scrivente. La pubblicazione si incarica primariamente di essere un organo divulgativo e comunicativo a 360°

## Rubriche

- *Comunicati*
- *Cucina*
- *Cultura (normative, istruzione, musica, pari opportunità)*
- *Filosofia (religione, ufologia, paranormale)*
- *Informatica*
- *Lavoro*
- *Medicina (scienza dell'alimentazione, novità terapeutiche, farmacopea)*
- *Musica*
- *Racconti e poesia*
- *Riflessioni e critiche (disagio sociale, politica, handicap)*
- *Tempo libero (sport, interviste, satira)*



# Articolisti...cercasi

## ***Anche tu puoi scrivere sul nostro periodico!***

Se hai una passione che vuoi condividere, un tema da sviscerare o un argomento su cui esprimere il tuo pensiero, ebbene puoi essere dei nostri. Inviaci il tuo scritto e, se ritenuto valido, sarà pubblicato.

Per poter essere pubblicato, devi tener conto dei punti seguenti:



1) Gli articoli devono essere inviati, via e-mail, al seguente indirizzo: redazione@gio2000.it; non saranno accettate altre modalità di invio; i formati di file ammessi sono i seguenti: testo libero (txt), documento di word (doc o docx), rich text format (rtf) no pdf;

2) eventuali immagini, per la versione pdf, possono essere inviate separatamente in allegato, specificando un nome significativo; diversamente si possono includere direttamente nel file del word processor;

3) Gli articoli devono pervenire in redazione entro il 15 del mese precedente l'uscita del giornale; a tal proposito ricordo che le uscite trimestrali sono le seguenti: marzo, giugno, settembre, dicembre; conseguentemente, le scadenze per la presentazione degli scritti sono: 15 febbraio, 15 maggio, 15 agosto, 15 novembre. E' importante far comprendere che la rivista può uscire nell'arco del mese previsto solo grazie alla puntualità degli articolisti. Agli articoli pervenuti oltre tale termine si applica la procedura seguente:

a) pubblicati comunque, in base alla mole di lavoro della redazione e all'interesse dello scritto;

b) pubblicazione rimandata al numero / ai numeri successivi, sempre come sopra, in caso di articolo non strettamente correlato al periodo temporale e quindi valido anche in futuro;

c) non pubblicato a causa di notevole materiale già presente in precedenza e/o rivista in fine lavorazione;

4) I testi pervenuti in redazione possono essere inseriti nel periodico, cestinati, conservati, in ogni caso non restituiti, senza motivazione comunicata dalla redazione stessa;

5) Se il testo eccede le 15 - 20 pagine, anche in relazione al tema trattato che potrà essere valutato più o meno attraente, la Redazione si riserva la facoltà di ridurre o modificare, in ultimo di cestinare lo stesso; in alternativa, lo scrivente può, di sua iniziativa, o su suggerimento della Redazione, suddividere l'articolo in due o più tranches da immettere in numeri sequenziali della rivista;

6) Il carattere di stampa del corpo dell'articolo, relativamente al file in formato pdf, è il "Tahoma", dimensione 10 punti. In generale, il layout della pagina è su due colonne, con formattazione giustificata. Questo tanto perché lo scrittore possa utilizzare lo stesso font per calcolare, orientativamente, il numero delle pagine del proprio articolo;

7) L'articolaista non è tenuto a calcolare il numero delle pagine del proprio scritto, anche se ciò può essergli utile, al fine della consapevolezza dell'effettiva foliazione del suo scritto, per non scrivere troppo, o troppo poco. Non è tenuto altresì a rispettare lo stile descritto sopra come il carattere e la sua formattazione; gli articoli nel file pdf vengono tuttavia uniformati nel modo seguente:

a) Titolo dell'articolo in font Times New Roman, dimensione 12 punti, stile grassetto. Il titolo deve inoltre essere il più corto possibile;

b) nome dell'articolaista in font Arial, dimensione 10 punti, stile grassetto e corsivo;

c) corpo del testo in font Tahoma, dimensione 10 punti, paragrafo allineamento giustificato e testo ripartito su due colonne;

altre personalizzazioni proprie di chi invia lo scritto saranno annullate; naturalmente, l'articolaista è libero di scrivere nel modo e nel tipo di formattazione che più lo aggrada, al fine di potersi esprimere al meglio, consapevole del fatto che tali opzioni e scelte verranno perse per adeguamento formale alla struttura della rivista;

8) Requisiti minimi. Per poter essere inserito nel periodico, i canoni indispensabili richiesti sono:

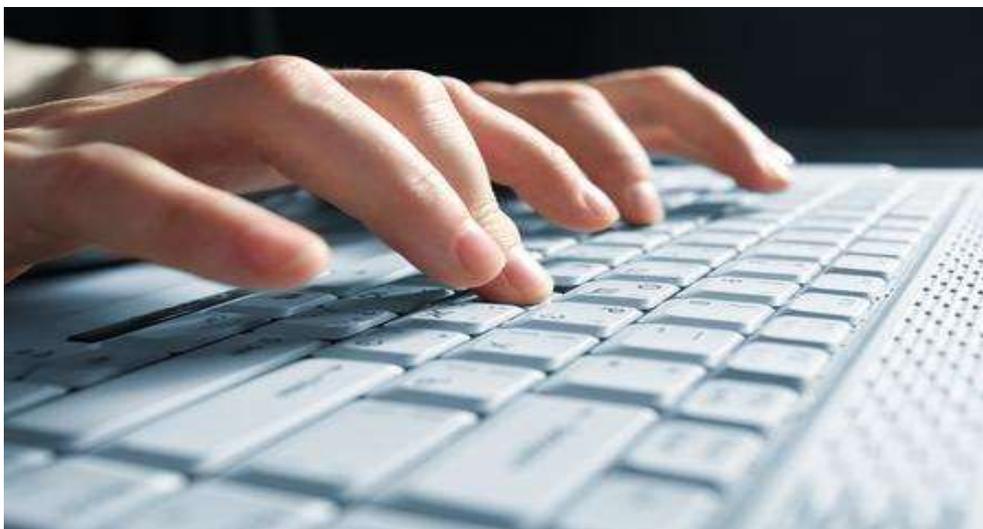
a) scrittura in un italiano corretto e comprensibile; errori grammaticali o di sintassi, come alcuni refusi, saranno corretti o meno a discrezione della redazione. In caso di un'eccessiva presenza di queste inesattezze la redazione potrà decidere se cestinare il tutto o, in caso di contenuto particolarmente interessante, contattare l'articolaista proponendogli di riformulare, in toto o in parte, il suo scritto;

b) Assenza di riferimenti espliciti a inclinazioni politiche. La rivista non è schierata o portavoce di una qualsiasi corrente politica. La nostra rivista è apolitica;

c) Rispetto della decenza e della morale, inteso come assenza di offese o termini ingiuriosi e di cattivo gusto, rivolti a figure o persone; è ammessa la satira o la piacevole ironia, se opportunamente dosata;

9) Inserimento in rubrica. L'articolaista può indicare la rubrica di appartenenza del suo scritto, diversamente la Redazione inquadrerà di propria scelta l'articolo; L'elenco delle rubriche è riportato vicino al sommario. Gli articoli possono rientrare in una delle categorie ascritte;

10) A pubblicazione ultimata, ossia con gli articoli già inseriti negli spazi dedicati, l'articolaista non può chiedere la rimozione, tantomeno la modifica dello stesso o la sua sostituzione con una versione più recente;



## SOMMARIO

### EDITORIALE

#### Il cambiamento

di Mario Lorenzini PAG. 5

### COMUNICATI

#### Non solo sassi nel mondo di Vito Coviello

di Vito Coviello PAG. 6

#### Viaggiare disabili, si può e si deve!

di Linda Cavicchi PAG. 6

#### Questionario - Igiene orale

di Elisa Brunetti- Igiene orale PAG. 9

#### Festival della canapa

A cura di JIP Events PAG. 12

### Cucina

#### Primavera e leggerezza

Di Sonia Larzeni PAG. 15

#### Tagliarini di antica tradizione gallicanese

Di Sonia Larzeni PAG. 20

### Cultura

#### Il "bel scrivere 3": scrivere articoli

di Mario Lorenzini PAG. 23

#### L'arte dell'esecuzione (GEINO),..

Di Alessio Begliomini PAG. 25

#### Douglas Bader

Di Giuseppe Lurgio PAG. 30

#### Bullismo: cos'è? perché avviene?

Di Elisa Brancaleoni PAG. 33

### Filosofia religione e dintorni

#### Manipolazione spietata di cose vegetali...

Di Alessio Begliomini PAG. 35

#### Scambi di idee con Corrado Malanga

A cura di Maurizio Martini PAG. 38

### Informatica

#### Anche i PC invecchiano

Di Mario Lorenzini PAG. 39

#### Sintesi vocale e screen reader

Di Mario Lorenzini PAG. 44

#### Sondaggio sull'utilizzo di applicazioni...

Di Mario Lorenzini PAG. 48

### Medicina

#### Novità in Medicina: VIII parte

Di Stefano Pellicanò PAG. 50

#### Novità in Farmacopea: VII parte

Di Stefano Pellicanò PAG. 54

#### Autoprodurre formaggi vegan

Di Rossana Madaschi PAG. 56

### Musica

#### Gli effetti

Di Mario Lorenzini PAG. 60

### Racconti e poesia

#### Parlo con te

Di Patrizia Carlotti PAG. 62

#### La vita

Di Varo Landi PAG. 63

#### Il campanello della chiesa

Di Antonella Iacononi PAG. 64

#### Sogno

Di Mila PAG. 65

#### Alla prova condivisa dei giorni

Di Alessio Begliomini PAG. 65

### Riflessioni e critiche

#### Cecità e ricerca

Di Varo Landi PAG. 68

#### Il primo scontro fra Trump e Putin

Di Renzo Coletti - Israel Shamir PAG. 72

#### Puoi vedere con i miei occhi

Di Patrizia Carlottizini PAG. 75

#### Diminuzione nascite, età aumentata: ...

Di Mario Lorenzini PAG. 76

### Tempo libero

#### Norvegia, quando la natura dipinge...

Di Gianfranco Pepe PAG. 78

#### I non vedenti assaggiatori di olio

Di Stefania Doronzo PAG. 84

#### Per sorridere un po'

Di Giuseppe Lurgio PAG. 85

# Il cambiamento

*Di Mario Lorenzini*

Gli italiani si aspettano proprio questo. E' giunto il momento di dare un taglio ai vecchi costumi. Non è questa, come sapete, una rivista di politica ma, ogni tanto, è quasi inevitabile non gettare lo sguardo ai fatti del momento che sono in primo piano. Senza schierarsi a destra o a sinistra; semplicemente osservando attentamente in modo imparziale ciò che il nostro governo sta combinando. Nel momento in cui scrivo, chissà se questo "alto posto di comando" sarà già formato e attivo. Da noi i tempi si misurano con una clessidra grande come una betoniera. E tutto, a onor del vero, cercando di bloccare alcuni propositi degli eletti, forse rei di una possibile destabilizzazione del nostro paese. Certo che è davvero buffo. Finora siamo sempre andati, più o meno lentamente, in discesa. Abbiamo, hanno forse paura di che cosa? Del golpe di un dittatore? Ma non dovrebbe esserci, sopra tutto e tutti, la costituzione, a tutela dei diritti inviolabili degli abitanti del nostro stato? E' arbitrariamente scorretto mettere dei veti, dei paletti, non dare la fiducia. Insomma perché mai siamo andati a votare? E' la maggioranza, che ancora non ha legiferato, ad essere criticata. E di che cosa? Non ha ancora fatto nulla. Forse qualcuno teme i fantasmi? E se il timore fosse un altro? Quello che potessero realmente fare del bene, mettendo in ridicolo chi li ha sempre contestati? E' un'altra possibilità no?



Certo, nella nostra nazione gli effetti dei provvedimenti , messi in atto dai governi, si sentono a lunga distanza oppure, nella stragrande maggioranza, tutto il beneficio promesso viene annullato da manovre più o meno silenziose, rese necessarie (ma guarda un po'!) per poter mantenere fede agli impegni del programma prospettato agli elettori. Insomma è come dire: io vi darò 100 euro in più al mese. Poi, a nostra insaputa, vari balzelli correttivi ci toglieranno circa 180 euro in più di tasse sulla casa, sui nostri conti correnti una nuova imposta sarà applicata semestralmente, di 10 euro, l'IVA passerà a nuova aliquota diciamo, del 25%, facendo incamerare all'erario circa 400 euro annui, che sommati ai precedenti arrivano già a prelevare 600 sacchi dal nostro portafoglio, in pratica la metà di quanto avuto. Al resto penseranno altri ritocchi alla benzina, alle assicurazioni e bolli auto, ecc. ecc. Sarebbe questo il solito giochino delle tre carte, ovviamente truccato. Prima ti faccio vincere, poi ti tolgo tutto quello che hai guadagnato dal banco. In passato questo giochetto non veniva capito. Poi, con l'aumentare dell'istruzione, lo abbiamo compreso, in tempi sempre minori. Non possono più darci acqua fresca da bere e raccontarci che è vino. Ora più che mai viviamo nei tempi in cui i partiti politici devono cominciare a fare il loro dovere, altrimenti li mandiamo a casa perché ci rendiamo subito conto che ci prendono in giro.

Come dicevo, tutto questo è dovuto all'aumento della cultura media del popolo. Noi, nel nostro piccolo, ci auguriamo che questa umile rivista possa contribuire a questo scopo. Cerchiamo di spaziare da un campo all'altro, vari argomenti per rendere flessibile la mente. Ma anche articoli di interesse generale o, come in questo caso, di eventi in corso.

Auguro quindi una buona lettura a tutti quelli che ci seguono e ai nuovi iscritti, invitando chi non ci conosce ancora a visitare il nostro sito internet [www.gio2000.it](http://www.gio2000.it)

[Torna all'indice](#)

### -Non solo sassi nel mondo interiore di Vito Coviello

di Vito Coviello



aprile 26, 2018

Prevale la natura con i suoi profumi, i suoni, l'istintualità di una volpacchiotta o di una lupa nella raccolta di racconti "Dialoghi con l'angelo" di Vito Antonio Coviello. Brevi ritratti nei quali prevalgono le osservazioni e le sensazioni, l'amore per le piccole cose, la capacità di stupirsi del quotidiano e andare oltre, riuscire a rendere poesia anche ciò che in apparenza può sembrare scontato. Dieci brevi racconti che spaziano dall'infanzia all'età adulta, monologhi interiori con l'angelo custode dell'autore - in realtà sua moglie Bruna.

Anche "Sentieri dell'anima" è una raccolta di flash di vita vissuta, episodi del passato, dialoghi nei quali non manca il dialetto, segno del fortissimo senso di appartenenza alla terra natia di Coviello, non vedente da 18 anni: "Sono quelle esperienze umane, che se non altro, arricchiscono e possono in qualche caso rendere migliori. "Sentieri

*Coviello Vito Antonio Ariadono  
nato a Sarnelli nel 1954. Vive attualmente a Matera, diventato cieco 17  
anni fa per un glaucoma cortisonico. Felicamente sposato. Negli ultimi  
anni  
si diletta nel scrivere racconti autobiografici.*

dell'anima" nasce dalla voglia di condividere queste proprie esperienze con i propri fratelli non vedenti ed anche altri che vogliono ascoltarli", scrive Coviello.

"Sentieri dell'anima" - pubblicato attraverso l'associazione Aciiil (associazione ciechi, ipovedenti e invalidi lucani) onlus di Potenza - è stato premiato nella sezione audio racconti di libri inediti al primo concorso internazionale Poesia e libri "Vittorio G. Rossi" organizzato da ANFI Gaeta e dalla rivista "Il Saggio".

"Sentieri dell'anima - afferma Coviello - sono tutti quei percorsi che lasciano il segno tangibile nel ricordo, nella vita e nella personalità dell'essere umano".

[Torna all'indice](#)

### Viaggiare disabili, si può e si deve!

di Linda Cavicchi

#### 1. Disabilità e viaggio

Immaginati di prenotare la vacanza nella città che più al mondo desideravi visitare. Immagina di prenotare da casa un volo aereo e un hotel. Immagina di arrivare poi nella città dei tuoi sogni,



<http://www.planetviaggiaccessibili.it/ma> tu sei sulla sedia a rotelle. Quando giri per le strade della città ti accorgi che ci sono troppe barriere, i marciapiedi sono stretti e tutti i musei che vuoi visitare hanno lunghe scalinate per raggiungere le bellezze che gli altri possono vedere, sono solo lì,

al piano di sopra, e, come se non bastasse l'hotel non ha il bagno adatto a te.

Immagina ora di arrivare di fronte all'Acropoli di Atene. L'hai presente? Come no? Quella spianata chiara su cui si staglia uno dei templi più famosi al mondo, immediatamente riconoscibile da tutti! Ah, ma tu non ci vedi! Sei a Roma e non puoi vedere la Pietà di Michelangelo, sei in Spagna e non puoi vedere l'Alhambra, sei in Perù e non puoi vedere Machu Picchu...

Sembra di essere immersi in un incubo, eppure questa è la situazione che vivono migliaia di disabili italiani quando realizzano proposte di viaggio legate ad un pacchetto tradizionale di turismo, e può avvenire che dovrebbe essere un momento di svago, apprendimento, gioia, condivisione, da soli o con la propria famiglia, possa assumere tutt'altre tinte, e il viaggio diventa permeato dello stesso senso di inadeguatezza che una persona con disabilità deve, purtroppo, affrontare ogni giorno.

In un mondo che può e deve parificare ogni diversa esigenza, sia nel mondo del lavoro, sia nei rapporti sociali, sia nella vita d'ogni giorno, è indispensabile quindi che si parli di uguaglianza anche nei momenti di svago, ed in particolar modo del viaggiare accessibile.

Parlando dell'Italia, il mercato del turismo accessibile è rimasto immobile per anni, poiché considerato assolutamente non a ragione un turismo di nicchia o che facesse riferimento ad un tipo di bacino d'utenza non disposto a viaggiare. In realtà, considerando l'attuale situazione europea di circa 46 milioni di persone con una qualche forma di disabilità, si smentisce in parte l'immaginario comune secondo cui il segmento di turismo accessibile sia un turismo di nicchia, quando interessa addirittura il 17% della popolazione europea.

Ma chi sono le persone che hanno bisogno di un viaggio realizzato su misura attorno ad esigenze specifiche? Nell'immaginario collettivo si pensa sempre a persone con disabilità fisica (con difficoltà di deambulazione, con girello, in sedia a rotelle, con sedia a motore ecc.) e sensoriale (ipo e non udenti e ipo e non vedenti), ma chi lavora

nel settore sa che questo binomio è riduttivo, e si tratta di includere in questo mercato anche persone che non hanno disabilità evidenti e riscontrabili, o addirittura quasi non catalogabili in schemi predefiniti. Pensiamo a persone con disabilità cognitiva, persone con autismo, persone obese, anziani, genitori con passeggini, bambini, donne in gravidanza, persone con esigenze alimentari particolari (per ragioni fisiche o culturali).



Nonostante i passi in avanti riguardo ai viaggi per tutti ci siano stati, le esigenze dei viaggiatori sono ancora troppo spesso sconosciute e l'accessibilità è generalmente percepita dal mercato come un onere più che come un valido motivo di opportunità, circondato da un alone di diffuso pregiudizio e mala informazione riguardo al concetto di turismo accessibile e al bacino d'utenza dei turisti con bisogni speciali.

Insomma, nel parlare di servizi legati al turismo accessibile non bisogna fermarsi solamente al settore della disabilità, ma parlare di un turismo

che crea più opportunità per tutti, coinvolgendo quanti più attori possibili: dai familiari e gli accompagnatori, per arrivare alle strutture ricettive, al sistema turistico, fino alla stessa comunità d'accoglienza. Un turista con handicap che viaggia sta creando attorno a sé un vero e proprio sistema, rendendo l'intera comunità più attenta ai suoi bisogni e portando con sé la consapevolezza che egli ha il diritto di essere accolto così come ogni altro viaggiatore.

Oggi giorno però sono diverse le realtà italiane che si muovono in senso pionieristico occupandosi di viaggi accessibili per promuovere il turismo per persone con disabilità, cercando strutture accessibili e creando veri e propri percorsi su misura per ogni esigenza. Non solo associazioni di settore, ma anche veri e propri tour operator che realizzano pacchetti di viaggio accessibili.

## 2. Il progetto Planet Viaggi Accessibili

Il progetto Planet Viaggi Accessibili prende vita da un'esperienza pluriennale nel settore del turismo accessibile del tour operator Planet Viaggi Responsabili, che dal 1999 organizza e promuove viaggi di turismo responsabile in tutto il mondo. L'idea pionieristica che distingue il progetto Planet Viaggi Accessibili è quella di creare itinerari di viaggio che siano interamente accessibili, dalla partenza, all'arrivo: ciò si realizza non solo grazie alla scelta di strutture ricettive e di mezzi di trasporto adatti all'esigenza del viaggiatore, ma anche – e soprattutto – grazie alla creazione di proposte, programmi ed attività specifiche che siano pienamente fruibili da tutti, nessuno escluso.

Planet Viaggi Accessibili nasce da un'idea di uguaglianza ed è un modo di concepire il viaggio come insieme di strutture, servizi e programmi di attività che garantiscano al viaggiatore con disabilità o esigenze speciali l'arricchimento culturale, esperienziale ed emotivo proprio dell'esperienza di viaggio, nel rispetto dei tempi e delle esigenze del viaggiatore stesso.

La metodologia utilizzata per la creazione di questa nuova offerta turistica consiste nella messa in rete di piccole realtà operanti nei diversi ambiti dell'accessibilità, dall'accoglienza del viaggiatore alle strutture, alle opportunità di visite, laboratori, facilitazioni, contatto con la gente del posto; insomma, la messa in gioco di tutti quegli elementi che rendono ogni progetto di viaggio unico nel suo genere, un'opportunità per vivere un'esperienza in grado di rispondere quanto più possibile alle esigenze dei viaggiatori. Gli itinerari di Planet Viaggi Accessibili, dunque, conservano le caratteristiche e i principi del turismo responsabile e sostenibile da cui sono derivati, e mirano a rispettare culture, tradizioni e ambiente dei popoli visitati, oltre a basarsi sull'opportunità di reale sviluppo economico per la popolazione locale: questo dà la possibilità di coniugare il piacere di viaggiare in maniera responsabile con la volontà di veder realizzato un viaggio su misura per le proprie esigenze.

Le offerte di viaggio sono pertanto dedicati gruppi ed a singoli viaggiatori, a chi ha già le idee chiare sulla sua prossima meta e a chi ha voglia di fare nuove conoscenze. I viaggi di Planet Viaggi Accessibili prevedono, per chi lo desidera, la possibilità di viaggiare con un accompagnatore dedicato e attento, di gruppo o condiviso. Attorno alla creazione dell'esperienza di viaggio lavorano professionisti del settore del turismo accessibile, attorno ai quali si dipana una fitta rete di collaboratori sul territorio di arrivo: insomma, si tratta di un modo di viaggiare differente, che fa in modo che il viaggio abbia il valore aggiunto delle esperienze emozionali che passano attraverso il contatto più vero ed autentico con i luoghi visitati e con l'incontro tra persone del luogo, oltre che un viaggio realizzato attorno all'accessibilità.

e-mail: [info@planetviaggiaccessibili.it](mailto:info@planetviaggiaccessibili.it)

Web: [www.planetviaggiaccessibili.it](http://www.planetviaggiaccessibili.it)

Tel: +39 328 8628934? (Paolo Casarin)

[Torna all'indice](#)

# Questionario - Igiene orale

di Elisa Brunetti



Il documento qui di seguito viene inviato ai lettori iscritti a "Giovani del 2000" in allegato, in formato docx. Chi invece non fa parte della mailing list può comunque scaricare il file nella sezione DOWNLOAD del nostro sito [www.gio2000.it](http://www.gio2000.it)

SCUOLA DI MEDICINA E CHIRURGIA

CORSO DI LAUREA IN IGIENE DENTALE – AA 2017-2018

ELISA BRUNETTI

Gentile Signore/a,

sono una studentessa del Corso di Laurea in Igiene Dentale dell'Università di Bologna.

Al fine dell'elaborazione della mia Tesi di laurea sto conducendo un'indagine sull'ansia percepita rispetto alle prestazioni odontoiatriche, a questo proposito Le chiedo qualche minuto del Suo tempo per la compilazione di questo breve questionario che si compone di due parti.

La prima parte è composta da tre sezioni in cui si pongono 13 domande sui dati demografici, sullo stato dell'alterazione visiva, sulle visite sanitarie e sull'importanza attribuita al cavo orale.

La seconda parte è composta dal Test di Corah, presenta 5 domande e viene utilizzato per la misurazione del livello di ansia nei pazienti odontoiatrici.

Brevemente di seguito vengono date delle spiegazioni per la compilazione del questionario.

Per selezionare la risposta nelle domande che presentano più opzioni mettere una X subito prima dell'alternativa scelta.

Esempio: domanda sulla Scolarità/Titolo di studio, se si è in possesso del diploma la X precederà la dicitura Medie superiori.

Dopo avere portato a termine la compilazione del questionario si prega di salvarne una copia, come? Nella barra degli strumenti cliccare su File, selezionare la voce Salva con nome dopo averla salvata inviarla con posta elettronica al seguente indirizzo: [elisa.brunetti4@studio.unibo.it](mailto:elisa.brunetti4@studio.unibo.it).

QUESTIONARIO



negativamente la salute dell'intero organismo?

SI NO

## TEST DI CORAH

Misurazione del livello di ansia nei pazienti odontoiatrici

1. Se dovesse andare dal suo dentista domani per un trattamento, come si sentirebbe?

- a. Non ansioso
- b. Lievemente ansioso
- c. Discretamente ansioso
- d. Molto ansioso
- e. Estremamente ansioso

2. Se fosse seduto in sala d'attesa (aspettando il trattamento), come si sentirebbe?

- a. Non ansioso
- b. Lievemente ansioso
- c. Discretamente ansioso
- d. Molto ansioso
- e. Estremamente ansioso

3. Se stessero per trapanarle un dente, come si sentirebbe?

- a. Non ansioso
- b. Lievemente ansioso
- c. Discretamente ansioso
- d. Molto ansioso
- e. Estremamente ansioso

4. Se stessero per pulirle i denti, come si sentirebbe?

- a. Non ansioso
- b. Lievemente ansioso
- c. Discretamente ansioso
- d. Molto ansioso
- e. Estremamente ansioso

5. Se stessero per farle l'iniezione di anestetico locale sulla gengiva, in corrispondenza di un dente superiore posteriore, come si sentirebbe?

- a. Non ansioso
- b. Lievemente ansioso
- c. Discretamente ansioso
- d. Molto ansioso
- e. Estremamente ansioso

Grazie per la Sua gentile collaborazione,

Elisa Brunetti

[Torna all'indice](#)

# Festival della Canapa 2018

8-9-10 giugno 2018

Parco Urbano Franco Agosto Forlì

A cura di JIP Events



# Canapa Festival

8/9/10 GIUGNO 2018

---

## PARCO URBANO FRANCO AGOSTO

### Via Fiume Montone - Forlì

---

**Più di 90 espositori su 20.000 mq di parco.**



Il Festival della Canapa è alla sua terza edizione e ha riscosso importanti partecipazioni gli anni precedenti e un notevole afflusso di visitatori. Il festival è organizzato dall'associazione JIP Events.

Quest'anno il festival si svolge in una sede più ampia, il Parco Urbano Franco Agosto di Forlì, adatta ad ospitare l'affluenza prevista. Il programma del 2018 vanta un'ampia lista di concerti e di conferenze e moltissimi stand espositivi e culinari.

Link al sito internet del festival:

<http://www.canapafestival.it>

Link al programma 2018:

<http://www.canapafestival.it/programma/>

Contatti del Festival:

FB Canapa

Festival 2018 @festival.della.canapa.2018

Email: [staff@canapafestival.it](mailto:staff@canapafestival.it)

Il festival ha dedicato particolare attenzione al tema dell'accessibilità per persone ipo/non vedenti in collaborazione con l'Unione Italiana Ciechi e Ipovedenti di Forlì-Cesena e l'associazione Blind Bat. Qui di seguito i dettagli del servizio.

Accessibilità per persone ipo/non vedenti:

Il festival quest'anno mette a disposizione il servizio di accoglienza e orientamento per le persone con difficoltà visive. Lo stand info point accessibilità è posizionato all'interno dell'area festival presso l'entrata di via Fiume Montone. L'info point è gestito dall'Unione Italiana Ciechi e Ipovedenti di Forlì-Cesena e dall'associazione Blind Bat. Gli accompagnatori faranno accoglienza e accompagnamento all'interno del festival.

Il servizio è disponibile dalle 11:00 alle 24:00 nei giorni del festival.

Per prenotare il servizio compilare il seguente form con almeno 48 ore di anticipo.

<https://goo.gl/forms/QbwCMY5US2OdnOn83>

Contatti:

Unione Italiana Ciechi e Ipovedenti Forlì-Cesena:  
Piazzale della Vittoria 12, 47121 Forlì FC.

Tel: 0543 402247. Email: [uicfo@uiciechi.it](mailto:uicfo@uiciechi.it)  
Presidente Fabio Strada: 3282178438

Blind Bat Associazione: Genny 346-0835915,  
David 333-7758006. email: [blindbat@libero.it](mailto:blindbat@libero.it)

Servizi Extra:

Dispositivo sonoro per non vedenti verrà posizionato all'info point accessibilità ipo/non vedenti e in alcuni altri punti importanti all'interno del festival.

Per arrivare:

Parco Urbano Franco Agosto, Ingresso via Fiume Montone (nei pressi di Rocca Ravaldino).

Posizione GPS dell'info Point Accessibilità

Latitudine: 44.2169630 | Longitudine: 12.0309700

Ariadne GPS applicazione: posizione dello stand

Link:

[ariadnegps://position?lat=44.21696&lon=12.03732](https://ariadnegps://position?lat=44.21696&lon=12.03732)

Il file Ariadne da aggiungere ai propri preferiti è disponibile su richiesta.

Come arrivare:

- In auto

Da Faenza: prendere la via Emilia SS9. Passata Villanova proseguire su Viale Bologna fino a Piazzale Porta Schiavonia. Proseguire su Viale Salinatore. Al semaforo di Porta Ravaldino girare a destra in viale dell'Appennino e subito a destra in via Fiume Montone. Il parcheggio del parco si trova in fondo alla strada.

Da Cesena – Seguire via Emilia SS9 fino a Piazzale della Vittoria. Girare su viale Corridoni e proseguire fino al semaforo, girare a destra e prendere via della Rocca. Seguire la strada e al semaforo di Corso Diaz proseguire dritto. Dopo 200m tenere la sinistra e svoltare su viale Salinatore. Al semaforo di Porta Ravaldino girare a destra in viale dell'Appennino e subito a destra in via Fiume Montone. Il parcheggio del parco si trova in fondo alla strada.

- In autobus

linea bus n.2 fermata PORTA RAVALDINO (numero 1041 e 1042 entrambi i lati di via Appennino)

- A piedi

dai musei San Domenico: prendere il passaggio pedonale Vicolo Oreste Casaglia.

- Trasporto privato

Mario Del Giudice TaxiVip, trasporto privato a pagamento (max 14 persone alla volta)

Tel: 3273328718, email: [info@taxivip.it](mailto:info@taxivip.it).

[Torna all'indice](#)

### Primavera e leggerezza

di **Sonia Larzeni**

Come è ormai consuetudine in questo periodo che la primavera sta dando il meglio di sé mi piace proporvi alcuni piatti piuttosto leggeri e di facile preparazione.

Indubbiamente sono piatti che se ben preparati possono sicuramente stupire i commensali ma che non provocheranno sicuramente sgradevoli sensazioni di pietanze super elaborate che dopo il gusto lasciano anche la cosiddetta "pesantezza di stomaco!" Che dire? Provatele per credere!

Antipasto numero uno

#### ***Bignè agli spinaci***



Ingredienti per 8 persone

24 bignè già pronti di media grandezza

4 dl di besciamella già pronta

600 grammi di spinaci surgelati

200 grammi di fontina

1 spicchio di aglio 80 grammi di burro

5 cucchiai di latte

noce moscata

sale e pepe quanto basta

Portate a bollore 10 cucchiai di acqua in un tegame e fatevi scongelare gli spinaci mescolandoli spesso. Dopo 10 minuti di cottura, strizzateli per bene magari usando una apposita centrifuga per verdure. Quindi tritateli.

Fate imbiondire l'aglio nel burro, levatelo, unite gli spinaci e fateli insaporire per 5 minuti.

Salate e pepate a piacere. Ora scaldate la besciamella e incorporatela alle verdure con un pizzico di noce moscata. Tagliate una calotta ai bignè, riempiteli con la crema di spinaci e chiudeteli nuovamente. Sistematevi in una teglia foderata con carta di alluminio.

Quindi infornateli per 10 minuti a 160 °C.

Disponeteli nei piatti individuali.

Tagliate a dadini la fontina e scioglietela a bagnomaria con il latte. Versatene qualche cucchiaino sui bignè e servite.

Antipasto numero due

#### ***Pomodorini ripieni deliziosi***



Ingredienti per 10 persone:

20 pomodori sardi non troppo grandi e maturi

250 grammi di ricotta

150 grammi di pesto scolando l'olio in eccesso

Una manciata di foglioline di rucola

Se necessario un po' di sale

Tagliate una rondella sulla parte superiore dei pomodorini e svuotateli delicatamente mettendoli poi capovolti in un vassoio per far scendere quanto più liquido possibile. Sbriciolate la ricotta in una terrina amalgamando il pesto e lavorando il composto delicatamente ma per un po' di tempo in modo che gli elementi si incorporino bene. Aggiustate di sale se necessario.

Riempite con il composto di ricotta una tasca da pasticciere e farcite i pomodorini.

Decorate con la rucola e servite dopo averli tenuti in frigo per una ventina di minuti...

Primo piatto numero uno

### ***Bucatini alle Acciughe***



Ingredienti per 4 persone

400grammi di bucatini  
5 acciughe sotto sale  
10 grosse olive verdi  
100grammi di pangrattato  
30grammi di pinoli  
olio d'oliva, sale, peperoncino rosso fresco

Preparazione

Private le acciughe della lisca centrale, quindi passatele sotto l'acqua corrente per eliminare tutto il sale. Ora riducete le acciughe in poltiglia o tagliuzzate molto finemente.

Snocciate le olive e tagliuzzatele non molto finemente. Lessate la pasta. Intanto, fate tostare il pangrattato in un padellino antiaderente, con un filo d'olio, sempre mescolando con un cucchiaio di legno, per evitare che si attacchi sul fondo.

In un tegamino a parte, tostate anche i pinoli tagliuzzati grossolanamente, poi tagliuzzate il peperoncino, privato dei semi.

Scolate la pasta al dente e trasferitela in una capace ciotola.. Conditela con un filo d'olio, il pangrattato, le acciughe, i pinoli le olive verdi e il peperoncino. Mescolate con cura e servite.

Primo piatto numero due

### ***Falsa Amatriciana con le verdure***



Ingredienti per 6 persone:

600 grammi di bucatini  
200 grammi di petto di pollo bollito  
500 grammi di pomodori pelati  
2 cucchiaini di vino bianco  
2 cipollotti  
2 peperoni  
2 costole di sedano  
una zucchina bella grande  
2 cucchiaini di basilico e prezzemolo tritati  
pecorino grattugiato, olio, un peperoncino piccante se piace, sale quanto ne serve.

preparazione

Pulite le verdure, lavatele e tagliatele a dadini. Fate imbiondire i cipollotti in una padella antiaderente con 2 cucchiaini d'olio, unite le verdure e lasciate cuocere per 5 minuti, mescolando spesso; spegnete e tenete da parte.

Tagliate il petto di pollo bollito a dadini e mettetelo in una casseruola con il peperoncino e un cucchiaio d'olio; rosolate a fiamma vivace per

qualche minuto fino a quando il petto di pollo avrà preso colore, bagnate con il vino e appena sarà sfumato aggiungete i pelati, schiacciateli con una forchetta, regolate di sale e proseguite la cottura per 10 minuti a fuoco vivo. Lessate i bucatini in abbondante acqua bollente salata, quindi scolateli al dente e versateli nella casseruola.

Fateli saltare per un paio di minuti nel sugo e spegnete il fuoco.

Spolverizzateli con il pecorino e mescolate.

Unite le verdure, profumate con il trito di basilico e prezzemolo e servite subito.

Contorno numero uno

### ***Agrodolce di verdure in scapece***



Ingredienti per 6 persone:

300 grammi di zucchine

300 grammi di peperoni

2 cipolle

6 cucchiaini di olio extravergine d'oliva

2 spicchi d'aglio

150 grammi di fave sgranate (anche surgelate)

un peperoncino

3 foglie di menta

3 cucchiaini di miele di acacia

un dl di aceto bianco

sale

Preparazione

Scottate le fave per 5 o 6 minuti in acqua bollente salata. Scolatele, spellatele e asciugatele. Sbucciate le cipolle e tagliatele a spicchietti; pulite le zucchine e riducetele a bastoncini. Lavate i peperoni, privateli di picciolo, semi e filamenti e tagliateli a strisciole.

Scaldare l'olio in una padella, unite le cipolle e l'aglio tritato e soffriggete per 3-4 minuti a

fiamma viva, mescolando. Aggiungete il peperoncino, le zucchine, i peperoni e le fave; salate e cuocete per 7-8 minuti mescolando.

Bagnate le verdure con l'aceto; quando inizia a bollire, unite il miele e mescolate finché si è sciolto; profumatele con le foglie di menta spezzettate, cuocete per 2 minuti e toglietele dal fuoco.

Trasferite in un contenitore, coprite e lasciate riposare per mezza giornata.

Contorno numero due

### ***Cotolette di melanzane alla campagnola***



Ingredienti per 6 persone:

12 Fette di melanzane dello spessore di circa un centimetro e mezzo

Passatele prima nell'uovo sbattuto e poi nel pan grattato pressandole per bene da entrambi i lati in modo che si crei una bella crosta. Ora friggetele in abbondante olio e ponetele subito su carta assorbente da cucina così da far scolare tutto l'olio. Quindi aggiungetevi un pizzico di sale e cospargetele da un lato con succo di pomodoro freschissimo passato.

Per finire completare con un cucchiaino di pesto, alcune foglioline finemente tritate di basilico e, un bel cucchiaino di provola affumicata tagliata a dadini molto piccoli o in un'unica fetta sottile.

Secondo numero uno

### ***Orata al sale***



#### Ingredienti:

Un orata di un kg  
2 kg di sale grosso  
un mazzetto di basilico  
un pomodoro  
uno spicchio d'aglio  
un piccolo scalogno  
due cucchiaini di aceto di vino rosso  
olio (meglio se extravergine d'oliva)  
sale  
pepe

#### Preparazione

Lavate e asciugate il basilico, mettetelo in un mortaio con l'aglio e pestate fino a ridurlo in poltiglia. Diluite con 3 cucchiaini d'olio, salate e profumate con una macinata di pepe. Mondate lo scalogno e tritatelo finemente; lavate il pomodoro, privatelo dei semi, poi tritatelo grossolanamente. Unitelo al pesto, aggiungete l'aceto, mescolate e fate riposare la salsa mentre procedete alla preparazione e alla cottura del pesce.

Ora Accendete il forno a 230 gradi e preparate il pesce. Praticate un'incisione lungo il ventre, asportate le interiora, la pinna dorsale e quelle pettorali. Non squamatelo perché le scaglie formeranno una protezione naturale che manterrà la pelle intatta. Disponete un kg di sale sul fondo di una pirofila e adagiatevi sopra il pesce.

Adesso ricoprite con il sale rimasto e cuocete nel forno caldo per 30 minuti circa.

Lasciate un pò raffreddare e quindi liberate l'orata dalla crosta di sale pulendola accuratamente da residui salini. Servite il pesce con la salsa preparata in precedenza.

#### Secondo numero due

##### **Arrosto di tacchino a sorpresa**



#### Ingredienti per 4 persone:

600 grammi di fesa di tacchino  
100 grammi di pancetta affettata sottile  
10 grosse olive verdi  
5 pomodori secchi sott'olio se sono interi altrimenti 10 metà un dl di vino bianco secco qualche fogliolina di salvia olio extravergine d'oliva sale pepe quanto basta.

#### Preparazione

Snocciolate le olive e tagliatele a pezzetti.

Sgocciolate i pomodori dall'olio e tagliateli a metà se non sono già divisi. Con un coltello lungo e affilato praticate nella carne delle profonde incisioni. Quindi infilatevi i pezzetti di olive e di pomodori. Fasciate il pezzo di carne con la pancetta. Ora appoggiatelo su un foglio di carta da forno insaporendolo con sale e pepe.

Spennellatelo con l'olio. Ora ponetevi sopra qualche fogliolina di salvia bagnandolo con il vino.

Infine chiudete bene il cartoccio e appoggiatelo in una teglia antiaderente cosparsa leggermente di olio.

Infornate a 190 gradi per circa 40 minuti.

A cottura ultimata togliete il cartoccio dal forno, apritelo e bagnate la carne con il suo sugo di cottura.

Alzate la temperatura del forno a 220 gradi.

Richiudete il cartoccio e cuocete altri 5 minuti.

Servite l'arrosto tagliato a fette.

#### Dolce numero uno

##### **Crespelle con spezie e frutta**



Ingredienti per 4 persone:

un'arancia non trattata

200 ml di latte parzialmente scremato

un uovo

un cucchiaino di zucchero di canna

100 grammi di farina bianca

due pere decana o altra qualità purché siano molto mature un cucchiaino di zucchero a velo cannella in polvere 30 grammi di cioccolato fondente.

Preparazione

Grattugiare un cucchiaino di buccia d'arancia. scioglierlo con latte e zucchero. Unire l'uovo, la farina e fare una pastella. Sbucciare l'arancia, tagliare la polpa a cubetti; sbucciare le pere, farle a pezzetti, condirle con cannella, cuocerle 10 minuti, raffreddarle, frullarle e mescolare crema e cubetti di arance. Preparare 8 crespelle, riempirle con la farcia, chiuderle formando dei triangolini, decorare con zucchero a velo e cioccolato a scaglie.

Far riposare in frigo per un'oretta prima di servire.

Dolce numero due

Premessa. Questo delizioso dolce viene preparato senza pesare gli ingredienti ma semplicemente usando i bicchieri che hanno contenuto lo yogurt.

Quindi è una preparazione adattissima a chi ha problemi visivi o chi semplicemente non ha né voglia e né tempo di mettersi a pesare ingredienti.

Seguendo in linea di massima la ricetta il risultato è garantito quindi anche un principiante potrà stupire gli ospiti preparando questa deliziosa torta! Buon divertimento!)



**Torta cocco e menta**

[torna all'indice](#)

In questa ricetta non si usa la bilancia ma si usa il bicchiere di plastica in cui è contenuto lo yogurt.

Ingredienti

Per la torta

2 vasetti di farina

Un vasetto di yogurt al cocco

Un vasetto di zucchero

Un vasetto di farina di cocco

Un vasetto di sciroppo alla menta

un mezzo vasetto di olio d'oliva

2 uova

Una bustina di lievito

Per la crema pasticcera

3 tuorli

3 cucchiaini di zucchero

3 cucchiaini di farina

mezzo litro di latte

la scorza di 1/2 limone non trattato

Preparazione

Per la torta.

In una ciotola sbattete le uova molto bene fino a renderle spumose.

In una terrina mescolate molto bene nell'ordine la farina, lo zucchero, la farina di cocco, lo yogurt, la menta e, infine, il lievito in polvere e per ultimo le uova sbattute... Mettete il composto in una tortiera precedentemente imburrata e infornate per 50 minuti circa a 160°. Nel frattempo preparate la crema pasticcera. Sbattete bene i tuorli con lo zucchero, aggiungete la farina e la scorza del limone. Fate, quindi, bollire il latte e quando avrà raggiunto il bollore, abbassate la fiamma e verserete il composto continuando a mescolare per evitare che si formino grumi: fate cuocere sempre a fuoco basso per 4 minuti sino a quando la crema non comincia ad addensarsi.

Lasciate raffreddare sia la crema che la torta.

Servite la torta tagliata a fette regolari e ponetevi su ognuna una piccola quantità di crema pasticcera.

## Tagliarini di antica tradizione gallicanese

### di Varo Landi

Stiamo rischiando di perdere la buona cucina tradizionale, spesso di origine contadina. Tantissimi giovani non l'hanno imparata dai loro genitori, forse perché dediti agli studi e, anche perché la vita sociale è profondamente mutata. Già i loro genitori hanno imparato poco in questo settore.

Allora mi è venuta l'idea di recuperare diversi piatti contadini della mia zona, che stanno scomparendo. Sperando che qualche buongustaio non sorvoli e decida di gustare qualche ricetta di antica tradizione contadina. Si tratta di piatti molto buoni, facili da eseguire e, molto sani. Un breve elenco, poi, passeremo alla loro esecuzione.

Tagliarini

Piatto rustico gallicanese .

Minestrilla

Gustoso piatto garfagnino .

Farinosi originali: fantastico piatto di Gallicano e della Garfagnana.

Focacce di grano. Necessarie le "cotte", ovvero piastre di ferro battuto con manici da usare sulla fiamma viva.

Ci sono anche tanti altri piatti, come baccalà con patate, porri e funghi, stoccafisso. Piselli con aglio in foglie, ecc.

Ma vorrei iniziare con i tagliarini, perché facilissimi da fare e, allo stesso tempo, molto gustosi.

Sarò molto dettagliato nello spiegare, perché i miei piatti sono destinati a ciechi ed ipovedenti gravi, perché possano eseguire le ricette senza fare, ovviamente, uso della vista, così come faccio io. Vi accorgerete subito che le procedure sono inusuali e, comunque, diverse da quelle usate dai vedenti.

Tagliarini: brodo per il piatto.

dosaggi non sono rigidi, per cui i pesi si adatteranno alle esperienze e ai gusti individuali.

Ingredienti:

Patate: quattro o cinque di media grossezza. Fagioli in grani secchi e ammollati per una notte, o freschi . Meglio freschi.

Varietà: Borlotti, o cannellini, o altri fagioli a grani piccoli o medi.

Prendiamo a riferimento una tazza da colazione, ma le quantità non sono rigide.

Una cipolla secca.

Una grossa carota.

Una grossa costola di sedano. Un pizzico di pepe.

Sale quanto basta. Possibile un dado vegetale da minestrone, che un tempo non veniva usato e, semmai, veniva usato un soffritto con un trito di lardo. Chi vuole, può provarlo. Esecuzione:

In una normale quantità di acqua per una minestra di verdura, mettere le patate tagliate a pezzettini. Mettere i fagioli ben lavati. Mettere la carota tritata. Mettere la costola del sedano tritata, o intera, da togliere, secondo i gusti. Poi mettere il pizzico del pepe e il sale. Volendo anche il dado, ma si può fare a meno, evitando così il glutammato che, però, è un esaltatore dei sapori.

Ecco, a fine cottura il brodo è pronto per la cottura delle tagliatelle casalinghe. Ma se non avete le tagliatelle casalinghe potrete mettere quelle secche, perdendo molto in gusto.

E allora sarà bene imparare a fare la pasta casalinga!

Mettendo nel brodo di cottura le tagliatelle casalinghe, vi accorgerete che queste perdono una parte della loro farina, che andrà a incorporarsi nel brodo, rendendolo più denso e gustoso.

Il piatto poi, diventerà addensato. Per esperienza, troverete la densità più gradita. Ricordate che sarà bene passare almeno la metà dei vegetali con il passaverdure.

Come viene fatta la pasta?

Io insegno la migliore procedura per un non vedente.

Una cuoca vedente metterebbe la farina sulla spianatoia, aprendola a fontana. Ma, in questo modo, un non vedente farebbe facilmente un pastrocchio, con acqua e uova fuori controllo.

Noi faremo molto bene usando il metodo che segue.

Ingredienti per la sola minestra. Raddoppiare le dosi se si vuole avere anche una quantità di tagliatelle da cuocere e condire con un ragù, o altri sughi. Un uovo intero. Acqua pari ad un bicchierino da caffè.

Due grossi pizzicotti di sale. Farina quanto basta.

Sorprendente la quantità indefinita di farina?. Non è sorprendente, capirete il motivo tra poco.

Esecuzione: dovete avere una spianatoia e, un matterello, oppure una macchina per fare la pasta. Io uso la spianatoia e il matterello, pertanto spiegherò come usarli al meglio per un non vedente.

Poi ci vuole una ciottola un cucchiaino e un coltello a lama liscia.

Nella ciottola si scoccia un uovo intero. Si mette un bicchierino di acqua.

Poi due pizzicotti di sale. A piacere si può mettere un cucchiaino di olio extra vergine di oliva. A questo punto si aggiunge la farina, circa due grosse manciate subito e altra farina, aggiungendola di volta in volta. Con un cucchiaino si mescolano gli ingredienti, tuffando il cucchiaino e rialzandolo ripetutamente. In questo modo, oltre a mescolare non si rischia di buttare la farina fuori dalla ciottola, o ciotola, secondo la parlata abituale. Le uova si rompono e si mescolano,

insieme all'acqua, poi si comincia a rumare. Poi si aggiunge altra farina, mescolando fino a che il cucchiaino non riesce più a mescolare. A questo punto si infarina il cucchiaino per estrarre facilmente la pasta che vi si è attaccata.

Si continua a impastare a mano. Mani ben pulite, naturalmente.

Ogni tanto si dovrà aggiungere qualche pizzicotto di farina per eliminare la vischiosità dell'impasto, che sarà pronto quando non si appiccicherà più alle mani. E' chiaro che si raggiungerà la consistenza giusta gradualmente, con piccole aggiunte di farina da incorporare totalmente, ogni volta. Se l'operazione è eseguita bene, non si dovrà aggiungere acqua. Se la farina dovesse risultare troppa, allora si dovrebbe aggiungere acqua, ma le cose saranno difficoltose perché l'acqua aggiunta sarà lenta da essere assorbita uniformemente.

Evidentemente è bene ottenere la pasta aggiungendo farina ad un composto molto fluido, piuttosto che dover aggiungere acqua. Tenendo le mani infarinate si eviterà che la pasta si appiccichi quando non è ancora della consistenza giusta. La consistenza giusta sarà quando la pasta sarà omogenea, soffice e facilmente lavorabile. Si formerà una palla di pasta grande quanto una arancia, che lavoreremo, in ultimo, tra due mani, sbattendola da una mano all'altra fino a farla diventare perfettamente omogenea, aiutandoci con piccole manciate di farina per evitare che la pasta si appiccichi.

La pasta è pronta?

Allora la mettiamo al centro della spianatoia infarinata. Un pochino di farina verrà messa anche sulla palla di pasta, che verrà appiattita con una mano. Poi si metterà il matterello sulla pasta e si farà rotolare avanti e indietro per alcune volte, dopodiché si posizionerà la pasta ruotandola di qualche grado e, si userà nuovamente il matterello. Quando la pasta comincerà a diventare appiccicosa, si metterà una piccola manciata di farina e si spargerà uniformemente; si capovolgerà l'impasto mettendo a contatto con la spianatoia la superficie che prima era rivolta

verso l'alto. Si infarina e si continua a spianare. A questo punto possono accadere due cose:

se la pasta fosse molto soffice, si potrà spianare fino ad ottenere una sfoglia uniforme e sottile, fino a sfoglia ultimata. Se, invece, la pasta dovesse risultare morbida, ma troppo elastica, sarà bene usare la tecnica di avvolgere la pasta sul matterello in questo modo: la pasta viene portata quasi al bordo della spianatoia, vicino a noi e, in quel punto, si mette il matterello. Facendo ruotare in avanti il matterello, ci si guida sopra la pasta fino a quanto possibile. Poi si fa ruotare in avanti il matterello, velocemente, ottenendo un assottigliamento della sfoglia. Si riporta indietro il matterello fino a svolgere totalmente la pasta, che potrebbe avere acquisito qualche grinza. Le grinze si eliminano subito passando delicatamente il matterello su tutta la sfoglia. Ora si mette un pizzico di farina sulla pasta e la si sparge bene. Si ripete l'operazione riavvolgendo nuovamente la pasta nel matterello e riportando lo stesso vicino a noi, per poi rispingerlo in avanti velocemente. Ad un certo punto la sfoglia comincerà a fare uno schiocco secco sulla spianatoia perché, divenendo sempre più lunga, viene fatta sbattere dalla velocità della rotazione. Sarà necessario infarinare diverse volte e, ad un certo punto, anche a invertire la superficie sulla spianatoia. Ogni volta che la pasta dovesse appiccicare, dovremo mettere un po' di farina. Sarà necessario anche, ogni tanto, correggere la forma della sfoglia, posizionando la stessa in una direzione diversa, tanto da mantenerla di forma circolare, non ovale, almeno fino a che non sia più opportuno farla diventare ovale.

Quando la pasta sarà sottile abbastanza, la dovremo infarinare su entrambe le facce, poi la avvolgeremo nel matterello per sfilare lo stesso subito dopo. In questo modo: si mette il tutto in verticale, vicino al bordo della spianatoia, a sinistra, poi si solleva il matterello verso l'alto, ma spostandoci verso destra, man mano che il matterello esce dal rotolo di pasta.

Ora la pasta può essere tagliata a tagliatelle. Si deve usare un coltello a lama liscia, perché le lame seghettate trascinano la pasta da tagliare.

Il rotolo viene tagliato frontalmente, quanto più in squadra possibile, per ottenere una tagliatella larga da un centimetro a un centimetro e mezzo. Ogni taglio verrà srotolato immediatamente e la striscia messa in avanti sulla spianatoia. Via via si taglieranno tutte le strisce. Si trasferiranno le tagliatelle su un vassoio, in attesa di doverle usare, cospargendole con un velo di farina per evitare che le strisce si appiccichino tra loro. Perché l'umidità interna tende a riaffiorare in superficie e rendere appiccicose le fettucine.

Potremmo anche usare la pasta per formare maccheroni o pappardelle. In questi casi non occorre avvolgere la pasta, ma il matterello potrebbe servire come guida, per tagliare i maccheroni o le pappardelle.

Mentre si possono ottenere i maccheroni strappati, cioè fatti a pezzi strappando la pasta in pezzi irregolari. Secondo una usanza antica che può essere gradita a molti.

Torniamo ai tagliarini.

Quando il brodo è in piena cottura, con i fagioli ormai cotti, come pure gli altri vegetali, si assaggia per aggiustare di sale, se necessario. Poi, si mettono anche le tagliatelle, in quantità a piacere. Il brodo si addenserà anche per la farina che verrà assorbita. La cottura farà assodare l'uovo della pasta che diverrà più consistente. La cottura sarà con bollitura evidente, rumando delicatamente sul fondo della pentola, per evitare attaccature della pasta e conseguenti affumicature. 15 o 20 minuti, a piacere. Si scodella come una qualsiasi minestra, ma si può aggiungere nel piatto un cucchiaio di formaggio parmigiano o pecorino. Mentre mangerete questi tagliarini, ricordatevi di me e fate un applauso a mio nome! Troppo buoni! Avanzarono? Se avanzassero, diverranno più densi, praticamente asciutti. Ma, riscaldateli così come sono perché aggiungere acqua toglierebbe sapore; se li volete meno densi, allora aggiungete un pochino di brodo, anche se fatto con un pezzettino di dado: meglio che acqua da sola.

[torna all'indice](#)

## Il “bel scrivere 3”: scrivere articoli

di Mario Lorenzini

Elencherò qui gli errori rilevati negli articoli pervenuti, incentrando il discorso sull'impostazione di un corretto articolo, così da meglio indirizzare chi si cimenta nello scrivere, e inviare a questa redazione, i propri lavori.

Il titolo. Mi capitano alcuni articoli privi di titolo. Forse per dimenticanza, forse perché resta nella testa (e nelle dita) di chi scrive. In qualche caso contatto gli articolisti chiedendo loro indicazioni; altre volte appongo io un titolo, per me rispondente il più possibile al contenuto. Ma è il mio pensiero. Forse lo scrivente intendeva qualcos'altro. In questo, anzi in tutti i casi, raccomando ai miei articolisti di non dimenticare mai di inserire il titolo, come primo elemento del vostro scritto. Evitate, se possibile, titoli lunghi, perché saranno troncati, nel sommario, per questioni di impaginazione. Tanto più che il vero svolgimento del tema verrà subito dopo. A fine rigo non mettere il punto fermo. In caso di esclamazioni o quando si voglia trasmettere una sensazione forte, di stupore, ecc., si può usare il punto esclamativo, quello interrogativo o una combinazione di questi.



Il nome. Altre volte lo scrittore è...anonimo! Non dimenticatevi mai di porre il vostro nome, tra il titolo e il corpo del testo. Prima il nome proprio e poi il cognome, senza necessità di titoli. Eventuali recapiti (e-mail, cellulare, ecc.) potranno essere indicati alla fine dell'articolo.

L'introduzione. non deve essere prolissa. Così come per il resto dell'articolo, il lettore non si deve stancare. Limitatevi alla descrizione, il più essenziale possibile, di voi e di ciò che trattate, lo farete subito dopo. Non incentrate né questa, né altre parti dell'articolo, su voi stessi; a meno che non stiate parlando di fatti biografici, che vi sono accaduti, inerenti il tema. Non ripetetevi, ogni volta, a inizio articolo, perdendo tempo e rubandone al succo del discorso globale. Se il lettore sarà interessato dal titolo, corrispondente al contenuto, leggerà avidamente, non terrà conto, anzi sarà infastidito, da vostre descrizioni, tra l'altro ridondanti del tipo, "sono ...mi chiamo ... e scriverò di... E chiaro che il nome sta già lì, quindi è inutile ribadirlo. In aggiunta, attirate il lettore poco a poco, sviscerando gradualmente l'argomento, senza dire, con tre paroline, "parlerò di...", ossia anticipando troppo non tanto la struttura, ma il cuore dell'oggetto trattato.

Cercate di non ripetervi; vale per l'esposizione di un concetto, ma risulta pesante quando la parola menzionata due o più volte, magari in punti ravvicinati tra loro, è la stessa. Potete, in certi casi, sottintendere la seconda ripetizione. Esempio: ho comprato un chilo di mele; poi un chilo di arance. Invece: ho comprato un chilo di mele e uno di arance.

Usate dei sinonimi, non solo al fine di non dire due volte la stessa cosa, ma anche con l'obiettivo di arricchire il testo. Esempio: Il rivestimento di quell'oggetto è in carbonio; il rivestimento di quell'altro è in zinco. Invece: il rivestimento di quell'oggetto è in carbonio; l'involucro di quell'altro è di zinco.

Prima di inviare il vostro lavoro alla redazione, rileggete l'insieme. So che può sembrare ovvio;

c'è chi però, arrivato in fondo alla stesura dello scritto, salva il tutto e lo invia. Ricontrollatelo invece. Anzi, fingete di non essere stati voi a scrivere. Un po' difficile, visto che ce lo avete in mente. Potete fare così: a lavoro ultimato, o quando pensate che lo sia, memorizzate il file, spegnete il pc e lasciate passare un po' di tempo, meglio se riaprite il documento il giorno dopo. A mente fresca, leggete con attenzione ogni riga. Potreste scoprire degli errori che vi erano sfuggiti. Delle porzioni di testo che sono inutili. O di aver tralasciato utili dettagli. Ora potete modificare opportunamente il vostro file. Poi, sempre con tranquillità, rileggetelo tutto d'un fiato.

Che ve ne pare? Molto meglio vero?

Se avete tempo, voglia e qualcosa che pensate di non aver espresso totalmente, potete ripetere questo processo fin quando non avrete raggiunto la forma giusta. Chissà, magari diventerete rivali di giornalisti famosi!



Ecco gli ultimi errori riscontrati:

quotidiano, naturalmente sbagliato in luogo di quotidiano.

Qui e qua, mentre è giusto non mettere l'accento. A tal ricorrenza, tenete a mente che qui, quo e qua non prendono l'accento.

Inregolare, sostituito con irregolare. E' come irreparabile e non inreparabile, immutabile e non inmutabile.

Canbiare, giusta voce cambiare. Qui c'è proprio una lacuna di fondo. Prima della lettera b e p non ci sta la n. Utilizzare la m. Vedi bambini, impiegati, combinazione o campione.



Tè. Attenzione. Non si parla della bevanda bensì del pronome personale. Anche qui mi raccomando: i pronomi personali non si accentano.

E adesso...e! Sì è proprio la lettera e, la congiunzione. Ecco i modi giusti per il suo inserimento nel dialogo.

In linea generale, dagli studi primari, ci insegnano che la congiunzione e può unire due periodi o un elenco, creando una pausa; con lo stesso fine è valida una virgola. E allora ci viene detto di usare, in maniera alternativa, l'una o l'altra, per non sovraccaricare troppo il discorso. Ma, dopo i primi anni di scuola, questo metodo elementare diviene superato. Possiamo, se necessario, porle entrambe, la e accompagnata dal segno di interpunzione come la virgola. Ecco un esempio:

Andiamo a casa e in fretta.

Andiamo a casa, in fretta.

Andiamo a casa e, in fretta.

Nel terzo caso, leggermente più articolato, si somma un certo risalto alla seconda parte del discorso. Possiamo aggiungere anche un inciso.

Andiamo a casa, passando per il sottopassaggio e, in fretta.

Utilissimi gli incisi, per rallentare l'incedere troppo spedito di una frase o, meglio ancora, chiarire ciò che verrà dopo.

E negli elenchi? Per es.:

nel mio zaino ho una torcia e un coltellino e due cacciaviti e un po' di frutta;

nel mio zaino ho una torcia, un coltellino, due cacciaviti, un po' di frutta;

Quale di queste due impostazioni vi sembra scorra meglio? Sicuramente la seconda. Le troppe e aggravano la fluidità di questa frase. Se avessimo avuto un elenco composto di due soli elementi, come in: nel mio zaino ho una torcia e un coltellino,

allora, virgola o e sarebbero più o meno state indifferenti. In un elenco lungo, la soluzione più felice è suddividere con virgole, tranne l'ultimo argomento, separato con una e. Ecco:

nel mio zaino ho una torcia, un coltellino, due cacciaviti e un po' di frutta. Capito?

Il legamento. In italiano, come in francese, esistono alcune forme di legamento; due parole consecutive, sgradevoli da pronunciare assieme, si modificano, di solito perdendo l'ultima vocale della prima parola, se la seconda inizia per vocale, o aggiungendo una consonante in fondo alla prima parola, anche qui se la seconda inizia per vocale. Troviamo allora come era, che diventerà, con l'elisione, com'era. O, congiunzione disgiuntiva, in un caso come, "irriverente o oltraggioso", sostituito dal più fluente "irriverente od oltraggioso".

Ecco, per entrambe le congiunzioni, e, o, possiamo applicare la stessa regoletta. Ossia, quando aggiungere la d? Benché si veda scritto "ed anche", si consiglia l'adozione della lettera d quando la vocale iniziale della parola successiva è la stessa, vale a dire la e, se parliamo di congiunzione e, o la lettera o, se abbiamo invece una disgiunzione o. Negli altri casi, data la buona assonanza, si può, anzi è preferibile, non metterla. Ecco che avremo "e anche", "e allora", "e inoltre", "a oltranza", meglio di "ad oltranza", anche se non è del tutto sbagliato "ed allora" o "ed inoltre", in senso rafforzativo. E indispensabile invece nei casi di stessa vocale, come detto poc'anzi. Quindi "io dico che è buono ed è meglio...". Ricordatevi queste semplici indicazioni, non stringenti ma utili ai fini di una miglior discorsività.

[torna all'indice](#)

## L'arte dell'esecuzione (GEINO), vivente tradizione nipponica

*Di Alessio Begliomini (dal pensiero di Guenter Seubold)*

La tesi che il concetto giapponese d'arte sia diverso da quello europeo-occidentale può difficilmente stupire. Perché mai, differenze così evidenti nella cultura e nella società non avrebbero dovuto ripercuotersi anche nel campo delle arti? E già un primo sguardo alla storia dell'arte giapponese e alla sua evoluzione teorica conferma tale supposizione: che qualcosa di così semplice e quotidiano come bere il tè venga

inteso come arte, desta inevitabilmente meraviglia nell'osservatore europeo.

Questo primo sguardo susciterà tuttavia un senso di crescente fastidio: infatti fin dal primo contatto della civiltà giapponese con quella europea nel XVI secolo, è attestabile l'influsso dell'arte europea e dell'idea europea di arte. Il concetto di arte prevalente nel Giappone contemporaneo è ormai quello desunto dall'Occidente.

Ciononostante, quello che inizialmente desta l'apparenza di una opposizione formale tra civiltà diverse risulta invece intrinseco all' oggetto stesso che andremo ad analizzare: la differenziazione di due culture, opposte a livello formale, si rivela in realtà come differenziazione profonda, il che non semplifica certo il compito di discutere un campo così strutturato, epperò rende ciò più interessante.



Sono essenzialmente tre i concetti che determinano la concezione storica fino ad oggi dell' arte in Giappone: Geino, Geido, Geijutsu.(...).

Nella discussione sul "concetto europeo di cultura", si fa notare abbastanza spesso come questo derivi dalla parola latina "cultura" e come questo termine venga utilizzato in un primo tempo, avanti del trasferimento metaforico del concetto ad altro livello come operato da Cicerone, con il solo significato di agricoltura. E' in un certo senso sorprendente che il grafema di "gei" (arte), utilizzato in Giappone e preso dalla Cina, sia un pittogramma stilizzato indicante l'erba e il piantare con le mani...sorprendente poiché nonostante rilevanti differenze socio-culturali, nel grafema logografico di "arte" è depositata una parte della medesima esperienza contenuta nella semantica della parola latina "cultura".

A partire dal significato di "piantare", "gei" acquisisce successivamente quello di "prendersi cura" e soprattutto di "educazione". Così nella lingua giapponese si può parlare dell' arte del fabbro e dell' artigiano, della navigazione e del vivere correttamente ecc.. Vengono poi definite arti le attività e gli ambiti seguenti: la scienza ("gaku-gei"), la guerra ("bu-gei"), il giardinaggio ("en-gei"), la tessitura e il lavoro a maglia ("shu-gei"), le arti decorative ("ko-gei"), la magia e le

discipline acrobatiche ("kyoku-gei"), musica canto e ballo ("yu-gei"), la non-arte ovvero priva di talento ("mu-gei"), l'agricoltura ("no-gei"), il tiro con l'arco ("sha-gei"), la poesia ("shi-gei"), la ricerca di piante ("Ju-gei"), ecc..

Come la parola "arte", anche il termine giapponese "gei" indica l'agire umano come tale nonché, in generale, l'abilità acquisita e appresa dall' uomo e non solo i prodotti e le realizzazioni delle "belle"arti.(...) "No" significa "saper fare", capacità, abilità, talento. "Geino" è, dunque, letteralmente, l'arte del saper fare, il cui significato precipuo inizia a delinearsi nel secolo XIV. La parola "geino" esiste, in realtà, da ben prima: viene documentata nel libro cinese di storia "Shiki", risalente al 91 a. C., poi nel codice nipponico "Yoro-Ritsuryo", risalente al 718, nel "Libro delle abitudini e degli usi della corte imperiale", del 1221, nel libro storico "A-zuma-kagami", scritto intorno al principio del XIV secolo; tuttavia, ivi ha ancora il significato di "talento per la scienza e per la formazione culturale". Il primo documento che propone il mutamento di significato è contenuto nel libro "Hei-han-ki", del 1167, redatto da Taira-no-noburi: opera ove si fa riferimento al "Geino" come a "talento artistico" per il canto, la recitazione, la danza e il teatro. Anche il termine che designa l' esecutore dell' arte cambia, nel corso della storia, il proprio significato: "geinin" e "geisha" hanno dapprima il significato, rispettivamente, di "uomo di scienza" e "virtù"; successivamente, "geinin" acquista il significato di "interprete delle arti tradizionali (musica danza recitazione), mentre geishasi riduce a quello di "donna dalla musa leggiadra"(...)

"Arte dell' esecuzione", non è la traduzione letterale del termine "Geino" ma potrebbe coglierne al meglio il senso. Infatti quest' arte vive, anzi, esiste, solo grazie all'abilità artistica dell' interprete: nell'esecuzione che di volta in volta egli deve realizzare. Se si volesse porre in relazione questo genere artistico del "Geino" con quello occidentale a esso più vicino, si dovrebbe citare il dramma poetico e al contempo la sua messa in scena teatrale: ma così facendo si sarebbe espressa, assieme al dualismo dramma/teatro, anche la differenza essenziale e decisiva, rispetto alla "unità" che caratterizza l'Arte dell'esecuzione. In senso stretto, il dramma e il teatro occidentali "non" sono "arte della esecuzione" ma, da un lato, un' opera d'arte letteraria e dall' altro arte che "riproduce", che rappresenta, ossia che materializza quest'opera letteraria. Per questa relazione, tipicamente occidentale, tra opera letteraria e opera teatrale

che la riproduce, Hegel ha trovato una formulazione filosoficamente valida: il teatro, l'esecuzione, è "la messa in scena esteriore dell' arte drammatica, la manifestazione sensibile dell' opera poetica", mentre l'attore drammatico è "lo strumento di cui l'autore si serve, una spugna che assorbe tutti i colori e che, immutati, li restituisce" (G.W.F. Hegel - "Estetica"; ed. italiana Torino, Einaudi). Accanto alla definizione del teatro come semplice messa in scena esteriore dell'opera letteraria Hegel ovviamente riconosce anche "la libertà creativa dell'attore", la quale vorrebbe vedere in azione solamente in prodotti "che dal punto di vista poetico siano irrilevanti, anzi, decisamente brutti". In quest'ottica, che rappresenta senza dubbio il grosso della tradizione occidentale, il dramma letterario diventa preponderante rispetto al teatro che lo porta in scena: è questa, osserva D. Steinbeck in "Einleitung in die theorie und systematik der theaterwissenschaft" (Berlin, 1970, p.49), "una tradizione la quale risale a ben prima di Hegel e occupa la discussione specialistica fino ai nostri giorni".

È di conseguenza estremamente difficile, da un lato, nell'ambito della riflessione estetica, assegnare all'arte della esecuzione lo status di arte autonoma e, dall'altro, poterla assimilare al "Lese-Drama", ossia la letteratura teatrale destinata alla sola lettura e restia ad essere eseguita. Entrambi sarebbero impossibili e inimmaginabili nel "Geino": qui tutto è centrato sulla "unità" della esecuzione, ancor prima che possa sorgere la dicotomia tra opera letteraria e arte che la riproduce; tutto viene ricondotto alla capacità, all'abilità, alla perfezione, all'eccellenza dell'esecutore. Quest'arte viene realizzata soltanto "nella" esecuzione. Ciò che è fissato in forma scritta è certamente un elemento del "Geino": e proprio per questo tale arte si differenzia da tutte le forme artistiche del teatro d'improvvisazione occidentale non vincolato a riprodurre un dramma letterario: tuttavia nel "geino" ciò che è stato fissato in forma scritta resta in ogni caso elemento inessenziale rispetto alla esecuzione; ciò che è fissato in forma scritta non può mai rendersi indipendente come dramma letterario poiché, per la propria connotazione noumenale, è orientato a priori alla esecuzione: unicamente dalla quale riceve significato. L'elemento fissato in forma scritta, deriva dagli attori per tutto ciò che è caratterizzante in quest'arte (danza, canto e arte del burattinaio) e solo per il testo letterario di second'ordine risultano, talvolta, responsabili gli scrittori, incapaci di padroneggiare l'arte teatrale. Eugen Herrigel, che fu docente dell'Università di Sengai

dal 1924 al 1929, ha riconosciuto chiaramente questa differenza rispetto al dramma occidentale. "L'opera non è fatta per essere letta, come quella europea; questa qui, già durante la lettura può rivelare tutta la sua bellezza, il suo splendore e la sua profondità; quella, "diviene" solo mediante il genio dell'attore: il quale apporta proprio ciò che, in fondo, non può venir espresso dalla parola né dal potere della lingua" (cfr.: E. Herrigel - "Der Zen-Weg", 1958)). Per tutte le ragioni appena esposte, rispetto alle arti "geino" è dunque sbagliato parlare di teatro musicale. È sbagliata però anche la definizione di "opera d'arte totale", poiché anch'essa viziata da troppe connotazioni occidentali che in tale contesto non sono appropriate.

Che a tal proposito esistano delle differenze enormi rispetto al dramma/teatro occidentale e non solo nella forma fenotipica ma anche nella concezione genotipica, emerge in modo lampante quando si osserva più attentamente il teatro "NO", dal quale questo genere artistico deriva il nome; e quando si integrano contenuto e forme del "Geino" con il teatro "Koygen" "Kabuki" e "Bunraku". (...) Il "NO", l'"esecuzione NO", è la più antica delle arti "Geino". A una considerazione superficiale, l'analogia con la tragedia greca appare per certi aspetti sbalorditiva: attore principale, attori secondari, coro, accompagnamento musicale, maschere. Ma, in tutto ciò che è essenziale c'è una differenza fondamentale, chiarita al meglio da "Yugen". Infatti, sebbene "Yugen" si sia formato nella poetologia giapponese "Waka" (poesia breve), può essere considerato fondamentale del "NO". "Yugen" è stato tradotto (ad es. da Oscar Berl) con il termine di "grazia"; o come "charme subtil" (cfr.: "Zeami", a cura di René Seiffert, Paris, 1960), traduzioni tuttavia non condotte nello spirito "Yugen", poiché troppo superficiali e perciò fuorvianti. D'accordo con Izatsu (cfr.: Toshihiko e Toyo Izatsu - "Die theorie des schoenen in Japan, Colonia, 1988), occorre distinguere un livello secondario da un livello primario. A livello primario, "Yugen" non è più un semplice concetto estetico, piuttosto visione (di matrice buddhista) del mondo.

Composto dai termini "Yu" (immaterialità) e "Gen" (tenebra causata dall'abisso impenetrabile), definisce uno stato nel quale, come esemplifica Izatsu (opera citata) "gli oggetti e gli avvenimenti perdono la solidità empirica dell'esistere per sé stessi, fluttuano per così dire nell'aria e rimandano così facendo alla presenza della realtà originaria, non-articolata, che n'è fondamento". Questa realtà non-articolata è ciò che nella tradizione

dell'Asia orientale viene definito "Mu" (NULLA). Secondo il più grande attore, teorico e autore del "No", Zeami (1363-1443), che nel "No" questi aspetti non si possano distinguere si chiarisce per via dell' arte della esecuzione: da questo "nulla", l'interprete del "NO" trae l'ispirazione più intima, da questo "nulla" tutto il teatro "NO" riceve la propria vita e la propria elegante bellezza. Zeami parla di "nulla assoluto" (mufu): in questo caso, continua Izatsu, l' attore "è in uno stato nel quale non esiste nulla"; egli è l'involucro del vuoto che porta alla luce forme visibili. Per questo motivo Zeami può riferirsi in proposito a ciò che nel buddhismo è inteso quale Illuminazione.

Il "mezzo" adatto per traslare tutto in un quadro vivente è la stilizzazione: kata, il modello. A Kata si deve la magia, il carattere misterioso che il NO esercita sullo spettatore. Qui non è all'opera una stilizzazione che tutto esagera e ingigantisce, quale invece caratterizza il "Kabuki" ma quella che tutto risolve in ordine a ciò che le è peculiare: il movimento lento, le gutturali soffocate e i rulli di tamburo smorzati del musicista; la "mimica facciale" del primo attore (shite), limitata dalla maschera ad un unico tratto del viso, gli elementi scenici ridotti alla struttura di base su un palcoscenico per il resto quasi vuoto :è come se si volesse avvicinare tutto alla morte, come se tutto fosse trascinato a medesimo, immenso centro. Questo centro è invisibile e privo di luogo ma impregnato inconfondibilmente di tutta la presenza. Tuttavia questo è solo una parte di ciò che avviene. Così come questo centro invisibile attrae tutto a sé, allo stesso modo da esso promana nuovamente ogni evento. Eppure non è ancora abbastanza : l'intera esecuzione è inoltre sorretta da un avvenimento taciuto allo spettatore, che egli però ritiene di percepire e che si colloca cronologicamente prima dell'esecuzione visibile: la meditazione degli attori. Tutto è dovuto e dipende da essa: la riuscita o il fallimento. Essa sola conferisce all'attore sicurezza. (...)Lo stato necessario ma tutt'altro che sufficiente, è l'esercizio decennale appreso nella relazione allievo-maestro. Tale stato si ottiene solo per mezzo della meditazione. Essa sola eleva la mera meccanicità e la corretta restituzione dei movimenti appresi, nonché i modi di recitare e cantare, a livello di libertà. Libertà che non può derivare dall' intenzione, dalla simulazione o dall'estro dell'attore ma dal sé e dal senza desiderarlo di un evento che torna a essere naturale. Al culmine, questa abilità, che si è imposta in decenni di esercizio sulla tendenza ingenuamente naturale, si converte nuovamente in natura: in una natura spirituale, nel "non-recitare" dell' attore maturo. E come quell'

invisibile centro, anche la meditazione stessa non è visibile in quanto elemento presente ma quale fondamento invisibile di ogni movimento eseguito. Alla fine, il centro altro non è che questa stessa meditazione. Questa meditazione non può essere concepita -con semplificazione tutta occidentale- come "concentrazione prima dell'entrata in scena". E' lo spirito del buddhismo Zen che qui è all' opera e che percorre tutta la "esecuzione del NO". Generare eloquentemente tacendo, offrire suono dal silenzio, manifestare la quiete attraverso il movimento: ecco il proposito più intimo del NO.

Vengono mostrate immagini, sgradevoli ai sensi, di un mondo non-definito; viene attribuito significato al divenire, al trapassare e al non-essere che è alla base di tutto ciò che è. In tal modo, anche l'intervallo non è mai inteso semplicemente come pausa, vale a dire come assenza di ciò che non è ancora o non è più esistente, bensì come una sorta di balzo all'origine (Ur-Sprung) di ciò che è percepibile ai sensi. Ebbene, tutto ciò che è percepibile sul palcoscenico del teatro "NO" è orientato a ciò che, viene chiamato senu-hima: ossia, "interludio della non-recitazione"; ovvero, "ciò che sta tra un non-recitare e l'altro". \*\*\* Possiamo considerare il "Kyogen" caratterizzato principalmente da un dialogo pronunciato con grande maestria, come una sorta di distensione dilettevole e serena offerta tra due spettacoli "NO", come una sorta di intermezzo burlesco. Talvolta può venir recitato anche tra il secondo e il terzo atto di un singolo "NO", in questo caso si riferisce, con intenti esplicativi, al contenuto dello spettacolo e non necessariamente presenta un carattere ilare. A un'analisi superficiale, il "Kyogen" è paragonabile, per via della ilarità, al dramma satiresco greco, esattamente come il NO ,per via della serietà, può venir accostato alla tragedia greca. Pur non avendo il rigore né la forma grandiosa del NO. Il "Kyogen" non gli è tuttavia secondo nell'essere "arte della esecuzione". Se l'attore vuol raggiungere questo alto livello rappresentativo, deve sottoporsi, al pari dell'attore del NO, a una formazione altrettanto dura e lunga. Ciò avviene oggi in una delle due scuole kyogen specificatamente destinate a questo scopo, che riconoscono e coltivano ciascuna un repertorio rispettivamente di 180 e 254 brani kyogen.

Il Kyogen ricorda, per il suo carattere ilare, l'origine del NO dal sarugaku (o sangaku) : brani divertenti, accompagnati da musica cinese. Ai suoi tempi, Zeami chiamava in NO ancora "sarugaku-no". Probabilmente il sarugaku è scomparso

soprattutto per via della istituzionalizzazione del NO.

\*\*\*

Se, dal punto di vista della sociologia dell'arte, la stilizzazione minimale-rallentata del NO riflette la morale e il rigido codice d'onore della classe dominante guerriera (le scuole NO vennero collegate nella maniera più stretta al governo dello shogunato, dal quale dovevano ottenere il riconoscimento), la stilizzazione del "Kabuki", basata sulla esagerazione, sull'eccentricità, la sontuosità di tutti i suoi elementi, documenta invece la ricerca di visibilità da parte della classe borghese, economicamente prospera, ma politicamente rimasta ininfluente, dunque -per compensazione- , dedita ai divertimenti. Se dunque il Kabuki, per quanto riguarda il suo carattere di varietà, e spettacolo va considerato il contrario del NO, esso rimane pur sempre del tutto interno al genere artistico caratterizzato dalla abilità esecutiva.

Composto dai grafemi ka (canto), bu (danza), e ki (artificio), anche in questo caso già col nome viene rivelato ciò che ne determina il genere artistico "Geino" per esecuzione artificiosa derivante dall'abilità dell'attore. E il significato di "eccentrico", "non ortodosso", attribuito alla parola kabuki all'epoca in cui quest'arte sorse , al principio del XVII secolo, lo sottolinea in modo ancor più marcato. (...) Il "Kabuki" non appare più, come il NO , ispirato dal buddhismo Zen. Una sorta di tendenza profanatrice si impone: i tratti di divertimento e intrattenimento, che nel NO erano ancora ampiamente delegati al Kyogen, diventano qui preponderanti (...).

\*\*\*

"Bunraku" è il classico teatro giapponese delle marionette. Come il "Kabuki", anch'esso rispecchia la cultura borghese del moderno Giappone (periodo Edo).(...) Benché, con riguardo alla struttura drammatica e alla rappresentazione delle emozioni umane, tra tutte le "arti dell'esecuzione" Geino, il Bunraku sia quella che più si avvicina al dramma occidentale, tuttavia un abisso lo separa dal dramma letterario occidentale: quale arte dell'esecuzione, le opere Bunraku non raccontano semplicemente una storia che potrebbe venir altrimenti conosciuta senza la sua messinscena. Il contenuto di opere bunraku è strettamente legato, alla loro esecuzione e la distanza tra questo "dramma" e il Lesedrama è almeno pari

alla distanza tra l'originario buddhismo Zen e la religione del Libro.(...)

\*\*\*

Le opere del Geino, non possono in nessun caso diventare dei Lesedrama, poiché il testo, come tutto ciò che è fissato per iscritto, pur essendo importante e significativo, svolge sempre una funzione subordinata, serve all'esecutore esclusivamente quale supporto mnemonico, per ciò che è stato appreso oralmente mediante il maestro. La recitazione artistica viene appresa in scuole esclusivamente dedicate a questo scopo, in mano poche famiglie legittimate dalla Tradizione. Per via di tale orientamento tradizionale, il Geino è caratterizzato in senso fortemente ostile alla innovazione. In questo modo, si è formato un repertorio classico, fissato con grande precisione, di opere eseguibili : delle circa 200 opere NO attualmente messe in scena, soltanto 48 vengono attribuite a Zeami (25 con certezza, 7 probabilmente sue, 16 da lui rielaborate). Gli attori vengono istruiti nella stessa maniera di generazione in generazione, senza il minimo cambiamento nella "scenografia" : un procedimento alquanto insolito e problematico, agli occhi dell'osservatore, soprattutto con riguardo alla consuetudine scenica occidentale ove si tenta di "attualizzare" l'opera per via di una messa in scena consapevolmente innovativa.

Esiste, in realtà, una raccolta di moderne opere NO (KUNDAI NOGAKU SHU), di Yukio Mishima, le quali, pur rifacendosi ad autori antichi, trattano problemi moderni con un linguaggio attuale ma, significativamente, in occasione della loro prima rappresentazione, non sono state eseguite da tradizionali scuole NO, bensì da attori di teatro occidentale (Teatro Nazionale di Tokyo, 1976).

\*\*\*\*\*

Nota Redazionale.

Con riferimento agli estratti testé presenti: Gunther Seubold - Schein des Nichts : Begriff un Geist japanischer Kunst (DENKMAL-VERLAG, 2003):prima edizione italiana col titolo Il chiarore del nulla : modi, forme e spirito dell'arte giapponese, Christian Marinotti Editore, Milano, 2007.

[torna all'indice](#)

# Douglas Bader

di Giuseppe Lurgio

Questa è la storia di un grande aviatore che nonostante la sua disabilità sopraggiunta tragicamente in giovane età ha avuto la forza di riprendersi e diventare un eroe della RAF. Ma la cosa che ancor di più deve farci riflettere è il fatto che dopo essersi ritirato dal mondo dell'aviazione ha speso il resto della sua vita per aiutare le persone disabili.



Infatti tra i non molti militari che per le loro gesta sono divenuti leggendari eroi già in vita, va sicuramente annoverato l'asso inglese mutilato della RAF Douglas Bader. Noto ai suoi compatrioti come "legless wonder" (la meraviglia senza gambe).

Douglas volava nella pattuglia acrobatica che si esibiva nelle manifestazioni aviatorie a Hendon, dove il 14 dicembre 1931 avvenne il dramma che segnò la vita del futuro asso.

Durante una di queste manifestazioni, Douglas si rifiutò di eseguire una dimostrazione acrobatica da lui ritenuta superflua.

Ma qualcuno del pubblico fece del sarcasmo su quella decisione che inorgogliò vivamente il giovane pilota. che non ci pensò su nemmeno un secondo e balzando sul suo Gamecock si alzò in volo per far vedere a tutti di quali acrobazie era capace.

Ma evidentemente la frenesia dovette tradire i suoi riflessi, perché durante un passaggio compiuto a bassissima quota, l'ala sinistra del biplano di Bader toccò il suolo e l'aereo andò totalmente distrutto.

Douglas fu estratto gravemente ferito dai rottami del Gamecock: aveva entrambe le gambe completamente spappolate, e gli dovettero essere amputate.

Bader uscì dall'ospedale dopo vari mesi di ricovero: era completamente guarito e in grado di camminare con due protesi artificiali.

Purtroppo in quella condizione non c'erano più compiti per lui nella RAF.

Fu così che molto a malincuore dovette trovarsi un impiego civile per poter vivere e così fu assunto dalla Shell.

Tuttavia la voglia di pilotare in lui non si era affatto assopita, anzi si era ancora di più rafforzata tanto che Douglas; nel settembre 1939 approfittando dello scoppio della Seconda Guerra Mondiale si precipitò a far domanda di rientro nella RAF.

Dopo vari test ed esami fu talmente convincente che venne accettato e tornò a indossare la divisa.. Dopo un periodo di abilitazione presso la Central

Flying School di Upavon, nel novembre 1939  
Bader tornò a volare sui caccia della RAF.



Nel gennaio 1940 fu assegnato dapprima al No.19 Sqn, di base a Duxford e comandato da un suo vecchio amico, lo Squadron Leader Geoffrey Stephenson.

Qui iniziò a volare sui nuovi Spitfire, aerei che amò molto ottenendo 22,5 vittorie aeree tra il 1940 e 1941.

Il 9 agosto 1941 gli Spitfire del Tangmere Wing decollarono per la missione "Circus 68" su Gosnay e Bader a bordo dello Spit Mk V matricola W3185D-B, si gettò con foga in battaglia contro i Bf 109 dello JG26. Nella violenta mischia, rivendicò dapprima l'abbattimento di un Bf 109 in collaborazione con il Sgt J. West dello Sqn 616, poi distrusse personalmente il Bf 109E-7 Wnr6494 del II./JG26, che si schiantò vicino Merville, mentre il pilota tedesco riusciva a lanciarsi; quindi, alle 11.25, toccò a Bader essere preso di mira.

Dopo aver udito un tonfo sordo, Bader si accorse con orrore che il suo Spitfire aveva perduto la parte posteriore della fusoliera, tranciata di netto, quasi sicuramente a causa della collisione con il Bf 109F-4 WNr8350 della 3./JG26.

Il Messerschmitt si schiantò alle 11.25 a nord-ovest di Aire-sur-la-Lys, uccidendo il pilota, Uffz A.Schlager.

Alla stessa ora, lo Spitfire di Bader andò a schiantarsi ad ovest di Blaringhem (a sud-est di St. Omer), mentre l'asso inglese era riuscito a

paracadutarsi, perdendo una delle sue protesi ma prendendo terra incolume nei dintorni.

Oltre alla collisione con il Messerschmitt di Schlager, all'abbattimento dello Spit di Bader dovette concorrere anche il Bf 109 dell'Oberfeldwebel Walter Meyer della 6./JG26, che rivendicò uno Spitfire abbattuto presso St. Omer alle 11.25 del 9 agosto 1941, quale sua undicesima vittoria.

Dopo essere stato catturato dai tedeschi, che recuperarono e ripararono la protesi da lui perduta paracadutandosi, Bader venne condotto ad Audembert, sede del Geschwaderstab dello JG26; qui, l'illustre prigioniero fu cordialmente intrattenuto dal Geschwaderkommodore Adolf Galland e dagli altri piloti dello JG26, onorati della sua presenza.

Quando Douglas, molto disinvoltamente, chiese di poter salire su un Bf 109F per esaminarlo, venne accontentato, ma quando, con altrettanta noncuranza, commentò che gli sarebbe piaciuto volarci sopra, Galland sorridendo affermò che quel giorno lui non era di servizio, facendo capire a Bader che quel che chiedeva non sarebbe stato possibile (per ovvi motivi).

I piloti tedeschi dissero a Douglas che tramite la Croce Rossa stavano contattando la RAF per fargli avere due protesi nuove di zecca: infatti, il 19 agosto 1941, nel corso di un'azione Circus su Longuenesse, un piccolo aereo paracadutò una cassa con le protesi sull'aeroporto tedesco.

Nel frattempo, dopo la visita di cortesia allo JG26, Bader era stato riportato alla Clinique Sterin di St. Omer, dove era stato ricoverato sotto sorveglianza; da qui, la notte del 17 agosto, annodando le sue lenzuola a guisa di corda, Douglas si era calato dalla finestra della clinica. Sfortunatamente, i tedeschi scatenarono immediatamente una caccia all'uomo in cui Bader venne presto ricatturato.

Douglas venne successivamente trasferito all'Oflag VI B di Lubecca.

Tentò di fuggire anche da qui e fu inviato allo Stalag Luft III di Sagan, dove partecipò al suo terzo tentativo di fuga (quello immortalato dal film La grande fuga), ma prima di poter evadere venne trasferito alla famigerata fortezza di Colditz.

In questo castello, da dove evadere era impossibile, Douglas si rassegnò a trascorrere il resto del conflitto, finché non venne liberato il 14 aprile 1945 dalle truppe USA.

Bader fu promosso Group Captain (colonnello), e assunse prima il comando della Scuola Caccia di Tangmere e poi quello del settore di North Weald, dove pilotò i nuovi aviogetti Gloster Meteors.

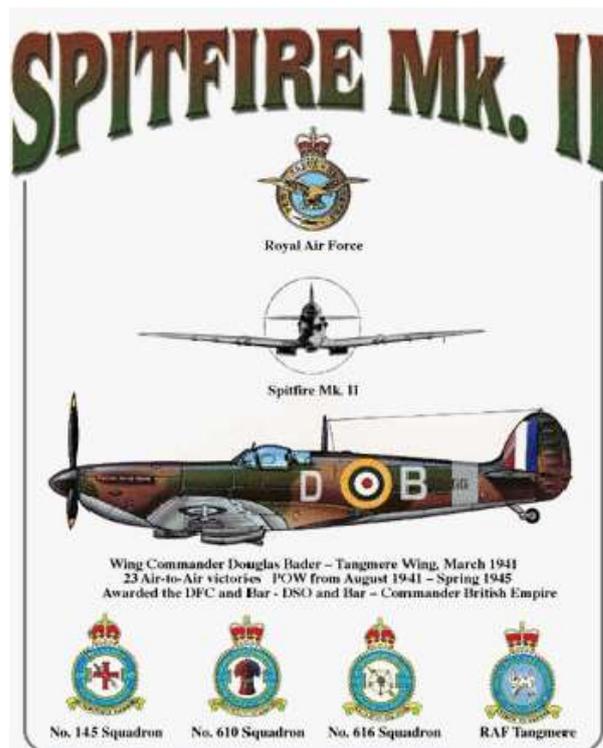


Dopo aver sperato invano di essere inviato a combattere i giapponesi, Douglas il 21 luglio 1946 si dimise dalla RAF, ritornando alla Shell come dirigente.

In quindici mesi di operazioni aeree gli erano stati attribuiti 22,5 abbattimenti di velivoli tedeschi.

Negli anni successivi lasciò definitivamente il mondo dei piloti e degli aerei e si dedicò per così dire al "sociale".

[torna all'indice](#)



Con grande passione aderì alle iniziative in favore dei mutilati come lui, che accrebbero ancora di più la sua celebrità in patria.

Tanto è vero che nel 1945 lo scrittore Paul Brickhill pubblicò con il titolo Reach for the Sky (Tendere al cielo), la biografia di Bader, la quale ebbe un successo tale che nel 1956 ne fu tratto il film omonimo, in cui l'attore Kenneth More interpretò il ruolo del protagonista. Le versioni italiane del libro e del film furono pubblicate con i titoli Il cielo è la mia meta e Bader il pilota.

Il 4 settembre 1982, egli fu colpito da un grave infarto e morì mentre si trovava nell'autovettura guidata dalla moglie Joan, raggiungendo quel cielo dei combattenti al quale aveva sempre teso.

In seguito alla sua improvvisa morte, la moglie e gli amici diedero vita alla --- per i disabili, dalla quale nel 1993 ebbe origine il Centro Douglas Bader, attrezzato per reinserire nella vita di tutti i giorni gli invalidi e i diversamente abili.

Tramite queste attività sociali, il nome leggendario di Douglas Bader e il suo messaggio di determinazione contro le sventure continueranno ad essere tramandati nei tempi a venire".

## Bullismo: cos'è? perché avviene? di chi è la colpa?

di *Elisa Brancaleoni*

Mi vengono i brividi ogni volta che vengo a conoscenza di un nuovo fenomeno di bullismo: non solo per la gravità che gira attorno ad esso, quanto per la poca conoscenza del fenomeno che sta affliggendo la nostra società, in particolar modo negli ultimi anni. Lo scopo di questo articolo non è pertanto quello di aggiungere elementi alle vostre sicuramente già importanti conoscenze, bensì quello di creare degli spunti di riflessione, affinché il fenomeno venga riconosciuto.

In primo luogo, trovo necessario dare una piccola definizione di bullismo: esso è un fenomeno caratterizzato dalla sottomissione fisica e o psicologica, da parte di un soggetto o di un gruppo, nei confronti di una persona ritenuta più debole.

Leggendo ciò, ci sembra tutto estremamente chiaro. Il bullismo è violenza; i bulli sono forti, i bullizzati sono deboli e vanno difesi. Ciò sicuramente non è sbagliato, ma dietro c'è un mondo che andrebbe analizzato.

Chi è il più forte? il bullizzante o il bullizzato?

Se vedessimo un ragazzone grande e grosso che si avvicina minaccioso ad un altro mingherlino e timido al fine di picchiarlo, avremmo l'immagine mentale del grande e forte, come del magro e fragile. Eppure molti studi, purtroppo o per fortuna, non ci danno ragione. Chi arriva a compiere questi atti ha dentro di sé delle situazioni talmente gravi, da non poter essere risolte in altro modo. O meglio, non in un modo accettabile dalla società. Si tratta di ragazzi difficili, i quali possono vivere situazioni di abbandono genitoriale, separazioni e divorzi, vita sregolata, mancanza di affetti, insicurezza nei confronti di se stessi e del mondo.

Ora ci dovrebbe risultare un po' più semplice analizzare il fenomeno mettendoci, anche se non capendoli, dalla parte dei bulli.

Chi sono i bullizzati?

Il bullismo colpisce in primo luogo per lo più i maschi. Nel precedente articolo sull'aggressività, ho appunto scritto che quest'ultima, in particolar modo quella fisica, riguarda per la maggior parte le persone di sesso maschile. risulterà quindi semplice evincere come anche il fenomeno del bullismo, in quanto riconducibile all'aggressività, riguardi appunto per lo più gli uomini. Se dovessimo tracciare un profilo dei bullizzati, troveremmo ragazzi timidi, problematici, oppure semplicemente diversi. Attenzione al termine diversità: diversi da chi?

diversi da un concetto di normalità che affligge la nostra società. Diversi perché omosessuali, perché troppo grassi o troppo magri, con i capelli troppo lunghi o corti. Diversi perché bravi a scuola, oppure perché a scuola non ci vanno proprio. Si tratta di ragazzi che indossano la stessa felpa per un mese, per non far vedere e riconoscere le proprie forme... Ragazzi che tengono i capelli davanti al viso, per non far vedere che ogni tanto piangono...

Naturalmente il fenomeno riguarda anche le ragazze, aventi le medesime caratteristiche dei maschi. Quante volte si prende di mira una ragazza solo perché non ha gli abiti firmati, perché sta sempre per mano con una sua amica, pertanto la si accusa di omosessualità? quante volte si fanno quei "dispetti", che mirano alla distruzione emotiva dell'altro?

dopo la visione di questo quadro triste e doloroso, si potrebbe incorrere in un errore di valutazione non poco grave: il bullismo è un fenomeno che avviene solamente all'interno delle scuole.

In realtà non è assolutamente così. Bullismo è prendere di mira qualcuno. E voi, non avete mai preso di mira nessuno?

è bullismo il costante pensiero negativo, basato su di un pregiudizio, nei confronti di qualsiasi persona. È bullismo il pensare costante che quello studente sia stupido e inutile; che quel collega di lavoro voglia prendersi il nostro posto, solo perché straniero, disabile, diverso da noi; pensare che nostro figlio non ci capirà mai, perché noi, che veniamo da una generazione precedente, siamo superiori. Tutto ciò è violenza e bullismo. Certo, sicuramente non lo si può definire uguale alla violenza fisica... Ma chi di voi è più sensibile, potrà sicuramente rendersi conto di quanto una parola possa uccidere più di un coltello.

Sfatiamo ora un altro luogo comune: i bulli sono stupidi.

chi di voi non ha mai detto o pensato questa frase? io personalmente la dico ancora oggi, ogni volta che sento parlare di questo fenomeno... eppure non è così: i bulli hanno un'ottima capacità di leggere la mente dell'altro. Questa capacità viene detta teoria della mente. tutti ne siamo dotati, fin dai primi mesi di vita. Si tratta dell'interpretazione di ciò che l'altro sta pensando, ad esempio attraverso un suo gesto, una sua parola, oppure attraverso il silenzio. Vi spiego come funziona: immaginate di vedere una persona non molto alta, che si allunga con il braccio verso l'alto, cercando di prendere un bicchiere su di una mensola. Voi vedreste la persona, la mensola, il suo braccio e il bicchiere. vedendo ciò, la prima cosa che vi verrebbe da fare, non sarebbe forse quella di prendere il bicchiere al posto della persona, per poi passarglielo? Ecco, questa è la teoria della mente. Voi pensate, nella vostra mente, che la persona nella sua stia cercando di prendere il bicchiere. Ciò vi sembra scontato, ma non è così. magari quella persona vuole semplicemente fare un po' di ginnastica, ed è solo questo il motivo per il quale si allunga in quel modo! a quel punto però sarebbe giusto pensare che si tratta di un mezzo matto!

oppure: quante volte vi è capitato di prevedere la risposta dell'altro, prima che esso ci parli? anche quella è teoria della mente, sempre ammesso che la conversazione non vi annoi al punto di volerla troncata il prima possibile!

detto ciò, possiamo affermare che i bulli non



hanno nessun problema per quanto concerne la teoria della mente. Essi sono talmente intelligenti da interpretare i punti deboli dell'altro, per utilizzarli contro di lui. dove sta quindi il problema?

tutto risiede nella mancanza di empatia. essa riguarda il sentire le stesse emozioni dell'altro come se fossero nostre. sentire la paura, la tristezza e le ansie altrui, senza però aggiungervi le nostre emozioni. Se i bulli avessero il dono dell'empatia non potrebbero fare del male, perché il semplice farlo si rifletterebbe su di loro stessi.

Il bullismo si può combattere?

Non so neanche quante volte, da alunna, da donna, da figlia, da amica e da vogliosa di diventare una psicologa, io mi sia posta questa domanda... Eppure ho capito che non è il bullismo da dover combattere...

dobbiamo combattere la frustrazione, il dolore derivante da una società che ci vuole tutti uguali. Dobbiamo combattere il pregiudizio, quella finta idea di perfezione che pervade tanto i bullizzanti quanto i bullizzati. dobbiamo combattere contro e a favore di noi stessi, quando ci sentiamo diversi e sperduti. dobbiamo combattere contro il silenzio, che con la sua ombra misteriosa ci dà quel senso di calma apparente. bisogna fare rumore, tanto rumore. rumore contro tutto ciò, contro la violenza, di qualsiasi tipo.

[torna all'indice](#)

### Manipolazione spietata di cose vegetali e animali nella "Nuova Atlantide" di Francesco Bacone

Di Alessio Begliomini

ispirato dal pensiero di Francesco Lamendola

Nella "Nuova Atlantide" di Francesco Bacone(1561-1626), vediamo la concezione meccanicistica e utilitaristica della natura portata fino alle estreme conseguenze, con la elaborazione di una illimitata facoltà



di manipolazione sulle cose e sugli esseri viventi.

Bacone è stato definito il profeta della tecnica ma, in realtà, è stato molto di più: è stato il profeta di una casta di tecnoscientziati i quali organizzano a loro piacere l'intera società. Modificando piante ed animali ottengono la maturazione di frutta fuori stagione;compiono esperimenti ripugnanti per vedere fino a che punto dati animali possono essere stati mutilati di loro parti vitali; costruiscono robots capaci di ogni genere di articolazione; influenzando sullo sviluppo delle cavie, conducono mostruose operazioni per far apparire razze animali nane o gigantesche;fabbricano armi di sempre più micidiale potenza. In breve, manipolano ogni cosa ed essere vivente, con la più completa disinvoltura e mancanza di scrupoli senza minimamente proporsi il problema etico nei riguardi delle loro scoperte e relative applicazioni.

Più che il paradiso degli scienziati e dei tecnici, la "Nuova Atlantide", come deforme caricatura

dell'Atlantide di Platone, è cesura di ogni legame e armonia fra uomo e natura,è il delirio di una mente infatuata di dominio, di potenza, di successo: una proiezione dell'Inghilterra di Elisabetta; Inghilterra che, dopo la vittoria del 1588 sulla cosiddetta "invincibile armata" di Filippo II di Spagna si prepara a raggiungere lo status di potenza egemone sui mari e a porre le fondamenta, con l'espandersi coevo del suo impero coloniale, della propria influenza finanziaria globale.

Hanno scritto di lui e della sua visione filosofica,Nicola Abbagnano e Giovanni Fornero in "Filosofi e filosofie della storia" (edizione Paravia, volume 2,pagina 143) :*"Se Galilei ha chiarito il metodo della ricerca scientifica, Bacone ha intravisto il potere che la scienza offre all'uomo sul mondo. Bacone ha concepito la scienza essenzialmente diretta a realizzare il dominio dell'uomo sulla natura:ha visto la fecondità delle sue applicazioni pratiche sicché può dirsi il filosofo e il profeta della tecnica(...)*. La carriera politica di Bacone fu quella di un cortigiano abile e senza scrupolo. Ma quest'uomo ambizioso ed amante del denaro e del fasto ebbe una idea altissima del valore e della utilità della scienza al servizio dell'uomo. Tutte le sue opere tendono ad illustrare il progetto di una ricerca scientifica attiva e operante al servizio dell'uomo e la concepì diretta alla costituzione di una tecnica che doveva dare all'uomo il dominio in ogni parte del mondo naturale. Quando nella "Nuova Atlantide" volle dare l'immagine di una città ideale, ricorrendo al pretesto, già operato da Tommaso Moro nella "Utopia" della descrizione di un'isola sconosciuta, non si fermò a vagheggiare forme di vita sociali o politiche perfette ma immaginò un paradosso della tecnica ove fossero portati a compimento le invenzioni e i ritrovati di tutto il mondo. E difatti in questo scritto (rimasto incompiuto) l'isola della Nuova Atlantide è descritta come un enorme laboratorio sperimentale, nel quale gli abitanti

cercano di conoscere tutte le forze nascoste della natura per estendere i confini dell'impero umano a ogni cosa possibile. I numi

tutelari dell'isola sono i grandi inventori di tutti i paesi; e le sacre reliquie sono gli esemplari di tutte le più rare e grandi invenzioni".

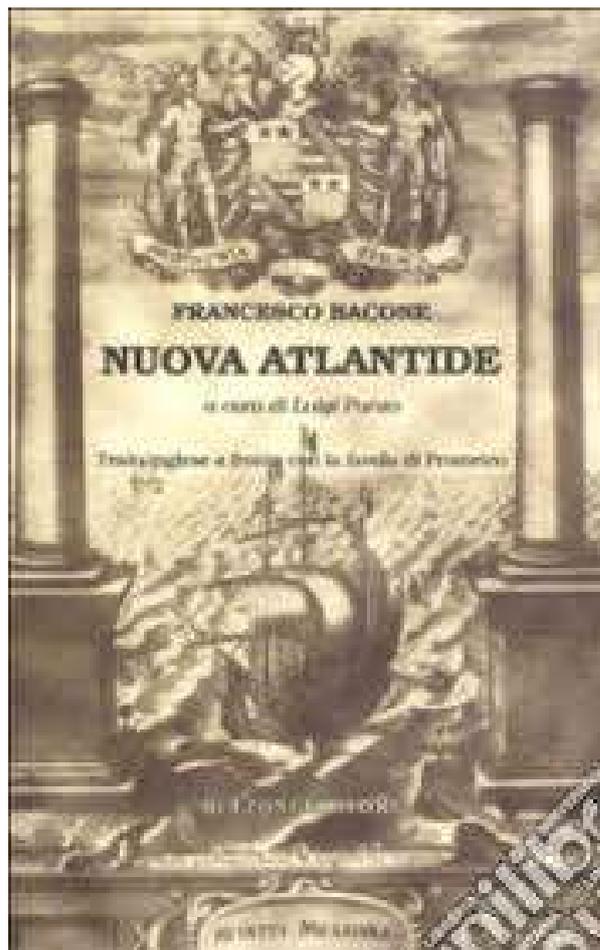
Si noti, in questo sintetico ritratto, il valore della avversativa "ma quest'uomo...", che vorrebbe mettere in risalto come Bacone, pur essendo un arrivista avido e senza scrupoli, fosse un cultore disinteressato dell'ideale scientifico. Pare che gli autori citati non siano neanche sfiorati dal sospetto che quell'idea altissima in realtà diventi ferocemente tirannica; e talmente presuntuosa da imporre ogni sorta di sofferenze ad altri esseri viventi, senza mai domandarsi se l'uomo abbia il diritto di agire in tal modo.

L'organizzazione della società di Nuova Atlantide, viene esposta da un governatore che non imbastisce un colloquio con i suoi ospiti: ne riceve uno solo e per comunicargli, vantandosene, tutte le conquiste e le realizzazioni scientifiche e tecniche realizzate sull'isola, in un lunghissimo monologo che evidenzia la mentalità autoritaria, dogmatica e intollerante di questi sacerdoti della nuova scienza.

Affinché il lettore possa farsi da sé stesso un'idea del tipo di società che Bacone profetizza descrivendo le caratteristiche della Nuova Atlantide, ne riportiamo di seguito una pagina significativa. Dice infatti il "Padre della Casa di Salomone" ad un rappresentante della nave europea capitata presso la sua isola (confronta: Bacone-Saggi, edizione De Agostini, 1966, pp.518-19 e 523) : "Abbiamo anche vasti frutteti ed orti, nei quali non badiamo tanto alla bellezza quanto alla varietà dei terreni e del concime, adatto alle diverse piante ed erbe, nei quali sono piantati alberi e bacche dai quali ricaviamo varie specie di bevande, oltre che dalle vigne; in esse pratichiamo ogni specie d'innesto e d'inoculazione, tanto di alberi selvatici quanto di alberi da frutto e questo dà molti risultati. E artificialmente facciamo in modo che, in questi stessi frutteti ed orti, gli alberi

e i fiori vengano prima o dopo la loro stagione, che crescano e diano frutto più speditamente di quanto non facciano secondo il loro processo naturale.(...)Abbiamo anche mezzi per far crescere diverse piante mescolando terreni diversi senza semi, parimente di produrre diverse piante nuove e differenti da quelle comuni, di trasformare un albero o una pianta in un'altra.

Abbiamo ancora parchi e recinti con ogni sorta di animali e di uccelli, dei quali non ci serviamo soltanto per mostrare rarità ma anche per dissezioni ed esperimenti e con ciò siamo in grado di trarre lumi su ciò che si può operare sul corpo dell'uomo. E in questo riscontriamo molti singolari fenomeni: per esempio la continuazione della vita in quegli animali, anche se varie parti che voi considerate vitali sian morte o vengano asportate; la risuscitazione di altri che in apparenza sembrano morti. Sperimentiamo su di essi ogni sorta di



veleni e di farmaci, sia nella chirurgia sia nella medicina. Rendiamo artificialmente più grande e più alta la loro specie o per contro la rimpiccioliamo e ne arrestiamo la crescita(...) li facciamo anche

mutar di colore forma attività in molti modi. Abbiamo trovato modo di far incroci e accoppiamenti di specie differenti e tutto ciò ha prodotto molte nuove specie non sterili.(...)E non facciamo questo a caso ma sappiamo da quale materia e composizione usciranno questa o quella specie di creature.

Abbiamo anche piscine speciali ove facciamo esperimenti sui pesci(...)Fabbriche di macchine, nelle quali vengono costruiti strumenti adatti a ogni genere di movimenti più veloci di quanto non possiate far voi coi vostri moschetti e qualsiasi altra macchina che possedete;e ottenerli e moltiplicarli più facilmente con poca

energia,renderli più forti e più violenti di quanto non siano i vostri.(...)

Fabbrichiamo anche materiale bellico(...),nuove miscele e combinazioni di polvere da sparo, fuoco greco che arde nell'acqua ed è inestinguibile(...)Imitiamo ancora il volo degli uccelli e abbiamo qualche possibilità di volare nell'aria. Abbiamo navi e imbarcazioni per andare sottacqua e per sfruttare i mari(...);abbiamo diversi orologi singolari e altri simili meccanismi di reazione, anche moti perpetui. Riproduciamo anche i movimenti delle creature vive, con modelli d'uomini, animali, pesci, serpenti".

Sarebbe lietamente sorpreso,Francesco Bacone che fu contemporaneo di William Shakespeare, se potesse vedere fino a che punto la sua profezia tecnocratica è stata tradotta in realtà nel XX e XXI Secolo.

Noi sì che possiamo oggi coltivare le fragole al Polo Nord o vendemmiare nel colmo dell'inverno; possiamo modificare le piante alimentari per ricavarne un raccolto più abbondante; possiamo clonare gli animali da allevamento per ottenerne più lana o più carne; possiamo togliere pezzi di cervello alla scimmietta in laboratorio, per vedere in quanti giorni ore o minuti si decide a morire; possiamo costruire sommergibili atomici in grado di navigare fin sotto la banchina polare e aerei da bombardamento capaci di distruggere intere città. Possiamo...Quante cose possiamo...E tutte quante, con l'ausilio della tecnoscienza, immancabilmente le facciamo: senza porci seriamente il problema se ciò sia un bene,oltre che un successo dal punto di vista tecnoscintifico.

Sembra che nessuno più si domandi se sia giusto realizzare tutto ciò che è fattibile teoricamente, né se il costo di sofferenza dei viventi giustifichi qualsiasi tipo di esperimento e qualsiasi forma di tecnico

dominio.

Oltre che profeta della tecnica, Bacone è stato, soprattutto, araldo del dominio: del dominio, sulle

cose e sui viventi, come forma di piacere intellettuale, oltre la ricerca di una pratica utilità. Piacere demoniaco da parte dell'uomo che non più riconosce un progetto d'amore e provvidenziale, nel mondo sì come lo ha ricevuto; che vuole creare sulla terra una seconda natura ma totalmente artificiale(dunque totalmente falsa).

Oltre che araldo del dominio, Bacone è stato il sacerdote di una nuova religione: la religione della macchina. Una religione il cui ritualismo sta nella costruzione di sempre più potenti marchingegni; col suo

dogma, meccanicistico,che spoglia la natura della sua consona dimensione spirituale, trascendente.

Il mondo per Bacone non ha più un'anima,non è che una cava da cui prelevare materiali utili e una discarica in cui gettare quelli che non servono più.

Il mondo diventa così lo strumento di un sistematico saccheggio di tipo economico. E il profitto appare

come la molla,di questo enorme laboratorio a cielo aperto dell'isola di Nuova Atlantide. Sì, riteniamo che Francesco Bacone potrebbe oggi ritenersi soddisfatto, per come suoi discendenti abbiano saputo

raccoglierne l'eredità culturale traducendone continuamente in pratica i suoi insegnamenti.

Dell'effetto serra,del buco dell'ozono e dello scioglimento dei ghiacci, egli non si darebbe probabilmente troppo pensiero né dei rischi legati ai cibi transgenici; e neppure degli esperimenti di ingegneria genetica che,in un domani sempre più verosimile, potrebbero realizzare l'isola del dottor Moreau immaginata da Herbert George Wells, innestando parti di animali diversi su degli esseri umani addetti a particolari mansioni o destinati a rifornire di organi da trapianto i frigoriferi degli ospedali. Non si preoccuperebbe, perché direbbe che questi sono i costi del progresso ma che i rischi valgono i risultati.

Bisognerebbe che venisse entro breve tempo, però, per poter dire una cosa del genere. Se venisse fra qualche altro decennio, rischierebbe di non avere più nulla da dire, in un mondo ormai desolatamente vuoto e avvelenato. Rischierebbe di non poter dire più nulla,a meno di mettersi a parlare con le ombre dei defunti...divenuto ombra egli stesso.

[torna all'indice](#)

## Scambi di idee con Corrado Malanga

*A cura di Maurizio Martini*

salve prof.

l'altro martedì non sono potuto venire alla riunione e, come potrai immaginare, ciò è stato dovuto ad un impegno del mio amico che doveva accompagnarmi. (piccoli contrattempi di chi ha i propri nervi ottici appena lesionati) !!! scherzi a parte, ti scrivo per chiederti un favore. Qualche tempo fa, in una conversazione telefonica, mi hai fatto una ricostruzione di come potrebbero essere andate le cose a proposito delle origini dell'uomo. Mi hai parlato di un essere diciamo Dio, che avrebbe creato esseri dotati di anima, e in seguito di altri esseri che avrebbero creato altri uomini privi di attributi divini etc.

Ora, siccome vorrei fare delle meditazioni e ricerche su questo punto che tanto mi prende, ti chiedo se potessi scrivermi una e-mail spiegandomi ancora una volta quei due o tre passaggi fondamentali nella creazione. Una sorta di schema al fine di favorire le mie riflessioni.

In realtà credevo di potermi ricordare a memoria le cose dette al telefono, ma temo di fare confusione, e non vorrei concentrarmi su concetti confusi.

Quindi, se puoi spiegarmi ancora una volta, te ne sarei grato.

Presto vorrei incontrarti dal vivo e concordare alcune cose, ma di questo ne parleremo.

Un fraterno saluto

Risposta del Prof. Malanga

Allora dunque... le cose si sarebbero svolte in questa sequenza:

Atto primo: arriva un creatore immortale, che crea l'uomo a sua immagine e somiglianza già

immortale e quindi con anima (quello che si sa su questi uomini è che ora non sono più qui e che erano molto più alti di noi).

Atto secondo... delle sottogerarchie (così definite) hanno voluto fare una copia dell'esperimento per vedere se, riuscendo a fare una loro creazione, potevano in qualche modo impossessarsi dell'anima della loro creazione (le sottogerarchie erano mortali e senza anima). Ma come succede sempre in questi casi, la seconda creazione non è venuta fuori con l'anima.

Atto terzo. le sottogerarchie hanno allora deciso di prendere l'anima dove era, cioè dai primi uomini creati, quelli con l'anima, quelli immortali.

Questi sembra nel frattempo se la fossero svignata da un'altra parte per evitare di essere presi dalle sottogerarchie (ove non so).

Atto quarto. E' possibile che le due creazioni, o i resti delle due creazioni (prodotti di scarto) si siano mischiati assieme per creare l'attuale razza umana in cui qualcuno ha l'anima e qualcuno no; comunque generando specie senza coscienza dell'anima stessa... Su questo scarto di produzioni si stanno adoperando gli alieni per prendere quel poco di anime che si possono prendere... Così originariamente le creazioni sarebbero state due ma, in seguito, altre interferenze aliene avrebbero prodotto aggiustamenti sulla seconda creazione (nascita del cro magnon, nascita del Rh negativo eccetera)...

Fino ad arrivare a come siamo oggi.

Da qualche parte nel cosmo si trovano gli uomini più grandi, quelli che hanno tutto al posto giusto, ma dove siano non lo so e non lo sanno nemmeno gli alieni... per fortuna...

Questa sarebbe la storia...

A presto. Malcor

[torna all'indice](#)

## Anche i PC invecchiano

di Mario Lorenzini

L'evoluzione tecnologica, nel campo degli elaboratori, è passata per vari stadi di perfezionamento. Capacità di immagazzinamento dati maggiore, semplicità d'uso e, importante, aumento delle prestazioni in termini di pura velocità. Quindi, abbiamo tempi minori per il trasferimento dati tra le varie periferiche, intervalli più bassi nell'apertura e chiusura delle applicazioni, attese ridotte per l'avvio del sistema operativo e il suo spegnimento. Nell'uso di programmi che tengono conto di molti valori, come i fogli di calcolo, notiamo un tempo medio di esecuzione inferiore rispetto al passato. E i giovamenti si fanno decisamente più marcati in quei software che spingono molto sulla potenza della CPU, un esempio per tutti il CAD (computer aided design), ma anche tutti quegli algoritmi matematici di alto livello. Oggi poi, con il fiume di grafica che accompagna l'interfaccia di ogni macchina moderna, è praticamente indispensabile avere sotto il cofano una buona dote computazionale. In questo campo, ormai da molti anni anche le schede grafiche sono dotate di un proprio microprocessore, la GPU, capace di sgravare l'unità centrale dall'onere del continuo ricalcolo dei poligoni che concorrono alla creazione delle immagini.

Anche le memorie interne hanno compiuto balzi



generazionali tali da aumentare la propria celerità. E così pure i dischi interni dove archiviamo i nostri lavori, etc. etc. Quando vediamo un computer esposto nella vetrina, su uno scaffale di un negozio, siamo sicuramente attirati dalle sue linee e, quando il negoziante ci mostra alcune azioni in



atto, siamo pure stupiti dalle sue doti prestazionali. E allora, dopo un breve pensiero, acquistiamo il nostro desktop o notebook. Ce lo portiamo a casa; ed è con noi in viaggio. E, immancabilmente, non tardano ad arrivare le prime sgradite sorprese:

All'accensione, il pc non impiega più una manciata di secondi, ma quasi un minuto, per essere operativo; quando apriamo e richiudiamo le finestre delle nostre applicazioni avvertiamo un certo rallentamento e, nel peggiore dei casi, si nota visibilmente il ridisegno delle forme geometriche, alla faccia dell'istantaneo. La spia del nostro disco lampeggia intermittenente o in maniera continua, prima di aver pescato le informazioni che ci interessano. Il reperimento dei dati diviene sempre più lento ogni volta, settimana dopo settimana; muoviamo il mouse e questo ci risponde a scatti, con un delay rilevante; la visualizzazione delle pagine web diventa qualcosa di simile ad un mosaico o a un puzzle che sta tentando di comporsi. E potrei continuare

con tanti altri esempi, ma certamente potreste aggiungerne anche voi perché vi sono capitati in prima persona.

Che cosa è successo? Il negozio ci ha rifilato un bidone? Oppure...

E', purtroppo, quest'ultimo caso. Il pc è...invecchiato!

Già, proprio così, i computer risentono del passare del tempo e del loro utilizzo, più o meno intensivo, così come le persone invecchiano a causa del trascorrere del tempo e delle loro abitudini di vita



non propriamente corrette.

Possiamo rilevare nella realtà, quanto sia più veloce un computer moderno rispetto al passato. Il tutto cercando, se possibile, di confrontare situazioni simili. Vale a dire che una macchina datata non sarà comunque in grado di eseguire le primitive grafiche che fanno parte dei complessi meccanismi all'interno delle GPU, ma non sarà neanche praticabile visualizzare in modalità testo un vecchio applicativo su un pc recente, perché, con tutta probabilità, lo si dovrà effettuare all'interno di una macchina virtuale, su un hardware più evoluto che farà sforzi per essere retrocompatibile.

Un punto fermo sul fatto che i processori di oggi, con tutto il loro corredo di schede madri e componenti avanzati, dispongono indubbiamente di una potenza di calcolo estremamente superiore.

E questo è un fattore positivo.

Ma, rispetto al passato, rileviamo invece un dato negativo.

Il decadimento prestazionale è molto più rapido, come pure si è accorciata la longevità dell'accoppiata software / hardware.

Non starò a sentenziare, come tanti amanti delle cose di una volta, che gli oggetti moderni, siano meccanici o elettronici, hanno un tempo di vita inferiore, per motivi commerciali che spingono verso un mercato dell'usa e getta. Indipendentemente dalla veridicità, in alcuni o tutti i campi degli articoli in commercio, mi limiterò ad analizzare il motivo di questo peggioramento.

Pensate a questo esempio: un armadio. Voi avete un set di abiti piuttosto ricco. Il mobile che avete acquistato, oltre alla sua bellezza, presenta delle caratteristiche che lo fanno adattare alle vostre esigenze: un tot di ante, un numero di cassetti sufficiente, alcuni ripiani e altro. Le vostre camicie, giacche e pantaloni, trovano posto perfettamente al suo interno. Non siete una persona che, ogni settimana, acquista nuovi maglioni o cappotti; e se, ad ogni cambio di stagione, si rende necessario rimpiazzare dei vestiti lisi con altri nuovi, o se volete aggiungere una sciarpa in un cassetto, il vostro guardaroba ve lo consente. Questo è il caso di un oggetto che avete scelto con oculatezza, e vi accompagnerà per molti anni, senza problemi di resistenza e contenimento.

Altro caso: non avete molto tempo per rendervi conto di quanto sia il volume dei vostri vestiti, o di quanto spesso vorreste cambiare i vostri indumenti. Dopo l'acquisto, sembra perfetto. Avete degli spazi a nido d'ape, ottimi per classificare le vostre magliette, oltre a ciò la finitura dell'armadio è realizzata con una essenza davvero attraente e per questo vi ha colpito. Ma, nel breve periodo, già qualcosa non va. Per essere messo in commercio velocemente, o meglio, attirare l'attenzione dei compratori, gli sportelli sono stati assemblati piuttosto sommariamente e, si è pensato all'obiettivo primario, che poi era quello di mostrare delle linee intriganti, più che altro estetica.

Siamo stati costretti a ricorrere a un falegname per aggiustare gli sportelli, nel frattempo anche i piedini di sostegno hanno mostrato i primi segni di cedimento, così abbiamo dovuto chiamare nuovamente il mobiliere. In aggiunta, non si è considerato che ci piace cambiare frequentemente pullover, quindi ne compriamo spesso, così come avviene per alcune gonne che ci piace alternare, con una certa cadenza ma, attenzione, conservando i modelli più vecchi perché, lo sappiamo, siamo un po' affezionati ai momenti che ci hanno regalato in passato. Come conseguenza, il nostro armadio si è riempito oltre misura; ora la schiena tende ad imbarcarsi, le ante non si chiudono bene, i cassetti hanno il fondo rovinato. Sovente, con dispiacere, siamo obbligati a buttare un capo che non mettiamo più per mantenere, quanto più possibile, i nostre palchetti in buono stato. A volte telefoniamo al falegname se i danni non sono risolvibili a livello casalingo. Un armadio senza dubbio molto bello, visto da fuori, che ci ha dimostrato che la superficie delle cose non è tutto, infatti ci siamo trovati con un qualcosa di inadeguato,

insufficiente, rattoppato, precocemente invecchiato!

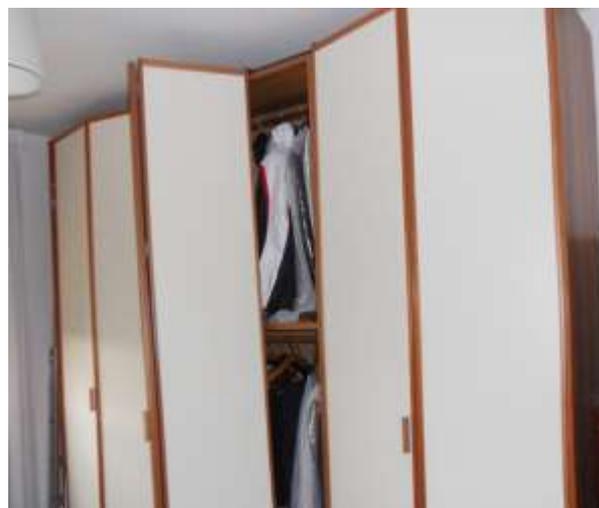
Lasciamo perdere l'esempio appena sopra, preso con le pinze nei punti più verosimiglianti. E parliamo dei computer, anzi dei sistemi operativi, di ieri e di oggi. Una volta ci si basava più sulle performance, la veste grafica, o non c'era, o non era così rilevante. All'uscita di una nuova release del S.O. o di un applicativo, se ne esaltavano le nuove funzionalità e i tempi di esecuzione. I dati erano meno variegati, più piccoli come dimensioni, non era necessario cambiare spesso componenti come i dischi fissi proprio per quella ragione. Gli aggiornamenti del software erano più rari, a vantaggio di una minore invasività. Il sistema, meno corrotto, l'hardware, molto meno pressato, comportavano una lunghezza di vita dell'insieme maggiore, con prestazioni che calavano nel tempo, ma in un lasso temporale



molto più lungo.

A differenza degli odierni sistemi. Forse il primo responsabile del decadimento prestazionale dei nostri ausili informatici è proprio la rete internet, della quale pare non si possa fare a meno. Il nostro ambiente operativo, ma anche tutto il software installato, è sottoposto a continui update. La connessione internet, in genere attiva automaticamente non appena si accende il pc, consente ai gestionali di interfacciarsi con i siti di supporto che controllano le versioni in uso nella macchina. In caso di disponibilità degli

aggiornamenti, questi saranno scaricati e installati, a volte senza che sia richiesto l'intervento dell'utente; potrebbe sembrare, e in effetti lo è, una comodità; ma nasconde l'insidia di non sapere quando e quale software venga installato a nostra insaputa. Con il trascorrere del tempo, i nostri programmi assumeranno dimensioni maggiori. Di solito, questo significa funzioni in più. Tante volte ciò si traduce in un'interfaccia più elaborata, forse più carina, a carico del sistema, non così utile, certamente rallenta un po' tutto. Il software appare tanto vicino a quell'armadio continuamente sistemato dagli interventi del mobiliere. Questo in particolare accade per quei software complessi, prendiamo il pacchetto office, o il sistema operativo stesso. Non è possibile, al momento, rimpiazzare tutto il sistema, pena l'instabilità del pc, e allora si va avanti a forza di patch correttive, aggiornamenti



critici e facoltativi, che ci promettono aggiustamenti a falle riscontrate, ma che poi finiscono per portare ad uno scadimento generale del nostro apparecchio. Se poi, sfortunatamente, ma non così infrequentemente, incappiamo in qualche malware o altro software zoppicante, che piove giù da internet (altro lato negativo di una connessione veloce flat), il rallentamento è ancor più evidente. Esistono software che promettono di risolvere questi problemi, ci riescono veramente? A volte sì, altre volte lasciano delle scie nel registro di Windows; tolta la pericolosità dell'infezione virale, il rallentamento, benché minimo, è assicurato. Ah, ho appena detto che esistono dei software capaci di monitorare il sistema e rimuovere minacce con un buon successo, anche per le prestazioni. Però una regola per la stabilità e la dinamicità della macchina è quella di installare meno applicazioni possibili. Ma se siamo costretti ad aggiungere al nostro sistema un altro software per monitorare le prestazioni...andiamo forse in contraddizione?

Forse un po' ma, come fare diversamente? La complessità intrinseca dei sistemi operativi di ultima generazione non consente una manutenzione manuale agevolata, a meno di non essere esperti e armarsi di molto tempo e pazienza.



Ci sono poi software che, durante la procedura di installazione, propongono altro software di terze parti, freeware o shareware, o anche in versione di valutazione. A volte, per velocizzare la procedura guidata di installazione, confermiamo le opzioni selezionate, anche senza badare più di tanto alle stesse. Alla fine ci ritroviamo del materiale aggiuntivo sul nostro pc che, nella maggior parte delle situazioni, non ci serve. Anch'esso contribuisce ad appesantire il sistema rendendolo meno scattante. Per quanto riguarda il problema malware, spyware o virus di vari ceppi, solitamente si adotta un buon antivirus, più raramente due, e si chiude ulteriormente il cerchio sommando un firewall. Potremmo avere una filtratura eccessiva della rete; purtroppo è l'unica maniera per tutelarsi da invasioni che attentano alla sicurezza e la stabilità, oltre che alla velocità,



del nostro computer.

C'è anche da pensare al fattore hardware / software come detto prima, questa accoppiata oggi è un po' zoppicante. I pc sono dotati di caratteristiche che, per la fretta della commercializzazione dei loro software, non sfruttano subito. I vari Windows e Office, dopo la loro entrata sul mercato, ma anche prima, reclamizzano funzioni non attive; questo perché lo saranno in un secondo momento, grazie alla comparsa di piccoli o grandi add-on, non ancora sviluppati. A volte tale aggiornamento si integra

abbastanza bene con il resto dell'applicativo, certe volte un po' meno. E i programmatori sono sotto pressione per le richieste degli utenti, o le loro lamentele, per una funzione non ancora accessibile. Dopo svariate correzioni scaricate dal sito di distribuzione attendibile, il nostro sistema avrà, teoricamente, tutte quelle cose promesse che non erano state implementate precedentemente. Ora però, anche se non possiamo vederlo, il nostro software assomiglia al mostro di Frankenstein, con parti e monconi mal suturate, difficili da tenere assieme. E le cicatrici si riscontrano, sotto forma di rallentamenti, sempre più evidenti nel tempo.

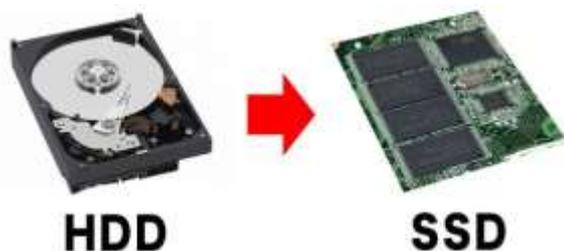
Talvolta succede la situazione inversa. Una specifica ormai ratificata, con funzione già presente nel sistema operativo, ma niente sull'hardware. Nel frattempo, tale funzionalità viene ritenuta obsoleta e, come controparte, abbiamo del codice nel nostro software totalmente inutile, a far da zavorra.

E', per l'appunto, l'ottimizzazione, il punto debole della nostra catena tecnologica. La fretta della distribuzione, ogni tanto un pizzico di inesperienza dei tecnici, e si ottiene così una macchina malfunzionante, nella migliore delle ipotesi lenta.

Tra le parti che favoriscono l'ingrigire del nostro collaboratore informatico possiamo anche mettere i dischi interni. Lo scopo primario di queste unità è indubbiamente la capienza di archiviazione dei dati e la loro conservazione nel tempo. Vero è che, negli ultimi anni, le tipologie di file rappresentano sempre più forme visuali, mi sto riferendo a immagini e video, oltre che audio. Non memorizziamo solo documenti in formato testo libero o spreadsheet. Quindi la mole di questi dati è cresciuta in modo esponenziale; se, da un lato, ciò si traduce nella ricerca di memorie di massa più grandi, sarà anche lecito aspettarsi una latenza più lunga per il loro interscambio. Si è tentato di migliorare il transfer rate di queste unità. Velocità di rotazione dei piatti dei dischi sempre maggiore, interfacce di connessione evolute. Ma la meccanica ha dovuto fare i conti con i limiti propri di movimentazione delle piccole parti e allora, ecco la comparsa delle unità SSD. I dischi allo stato solido hanno rappresentato un salto di qualità: solo celle di memoria elettroniche che, nel reale, garantiscono tempi di trasferimento dati oltre 20 volte inferiore rispetto agli hard disk. Attenzione però: questi nuovi "dischi fissi", soprattutto i modelli più economici o di produzione datata, hanno un tempo di vita inferiore paragonate alle unità a disco tradizionale. Le celle di memoria si logorano nel tempo più velocemente rispetto ai piatti che,

per svariati anni, assicurano la conservazione dei files. Ecco perché vediamo desktop e portatili con all'interno gli SSD + un disco fisso di vecchio stampo. Gli SSD, più costosi ma veloci, sui quali risiede il sistema operativo e dati di poco conto; i dischi meccanici per archiviare grandi quantità di file e mantenerli nel tempo. Queste sono soluzioni come detto, già attuate. Solo in configurazioni più economiche troviamo solo un disco vecchio tipo o, nei portatili di fascia alta, che si appoggiano per il backup a unità esterne, troviamo solo l'SSD.

In questo caso, diversamente dalla connessione alla rete, un po' di scelta ce l'abbiamo. E se vogliamo una macchina durevole nel tempo, dotiamoci di un disco fisso classico d'appoggio. Questo è solo un suggerimento.



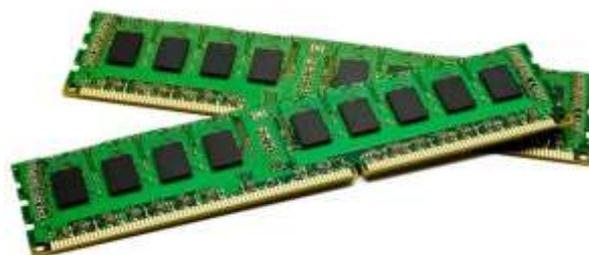
Altro consiglio pratico. I nostri desktop producono calore durante il loro utilizzo. All'aumentare della produzione di energia corrisponde un aumento della potenza elaborativa. Ma, di contro, un'usura maggiore. Se non avete necessità di macchine spinte, evitate configurazioni con clock elevato. Solitamente il mondo dell'overclock è appannaggio dei videogiocatori incalliti, che abbisognano di macchine molto costose senza compromessi. Dischi fissi veloci, molta RAM ad alta frequenza, processori pompati e schede grafiche all'avanguardia. Il tutto condito da un alimentatore generoso. E questo la dice lunga sui consumi e, conseguentemente, sull'emissione di calore. Anche se queste macchine sono fornite di opportuni sistemi di raffreddamento, sia ventole che condotti a liquido, sarà inevitabile un accorciamento della vita di questi mostri di calcolo. Naturalmente non tenete conto di quello che ho detto se non avete problemi di budget e il vostro obiettivo è il gaming.

Ma dopo tutta questa discussione, se il mio pc è, diciamo, un po' anziano, posso fare qualcosa?

Beh, sì e no. Dipende dal che, principalmente, incide sulla perdita delle prestazioni. Se avete riscontrato un calo di velocità nel solo trasferimento dati, con un uso massiccio del vostro disco, forse non c'è da disperarsi. I dischi fissi sono facili da sostituire e costano relativamente poco. Inoltre l'interfaccia di

connessione è immutata da parecchio tempo, anche se esistono versioni SATA più recenti, un nuovo disco potrà ugualmente funzionare sul vostro calcolatore e donargli nuova linfa vitale. Sempre che non siano trascorsi troppi anni e i modelli e le connessioni non siano più attuali.

Lo stesso possiamo dirlo per le memorie. Anche se raramente, le celle della memoria RAM possono danneggiarsi, dando origine a rallentamenti generali e perdite di dati. Potete sostituire la vostra RAM, approfittando dell'occasione per aumentarla. Se i vostri 4 GB sono insufficienti o deteriorati, cambiate il modulo con un altro da 8



GB. Vedrete la differenza. Prima di compiere questa operazione però, accertatevi, manuale della scheda madre alla mano, che i nuovi moduli



siano compatibili. Attualmente trovate in circolazione le DDR4, ma riuscirete a scovare anche le DDR3. Se la vostra macchina ha degli zoccoli che accettano roba più datata, forse è il caso di rinunciare. Se poi, caso più comune, il malato è il processore, non avete molte speranze. Benché la motherboard, a seconda della tipologia e della marca, possa supportare alcune varianti di CPU, questo è l'elemento che soffre di vita più breve. Il suo ciclo è infatti cadenzato da continui aggiornamenti che rincorrono target di prestazioni sempre più elevati. Questo significa, in parole povere, che non avrete modo di sostituire questo elemento oltre, credo, i 6 mesi o giù di lì dall'acquisto. L'unica chance è una macchina nuova.

[torna all'indice](#)

## Sintesi vocale e screen reader

**Di Mario Lorenzini**

Gli screen reader e le barre braille hanno fatto da apripista al mondo dell'informatica per i non vedenti. Ancora oggi molti non sanno che un cieco sia perfettamente in grado di utilizzare un computer. La faccia dell'informatica moderna è soprattutto visuale, ed è forse per questo, oltre che per ignoranza, che ancora in tanti si stupiscono.

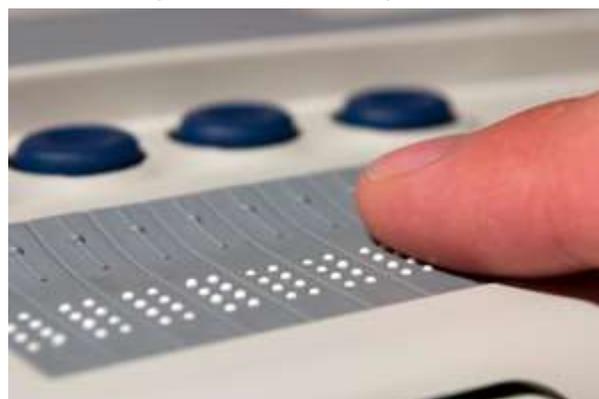
Ma vediamo nel dettaglio questi due differenti ausili.



La barra braille.

Tralasciando la storia di Louis Braille, inventore del metodo medesimo, le "barre Braille" sono dei dispositivi elettromeccanici da collegare al computer. Essi riproducono fedelmente il codice rappresentativo dei caratteri in nero, con un paio di varianti. I non vedenti sanno che i punti che identificano i vari simboli delle lettere, dei numeri e altro, sono disposti su una matrice immaginaria di 6 elementi, un reticolato di 3 x 2 posto in verticale. Le varie combinazioni di impressione di questi puntini sono assimilabili all'aritmetica binaria degli elaboratori; per gli addetti ai lavori si possono calcolare le combinazioni possibili, che sono 64. Per simulare i caratteri non compresi, come i numeri e le lettere maiuscole, si mette davanti un altro codice Braille che fa cambiare significato a quello successivo. Tanto per i profani e i cosiddetti "normodotati", il punto 1, quello in alto a sinistra, è la lettera a. Se a questo antepriamo il punto 4 e 6, cioè quello in alto e in basso a destra, la lettera successiva si intende a maiuscola; se invece la facciamo precedere dai

punti 3, 4, 5 e 6 ossia "segnanumero", la lettera a indicherà il numero 1. In informatica ciò non è praticabile. I simboli si rappresentano tramite un unico codice che comprende 128 varianti o, nel caso di ANSI esteso, 256. Ecco perché la matrice del congegno Braille è costituita da 8 e non 6 punti, disposti su due file verticali affiancate. I simboli standard si raffigurano nella stessa maniera del Braille originale; quando si vogliono visualizzare numeri o maiuscole, entrano in gioco i segnalatori tattili 4 e 8, quelli cioè posti più in basso. Storicamente, i monitor in modalità testuale sono in grado di mostrare righe lunghe 80 caratteri. A compatibilità di questa cosa esiste la barra cosiddetta "completa" o "estesa", più costosa e ingombrante, che dispone di una fila di



80 caselline capaci della giusta trasposizione. Molto più spesso, vuoi per motivi economici e di spazio, ma anche perché la lunghezza della riga può essere variabile, si vedono in circolazione dei modelli a 40 caratteri. Ci sono anche delle periferiche più piccole, veri e propri pc Braille, che hanno una riga virtuale piuttosto limitata ma scorrevole mediante dei tasti, la quale permette la redazione del testo battuto.

La sintesi vocale. Per essere precisi, il software che esegue la scansione e l'interpretazione del testo a video viene detto screen reader. Poi, per poter vocalizzare il testo e altre descrizioni, questo programma adopera un motore di sintesi vocale, capace di avvicinarsi con una buona approssimazione, al linguaggio umano. Indipendentemente che usi il sistema ormai poco presente degli allofoni, o dei più precisi fonemi, questo è il metodo più diffuso e multipiattaforma che permette ai non vedenti la lettura dello

schermo e dei suoi elementi. Anche gli smartphone sono dotati di sintesi vocale, non con funzioni complesse come i desktop o i notebook, ma che rendono però fruibili le app.

Ma in concreto, cosa offre il mercato? Senza la pretesa di esaurire una trattazione in continua mutazione, ecco, il più brevemente, cosa esiste o ha fatto il tempo ma è stato conosciuto in questo ambito.



Parla è stato un programma per DOS che si appoggiava alle prime schede audio consumer come le Sound Blaster. Poco prima si utilizzavano dei dispositivi, diciamo degli scatolotti, collegati sulla porta seriale o parallela. Nomi noti sono stati la PC-VOX SA o la PC-VOX Apollo, la seconda capace di riprodurre anche la lingua inglese. Poi, con l'avvento di Windows, ma soprattutto dell'audio di qualità interno e dei veloci microprocessori, screen reader e sintesi, sono divenuti un connubio esclusivamente software. Dal vecchio Outspoken, datato circa 20 anni fa, ormai irreperibile, soppiantato dall'onnipresente JAWS della Freedom scientific, azienda californiana leader nel settore ausili vocali, tra l'altro con dipendenti non vedenti e ipovedenti.

Esistono anche buone soluzioni gratuite, come NVDA, , più leggera ma che può essere arricchita con diversi add-on.

Ma, prima di addentrarmi nella descrizione delle sintesi, la domanda è: meglio la barra braille o la sintesi vocale? Perché scegliere l'una o l'altra?

Come ogni cosa che, alternativamente, offre vantaggi e svantaggi, anche questi due interfacce hanno pregi e difetti; La barra braille, secondo alcuni, consentirebbe un maggior controllo sui messaggi e il testo visualizzato, agevolando le correzioni, offrendo un riscontro fisico dell'output. Per contro, costringe il non vedente a passare continuamente con le mani, dalla tastiera alla barra. Ovviamente questo rispecchia il metodo di lettura tradizionale, che ogni persona gestisce, con i suoi modi e tempi, attraverso la punta delle dita, con una diversa interattività. La sintesi vocale esalta la portabilità, sarebbe impensabile

accoppiare una barra di diversi chili, molto grande, oltre un metro di lunghezza, con un notebook. Qui siamo costretti ad utilizzare il software vocale. Nel contempo, come già detto, possiamo scrivere con le dieci dita, con o senza cuffie, ascoltando immediatamente quello che scriviamo. Sebbene si possano usare entrambi i dispositivi in congiunzione al pc, la realtà dei fatti è che, da un pezzo, la sintesi vocale ha preso il sopravvento, in grande percentuale, sul dispositivo braille. Le ragioni di questo andamento sono principalmente tre:

- 1) come già detto, le mani non devono muoversi dalla tastiera, velocizzando l'azione;
- 2) l'ingombro, praticamente nullo, del programma di gestione dello screen reader;
- 3) Non è necessario conoscere il codice Braille;

Quest'ultima affermazione trova riscontro nel mondo corrente più che in passato, in cui il non vedente era guidato all'apprendimento del metodo Braille. Oggi, non ritenendolo necessario, ci sono dei ciechi che non imparano questo sistema. C'è chi dice che sia, alla fine dei conti, una perdita. Chi invece, senza impegnarsi nello sviluppo tattile, usa sintetizzatori vocali, e testi audio letti da persone idonee, con una buona voce, riscontrabile negli audio libri.

Ma cerchiamo di capire come funzionano gli screen reader, i loro punti in comune, le loro potenzialità e debolezze.

La cosa che accomuna, in genere, questi software, è il modo in cui iniziano a esplorare lo schermo. Sì perché prima della vocalizzazione vera e propria ci deve essere un'interpretazione di quanto presente a schermo. In passato, nella modalità testuale, non si incontravano problemi particolari. Il punto di inserzione dei comandi veniva subito parlato e, l'eventuale risposta del pc era a sua volta visualizzata e udita dall'utente. Non c'erano altre parti sparpagliate in giro sulla videata, da poter immaginare, che la sintesi vocale avrebbe dovuto riprodurre subito. Non esisteva il multitasking, almeno come è concepito oggi, e non esistevano le finestre. Ogni software occupava l'intero schermo. Lo sforzo dell'operatore e del programma era, tutto sommato, relativamente basso. Nel tempo, con l'introduzione dei sistemi operativi grafici a finestre, le cose sono peggiorate. Lo schermo si è popolato di molti elementi contenuti in riquadri, anch'esse in numero multiplo. Questa disposizione, che ha lo scopo di agevolare visivamente l'utilizzo dell'interfaccia, mette in difficoltà un disabile visivo. Si deve tenere

presente qual è la finestra corrente, vale a dire quella in cui si opera; un vedente, con davanti due finestre affiancate, non può che trarre vantaggio dalla complessità dei dati mostrati da entrambe. Ma un non vedente deve usare dei comandi per passare dall'una all'altra e far sì che il sintetizzatore legga la finestra in uso e il suo contenuto. Poi, sia in passato che oggi, il cursore immaginario che scandaglia il video alla ricerca di oggetti da vocalizzare, si muove sempre da sinistra a destra, dall'alto in basso, per poter coprire lo spazio totale della pagina. Questa modalità diventa anche contraria, o libera, insomma ci si può muovere in ogni direzione, quando si tratta di un software di videoscrittura o un modulo da riempire.

Nei fatti, la disposizione sequenziale prima descritta è quella standard degli oggetti presenti in una pagina qualunque di un software. Noi scorriamo gli elementi e ci vengono letti. Alcune pagine web però, nonostante siano ordinate, in senso grafico, sono virtualmente disordinate. Mi spiego. Ora il punto di inserzione si basa sulla disposizione fisica degli oggetti. Se mettiamo 3 elementi, il primo in alto a sinistra, poi il seguente sempre sulla stessa linea orizzontale, ma spostato a destra, e il terzo ancora più a destra, poi altri 3 elementi con lo stesso rispetto ma spostati più in basso,, solitamente, usando il tasto tab, potremo passare, dal primo all'ultimo, in modo che ci vengano descritti, uno dopo l'altro. Quindi avremo al campo 1, la ragione sociale, al secondo il cognome, al terzo il nome, sotto, al quarto il numero di telefono, poi al quinto la mail e all'ultimo, il pulsante di conferma. Questa è una situazione ideale, in cui gli elementi sono nello stesso ordine, sia visivo, che costruttivo della pagina logica. Ma c'è chi posiziona al punto giusto il campo telefono, il quarto, e lo fa per primo, poi inserisce gli altri. Il nostro amico vocale inizierà a leggere, come primo elemento, proprio quello; e ciò, ovviamente, ci renderà un po' più difficile la compilazione dei campi. Altre volte gli oggetti possono essere anche più incasinati. Per fortuna, sia per raccomandazioni derivanti da protocolli, ma anche per l'ordine stesso del programmatore, questo avviene raramente. In questi casi infatti, una sintesi vocale rende possibile, ma più ardua, la comprensione della pagina. Ma il disastro lo troviamo con le pagine internet. Queste sono riccamente affollate da immagini senza descrizione, video anonimi, o peggio ancora, testo rappresentato con un'immagine. I componenti della pagina sono spesso numerosi, molti link, banner pubblicitari che infestano il web, a discapito delle visualizzazioni fluide e, lo avete forse sperimentato sulla vostra pelle, che

ostacolano il reperimento di una certa



informazione. Caso classico: dobbiamo ricercare le due text box in cui inserire username e password per accedere alla nostra area riservata. A regola troviamo queste due caselle nell'angolo in alto a destra. Per chi vede è facile cliccarvi all'interno con il mouse e digitare gli argomenti giusti. Ma, se prima di questi, devono essere vocalizzate tante altre informazioni, come una colonna di decine di link a sottopagine presente sulla porzione laterale sinistra, perdiamo un sacco di tempo (a volte anche la testa) prima di arrivare a immettere i dati richiesti. E' vero che sono stati forniti molti comandi ai vari software vocali per ricercare in modo più diretto le informazioni che ci interessano; questo ci comporta comunque un ricorso ad un'esplorazione affannosa che, con una programmazione diligente della pagina avremmo potuto evitare. Nel panorama degli screen reader troviamo molte soluzioni gratuite, come detto sopra, la NVDA (Non Visual Desktop Access), una soluzione open source a costo zero, eccetto le varie sintesi vocali aggiuntive sviluppate da terze parti. Tra le scelte di supporto ai non vedenti, anch'essa non a pagamento, degna di nota è sicuramente Winguido. Apprezzato e conosciuto da anni, questo software, che ha ereditato il nome dal suo sviluppatore, l'ing. Guido Ruggeri, è un qualcosa di più che una sintesi vocale + uno screen reader. Tant'è che il gruppo di fan di Winguido, ora Guido ausili, è divenuto sempre più folto. L'ing. Ruggeri non ha pensato tanto a vocalizzare il sistema Windows; piuttosto ha fornito una specie di ambiente alternativo che si frappone tra l'interfaccia nativa Microsoft e l'utente, offrendo delle applicazioni semplificate gestite da comandi semplici. Essendo priva di supporto economico, questa applicazione è a volte rimasta un po' indietro rispetto alle nuove uscite del S.O. Ultimamente è stato ripreso lo sviluppo del programma con una innovazione parallela: i vari comandi possono essere impartiti tramite la

voce. A questo punto la partita si gioca con il fratello maggiore, ben noto e potente, il Dragon naturally speaking, software per la dettatura esperita con linguaggio naturale e controllo del pc. Solo che questo è un software commerciale di un certo costo.

Impartire ordini vocalmente a un computer può essere utile, ma trova reale impiego in quei casi, sempre parlando di handicap, relativi a minorazioni agli arti superiori. Per il non vedente è



vitale una corretta fornitura delle informazioni a video. Se avete problemi visivi e non sapete dove sbattere il capo, forse la soluzione più semplice è proprio Winguido; perlomeno per partire. Se poi non trovate difficoltà particolari nel suo utilizzo, e volete passare ad uno step superiore, NVDA o Jaws sono ottimi prodotti. Ma perché ho detto così? Non può bastare uno solo di questi applicativi? La risposta è sì, se vi accontentate, o se evitate i browser sconsigliati e le varie applicazioni adatte ad uno ma meno all'altro. Se installate Winguido, questo è il livello più alto di facilità. Ma anche quello di minor attinenza con la realtà. Infatti avrete a disposizione una serie di programmi per gestire la posta elettronica, andare su youtube e altro ancora, con una gestione semplificata delle funzioni. Sembra perfetto; ma se avete necessità di scambiare informazioni con altri attraverso un software che gira su Windows ma non fa parte del corredo di Winguido, dovrete abbandonare, magari temporaneamente, questa "shell". Sarete catapultati nel mondo dei click del mouse, simulato dal tastierino di Jaws. Tante possibilità in più ma che fatica! E allora dovete pesare sulla bilancia la vostra capacità informatica, la vostra necessità di uno specifico software; Se poi fate impallidire il nerd più smanettone, non avrete problemi ad apprendere tutti questi ausili. Considerate anche la pesantezza di esecuzione, specie se in abbinamento a una sintesi di qualità come le SAPI5. E anche la piena compatibilità con il sistema e i programmi da voi gestiti. Se scannerizzate con Abby Fine Reader ma la vostra

sintesi non regge il confronto o vi costringe all'adozione di una vecchia versione, cambiate screen reader. Ognuna di queste sintesi vocali ha una mole di comandi da tastiera che usano, in maggioranza un tasto dedicato, detto appunto tasto Jaws o tasto NVDA che, di default è poi lo stesso, il tasto insert. La scelta non è stata casuale e direi, piuttosto intelligente. Altre applicazioni possono andare in conflitto tra loro, poiché sono le stesse le scorciatoie da tastiera. Di solito sono associati dei tasti alfanumerici ai tasti come Alt e Ctrl. Gli screen reader, che devono stare in sottofondo sempre attivi alla reazione di qualunque altro software, usano ins perché non lo troverete mai in abbinamento con altri tasti. In effetti, questo tasto è quasi inutilizzato da tutti i software. Consente di passare dalla modalità inserimento a quella di sovrapposizione nei word processor ed è quindi opzionale; inoltre, può essere replicato sul tastierino numerico, se presente, quando è disattivato.

Il mio suggerimento è quello di provare uno di



questi software, specie se a pagamento, prima di renderlo la soluzione definitiva. O, intanto, provare a scaricare delle versioni gratuite come winguido e NVDA. Nota per NVDA: la sintesi vocale di base è di scarsa qualità; troverete molte altre voci in aggiunta al prezzo che attualmente dovrebbe essere di euro 80. Jaws è sicuramente il colosso della serie, con strumenti molto potenti ma, di contro, non adatti al principiante. Comunque consentono un'ampia personalizzazione come nel caso del dizionario interno o nella creazione di macro che automatizzano molti compiti. Il costo del pacchetto è decisamente elevato ma potete richiedere il contributo dalla vostra ASL di competenza.

[torna all'indice](#)

## Sondaggio sull'utilizzo di applicazioni da parte di persone ipovedenti e/o non vedenti

**A cura dell'associazione Blind Bat**

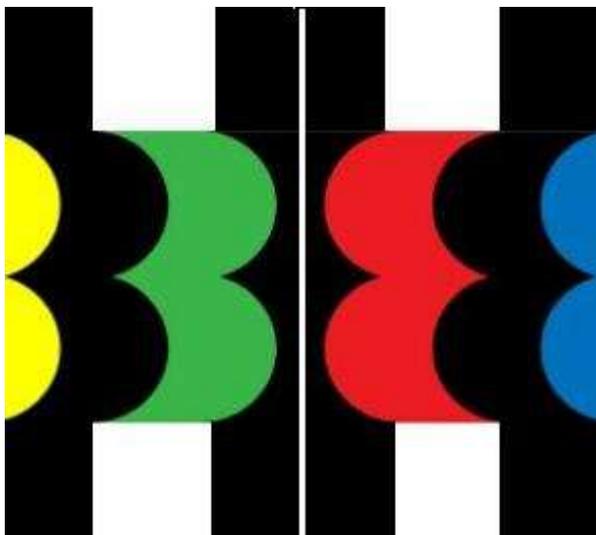
L'associazione Blind Bat si occupa di accessibilità di servizi culturali e mobilità per ipo e non vedenti. Stiamo portando avanti un progetto di programmazione di una app col patrocinio dell'Unione Ciechi Forlì-Cesena e con la collaborazione dell'Università di Informatica di Cesena.

Stiamo raccogliendo informazioni su come le persone ipo e non vedenti usano il telefono e le applicazioni e sulle loro preferenze di utilizzo per poter programmare la nostra app al meglio.

Ecco il link:

<https://goo.gl/forms/yXxFNUkZQY11rsYJ2>

Saremmo grati se poteste trovare il tempo di compilare questo sondaggio di utilizzo che ci servirà per sviluppare i criteri di accessibilità della nostra app.



Per maggiori info potete visitare la nostra pagina Facebook Blind Bat (@blindbatassociazione)

o contattarci per email [blindbat@libero.it](mailto:blindbat@libero.it)

Aiutaci inoltrando questo messaggio a chiunque possa essere interessato a contribuire!



Grazie mille!

Genny Marzocchi

Tel: 3460835915

-----  
Riportiamo di seguito parte del contenuto del link.



L'associazione Blind Bat in concomitanza con il corso di laurea magistrale in Ingegneria e scienze informatiche del campus di Cesena, Università di Bologna, sta portando avanti un'applicazione per smartphone accessibile per persone ipovedenti e non vedenti. Saremmo molto grati se poteste dedicare un po' di tempo alla compilazione di questo sondaggio sull'utilizzo di applicazioni per cellulare e sulle preferenze di accessibilità. Questi

dati verranno poi raccolti ed utilizzati per migliorare l'accessibilità della nostra app che è in fase di progettazione. La compilazione del questionario è anonima ma se volete potete lasciare un recapito email su cui verrete contattati quando la nostra applicazione sarà disponibile.

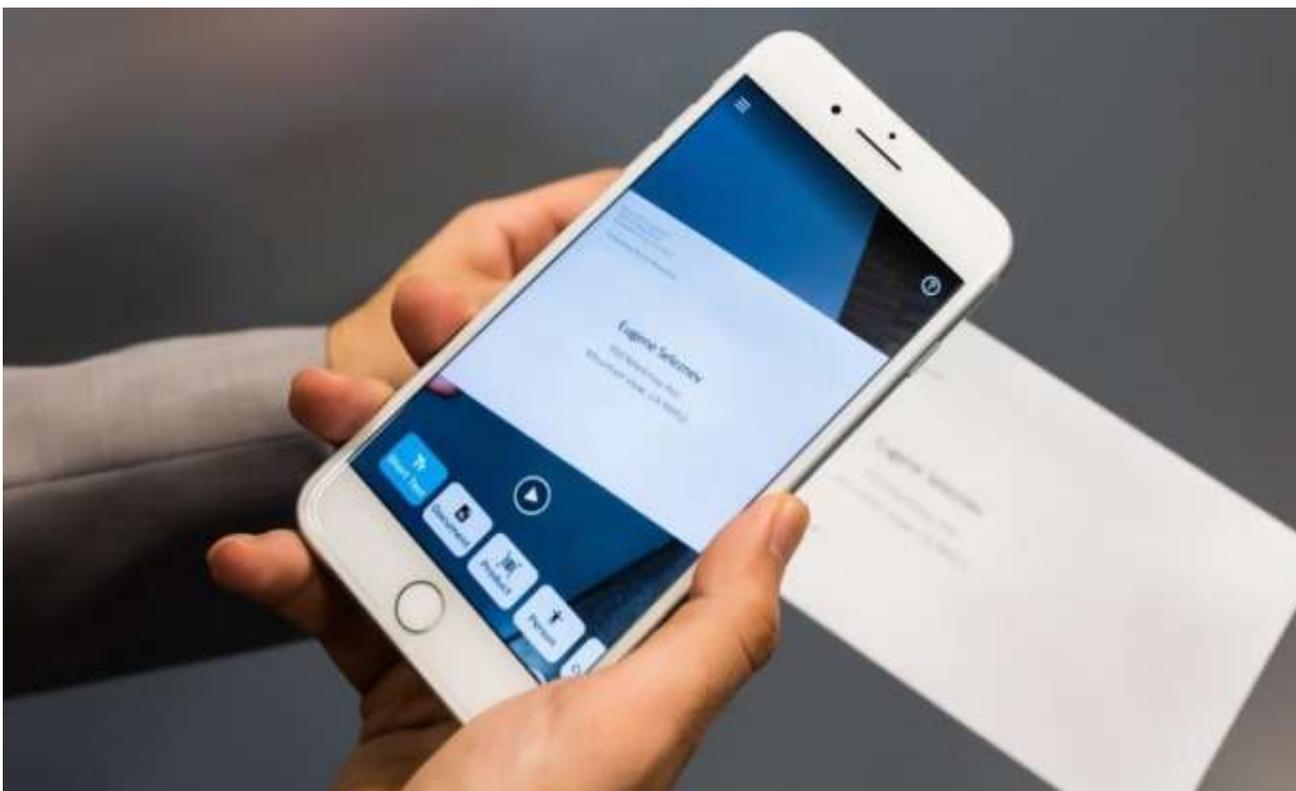
Nel frattempo se volete saperne di più sulle nostre attività veniteci a trovare su Facebook! Blind Bat (Forlì)

#### Blind bat applicazione

Ad oggi è molto difficile per una persona ipovedente o non vedente organizzare in autonomia spostamenti perché manca una assistenza localizzata che possa compensare le necessità specifiche. Che sia per lavoro, per hobby o per turismo, spostarsi per una persona non

nasce Blind Bat. Blind Bat è una applicazione per cellulare, attualmente in fase di progettazione, che agevola i ciechi e gli ipovedenti negli spostamenti in autonomia nel territorio nazionale per usufruire dei servizi turistici e culturali (ma non solo) a loro dedicati già esistenti.

Gli utenti potranno scaricare l'applicazione gratuitamente sul proprio iPhone o dispositivo android e avranno a disposizione un database di servizi di accompagnamento, culturali e turistici a loro dedicati, anche in modalità offline. Le informazioni, accessibili tramite consultazione per argomento o tramite ricerca con accesso vocale, saranno catalogate per area geografica, tipologia (ad es. accompagnatori, alloggi, guide turistiche, musei e percorsi culturali dedicati, mostre, trasporti privati, agenzie viaggi specializzati, strutture sportive), per rating di gradimento e per convenzioni/scontisti. All'utente sarà richiesto di esprimere un parere di gradimento tramite un



vedente diventa una sfida quando invece l'integrazione dovrebbe essere una priorità.

Con la collaborazione del corso di laurea magistrale in Ingegneria e scienze informatiche del campus di Cesena, Università di Bologna, e col patrocinio dell'Unione Ciechi di Forlì-Cesena,

rating da 1 a 5. Sarà presente nell'applicazione un calendario eventi dove le varie associazioni possono inserire in autonomia i propri eventi che verranno catalogati in base all'area geografica.

[torna all'indice](#)

## Novità in Medicina: VIII parte

di Stefano Pellicanò



### zA) AMBIENTE

#### a) I moscerini danzano davvero

Ricercatori dell'Università Sapienza di Roma in collaborazione con l'Istituto di Sistemi Complessi del Consiglio Nazionale delle Ricerche (Isc-Cnr) hanno acquisito delle sequenze di immagini stereoscopiche dei percorsi dei singoli moscerini all'interno dello sciame e dopo averle convertite in traiettorie 3D mediante un software di tracciamento opportunamente sviluppato, hanno svolto su di esse un'analisi statistica osservando le correlazioni spazio-temporali tra le velocità di movimento dei moscerini, quantificando l'influenza di un singolo individuo del gruppo sul comportamento di un altro individuo dello stesso gruppo, ad un certo tempo e in una certa posizione. Attraverso l'analisi statistica si è valutato quanto sono grandi le regioni all'interno dello sciame in cui i moscerini si comportano in maniera coordinata sia come le relazioni di mutua influenza tra i moscerini vanno a decadere nel tempo. Lo studio ha dimostrato (fonte: Nature Physics, 2017) che le correlazioni spazio-temporali di tutti gli sciami avevano lo stesso andamento dunque obbediscono a "leggi di scala", una proprietà fondamentale per potere descrivere tutti gli sciami in maniera universale e definire i comportamenti dei gruppi. Lo studio rappresenta un importante passo nell'applicazione di metodi della fisica statistica anche a sistemi biologici e inoltre ha fornito solidi risultati sperimentali con

cui qualsiasi teoria futura degli sciami e dei movimenti collettivi in materia attiva dovrà confrontarsi.

### B) GASTROENTEROLOGIA

#### a) Malattie infiammatorie intestinali non classificate nei bambini: esiti a lungo termine

Tra il 2004 ed il 2011 è stato condotto uno studio (Indian Pediatr. 2017; 54: 742-5) su 344 bambini per documentare la frequenza alla diagnosi e l'evoluzione nel tempo delle malattie infiammatorie intestinali inclassificate. Nei bambini è stata effettuata diagnosi dopo endoscopia gastrointestinale superiore, ileocolonscopia ed indagini radiologiche dell'intestino tenue, registrando ogni successiva riclassificazione avvenuta entro il 2016. Complessivamente il 58% dei casi è stato classificato come malattia di Crohn, il 34,5% come rettocolite ulcerosa ed il 7,5% è rimasto inclassificato. Quasi tutti i pazienti non classificati sono stati seguiti per 4,5 - 11,5 anni e 17 di questi pazienti hanno necessitato di una rivalutazione endoscopica che ha portato in 10 casi al cambiamento della diagnosi. In base ai risultati dello studio il 7,5% dei bambini con malattie infiammatorie intestinali presenta una forma non classificata e fra questi il 40% circa presenta evoluzione verso il morbo di Crohn o la rettocolite ulcerosa.

### C) INFETTIVOLOGIA



#### a) Esperienze nell'uso dell'auto-test dell'HIV (HIVST)

Nel n° I del marzo 2017 (64) abbiamo scritto che l'auto-test per HIV era disponibile in farmacia. Il suo uso è oggi raccomandato ufficialmente dal WHO ma molte delle evidenze raccolte in materia erano finora incentrate su dati quantitativi e concetti ipotetici. È stata condotta una revisione sistematica qualitativa atta ad apprezzare e sintetizzare le evidenze di ricerca sulle esperienze nell'uso e nell'organizzazione di essi. Sono stati selezionati 18 studi, 4 condotti in zone a basso reddito, 3 in zone a medio reddito, 10 in zone ad alto reddito ed uno in molteplici zone. Gli HIVST sono stati preferiti rispetto ai test strutturati per via della maggiore convenienza e confidenzialità, specialmente nelle popolazioni stigmatizzate ma solo raramente hanno consentito ai mariti di convincere le proprie mogli a sottoporsi al test. La revisione dunque suggerisce che gli HIVST dovrebbero essere offerti come ulteriore opzione di test allo scopo di espanderne la diffusione e potenziare chi vi si sottopone ma sarà necessario adattare le regolamentazioni nazionali per incorporarli allo scopo di guidarne la diffusione (AIDS online 30/11/2017).

#### b) HIV: in U.E. aumento diagnosi tra gli over 50

In Europa, in 12 anni, più di 54.000 nuove diagnosi di HIV avrebbero interessato persone over 50 (fonte: The Lancet HIV, 2017). Sono stati confrontati i dati della sorveglianza europea sulle infezioni da HIV tra il 2004 e il 2015 tra le persone dai 50 anni in su e quelle di età 15 - 49 anni, dividendole in base a età, sesso, se erano migranti, via di contagio e conta delle cellule CD4. Il tasso medio di nuove diagnosi nelle persone più anziane sarebbe stato di 2,6/100mila nel periodo di 12 anni preso in considerazione. All'interno di questo gruppo le diagnosi sarebbero aumentate in modo significativo con un cambiamento annuo medio di +2,2% tra gli uomini, +1,3% tra le donne, +5,8% tra gli omosessuali e +7,4% tra i T-D per via iniettabile. I tassi sarebbero aumentati



in modo significativo in 16 Paesi, soprattutto in Europa centro-orientale.

Nel 2015, rispetto alle persone più giovani, i più anziani avrebbero avuto una maggiore probabilità di contrarre l'infezione attraverso contatto sessuale e di avere una diagnosi in ritardo, con una conta delle cellule CD4 <350 cellule per  $\mu$ l, in particolare i tassi di nuove diagnosi erano di 1,05/100mila tra le donne anziane e 4,3/100mila tra i maschi. Il costante aumento del numero di nuove diagnosi di HIV in U.E. negli over 50 dimostra che l'epidemia sta evolvendo verso nuove direzioni e questo aumento potrebbe essere dovuto anche alla mancanza di informazioni su come viene trasmessa l'infezione sottovalutandone i rischi.

#### D) NEONATOLOGIA

##### a) Neo-mamme "troppo" informate e rischio depressione

Ricercatrici dell'Università di Swansea hanno esaminato 354 madri con figli dai 0 ai 12 mesi che avevano riferito di aver letto libri che dispensavano alle neo-mamme consigli di tutti i tipi, da come indurre il pargolo a dormire, a come farlo mangiare ecc. chiedendo come si erano sentite dopo averli letti e venivano infine raccolti parametri di salute mentale e benessere (fonte: Early Child Development and Care). In generale è stato riscontrato che le donne che avevano trovato utili questi libri non risultavano ad aumentato rischio di depressione o di bassa autostima viceversa quelle che riferivano di essersi sentite peggio dopo aver letti presentavano un più elevato rischio di sviluppare depressione. Queste pubblicazioni però non sarebbero di per sé causa di depressione ma

piuttosto farebbero evidenziare una depressione latente. Le donne che rife rivano un impatto negativo e ansiogeno sono risultate il 53% rispetto a quelle che li hanno trovati utili (22%). Da evidenziare che i piccoli quasi mai si comportano secondo quanto suggerito da questi libri non adeguandosi ad una pacifica routine sonno-veglia. Metà delle donne di questo studio quindi si sono sentite frustrate da queste letture ma una su cinque ha dichiarato addirittura di sentirsi una fallita per non essere riuscita a mettere in pratica i consigli del libro. Queste pubblicazioni pertanto potrebbero nuocere seriamente alla salute mentale delle mamme, magari già alle prese con una strisciante depressione post-partum. Lo studio suggerisce infatti che le più assidue lettrici dei manuali della mamma perfetta sono le più a rischio di sviluppare sintomi depressivi che derivano dal non sentirsi sufficientemente adeguate come madri e poco solide sul versante della genitorialità. Le ricercatrici mettono in guardia anche dagli atteggiamenti decisamente rigidi e severi consigliati nei confronti dei pargoli ululanti, come adottare intervalli dei pasti molto distanti tra loro o il non prendere in braccio un bambino che piange, vere assurdità che vanno contro le necessità dei bambini e che magari fanno crollare l'autostima delle madri che non riescono a centrare questi "obiettivi".

## E) NEUROLOGIA

a) Cervello: perché facciamo alcune cose in modo automatico

Da tempo si indaga sulla funzione precisa del network default mode una rete nervosa che è accesa in modalità di default, cioè quando il nostro cervello non è impegnato in alcuna precisa attività, quindi si sta oziando e finora erano scaturite diverse ipotesi. Ricercatori inglesi dell'Università di Cambridge hanno dimostrato (fonte: Pnas), studiando l'attività cerebrale di un gruppo di persone con la risonanza magnetica, che proprio in questa network ha sede il nostro "pilota automatico", quell'insieme di aree neurali che ci aiutano a compiere azioni abituali (come allacciarsi le scarpe) senza veramente porre attenzione ed energia mentale sull'azione stessa ma facendola, appunto, "in automatico" mentre si pensa ad altro, per es. a cosa cucinare per cena o a come affrontare una impegnativo meeting di lavoro.

b) Emicrania: terapia farmacologica combinata con shiatsu

Da uno studio pilota condotto nell'Ospedale Sant'Andrea di Roma (Università Sapienza) che per tre anni ha testato efficacia e sicurezza della combinazione trattamento farmacologico (amitriptilina) e shiatsu è emersa la sua efficacia contro l'emicrania (fonte: Neurological Sciences, 2017). Nonostante si tratti di un primo riscontro empirico, appare evidente la validità del trattamento manipolativo sul corpo umano.

c) Gelosia e aree cerebrali

Comprendere origine e neurobiologia delle emozioni può aiutare a capire le nostre emozioni e le loro conseguenze. La gelosia è particolarmente interessante per il suo ruolo nei legami romantici e nella violenza domestica. Uno studio è stato condotto nell'University of California su scimmie monogame (una specie di scimmie dell'Amazzonia detta titi) che manifestano gelosia nel caso la propria compagna sia avvicinata da altri maschi. Gli studiosi hanno mostrato a scimmie maschi la propria femmina vicino a un maschio sconosciuto e rilevato che il maschio geloso (che esprime la propria gelosia con una serie di comportamenti aggressivi contro il rivale e controllanti nei confronti della femmina) attiva la corteccia cingolata e il setto laterale rispettivamente collegate al dolore prodotto dal senso di esclusione sociale e ai processi neurali che presiedono nella formazione e nel mantenimento della coppia inoltre comincia a produrre più ormoni testosterone e cortisolo, l'ormone dello stress. La stessa reazione non si verifica se il maschio guarda una femmina sconosciuta vicino alla sua compagna (fonte: Frontiers in Ecology and Evolution, 2017).

d) Cervello: diversità nei due sessi

Uno studio condotto su topi da ricercatori dello statunitense Cold Spring Harbor Laboratory (fonte: Cell, 2017) ha dimostrato grazie ad una piattaforma automatizzata che il numero di cellule nervose nel cervello maschile e femminile sia lo stesso ma nel corso dell'evoluzione 11 aree sottostanti si sono organizzate in modo diverso nei due sessi. Questo "cervello quantitativo", o "qBrain", evidenzia marcate differenze di genere infatti sebbene il cervello maschile sia generalmente più grande quello femminile presenta più neuroni "registri" quindi più cellule che modulano i segnali ed esercitano un controllo temporale nelle aree che comandano il comportamento riproduttivo, sociale e parentale con l'eccezione di una piccola regione dell'ipotalamo, il nucleo preottico postero-dorsale,

preposta a controllare l'eiaculazione maschile. La piattaforma automatizzata prossimamente sarà usata per effettuare studi simili sul cervello di altri mammiferi come le scimmie e l'uomo.

## F) ONCOLOGIA

a) Carcinomi epatocellulari: radiologia quantitativa predice invasione microvascolare

L'invasione microvascolare rappresenta un forte fattore predittivo di recidiva dopo un trapianto di fegato ma, sinora, è stato possibile diagnosticarla in modo affidabile soltanto sui campioni post-operatori. L'aggiunta di dati clinici pre-operatori come livello di alfa-fetoproteina, larghezza massima del tumore ed anamnesi di Epatite virale migliora ulteriormente il valore predittivo nei tumori di grandi dimensioni ed è possibile ottimizzare il valore predittivo negativo dell'esame sino al 100% per i tumori di ogni dimensione. Uno studio su 120 pazienti (J Am Coll Surg online 21/9/2017) ha evidenziato che l'analisi radiologica quantitativa delle TC pre-operatorie può essere impiegata per prevedere l'invasione microvascolare nei pazienti con carcinoma epatocellulare mediante machine-learning. Sapere se in un carcinoma epatocellulare sia o meno presente invasione microvascolare prima di un trapianto di fegato potrebbe potenzialmente alterare il modo di allocare la risorsa limitata rappresentata dai fegati disponibili per i pazienti che ne necessitano maggiormente.

## G) SOCIOLOGIA

a) Stress da lavoro nelle donne in Italia

Alcune ricerche hanno dimostrato che l'assenza di lavoro e il precariato sono associati a un maggior rischio di depressione e che alcune situazioni negative in ambito lavorativo abbiano un significativo impatto sulla salute mentale, compresi fenomeni di "bullismo" in ufficio. Barriere culturali che rendono la carriera più impegnativa, retribuzioni inferiori a quelle dei colleghi maschi, forti pressioni lavorative e il lavoro all'interno della famiglia fanno della donna il soggetto più colpito dallo stress da lavoro (fonte: Asst Fatebenefratelli Sacco) con 3,2 milioni su circa 6 milioni su un totale di 28 milioni di impiegati. Tra i 3,2 milioni di donne circa 1

milione soffre di una condizione clinicamente rilevante e meritevole di una attenzione specialistica come disturbi d'anima, insonnia e depressione mentre le restanti 2,2 milioni hanno disturbi transitori. Le più vulnerabili sono le donne giovani complici anche le alterazioni ormonali legate ad es. a gravidanza e puerperio e quelle che lavorano a contatto con il pubblico. Secondo alcuni studi, il 25% del totale delle giornate di lavoro perse è legato alla depressione mentre il 25-50% delle persone depresse manifesta un evidente calo di produttività lavorativa. Sono dati che debbono spaventare perché il lavoro, fonte di reddito, di prospettive familiari e di realizzazione di sogni, oggi è diventato spesso causa di problemi e di patologie mentali con costi sociali umani altissimi stimati in Europa nell'ordine dell'1% del Pil. Risultano quindi fondamentali le azioni di prevenzione collettiva, counselling, problem solving e le attività di promozione della salute all'interno delle imprese e nei luoghi di lavoro in quanto tutto questo ha un effetto pesantissimo poco conta che lo si definisca frustrazione o demotivazione, ansia, depressione o esaurimento con una riformulazione dell'ambiente lavorativo.

b) Dipendenza da videogiochi e "Selfite": nuove patologie

L'Organizzazione mondiale della Sanità (OMS) ha deciso di inserire nella prossima revisione, prevista per metà anno, della International



Classification of Diseases, la dipendenza da videogiochi caratterizzata da una mancanza di controllo sul gioco, dalla precedenza data al gioco rispetto ad altre attività e interessi quotidiani e all'escalation del problema nonostante il manifestarsi delle conseguenze negative. La selfite, il bisogno ossessivo di postare selfie sfocia talvolta in un vero e proprio disturbo mentale.

[torna all'indice](#)

# Novità in Farmacopea: VII parte

di Stefano Pellicanò

## A) ANTIDOLORIFICI

a) Comunicazione EMA sui farmaci contenenti flupirtina+

L'EMA (Agenzia Europea per i Medicinali), su richiesta dell'Agenzia regolatoria tedesca, ha avviato una nuova revisione dei rischi/benefici dei farmaci degli antidolorifici contenenti flupirtina che segue quella del 2013 con cui l'EMA ha introdotto misure per limitarne l'uso a causa di segnalazioni di gravi problemi epatici associati al loro uso. Nell'ambito delle misure della revisione precedente, l'uso di flupirtina è stato limitato a non più di 2 settimane nei pazienti che non hanno potuto utilizzare altri trattamenti del dolore e sono state introdotte prove di funzionalità epatica prima e durante il trattamento. L'EMA aveva anche chiesto studi per dimostrare se queste restrizioni erano state efficaci nel ridurre i rischi e i risultati di alcuni studi suggeriscono che, anche se il numero di pazienti trattati è sceso, il farmaco viene ancora utilizzato al di fuori delle restrizioni introdotte nel 2013 con segnalazione di casi di gravi danni epatici associati. Il Comitato per la valutazione dei rischi di farmacovigilanza dell'EMA (PRAC) ha quindi avviato un'ulteriore revisione per determinare in che modo i più recenti dati disponibili influenzano l'equilibrio dei benefici e dei rischi per questi farmaci e per decidere se devono essere adottate ulteriori misure normative.

## B) CARDIOLOGIA

a) Ivabradina Krka® (ivabradina cloridrato) 5mg, 7,5mg cpr

Indicazioni terapeutiche: trattamento sintomatico dell'angina pectoris cronica stabile negli adulti con coronaropatia e ritmo sinusale normale e frequenza cardiaca  $\leq 70$  bpm; negli adulti non in grado di tollerare o con controindicazione all'uso dei beta-bloccanti in pazienti non adeguatamente controllati con una dose ottimale di beta-bloccante; nell'insufficienza cardiaca cronica in classe NYHA da II a IV con disfunzione sistolica, in pazienti con ritmo sinusale e la cui frequenza cardiaca sia  $\leq 75$  bpm, in associazione con la terapia convenzionale che include il trattamento con un beta-bloccante o nel caso in cui la terapia con un beta-bloccante sia controindicata o non tollerata. Classificazione ai fini della rimborsabilità:

classe A; ai fini della fornitura: RR - medicinale soggetto a prescrizione medica (G.U. n° 244 del 18/10/2017).

## C) EPATOLOGIA



a) Entecavir Doc® (entecavir monoidrato) 0,5mg, 1mg cpr

Indicazioni terapeutiche: infezione cronica da virus dell'epatite B (HBV) in adulti con: malattia epatica compensata ed evidenza di replicazione virale attiva, livelli persistentemente elevati dell'alanina aminotransferasi sierica (ALT) ed evidenza istologica di infiammazione attiva e/o fibrosi; malattia epatica scompensata. Trattamento dell'infezione cronica da virus dell'epatite B (HBV) in pazienti pediatrici da 2 a 18 anni di età mai trattati prima con nucleosidici, con malattia epatica compensata che hanno evidenza di replicazione virale attiva e livelli persistentemente elevati dell'alanina aminotransferasi sierica (ALT) o evidenza istologica, da moderata a severa, di infiammazione attiva e/o fibrosi. Classificazione ai fini della rimborsabilità: classe A; ai fini della fornitura: RNRL -prescrizione medica limitativa, da rinnovare volta per volta, vendibile al pubblico su prescrizione di Centri ospedalieri o di specialisti - internista, infettivologo, gastroenterologo (G.U. n° 244 del 18/10/2017).

## D) INFETTIVOLOGIA

a) HIV: efficace combinazione bicitegravir emtricitabina e tenofovir

I trattamenti di prima linea dell'HIV includono Inibitori di trasferimento degli strati integrati (INSTI) co-somministrati con 2 Inibitori nucleotidici analoghi della trascrittasi inversa (NRTI), preferibilmente co-formulati in combinazioni a dosaggio fisso per facilitare l'aderenza del paziente. Una nuova combinazione che include bicitegravir, un nuovo INSTI, è stata testata in due studi condotti rispettivamente su 657 e 631 pazienti nella Gilead Sciences di Foster City e risulta semplice, efficace e ben tollerata come trattamento iniziale per l'HIV. È in corso di produzione anche una versione generica della combinazione di tenofovir, lamivudina e dolutegravir che risulterà utile nelle Nazioni a basso e medio reddito. Sono in aumento i dati secondo cui il dolutegravir sia sicuro in gravidanza e le attuali raccomandazioni per la TBC consentono la co-somministrazione con la rifampicina con un adattamento dei dosaggi. Affinchè il bicitegravir sia raccomandato anche rispetto al dolutegravir sarà però necessario dimostrarne la sicurezza in gravidanza (Lancet online 31/8/2017).



## E) NEUROLOGIA

a) Comunicazione EMA su daclizumab (Zinbryta)

Durante il trattamento con daclizumab (Zinbryta) per la sclerosi multipla (S.M.) nell'1,7% dei pazienti può verificarsi un danno epatico immuno-mediato imprevedibile e potenzialmente fatale, fino a sei mesi dopo la sospensione del trattamento. Il Comitato per la valutazione dei rischi per la farmacovigilanza dell'EMA (PRAC) raccomanda che per ridurre i rischi va prescritto solo per forme recidivanti di S.M. in pazienti che hanno avuto una risposta inadeguata ad almeno due terapie modificanti la malattia (DMT) e non possono essere trattati con altri DMT quindi va impiegato in un gruppo ristretto di pazienti, con un rigoroso monitoraggio epatico (ALT, AST e bilirubina) almeno una volta al mese quanto più

strettamente possibile ad ogni trattamento e almeno fino a sei mesi dopo la sospensione del trattamento.

## F) ONCOLOGIA

a) Axicabtagene ciloleucel (Yescarta) per alcuni tipi di linfomi a grandi cellule B

Ogni anno, negli USA, vengono diagnosticati circa 72.000 nuovi casi di linfoma non-Hodgkin, un terzo dei quali è un linfoma diffuso a grandi cellule B (DLBCL), il tipo più comune negli adulti. La statunitense FDA (Food and Drug Administration) ha approvato axicabtagene ciloleucel (Yescarta), una terapia genica per il trattamento di alcuni tipi di linfomi a grandi cellule B negli adulti che non hanno risposto o hanno subito una ricaduta dopo almeno due precedenti trattamenti. Le indicazioni comprendono il DLBCL, il linfoma diffuso a grandi cellule B primitivo del mediastino, il linfoma a cellule B ad alto grado e il DLBCL derivante dal linfoma follicolare mentre non è stato approvato per il trattamento del linfoma primario del sistema nervoso centrale. Yescarta, la seconda terapia genica approvata dall'FDA, è una terapia CAR-T cell, cioè prevede l'utilizzo di linfociti T geneticamente modificati con recettori chimerici per l'antigene. La sua sicurezza e efficacia sono state valutate in uno studio clinico multicentrico su oltre 100 adulti con linfoma a cellule B di tipo refrattario o recidivante ottenendo un tasso di remissione del 51%. Gli effetti indesiderati includono infezioni gravi, abbassamento dei livelli di cellule del sangue e indebolimento del sistema immunitario e si manifestano solitamente entro le prime due settimane ma alcuni anche in seguito. Gravi effetti collaterali, anche pericolosi o fatali per la vita, comprendono la sindrome da rilascio di citochine (CRS), una risposta



sistemica all'attivazione e alla proliferazione di cellule CAR-T che provoca febbre alta, sintomi influenzali e tossicità neurologiche.

b) Fingolimod (Gilenya): nota informativa

L'AIFA informa che il farmaco è ora controindicato in: pazienti con infarto del miocardio, angina pectoris instabile, ictus, attacco ischemico transitorio, insufficienza cardiaca scompensata o insufficienza cardiaca di classe III/IV; gravi aritmie cardiache; blocco atrio-ventricolare (AV) di II grado tipo Mobitz II o con blocco AV di III grado o con sindrome del nodo del seno, se non sono portatori di un pacemaker; intervallo QTc basale = 500 millisecondi.

## G) VACCINAZIONI

a) Nuovo vaccino anti-febbre tifoide

[torna all'indice](#)

La febbre tifoide, causata dalla Salmonella Typhi, colpisce 12 - 20 milioni di persone nel mondo in Paesi nei quali la qualità dell'acqua e la sanitizzazione sono basse, specie in Asia e Africa sub-sahariana. Circa un caso su 100 risulta mortale e circa il 3% degli infetti diviene portatore cronico. Viene di solito trattata con antibiotici ma l'accesso a questi farmaci nei Paesi più poveri è limitato e la resistenza del batterio è in aumento. Secondo una ricerca condotta nell'Università di Oxford un nuovo vaccino anti-tifo si è dimostrato sicuro ed altamente immunogeno nella metà dei soggetti vaccinati dopo l'esposizione diretta al contagio e potrebbe essere impiegato per prevenire milioni di infezioni una volta superati gli studi clinici di fase finale anche nei bambini che sono particolarmente suscettibili alla malattia (Lancet online, 28/9/2017) e finora nessun vaccino è stato autorizzato per l'impiego sotto i 24 mesi.

## Autoprodurre formaggi vegan

di Rossana Madaschi

Sempre più persone a causa di intolleranze e allergie diffuse, per motivazioni etiche o religiose, non mangiano cibi con la presenza di uova, latte, burro e formaggi, escludendo dalla loro alimentazione numerose preparazioni culinarie.

Potrebbe infatti accadere che anche tra i vostri ospiti ci possa essere qualche commensale con queste peculiarità.

Vogliamo sorprenderli, e incuriosire anche tutti gli altri commensali, con qualche ricetta inusuale?

Siete curiosi di sapere come si autoproducono i formaggi vegetali (e non solo!) fatti in casa? Pensate sia difficile o addirittura impossibile? Siete convinti che il gusto si discosti molto da quelli classici?

Non vi resta che mettervi alla prova riproducendo voi stessi queste ricette e sperimenterete, con stupore, l'estrema facilità nel realizzarli e l'utilizzo somigliante ai corrispettivi alimenti e ingredienti classici.

## Nutrirsi di salute

E non dimenticate: "L'autoproduzione dà sempre soddisfazione! !"

I FORMAGGI (e non solo!) VEGETALI!

Formaggio grattugiato vegetale (tipo Parmigiano)

Mozzarella vegetale (da taglio, per pizza, impasti, ecc.)

Formaggio spalmabile vegetale

Paté vegetale alla messicana

Ricotta vegetale

Besciamella vegetale

Margarina vegetale (senza grassi idrogenati e oli aggiunti)

Panna montata dolce vegetale

Panna vegetale salata

Latte di soia (con percentuale di soia al 10%!)

Torta di cioccolato fondente con pere e panna montata

Tisana alla liquirizia e semi di anice



NB: per la realizzazione delle ricette vengono utilizzati ingredienti da agricoltura biologica

L'autoproduzione dà sempre soddisfazione!

"Formaggio" grattugiato fatto in casa (senza latte)

100 g di pinoli, 100 g di mandorle, 100 g di germe di grano, 100 g di lievito di birra in scaglie, un cucchiaino di sale integrale (facoltativo).

Frullate tutti gli ingredienti e conservate il "formaggio" grattugiato in frigorifero per circa un mese.

Mozzarella vegana

250 g di yogurt di soia, 2 cucchiaini di amido di mais (o fecola di patate), un cucchiaino di olio di girasole, un cucchiaino scarso di sale, un cucchiaino di agar agar.

In una pentola ponete lo yogurt, aggiungete l'olio di girasole, l'amido di mais (o la fecola di patate), il sale e l'agar agar. Accendete il fuoco a fiamma bassa e mescolate bene con una frusta i vari ingredienti cuocendoli per qualche minuto, sino a quando cominceranno a raggiungere una consistenza piuttosto densa. Oleate uno stampo e versate il composto che dovrà essere posto in frigorifero per 6-8 ore.

Utilizzate la mozzarella vegana in tutte le vostre preparazioni, come quella classica.



Formaggio vegetale spalmabile

250 g di latte di soia, 5 cucchiaini g di yogurt di soia, 3 cucchiaini di fecola di patate, 3 cucchiaini di panna di soia, 2 cucchiaini di lievito di birra in scaglie, un cucchiaino di limone, sale.

Ponete il latte di soia in una pentola, aggiungete la fecola di patate e, con l'aiuto di una frusta, mescolate per evitare che si formino dei grumi. Aggiungete poi lo yogurt di soia, il lievito di birra in scaglie, il sale, la panna vegetale e il succo di limone. Posizionate la pentola sul fuoco e rimescolate tutti gli ingredienti sino a quando si addenseranno. Lasciate raffreddare in frigorifero per qualche ora ed utilizzate il formaggio spalmabile per farcire panini, piadine, pizze, ecc.

Paté vegetale alla messicana

200 g di fagioli cannellini cotti, 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro, un cucchiaino di tahin, 4 cucchiaini di lievito di birra in scaglie, un cucchiaino di succo di limone, aglio in polvere, peperoncino, sale integrale.

Frullate tutti gli ingredienti sino ad ottenere una crema spalmabile. Si conserva in frigorifero 3-4 giorni.

Ricotta vegetale

1 l di latte di soia, 3 cucchiaini di aceto di mele o succo di limone, sale fino qb.

In una pentola (possibilmente grande) scaldate il latte di soia raggiungendo una temperatura di circa 80 °C, senza farlo bollire; spegnete il fuoco e aggiungete in una sola volta tutta la quantità dell'aceto di mele. Con un cucchiaino di legno mescolate il latte di soia, che inizierà a cagliarsi. coprite con un coperchio e lasciate riposare per circa 15 minuti. Posizionate un telo pulito in un colino a trama sottile e filtrate in modo da separare i fiocchi della cagliata dal siero (che potrà essere riutilizzato in altre preparazioni come impasto del pane, pizza, torte, ecc.). Alla ricotta ottenuta aggiungete il sale e lasciatela nel colino per circa una mezz'ora; riponetela poi in un contenitore (fucelle) che metterete in frigorifero per qualche ora prima di consumarla. Si conserva in frigorifero per 3-4 giorni.

#### Besciamella vegetale

500 g di latte di soia, 4 cucchiaini di olio extra-



vergine di oliva, 4 cucchiaini di farina tipo 0, 00 o semintegrale, noce moscata, pepe, sale.

In una pentola fate scaldare l'olio extra vergine di oliva, poi aggiungete la farina e mescolate velocemente con la frusta. Unite il latte di soia freddo a cui avrete aggiunto il sale, pepe e noce moscata e portate lentamente ad ebollizione mescolando continuamente sino a raggiungere una consistenza abbastanza densa.

Margarina vegetale (senza grassi idrogenati e oli aggiunti)

150 g di bevanda vegetale (latte di mandorle, di riso, di soia, ecc.), 6-7 cucchiaini di lecitina di soia.

Coprite la lecitina di soia con il latte di mandorle caldo o tiepido, lasciate riposare per circa 10 minuti, poi frullate gli ingredienti con un mixer ad immersione sino ad ottenere un composto denso. Si conserva in frigorifero per 2-3 giorni.



#### Panna montata dolce vegetale

Un bicchiere scarso di olio di mais (o di girasole), mezzo bicchiere di latte di soia, 4 cucchiaini di acqua, un cucchiaino di zucchero integrale, un cucchiaino di agar agar in polvere, vaniglia in polvere.

Ponete il latte di soia nel bicchiere da mixer, aggiungete l'olio di mais, lo zucchero integrale, frullate ad intermittenza questi ingredienti per 2 o

3 volte, sino ad ottenere la panna vegetale con la compattezza di quella classica.

Per una consistenza maggiore, frullate nuovamente per qualche istante dopo aver aggiunto il composto moderatamente caldo, ottenuto facendo sciogliere l'agar agar nell'acqua fredda e portata ad ebollizione per circa 2 minuti. Riponete la panna in frigorifero per 4-5 ore per farla rapprendere maggiormente. Potete utilizzarla per farcire preparazioni dolci (torte, gelati, dessert, ecc.).

Si conserva in frigorifero per 2-3 giorni.

#### Panna vegetale salata

Un bicchiere scarso di olio di mais (o di girasole), mezzo bicchiere di latte di soia.

Ponete il latte di soia nel bicchiere da mixer, aggiungete l'olio di mais e frullate ad intermittenza questi ingredienti per 2 o 3 volte, sino ad ottenere la panna vegetale con la compattezza di quella classica mentre, se desiderate una consistenza maggiore, frullate nuovamente per qualche istante. Potete utilizzare la panna vegetale direttamente nelle vostre preparazioni o riporla in frigorifero per circa un'oretta per farla rapprendere maggiormente. Si conserva in frigorifero per 2-3 giorni.



Latte di soia

1 litro d'acqua, 100 g di soia gialla.

Mettete a bagno la soia gialla in acqua per circa 12 ore ricordando di cambiare l'acqua d'ammollo almeno 3-4 volte per eliminare alcune sostanze anti nutritive. Quando la soia si sarà ammorbidita, sciacquatela e frullatela con un quantitativo d'acqua pari a circa il suo volume.

Mettete ora sul fuoco un litro d'acqua, portatelo ad ebollizione, aggiungete la soia frullata; fate riprendere il bollore e cuocete per almeno mezz'ora, mescolando ogni tanto per evitare che si attacchi sul fondo.

A cottura ultimata filtrate con un colino ed otterrete il "latte" di soia; fatelo raffreddare e conservatelo in frigorifero per circa 3-4 giorni.

Torta di cioccolato fondente, con pere e panna montata

2 pere (di cui una parte per la superficie), 250 g di farina semintegrale, 200-250 g di acqua, 70 g di cioccolato fondente (di cui 10 g per la superficie), 50 g di farina di segale, 6-8 cucchiaini di zucchero integrale, 6 cucchiaini di olio di girasole (o di mais), 3 cucchiaini di cacao amaro, una bustina di lievito vanigliato, panna montata, zucchero a velo (facoltativo).

Mettete in una ciotola la farina semintegrale, la farina di segale, il lievito vanigliato, lo zucchero integrale, il cacao amaro, il cioccolato fondente finemente sminuzzato e miscelate bene tutti gli ingredienti con una frusta. Unite l'acqua, le pere precedentemente lavate e tagliate a cubetti e versate il composto in una tortiera oleata. Decorate la superficie con i rimanenti cubetti di pere e spolverate con di rimanente cioccolato.

Cuocete in forno caldo per circa 40 minuti a 180°.

Spolverate a piacere con lo zucchero a velo (facoltativo).

Tisana alla liquirizia con semi di anice

1 litro d'acqua, 2 cucchiaini di radice di liquirizia, 2 cucchiaini di semi di anice, dolcificante naturale (zucchero integrale, malto, fruttosio, sciroppo d'acero, ecc.).

Ponete in una pentola l'acqua, la radice di liquirizia, i semi di anice e cuocete per circa 10 minuti. Filtrate e bevete la bevanda calda, tiepida o fredda. Se desiderate dolcificate a piacere.

Buona salute a tutti!

[torna all'indice](#)

## Gli effetti

di Mario Lorenzini

Gli effetti

Di Mario Lorenzini

Nel panorama della musica moderna, gli effetti audio ricoprono sicuramente un ruolo fondamentale per l'ottenimento di un brano, una colonna sonora, una canzone che abbia un impatto positivo sull'ascoltatore. Alcuni effetti sono sempre esistiti in natura, pensiamo al riverbero ad esempio, tipicamente già presente nelle chiese, specie se molto grandi e con pareti marmoree. Altri sono stati simulati o ricreati, dapprima con l'uso di alcuni componenti, poi con dispositivi elettronici. Pensiamo che, convogliando il suono all'interno di un tubo metallico possiamo alterarne le sue riflessioni, ottenendo così un grezzo riverbero. Oggi sono disponibili vari effetti, sia in forma di apparecchiature discrete sia come software. L'applicazione di questi effetti può avvenire su alcuni strumenti o delle voci o su tutte le fonti sonore che abbiamo; comunque ci possono essere varianti tra una voce solista e un coro che viene messo in evidenza in alcuni momenti, ma sempre in secondo piano rispetto al solista. In un tema jazz non sarà possibile nascondere, anzi renderemo strumento guida, un contrabbasso o una tromba, solitamente sezioni immancabili che denotano il genere. Adopereremo quindi effetti atti a porre avanti tali strumentazioni: il calore della tromba e l'atmosfera ritmica, magari sostenuta da una batteria soft, rimarcata dal contrabbasso.

In un tema rock dovremo far riecheggiare nell'aria la chitarra elettrica, affiancata da un batterista incalzante. La voce del cantante dovrà essere, in linea generale, graffiante. Una colonna sonora che porti l'immaginazione all'interno di una caverna e poi, lentamente, da stretti cunicoli, a spazi più ampi e poi all'esterno, come dovrà suonare? Indipendentemente dalla scelta oculata dei singoli strumenti, i suoni dovranno, in principio, essere chiusi, cupi. Poi, a poco a poco, aumenteranno le alte frequenze, a simulare un più ampio respiro in luoghi più grandi, con un riverbero non eccessivo

ma necessario. Infine, giunti all'uscita della caverna, avremo l'attenuazione della riverberazione dovuta all'assenza di pareti rocciose che ci circondano. Ecco, da un'analisi sommaria di queste situazioni possiamo giungere alla selezione attenta degli strumenti; poi passeremo all'ambientazione in cui farli eseguire. Ci potranno anche essere delle correzioni, o delle esaltazioni con oggettistica idonea. Tutto ciò esisteva fino a non molto tempo fa, ed era sicuramente molto laborioso. Adesso, con l'avvento degli effetti elettronici, possiamo avvolgere il suono generato da ogni attore e simulare molto fedelmente ambientazioni, fasi climatiche, e altro. In molti casi possiamo partire anche con strumenti virtuali, portando a fine l'esecuzione della song. In una fase successiva, volendo rendere più naturali alcune porzioni del brano, faremo eseguire la parte guitar da un bravo chitarrista, sostituiremo la drum machine da una vera e propria batteria, e toglieremo alcuni effetti, riconoscibili come troppo sintetici, con altri più naturali; magari metteremo delle vere maracas, suonate da un musicista cubano, al posto di un valido ma più sterile suono riprodotto digitalmente.

Ma vediamo alcuni effetti:



**RIVERBERO** – E' dovuto alla riflessione dell'onda sonora contro un oggetto posto frontalmente all'emettitore del suono. Dato che l'orecchio umano non è capace di distinguere due suoni che non siano distanziati di almeno 0,1 secondi, se l'oggetto dista circa 17 metri e non di più, l'onda coprirà il doppio, 34 metri, e cioè meno di 1 decimo di secondo. Diversamente, con ostacoli frapposti a maggiori distanza, si noterà il riprodursi del suono originale, o parte di esso, e si parlerà quindi di eco. Va dosato giustamente, per

donare spazialità. Valori bassi indicheranno ambienti piccoli, come un appartamento vuoto, valori più elevati simuleranno posti molto più grandi, come l'interno di una cattedrale. Esagerare con questo dispositivo può portare alla mancata comprensione di alcune parti, dovuta alla sovrapposizione dell'onda di ritorno. E' invece indicato per rafforzare il suono di uno strumento o la voce di un cantante.

Tra i parametri che possiamo variare ci sono la simulazione delle dimensioni del luogo, il filtraggio delle frequenze basse o alte, l'apertura dello spazio, in pratica la quantità di ostacoli, che se in numero maggiore produrranno un suono cupo, diversamente un suono più arioso.

ECO – Come detto sopra, se i suoni vengono riflessi da oggetti posizionati a distanza oltre i 17 metri, si parla di eco. Si inizia a sentire, sempre più distintamente, lo stacco tra il suono iniziale e la sua copia che torna indietro. Potete sentire una voce echeggiante nei grandi stadi, quando l'oratore utilizza un microfono senza correzione e la voce si propaga liberamente per molte decine di metri. Tra i valori che possiamo immettere, il ritardo, che partirà da circa 35ms a numeri ben più alti, a paragone di un urlo in una vallata.

DELAY – Il delay (ritardo in inglese) è il precursore degli effetti precedentemente spiegati. Qui possiamo aumentare o diminuire liberamente i valori relativi alla dimensione dell'ambiente circostante, alla velocità di ritardo prima del ritorno del suono. Quindi incapperemo negli effetti descritti sopra ma con la possibilità di aggiungere ulteriore personalizzazione senza i vincoli di restare all'interno di un effetto eco o riverbero.



EQUALIZZATORE (EQ) – Con questo potente congegno si possono alterare gli intervalli di frequenza di un dato suono. Più precisamente, esaltare o ridurre alcune bande. L'effetto finale sarà molto differente a seconda del numero e del tipo delle bande interessate, oltre che della quantità di amplificazione o riduzione del segnale della banda stessa. Possiamo distinguere, in linea generale, due tipi di EQ: quelli a bande già

definite e quelli parametrici. Nel primo caso avremo, tipicamente, un modello a 2, 3 o più bande. Per esempio, la gamma dei bassi, fissata da 0 a 75 Hz; la gamma dei medi, impostata tra 250 e 2000hz; quella degli alti, da 6Khz in su. Questi numeri sono puramente esemplificativi e su dispositivi diversi avrete modo di incontrare bande con altri valori. In questo caso se noi aumentiamo di 1dB la porzione dei bassi, andremo a rinforzare tutto il range fino a 75hz e non oltre



In un equalizzatore parametrico invece, si ha il controllo, più o meno limitato, di ogni banda. Quindi potremo avere sì una gamma dei bassi, impostabile con valori che vanno da 20 a 150 Hz. Di conseguenza, applicando una diminuzione di 2dB e impostando la gamma a 120hz, non apporteremo cambiamenti alle frequenze superiori ai 120dB.

L'utilità dell'equalizzatore è notevole; si va dall'aumento della presenza di alcune frequenze, aiutando così, ad esempio, la voce di un cantante debole in quella gamma determinata; al contrario, alla attenuazione di sgradevoli picchi come delle alte frequenze, fastidiose per l'orecchio umano; all'individuazione ed eliminazione di alcuni sbalzi che possono ingenerare interferenze e causare rumore come ronzii o fischi acuti. Avendo a disposizione un apparecchio con molte bande o uno parametrico avremo una maggior libertà sui campi che potremo alterare. Attenzione però: l'uso di un equalizzatore non è assolutamente banale. Potreste ritrovarvi, non soltanto con un suono indesiderato ma, purtroppo, alterato in maniera eccessiva, così da non riconoscerlo più. E' importante fare dei tentativi variando pochi parametri per volta, con valori bassi. Solo se l'effetto risultante sarà ritenuto insufficiente potremo aumentare il valore di ogni banda e/o aggiungere altre bande da modificare.

[torna all'indice](#)

### Parlo con te

di *Patrizia Carlotti*



Parlo con te...

che vivi ogni giorno senza vivere,  
il tempo passa pesantemente...

Scivola via

come acqua tra le dita , come un film in bianco e nero manca di brio.

Parlo con te...

Lettore dello stesso libro da sempre ma non ne comprendi il senso,  
l'abitudine ti annulla, stanco di non fare sei ammalato di noia, demotivato e impotente davanti alla pigrizia...

Parlo con te,

davanti a me ma non ascolti...

Con te, presenza assenza,

unico vero handicappato pluriminorato...

Rimani impassibile dinnanzi alle grida dei tuoi simili

Spogliati da quell'armatura, sciogli al tepore del sole il ghiaccio che riveste il cuore...

Scalda l'anima e fai pace con te!.

Impara ad ascoltarti, adesso i tuoi passi riecheggiando rivivono, quel suono sordo di ieri non c'è più!.

Puoi sentire ora il silenzio immacolato che nasce in te, il nuovo io sveglio e guerriero pronto a cambiare!.

Risvegliati dal coma,

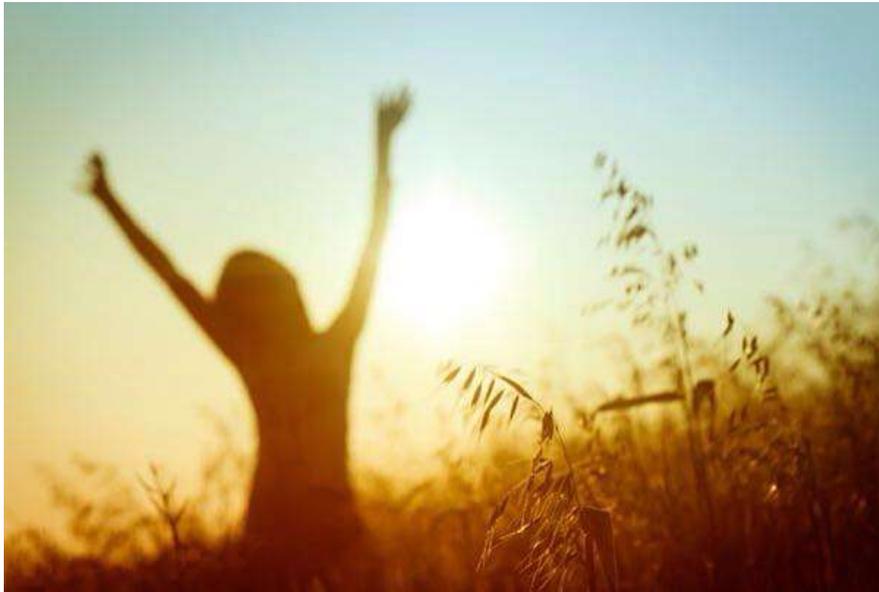
raccogli strada facendo i frutti buoni dell'estate...

Rimani, ho bisogno di te, abbracciami che tra poco arriverà l'alba del nuovo giorno.

[torna all'indice](#)

# la vita

*di Varo Landi*



Tizio, cronista attento, chiese, un giorno a Caio: cosa è, per te, la vita?

La vita è il goder di tante cose; gli fu, di rimando, espresso.

Rivolse, tizio, la domanda ad un altro e, ad un altro ancora.

Per un, la vita era l'amore.

Per qualcun era il viaggiare.

Chiedendo a destra e a manca, ebbe risposte avverse: La vita era il potere, per qualcun, mentre per altri era il mangiare.

Per tanti, la vita era lavoro. Ma, trovò persino che era il dormire!

Pose la domanda ad un sordo, senza aver risposta alcuna.

Per un bambin la vita era giocare.

per l'anzian, parlar de' tempi andati.

Così, girando attorno, e domandando a tanti, scopriva un mondo nuovo:

per qualcun la vita era rosolar la pelle al sole, per altri era ascoltare il mormorio del mare.

E c'era chi rampicava i monti e quello che li scendeva sciando la neve a valle.

Per qualcun la vita era contare i soldi, per altri stare a pregare.

Poi lo chiese al cieco che era lì, ad aspettare:

Cosa è, per te, la vita?

La vita?- Rispose-... Ah sì, la vita. La vita è la luce, ma deve venire ancora.

[torna all'indice](#)

# Il campanello della chiesa

*di Antonella Iacoponi*



Vicino alla Chiesa, s'innalza il campanile,  
le tortore danzano intorno,  
gli narrano segrete melodie,  
ed egli ascolta, cortese e gentile,  
aspettando che si spenga il giorno...  
Curioso, origlia sospiri e poesie,  
osserva nascite, nozze, sorprese,  
da sempre si staglia sul paese,  
e lo protegge con amore:  
a un dolce suono di campane,  
offre conforto ad ogni cuore;  
sorveglia le case, vicine e lontane,  
il gregge che torna alla stalla...  
Benevolo, scruta la fanciulla,  
che sola si reca alla fonte.  
Spira una soffice brezza, da ponente,  
tra i pinnacoli, fluttua una preghiera:  
è il rosario di una madre sulla culla,  
mille candele inondano la sera,  
giunge la luce di una stella,  
il campanile tuffa una guglia nella luna,  
vorrebbe donare gioia e fortuna.

[torna all'indice](#)

# Sogno

*Di Mila*

Ho fatto un sogno strano, non sono  
neanche sicura che fosse un sogno!

Qualcuno nella luce mi ripeteva il tuo nome.

Ho chiesto perché ma non ho avuto risposta... Ho cominciato ad avere timore e a cercare di svegliarmi, non volevo più stare lì.

Quella voce mi ha chiesto di non cedere. Ero spaventata, anni ormai che non mi capitava più di vedere quella luce ed ora avevo paura

Perché qualcuno vuole da me qualcosa...,

Il sogno continuava ed eri tu stavolta ad implorarmi.

Non vedevo il tuo volto ma riconoscevo le tue mani Tese verso di me.

Chiedevano aiuto ed erano bagnate dalle tue lacrime.

Mi sono svegliata con una sensazione di impotenza e a quel punto...

Erano mie le mani bagnate dalle tue lacrime.



[torna all'indice](#)

## Alla prova condivisa dei giorni

*Di Alessio Begliomini*

"Inebriatemi di musica.

Fatemi pianger ancora lacrime d'anima.

Toccate con la melodia il fondo della mia piaga, a suscitarmi i colori  
indicibili che non appaiono se non nello spettro luminoso delle  
stelle.

Ecco che io sono come all'inizio del dissolvimento. Sono pieno di  
sostanze che si disgregano e di succhi che fermentano. Odo in me i  
germogli che udii già nell'alta notte vegliando le salme tra le corone  
funerarie.

E io vivo tuttavia meravigliosamente. Il mio spirito è il cristallo di  
tutti i misteri. L'immenso flutto lirico della creazione lo attraversa



per salire dalle radici del mondo al triplice solco della mia fronte d'uomo.

Oggi contemplo la morte vestita di non so che celeste pudore, quale me la mostrarono lassù, nel paese gotico, certe tombe terragne del dugento.

Gli occhi sono aperti come le corolle alla prima ora della luce; e le mani conserte sembrano già partecipare della vita eterna.

Penso all'arte di quel dio che, nel dì novissimo, rimodellerà i suoi eletti a somiglianza della sua bellezza recondita.

Nel mio volto supino la lesione del tempo e della vita, a un tratto, sarà cancellata.

Ridiventerò giovine nel marmo del mio sepolcro, come i trapassati

nelle stele funerarie degli Elleni.

Scolpito in piedi, terrò per la briglia un gran cavallo alato, non somigliante né all' Ippogrifo né a Pègaso.

La morte non mi appare se non come la forma della mia perfezione.

Eternerà tutti gli elementi che la vita commuove e commuta in me con una perpetua alchimia".

(D'Annunzio)

Rivive nell'esperienza di Gabriele d'Annunzio potere di pensiero: radiante sulle forme della pietà mondana - ambigua sorte al limite di un condiviso benevolo sentire riflesso nella nostra visibile vicenda- e sul caos d'estetizzanti giovanili passioni.

"Limite alle forze? Non v'è limite alle forze. Limi te al coraggio? Non v'è limite al coraggio. Limite al patimento? Non v'è limite al patimento. Dico che il non più oltre è la bestemmia al Dio e all'uomo più oltraggiosa. Di là dal coraggio, di là dal sacrificio, di là dalla vita, di là dalla morte, ecco il luogo altissimo, ecco il luogo profondissimo, ecco il luogo segreto, mistico e ardente, dove io respiro" (Gabriele d'Annunzio ai compagni d'ala e d'anima, il dì 7 agosto 1918, sul campo di San Pelagio).

E qualità ascetica riemerge sì nel "Notturmo" -cui la reale armonia immaginativa, affiorante nitido consenso la parola, decade il De Michelis ad allucinazione e sogno con distorsioni dialettiche irridenti più tosto l'intelligenza del critico-, che da orientamenti anteriori risuscitati a volontà, ad attesa visione di veglia con le "Faville del Maglio". "Nessun uomo al mondo ha mai quanto d'Annunzio portato a termine-testimonia Bontempelli-la consegna avuta dal destino, senza un dubbio senza un riposo".

Dirà Gabriele : "l'espressione è il mio modo unico di vivere" -espressione di ricordo?...di ritorno?...: di divenire con lui annientatore, la tentatrice brama che ne cristallizza e oscura il mondo.

"Talvolta la poesia -accorg'egli a rivelarne- si crea nel punto dove la vita come materia coincide con la vita come spirito. Una pagina di tal poesia è immarcescibile come il cedro della fundamenta di

Venezia, come il legno dei violini illustri, come la corona del martirio".

Con cuore innamorato nel suo dono a un identico cimento, incrollabilmente egli affida il proprio maestrato alla Poesia; in comunione, positivamente indipendente da connessione "ecclesiale", coi

doni dello Spirito a Caterina La Senese : è la misteriosa rivelazione a noi giunta col ritrovamento di una sua lettera fraterna, del '28, indirizzata a Padre Pio da Pietrelcina.

Scegliamo ancora dall'opera del poeta un passo –percezione, in espressione d'armonie ulteriori, d'un mistero- intitolato "Contro la speranza".

Speranza: che fame ne duole per ogni appreso amore.

(Alessio Begliomini)

"MI SOVVIENE d'un malinconico mio verso giovanile: l'autunno è veramente una primavera dissepolta. Ma, come tutti i morti dissotterrati, spande le più pericolose infezioni coi tossici della putredine. L'anima non fu mai più fumida in me. Ho veduto una nuvola bassa su l'Aventino lacerarsi contro le ruine dei palazzi imperiali.

Che strana sera! Affannata dallo sforzo del temporale, tutta ancor bagnata dagli scrosci ma caldicia come se ancora tra le commessure del lastrico luccicanti ribollisse la feccia dell'estate .I corpi lenti delle nuvole erano maculati di solfo come la pelle delle salamandre piovane. Qualcosa di simile a un ribrezzo animale pareva spargersi per l'ombra là dove la luce si ritraeva come la marea su le spiagge oceaniche quando la sabbia palpita oscuramente della vita marina rimastavi presa tra i rottami e il tritume e le lunghe erbe senza radici e i riflessi delle prime stelle.

Io non distinguevo quelle apparenze dai modi della mia intima vita; ma sentivo tutte le cose prossime ai miei sensi, come il pescatore che va a piedi nudi sul lido scoperto dal riflusso e si china a ogni tratto

per riconoscere e raccogliere quel che gli si muove sotto le piante. Gli aspetti della città erano simili alle mie passioni e alle muraglie di Ninive e di Cnosso, luoghi del mio ardore e della mia fantasia, esistenti e inesistenti, figure del desiderio e figure del tempo.

Era una di quelle tumultuose armonie onde soglion nascere le più belle forze della mia arte. Nulla sfuggiva agli occhi senza tregua attentissimi che la Natura mi ha dati e tutto m'era alimento e aumento.

Una tal sete di vivere è simile al bisogno di morire e di eternarsi. In certi giorni io ho saputo come vivessero gli uomini prima che. Prometeo indebolisse i loro cuori ponendovi le cieche speranze.

O discepolo ignoto, se vuoi che i tuoi giorni sieno pieni, guardati da quelle molli compagne che s'interpongono perché tu non forzi ciascun attimo a darti subito tutto ciò che porta.

Io veramente non ne ebbi se non una, ed era armata di giavellotto come Atalanta; e sempre, per non lasciarmi uccidere e per avanzarla, io imitavo lo strattagemma di quel pretendente che lasciò cadere i pomi

nel correre. Lasciavo cadere i sogni vani.

Ma se, così trasposta, consideri la favola, trovi in essa un senso magnifico. E l'uno all'altro alfine si congiunsero per profanare un tempio e per trasfigurarsi in leone"

(D'Annunzio)



[torna all'indice](#)

### Cecità e ricerca

Di Varo Landi



Sono entrato in questo giornale quasi per caso e, da subito ho dovuto pensare con quale ruolo mi dovessi presentare. Ma, è presto detto: Sono non vedente, per cui il mio istinto è quello di combattere contro la cecità, a tutto campo, anche tentando di sensibilizzare tutti, affinché tutti appoggino il mondo delle ricerche contro le tante cecità. E, la cosa non è semplice, sia per la materia di per se, sia perché tante persone che contano nella questione, sembra non abbiano idee chiare, sulla cecità. Purtroppo sull'argomento, ci sono tante ipocrisie mascherate che non aiutano i ciechi e gli ipovedenti e, mi sembra giusto fare opposizioni anche contro queste ipocrisie. Ci sono idee lontane dal giusto. Perché associano la cecità solo ai problemi pratici della vita quotidiana, trascurando l'aspetto più importante che è quello psicologico della percezione della perdita di un intero mondo, che è l'aspetto più drammatico delle cecità. Ne ho sentite dire tante sulle cecità: Addirittura c'è chi dice che la cecità è un valore aggiunto!, e, a dirlo sono principalmente coloro che intendono rappresentare i ciechi. Ma, dico io: che razza di valore può aggiungere la cecità? Qualcuno, non vedente, si offende a sentirsi considerato invalido! interpretando la parola

invalidità, come offensiva, mentre l'offesa viene dal tono usato e, non dalla parola. Polemicamente, proporrei a chi si offende, di andare come vigile a dirigere il traffico cittadino ad un incrocio stradale di una città, per metterlo di fronte alle evidenze. Qualcuno pensa che un cieco sviluppi doti compensative tali da essere simile ad un normodotato. Ma, dico: certo che se in qualche modo, non si compensasse, sarebbe peggio, però, queste compensazioni, saranno sempre qualcosa in meno della perdita.. Molti non vedenti vorrebbero lavorare come i normodotati, beh, dico io: proponiamo loro di lavorare come saldatori con le saldatrici ad acetilene, o ad arco (chiaramente il sarcasmo serve solo per evidenziare che è sbagliato pensare che un cieco possa fare tutto)! Scusate il sarcasmo, ma a volte ci vuole, per far capire ciò che non si vuol capire. Ma, qui rischio di essere frainteso effettivamente, per cui, è meglio precisare: è certo che il lavoro sia importante per tutti, ciechi compresi. Il lavoro è un pilastro della società e, deve essere assicurato a tutti. In questo impegno la UICI si distingue tra le varie associazioni perché è nata proprio per sostenere i diritti dei ciechi a partecipare pienamente alla vita sociale... Però, ci sono le difficoltà oggettive che ci ostacolano, per cui non sempre tutto è possibile. Noi ciechi abbiamo diritti, ma abbiamo anche dei limiti, rispetto alla società che ci circonda. Per cui, mentre si cerca di sostenere i non vedenti, si dovrebbe combattere la cecità, appoggiando le ricerche e la medicina. Altri pensano di poter apprezzare opere artistiche usando il solo tatto. Ecc. Ecc., e ancora ecc.. Ecco, come diritto a conoscere, va bene, ma, come apprezzamento totale dell'arte, permettetemi di dissentire: l'opera artistica è un lavoro estetico dotato di particolari, ma, che si esprime nel volume complessivo, per



cui solo la vista può evidenziarne nei dettagli il bello.

Ci sono atleti non vedenti ,tecnici non vedenti. insegnanti non vedenti. Ci sono cantanti non vedenti. Ecc. Esiste anche il tiro con l'arco per non vedenti! Ma, non è proprio uguale a quello dei normodotati, perché Nella disciplina, intervengono strumenti aggiuntivi e tecniche particolari ,per indirizzare una freccia, senza vedere dove, poi, questa andrà a finire...E, il cieco non può godere del seguire la traiettoria della freccia , per, poi, far tesoro della esperienza e, correggersi autonomamente. Lo strano è che tutti considerano la cecità sotto un profilo molto irrealistico nel quale viene esclusa la particolarità più vera e più eclatante, Appunto, la vista! Ma certo: io sto scrivendo con le dieci dita, senza vedere: non mi serve, per scrivere, purché ci sia una sintesi vocale. Insomma, sembra che il cieco possa fare tutto. Ma Sì, sapete quanti ma si potrebbero raccontare!? Il "ma" più evidente riguarda il fatto che al cieco manca tutto il mondo visivo.



Stiamo bene attenti, però al mio concetto di cecità totale, che è diverso da quello delle cecità legali , perché in quelle possono esistere residui visivi importanti che non permettono una autonomia ma che consentono di vedere ugualmente qualcosa abbastanza bene per tenerci nel mondo. Ho detto che al cieco manca tutto il mondo del vedere; mi riferisco al cieco privo di residui visivi. I colori. La luce. Le immagini, e altro. Tramite i quali, nel profondo della coscienza si crea la soddisfazione di vivere in un mondo bello. Provate a immaginare la realtà del cieco assoluto: Il buio fitto, dove niente esiste. Oppure un senso di luce che non è luce, ma è una condizione nella quale il

nero del buio è sostituito da un campo totalmente grigiastro, uniforme, come una nebbia fittissima ,priva di qualsiasi parvenza di immagini. Pensate di dover vivere lì, per sempre. Ci potranno essere suoni o rumori. Ma niente immagini. Ugualmente si riesce a fare lavoretti a tatto, oppure scrivere con la tastiera. Ma nella nostra coscienza si produce un disagio eterno. Il rimpianto e la nostalgia di un mondo perduto. Si può ascoltare la televisione, ma, pensateci: seduti davanti al televisore ,ormai ad alta definizione: gli altri scoppiano in una improvvisa risata: Il cieco no! Lui non si rende conto: l'attore ha fatto una espressione di meraviglia, o di sorpresa. Una smorfia. Oppure è comparsa una persona imprevista, ecc. il normodotato ammira tutta una scena ,eloquente e rafforzata proprio dal silenzio. Invece, che ne sa il cieco? Ecco: il personaggio, guarda con aria incredula, prima lei, poi, l'altra ,poi, di nuovo lei, con espressioni di sorpresa, mentre il pubblico ride con risate, sempre crescenti. Poi ride anche il cieco, trascinato dalle risate degli altri, anche se, della scena, niente ha capito, può solo intuire; come si possono intuire le espressioni, la mimica? o la gestualità?. Certo: mi riferisco alla cecità priva di residui, perché, un residuo visivo può aiutare a intravedere tutto.



Il film di fantascienza dove lo spazio profondo è punteggiato di stelle e, verso quelle si muove l'astronave impegnata in una manovra spettacolare. Una musica di suspense che al cieco non dice niente, tranne la sensazione che sta per accadere qualcosa... Dall'astronave si vede uno spettacolare ambiente, interessato da effetti luminosi delle aurore boreali di Ganimede. O,il mostro cosmico che intercetta e attacca ogni forma di vita. Dallo schermo le immagini della savana , con lunghi silenzi, perché le immagini dicono tutto. Tutto per un vedente. Niente per il cieco. Il fondo marino silenzioso per lunghi minuti: ma, cosa sta accadendo? Cosa si vede? Il commento del cronista non descrive lo spettacolo di colori di pesci, di coralli, di piante dei fondali.

Mentre il vedente rimane incantato per le bellezze mostrate. Ecco, magari per il cieco ,è meglio la narrazione di un bravo scrittore! Almeno questi gli racconta tutto, e può avere emozioni. Accendendo la fantasia, per immaginare tutto, come in un sogno, creato nel suo intimo. Ecco, è l'immaginazione che si sostituisce alla vista. Anche in questo caso,, l'immaginazione è niente; nel senso che nessuna immaginazione è capace di sostituire la vista. Ho detto che al cieco manca tutto il mondo del vedere. So bene quello che dico. Perché nella mia vita passata, ho osservato moltissimo ,scoprendo ogni giorno tante meraviglie percepibili solo con la vista.



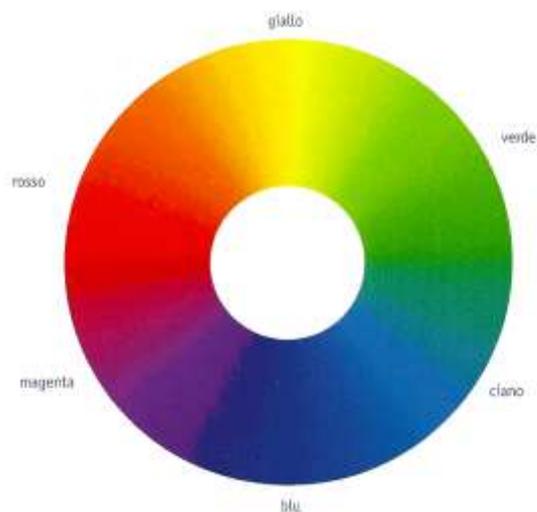
Avete mai fatto caso al ragno che tesse la sua trappola? E la mosca che vi rimane impigliata? Oppure l'altro ragno di grandi dimensioni, sulla ragnatela costruita tra i rovi di una scarpata? Oppure il ragnetto rosso nella sua minuscola ragnatela tra la crepa di un vecchio trave di legno? Avete mai visto il volo delle falene, o quello delle libellule, o quello di un pipistrello, o, del rondone che si lancia verso l'acqua del fiume, per raderla a catturare insetti?

Avete mai notato come si comportano le formichine che escono dalla loro tana, dirette verso una meta precisa, mentre altre tornano alla tana con qualcosa da portarci dentro? Senza la vista, quel mondo non esiste. Come non esiste il mondo delle minuscole farfalline colorate che svolazzano da un ciuffo di erba ad un altro, o i minuscoli grillini che, nello stesso ambiente, saltellano qua e là, tra ciuffi di margheritine bianche, con le estremità dei petali sfumati di rosso, con il centro giallo. O, ciuffi di violette eleganti e profumate?

Da giovane mi divertivo ad osservare quel mondo. Non è un mondo statico. Invece, è addirittura sorprendente.

Con la memoria mi riporto a tempi antichi ,quando la mia curiosità volle sperimentare quel mondo delle formichine.

Oggi sarebbe considerato un esperimento crudele. Ma non meno crudele è la condizione della cecità, per il quale tante persone che contano, non si commuovono minimamente. Per cui vado a raccontare l'episodio:



Nell'aia, sotto un caldo sole estivo, avevo notato un formicaio. Mi ero fermato per osservare il comportamento delle formiche, le quali andavano e venivano dal formicaio costituito da un buchetto nel terreno e, una protuberanza tutto intorno, vidi finissima sabbia. Una mosca mi girava intorno e, decisi di usarla per l'esperimento. La mosca si era posata, e allora mi ero avvicinato lentamente con una mano aperta, poi, con uno scatto velocissimo, la afferrai. Poi, aprendo lentamente la mano misi allo scoperto, appena quanto sufficiente per prendere l'insetto con le dita della mano sinistra. In questo modo potei prendere le due ali e, staccarne una. La povera mosca non avrebbe più potuto volare. Tenuta con due dita, ,portai l'insetto vicino al formicaio e, lo deposi lì.

La mosca era visibilmente traumatizzata,, e si muoveva poco. Una formichina si era avvicinata, fino a toccarla. Ma, evitò di aggredirla. Invece si diresse, dritta dritta al buco del formicaio e vi entrò dentro. Per diversi secondi, non accadde niente. Poi, dal formicaio uscì una formica, e, dietro, ne uscì una seconda, poi, una terza. E così via, fino a che uscì un buon numero di formichine. Tutte andarono verso la mosca che non era lontana. ,la circondarono, poi, diverse, simultaneamente, si slanciarono verso le zampe della mosca ,afferrandole con le loro mandibole. La mosca fece un sussulto e cercò di sottrarsi

all'attacco, ma in pochi secondi tutte le formiche le erano addosso. L'epilogo è immaginabile: in pochi secondi, la povera mosca era totalmente inerte. Ma ricordo il senso di tutto: la prima formica, trovata la preda, era andata a chiamare rinforzi, e, tutte insieme avevano messo in atto un attacco molto ben coordinato. Dimostrando



intelligenza, dialogo, coordinamento ecc.

Ma, volevo dimostrare anche come la vista mi aveva permesso di notare tutto, in tutti i minimi particolari. Tornando al cieco, si nota bene, come il mondo appena raccontato, per lui non esiste. Posso raccontarlo io, rievocando le passate esperienze. Ma è cosa uguale?

Il mondo è pieno di cose meravigliose che danno senso alla vita.

Non vado a cercare cose stupefacenti. Per me tutto era bello. Mi fermavo a lungo a guardare il cielo, dove le nuvole si muovevano. Non tutte nelle stesse direzioni e, non tutte uguali di forme e di colori: alcune bianche, e, alcune grigie. Nessuna uguale all'altra. Forme diverse e cangianti. che, a volte, assomigliavano a sagome di animali, e, a volte sembravano abbozzi di immagini umane. A volte semplici sagome sfumate, o nette, somiglianti a niente. E, alla sera, anche colorate dal sole in tramonto, di giallo, di rosso aranciato, o viola, ecc..

A volte le nuvole si avvicinavano tra loro e, si integravano in forme più grandi. Così, semplicemente osservando le nuvole, riuscivo a capire se poteva piovere o meno, semplicemente osservando il colore e, la densità. Ma, anche guardando in quale direzione si spostavano.

Assicuro che la cosa può essere divertente. Ma, siamo in un mondo invisibile ai non vedenti e poco apprezzato da tantissimi normodotati, spesso distratti ed abituati alla normalità. Però, è innegabile che il cieco non possa apprezzare tutto il fascino della natura. Magari apprezza il fruscio

del vento, tra le fronde delle piante, o, il tepore gradevole del sole di primavera, ecc. ma questi sono suoni e sensazioni diverse dalla vista, avvertibili anche dai non vedenti. Però, il vedente può godersi tante altre cose:

Le onde del mare si frangono contro gli scogli con il tipico effetto di risacca, mentre ragazze e ragazzi, sguazzano allegri nell'acqua, ed altri si adagiano a rosolarsi al sole. Altri anch'ora si avventurano più al largo con natanti di ogni tipo. Altri giocano con la sabbia ed i sassi. Qualcuno gioca con la palla. Qualcuno corre. Rumori festosi. Risate felici. Chiacchiericci divertiti, ecc., ma, per il cieco, si tratta di un mondo

fantasma: nessuna immagine. Delle belle ragazze che sono lì a pochi metri, sente solo le voci: se, invece di essere belle ragazze, fossero brutte ragazze, sarebbe uguale. Comunque, nessuno si cura del cieco, tranne il marocchino che lo aborda con il suo immancabile borsone di inutili cose. e, per fortuna che giunge un altro con cocco fresco e lattine di bibite fresche! Per il cieco la giornata è bella così: tornerà all'albergo contento, senza sapere di quanto abbia perduto! Ed è vero che si può essere contenti per un niente, o essere infelici pur avendo tutto, come quei due che urlano e sbraitano per un piccolo incidentino d'auto senza nemmeno un graffietto. Il cieco sarebbe felicissimo di essere autore di quel piccolissimo incidente! Cosa? vi meravigliate per quanto ho detto? Ma vi rendete conto? Spiego: Se io avessi fatto quel piccolo incidente, avrebbe voluto dire che potevo guidare! E, vi pare niente?

invece: Si torna via dalla spiaggia, mia moglie: Sapessi che belle ragazze c'erano vicino a noi! Una aveva un tatuaggio con una farfallina colorata posata su un fiore che sembrava uscire dal topless. Poi aveva un anellino d'oro intorno all'ombelico. L'altra, invece, un anellino a cerchietto d'oro, lo aveva intorno ad un capezzolo e poi, aveva tatuato un serpentello intorno ad una caviglia. Domando: era in topless anche lei? Risposta: forse sì, ma....

Conclusione: ma volete qualcuno più tranquillo di un cieco? Gli manca tutto il mondo del vedere. Nessun sussulto, nessuna emozione nasce dal mondo circostante, salvo che dai suoni che lasciano solo interrogativi. Ma, poi è il più calmo, perché lo dice bene anche il proverbio: "Al cieco non far sapere quanto è bello il mondo del vedere!

["torna all'indice](#)

# Il primo scontro fra Trump e Putin

*A cura di Renzo Coletti - Di Israel Shamir*

Breve riassunto dell'attacco siriano: una forza esterna ha spinto i leader di Russia e Stati Uniti allo scontro; Putin e Trump, come due cavalieri riluttanti a combattere, non sono riusciti ad evitare la carica. Il meglio che potevano fare, l'hanno fatto: si sono evitati l'un l'altro. Questa è stata la conclusione un po' inaspettata dello scontro attentamente pianificato. La montagna ha partorito un topolino.



L'ultima cosa che voglio è incoraggiarne altri. I due presidenti hanno già mostrato coraggio, limitando i danni al minimo. È ingiusto criticarli per non aver sconfitto il proprio avversario.

Sul versante americano, Trump è stato criticato da noti filantropi, tra cui Mohammed (fratello del defunto Zahran) Alloush, leader di Jaysh

al-Islam, gruppo combattente jihadista moderato, sostenuto e pagato da quel principe progressista che risponde al nome di Mohammed bin Salman.

I raid aerei sono stati "una farsa", ha detto. Anche Israele è scontenta dal fatto che il presidente americano "abbia fatto il minimo indispensabile".

Se Trump non è stato ancora scuoiato dai falchi di Washington, è perché ha giudiziosamente portato nel proprio accampamento i peggiori guerrafondai, John Bolton e Nikki Haley, come scudi umani nel caso di un attacco neocon: nessuno può accusare un uomo il cui consigliere per la sicurezza è Bolton e l'ambasciatrice ONU è la Haley di essere morbido verso Putin. Come si dice nell'esercito, è meglio averli dentro la tenda a fare pipì fuori, piuttosto che averli fuori a fare la pipì dentro.

Alcuni sono comunque critici. Vil Mirzayanov, l'esperto russo che aveva spiato lo sviluppo di Novichok ed è poi immigrato negli USA, nel suo

blog ha scritto ai suoi ex maestri della CIA: "[con questo attacco], Trump ha confermato di essere

un agente di Putin! La povera Nikki [Haley] dovrebbe sbattere la porta ed andarsene, una persona onesta non può rispondere ad un agente del Cremlino".

Gli agenti del Cremlino reale, o, in alternativa, i dissidenti occidentali, hanno presentato l'attacco come una "grande vittoria per Putin". Questo è l'unico terreno comune tra Putin ed i suoi critici: qualunque cosa il sovrano del Cremlino faccia, deve essere presentato come una sua grande vittoria. Sarebbe però sciocco dipingere l'attacco come un successo per il presidente russo. Il Cremlino ha cercato di evitare del tutto l'attacco.

Ha sì parlato di una dura risposta, di "portaerei" colpite, di Satan 2.0 e di inverno nucleare, ma le parole non si sono tradotte in azione.

Nessun aereo britannico o americano è stato abbattuto o colpito. I russi non hanno usato i sistemi SAM S-300 o S-400, sostenendo che i missili americani non si sono avvicinati alle basi russe. Punto controverso:

Putin si è fermato all'attacco a Damasco, che non è una base russa.

Ammettiamolo: Vlad non ha fermato l'attacco e non ha obbligato il trasgressore a pagare il prezzo per questa palese violazione del Diritto delle Nazioni. L'ex generale Leonid Ivashov, importante osservatore militare russo, ha detto che l'attacco ha smascherato il bluff di Putin sulle sue potenti nuove armi e, peggio ancora, lo ha dimostrato indeciso ed incapace di rispondere a modo. Siamo andati via con la coda tra le gambe, ha continuato. I risultati della Russia in Siria sono stati cancellati da questa vergognosa inerzia. Quel che è peggio, l'attacco di Trump ha distrutto ciò che restava della struttura del diritto internazionale stabilita da Roosevelt, Churchill e Stalin. Questi tre giganti hanno creato l'ONU ed il suo Consiglio di Sicurezza per evitare tali eventualità, vietando l'aggressione.

L'attacco invece è stato sicuramente un atto di aggressione nei confronti di uno stato sovrano, condotto nonostante l'obiezione di un membro permanente del Consiglio, la Russia. Ora le porte dell'inferno sono aperte e la legge internazionale demolita, e questo perché Putin ha accettato di accogliere l'attacco di Trump, ha detto Ivashov.

Sebbene i media russi ufficiali parlino di una grande vittoria, visto che nessun soldato è stato ucciso, molti russi concordano con la visione di Ivashov. La domanda principale è se questa avversione russa al

combattimento incoraggerà gli americani a compiere futuri attacchi, o se Trump riuscirà a contenere i suoi avversari. Come fatto notare dall'ottimo Pepe Escobar, è difficile accettare la versione ufficiale russa, che dice che i sistemi SAM siriani hanno intercettato il 70% dei missili in arrivo. Questo sarebbe un risultato

clamoroso anche per i sistemi più aggiornati. Il risultato insignificante dell'attacco si può spiegare più facilmente con la decisione di Trump di minimizzare il danno, come dice l'esercito israeliano.

Gli esperti militari russi qui a Mosca mi hanno detto che su un centinaio di missili sparati dagli Stati Uniti e dai loro alleati, solo uno o due erano moderni missili da crociera. E sono stati proprio questi a distruggere l'istituto di ricerca di Barzeh. Non un "centro di armi chimiche", solo un istituto di ricerca chimica; la sua distruzione è stata peraltro un copia-incolla del bombardamento di una fabbrica farmaceutica in Sudan, voluto da Clinton con un pretesto simile. Tutti gli altri missili erano vecchi ed a fine servizio, dovevano essere utilizzati in qualche modo. Alcuni di loro potrebbero anche esser stati abbattuti dal fuoco antiaereo siriano, altri sono caduti senza infliggere molti danni. La difesa aerea siriana non è in grado di far saltare in aria i moderni missili da crociera; le sue richieste di essere rifornita di moderni sistemi SAM sono stati rifiutate su richiesta di Israele (Netanyahu è andato a Mosca dicendo che l'S-300 in mani siriane trasformerebbe tutta Israele in una no-fly zone; Putin ha concordato con lui, e quindi ai siriani sono stati negati i moderni SAM). Si spera ora che questi sistemi possano arrivare all'esercito siriano.

Gli esperti russi in contatto con l'esercito americano mi hanno detto che l'esercito USA ha sfruttato l'occasione per riqualificare i piloti di riserva; quello che chiamano "un procedimento di routine". Questa combinazione di vecchi missili e piloti meno esperti ha contribuito a ridurre l'efficienza dell'attacco. Ed ambo le parti, russa ed americana, hanno ammesso che la linea di de-escalation è sempre stata operativa. Parlando invece della storia delle armi chimiche, questa fa acqua da tutte le parti. L'avvelenamento di Skripal s'è concluso con la vecchia spia in buona salute; con Boris Johnson sorpreso a mentire; con l'OPCW che si rifiuta di collegare il veleno di

Skripal a Mosca; e con gli inglesi che tengono la figlia in isolamento, lontana dal compagno e dal resto della famiglia, chiaro segno che la storia sta crollando. Si spera che Corbyn sappia sfruttare la débâcle della May a proprio vantaggio.



Anche la parte siriana di questa storia è crollata, dopo che Robert Fisk, uno dei migliori analisti britannici del Medio Oriente (assieme a David Hirst) ha visitato Duma ed ha riportato le dichiarazioni di un protagonista, un medico della clinica ripresa dai White Helmets. Ha scritto:

"Di notte, ci sono sempre stati bombardamenti a tappeto [da parte delle forze governative], ed aerei sopra i nostri cieli. Quella notte però c'era anche vento, e così enormi nubi di polvere sono entrate nelle cantine delle varie case. La gente ha cominciato ad arrivare qui soffrendo di ipossia, cioè mancanza di ossigeno. Poi, qualcuno alla porta, un "Casco Bianco", ha urlato "gas!", ed è scattato il panico.

Hanno cominciato a gettarsi l'acqua l'uno sull'altro. Sì, il video è stato girato qui, è autentico: quel che si vede però sono persone che soffrono di ipossia – non di intossicazione da gas".

I russi hanno effettivamente individuato alcune delle persone visibili nel video, e dicono che è una messa in scena (i media occidentali dicono che sono stati minacciati a dire quel che hanno detto). Ho più fiducia nel report di Fisk che in quello russo, ma potrebbe essere un mio pregiudizio. Ad ogni modo, entrambe le versioni non si escludono a vicenda, ed entrambe minano la falsa storia che ha fornito la scusa per l'attacco. Una notizia interessante, che prova che sono stati fatti dei preparativi prima del presunto attacco, è stato pubblicato dal blog della comunità bancaria di Cipro. Dicono che la base aerea britannica di Akrotiri, a Cipro, abbia urgentemente rafforzato il proprio perimetro (lavoro fatto dalla compagnia britannica Agility) il 5 aprile, cioè prima del presunto attacco gas di Duma. La seconda base aerea britannica, Dhekelia, ha portato avanti lavori simili il 12 aprile, una settimana dopo, prima che il governo britannico avesse deciso di

attaccare. I lavori di Dhekelia sono stati eseguiti con grande rapidità ed urgenza. Per costruire le strade, si è dovuto prelevare le attrezzature dai vicini villaggi di Xylotympou ed Ormideia. Il pagamento dei lavoratori locali è stato effettuato tramite la HSBC di Hong Kong, dicono. Ed in effetti queste basi (trattenute con la forza dalla Gran Bretagna) sono state usate per l'attacco alla Siria. L'OPCW potrebbe dissolvere i dubbi su ambo i casi, quello di Skripal e quello di Duma, ma non fatevi troppe illusioni. Sembra che l'OPCW, come qualsiasi altro organismo internazionale, faccia parte del meccanismo dei Maestri del Discorso. Il suo rifiuto di consentire alla Russia di prender parte alle indagini sul caso Skripal, nonostante il suo statuto parli chiaro, rende la sua conclusione dubbia, nella migliore delle ipotesi. L'incapacità degli ispettori di entrare a Duma, nonostante tutti gli sforzi di Damasco e Mosca per facilitarne l'ingresso, ci dice che non hanno alcuna voglia di indagare a fondo; proprio come non erano desiderosi di entrare a Khan Sheykhun l'anno scorso. Nel frattempo, i media occidentali ed i gruppi jihadisti sul terreno sono impegnati a tessere una nuova rete di bugie al posto di quella vecchia. Ora dicono che il report di Fisk è sospetto perché i russi gli hanno concesso di entrare. Dal seguente tweet, possiamo capire il loro pensiero:



"Salih @ Salih90119797 Apr 17

In risposta a @Elizrael

Salutiamo Israele, nonostante i loro crimini in Palestina. Speriamo che continueranno i loro attacchi in ogni parte della Siria; il regime iraniano deve crollare" Questi "ribelli islamici" in realtà sembrano più tirapiedi di Israele che guerrieri del Profeta. I due presidenti, a mio avviso, hanno compiuto sforzi eroici per salvare i propri paesi e l'umanità intera dalla distruzione; entrambi hanno rischiato la propria reputazione per raggiungere

tale obiettivo. Trump ha minimizzato il bombardamento, Putin la risposta.

Entrambi hanno però commesso degli errori. Putin ha sbagliato a dare ad Israele carta bianca per bombardare la Siria ogni volta che vuole. Gli attacchi israeliani (e ce ne sono stati più di cento lo scorso anno) hanno creato quell'aria di permissività che ha permesso a Trump di fare altrettanto. Se Israele bombarda la Siria ed i russi non reagiscono, perché non può Trump? Israele ha creato il precedente, gli USA l'hanno seguito. Ho chiesto al senatore Alexey Pushkov, capo del comitato per le relazioni estere, se pensa che, col senno di poi, non sia stato un errore. Ha giustificato la scelta dicendo che la Russia è giunta in Siria per combattere gruppi jihadisti, ISIS, al-Qaeda ed altri, non Israele. La Russia è amichevole con Israele, Iran e Turchia, e non vuole risolvere i conflitti locali. Pushkov ha sottolineato che Mosca ha sempre condannato i raid israeliani contro la Siria, ancorché non li abbia mai bloccati. In realtà, ammesso e non concesso che abbia criticato Israele, l'ha fatto molto, molto dietro le quinte. L'unica condanna pubblica è stata fatta proprio ora, visto che l'attacco israeliano è avvenuto in un momento molto teso.

Trump, di contro, ha sbagliato a lanciare i missili invece di concentrarsi su Mueller. Grazie comunque per aver limitato i danni.

Provi a completare il ritiro dalla Siria, già che c'è.

Il problema è che le forze che spingono verso la guerra sono ancora attive. Sembra ci sia una grande ondata che porta le navi russe ed americane verso la collisione con le rocce. I leader, per ora, sono riusciti ad evitare lo scontro. L'onda però è ancora lì, e la prossima volta potremmo essere meno fortunati. Siamo entrati in una nuova fase della coscienza umana, dove milioni di utenti di social network possono esprimere la propria opinione. I nostri nemici sanno però come manipolarle. A meno che non ci sia uno sforzo serio per mettere da parte i sentimenti distruttivi, l'umanità perirà, e non avremo nessuno da incolpare se non noi stessi.

È necessario contrastare lo scontro USA-Russia con un'azione positiva.

Lo spargimento di sangue a Gaza fornisce una buona opportunità in tal senso. Uno sforzo congiunto tra i due paesi per alleviare l'assedio di Gaza potrebbe cambiare l'agenda del mondo. +Allontanerebbe anche la mente dei guerrafondai dalla Siria e da Mosca.

[torna all'indice](#)

## Puoi vedere con i miei occhi

*Di Patrizia Carlotti*

Rammenti quel giorno?... mi dicesti che non potevi immaginare il mondo "visto" con i miei occhi!, risposi che sarebbe impossibile immaginarlo!. Dissi così che il tempo e l'abitudine aiutano a cancellare la paura, si confondono verità e finzione ma la luce rimasta imprigionata nell'anima oggi mi fa scegliere sempre per il meglio. Ti dissi che se vorrai capire ti spiegherò, se vorrai conoscere ti guiderò. La differenza tra me e te è che io posso vedere con i tuoi occhi...Il tuo è un mondo frenetico e disordinato, superficiale e distratto. Come fai a non goderti tutto quello che ti sta attorno?, goditi un bel tramonto, il volto di tuo figlio, il colore dei fiori, le stelle nel cielo d'estate...quante altre cose potrei elencarti, milioni, miliardi di piccole sfumature che



passano e magari domani non torneranno!.

Dal canto mio posso dirti che nell'immaginario rivivo piacevolmente le primavere trascorse ne rammento ogni particolare non solo cromatico, ora che la luce non entra più dai miei occhi

comprendo il valore di ciò che ho perso. Tu sei giovane, forte e ti senti invincibile come è giusto che sia...ma non è facile capire la condizione di chi è diversamente abile, sei l'opposto di quello che sono io o per lo meno di come mi sento...vale a dire indifesa come un cucciolo!.

La vita è troppo importante però per non essere vissuta a pieno ogni giorno, quindi dopo aver pianto tanto mi sono rialzata e combatto il malessere dimostrando a me stessa e a tutti quello che valgo... vale a dire tanto!. Purtroppo il buio è compagno d'ogni giorno odiato e inseparabile, una ferita che sanguina e fa male ma non posso fare nulla, di sicuro la speranza è l'ultima a morire ma nel frattempo vivo ogni giorno intensamente.

Ti dico anche che potrai vedere il mondo con i miei occhi solo quando la smetterai di voler primeggiare con le manie di protagonismo... non avertene a male ma per quanto talento tu abbia in un determinato settore quando si ha un handicap raramente vieni notato, forse c'è chi dice "bravo...ma poverino..."Se vuoi provare a indossare i miei panni ti dovrai preparare ad andare in trincea ogni giorno!.

Voi tutti, potrete vedere con i miei occhi soltanto se la smetterete di compatirmi e questo accadrà quando non avrò più bisogno di nessuno per attraversare il caos della città, o faccio la spesa, o prendo un treno come un bus, o ancora se passeggiando non cado in una buca e chi più ne ha più ne metta...Oggi sto parlando con te e mi dici che un glaucoma ti sta portando via la vista...piangi ed io ti tengo le manim singhiozzando mi sussurri "Ora vedo con i tuoi occhi!"

[torna all'indice](#)

## Diminuzione nascite, età aumentata: due false verità

*Di Mario Lorenzini*

Tra le baggianate che ho ascoltato di recente nei TG su più reti eccone in particolare due che mi hanno fatto sorridere. Ancora una volta quello che dicono è la verità; ma lo è fino in fondo? Ma forse i giornalisti, e meglio ancora chi pilota il funzionamento dei media e la testa della gente, sanno benissimo che la maggior parte delle persone si ferma in superficie e, allora, non si accorgerà di quello che c'è tra le righe. O forse semplicemente, non si vuol vedere il lato peggiore delle cose e ci si limita a prendere per buona una notizia al volo, senza riflettere o approfondire. Ecco di che parlo:



NOTIZIA 1: "Le aspettative di vita sono cambiate, si vive più a lungo, l'età media è aumentata."

Qualcuno vuol farci credere che, giunti al 2018, con il benessere alimentare ed economico, uno stile di vita consapevole, e una medicina all'avanguardia, siamo riusciti a spuntare qualche anno di più a questa vita terrena. Eppure, guardiamoci intorno, ci accorgeremo facilmente che non è così. E tutto questo lo capirete senza coercizioni mentali dei vari istituti statistici distorti che si sentono nominare (anch'essi) in TV. Andate dal medico. Parlate con amici che conoscete, guardate le altre persone. Scoprirete che molti hanno malattie croniche, rare, vecchie o nuove (distrofia muscolare, sclerosi multipla, diabete, SLA e tante altre ancora); oppure le solite ereditate dal secolo scorso (cancro, malattie cardiovascolari). Ma niente paura, stando ai dottori, è tutto sotto controllo, con terapie mirate e calibrate giornalmente, nuove cure (mah, solo nomi nuovi). La realtà, che si vuol nascondere è ben altra. Non passa giorno che non senta notizia di un collega di lavoro, un amico, un semplice conoscente, che si ammala o muore per quella malattia o quell'altra. Vi sembrano infrequenti i casi di infarto giovanile? E i tumori, che il tal dei tali cura, con quel successo spesso solo temporaneo. Vogliamo parlare degli incidenti? Troppe auto, troppi guidatori euforici, invincibili seduti al posto di guida del loro SUV. Ma basta uno sbandamento, distrazione o stanchezza, e la vita finisce. Un padre di famiglia, moglie e marito, o una famiglia intera. E lo stress? Questa parola magica, ma della magia nera, che si tramuta in corse affannose della nostra giornata. Si corre per andare e tornare dal lavoro, per fare la spesa, per andare agli uffici postali a pagare qualcosa, sempre in coda; sulle strade e mentre aspettiamo il nostro turno in banca o dal medico. Tutto ciò non ci fa stare bene, tranquilli; e questo si traduce in un invecchiamento precoce delle nostre cellule, un indebolimento generale, con conseguente esposizione alle malattie. Secondo voi questo

allunga la vita? E' un modus vivendi che assomiglia alla camminata di un soldato su un campo minato. Ma perché i mezzi di informazione ci mentirebbero? Le nonnine ballerine e i nonnetti centenari esistono davvero. E che vuol dire? Che siamo in un periodo storico ottimo? Nooo! Che il periodo buono lo hanno avuto loro quando, circa un secolo addietro l'aria era sana, come il cibo. La vita si svolgeva a ritmi più lenti, con un degrado paragonabile del nostro corpo inferiore. Frutta, verdura, carne, tutto più genuino. Niente chimica. Paradossalmente la burocrazia era inferiore, gli impegni quotidiani pure. Ecco perché vivevano al meglio: non avevano internet...Forse potevano cadere in una brutta polmonite e lasciarci le penne, ma avevano un cuore ben più robusto del nostro, rafforzato dal contatto con la natura e lavori manuali. Non tutti avevano l'automobile, si camminava di più, a tutto vantaggio del nostro sistema respiratorio e cardiocircolatorio. Anche le nostre ossa oggi si comportano diversamente. Molti giovani soffrono di noiosi mal di schiena esciatalgie. Sì, proprio come i nostri genitori? No, come i nostri nonni 70enni e 80enni. Ma siamo sicuri che non stiamo invecchiando prima? Ma quale longevità. La media dell'età è sicuramente salita. Oggi salviamo molte vite in età natale e infantile, le stiracchiamo quel tanto che basta per raggiungere 20, 30, 40 anni. Non si muore più di patologie neonatali come a inizio '900. E, sommando le età di adulti, anziani e bambini, certo che otteniamo un dato più alto. Ma, se non invertiamo velocemente il nostro



sist  
em  
a di  
vita  
, gli  
ultr

a centenari o anche i 90enni saranno un ricordo del passato, che potremo ricercare solo in quelle isole sperdute dove la tecnologia occidentale non ha ancora attecchito. Visto come sono diverse le informazioni quando si ragiona?

NOTIZIA 2: "in Italia, la popolazione, specie quella dei bambini, è in calo; questo nonostante le famiglie extracomunitarie, di recente introduzione, che hanno una prole numerosa."

[torna all'indice](#)

Qui, sono sincero, mi è scappata una risata. Ma poi, tristemente, sono rimasto male. Per tutte quelle genti che prendono per buona una tale oscenità. E vi spiego anche questa. E' certo che gli stranieri abbiano famiglie numerose. Più figli rispetto agli italiani di sempre. Ma non è sempre stato così; in passato anche noi, negli anni '70, o poco prima o dopo, avevamo famiglie comprendenti 2, 3 o più figli. E' stata l'economia, che nel tempo ha reso sempre più complessa la ricerca di un posto di lavoro, o lo ha reso mal pagato. I soldi in casa sono stati sempre meno. Come risultato, le coppie hanno scelto, volontariamente, di non aver figli, o magari solo uno. Perché il mantenimento di una vita, di un figlio in questo caso, ha un costo. E vivere dignitosamente e in salute è giusto, ma il nostro stato in questo non ci aiuta. Gli extracomunitari invece arrivano qui da noi già con più figli, oppure ne avranno altri qui. La loro cultura non è raziocinante come la nostra, ma lo diverrà col tempo. Ne sono esempi gli stranieri che abitano in Italia da diversi anni e non hanno molti figli, proprio come noi. E proprio come noi, si sono adeguati ai costi del nostro paese, per mantenere la propria prole. Ma c'è anche un altro fatto, attinente alla notizia. L'affermazione che i figli siano in diminuzione nonostante la presenza dei figli stranieri, è proprio parte del problema. Razzismo e pregiudizi a parte. I figli come si mantengono? Con i proventi del lavoro? E il lavoro c'è? Sì, ma bisogna dividerlo tra non più 10 italiani, ma tra 8 e 2 stranieri. Quindi, meno lavoro, meno soldi agli italiani, i quali fanno meno figli. La presenza degli stranieri non è quindi un incentivo a procreare, piuttosto un evidente presa di coscienza che parte della ricchezza, un tempo ripartita solo alle famiglie italiane (e oggi ce n'è meno di un tempo) viene destinata ad altri. Quindi, a questo punto, giornalisti, agenzie statistiche, organi dell'informazione in genere, attenti! Non stiamo tutti lì a prendere come oro colato i vostri messaggi perché accompagnati da un volto conosciuto della televisione, o un nome altisonante della carta stampata. C'è anche chi recepisce quello che dite e poi indaga...

# Norvegia, quando la natura dipinge un capolavoro

Di Gianfranco Pepe



Nell'immaginario collettivo, l'inverno in un paese dell'estremo nord non è solitamente considerato come una stagione colorata, come un momento dell'anno che possa offrire spettacoli di variopinta bellezza. Al contrario il pensiero si posa inevitabilmente sul nero della lunga notte artica e sul bianco della neve, i due colori che generalmente compongono questo quadro immaginario. In realtà questo breve viaggio nella parte più settentrionale della Norvegia, all'altezza del 68° parallelo, ben al di sopra del circolo polare artico, effettuato alla fine di febbraio, ci ha riservato da questo punto di vista molte sorprese, lasciandoci stupiti, a volte incantati, dall'incredibile varietà di colori che hanno dipinto il nostro soggiorno. Le luci crepuscolari delle lunghe albe e dei lunghi tramonti, il sole basso sull'orizzonte che facendosi strada tra i monti dona ai paesaggi la magia di una luce dolcissima in un'alternanza di chiari e di scuri, sono condizioni uniche per esaltare le capacità e la fantasia dei fotografi. Per non parlare di lei, la regina della notte, quel fenomeno naturale di infinita bellezza, la famosa aurora boreale, le surreali luci del nord temute dagli uomini preistorici e adorate dalle popolazioni autoctone, che da sole basterebbero a smentire l'idea di un inverno senza luce e senza colori. Già

due anni fa eravamo stati in Finlandia proprio alla sua ricerca, purtroppo però senza trovarla. Così abbiamo deciso di riprovarci, scegliendo una meta e un itinerario che avrebbe potuto comunque soddisfarci anche nel caso di un nuovo insuccesso. La scelta in effetti si è rivelata vincente, anche perché assistita per buona parte del viaggio da un tempo splendido, nitido e soleggiato, che ha acceso i colori e il nostro entusiasmo.



La nostra prima tappa è stata Tromsø, la città più settentrionale del paese, un vivace centro universitario con una vita sociale e culturale assai attiva. Contornata da una natura magnifica, talvolta ancora selvaggia e incontaminata, regala agli sportivi e ai turisti infinite possibilità di svago, dalle escursioni di sci alpinismo a quelle con le ciaspole, dalle gite in slitta con i cani alla ricerca in mare di balene e capodogli, e naturalmente la caccia notturna più emozionante, quella all'aurora polare.

Sono le 17, la dolce ora dell'imbrunire quando, dopo 4 ore e mezza di volo, il nostro aereo della compagnia scandinava ci regala un atterraggio mozzafiato, fortunatamente non a causa di problemi tecnici ma semplicemente per la bellezza

dei paesaggi che ammiriamo dal finestrino, mentre sfioriamo le scure acque del fiordo e le vicinissime montagne innevate. Siamo in 4, naturalmente io e mia moglie Frediana e la formidabile quanto collaudata coppia di amiche Cecilia e Annarita. Indossiamo già doposci e indumenti pesanti, pronti ad affrontare i ghiacci polari, anche se in realtà le previsioni parlano di una discesa di aria gelida sull'Italia, e infatti nei prossimi giorni farà molto più freddo nel nostro paese che in Norvegia.



Dopo un'abbondante colazione nella quale il locale salmone affumicato la fa da padrone, bardati con tutto ciò che abbiamo di più pesante, usciamo per recarci all'appuntamento per l'escursione di dog sledding, le slitte trainate dai cani Husky. Siamo fortunati, il tempo è spettacolare senza neppure una nuvola, anche se stamattina fa parecchio freddo. Saliamo su un pullman e per un'ora percorriamo una strada molto panoramica che costeggia il fiordo di Lingen. Il sole fa capolino di tanto in tanto dalle alture che circondano le insenature, regalando al paesaggio continui cambi di luce, sfiorando specchi d'acqua parzialmente ghiacciati, con gli scogli affioranti che, coperti dalla neve, formano qua e là fantasiosi disegni e delicati ricami. Dall'altra parte della strada, minuscoli gruppi di case in legno colorate di rosso, di azzurro, di verde, regalano macchie di vivacità alla bianca monotonia della neve. Il campo base si trova nell'interno, e qui fa parecchio più freddo che a Tromso. Il termometro segna 15 gradi sotto zero ma, indossando le tute termiche fornite dall'organizzazione, almeno alla partenza stiamo benone. Il nostro gruppetto è formato da 3 slitte e

ogni slitta è trainata da 5 cani che abbaiano, latrano e saltano impazienti nella vibrante attesa della partenza, costringendo il conduttore a pesarsi con tutte le forze sul freno per tenere bloccata la slitta. Inizia a condurre Frediana mentre io me ne sto seduto cercando di assecondare i movimenti di questo precario mezzo di trasporto. Il primo tratto è in salita e siamo spesso costretti a rallentare perché, specialmente i cani condotti da Cecilia, sembrano pigri e hanno bisogno di una spinta. Quelli della nostra muta invece sono scatenati e tirano che è una meraviglia! Da queste parti stranamente non nevicava da un paio di mesi, e in effetti la pista è molto dura e ghiacciata, mettendo alla prova conduttori e passeggeri, tra buche, salti e sbandamenti. Ci fermiamo per far riposare i cani e scattare qualche foto, assaporando l'ambiente che ci circonda che ora si è fatto più bello, in una larga vallata tra cime innevate. Si cambiano i conduttori e prendo io il comando. Per un lungo tratto tutto fila liscio, anche se il percorso piuttosto accidentato mi costringe a mettere il massimo impegno, ammortizzando, frenando e controbilanciando il peso nelle curve, tutto comunque molto divertente. C'è un'improvvisa discesa con curva verso destra, mia moglie mi urla di frenare, ma io faccio il grande limitandomi a sfiorare appena il freno....così ruzzoliamo entrambi miseramente sul ghiaccio, rovesciando la slitta e facendo arrabbiare i cani che ci guardano malissimo! Dopo una quindicina di chilometri di corsa, scendiamo dalle slitte e ringraziamo i nostri amici a quattro zampe per la fatica che ci hanno dedicato. Veniamo accolti in una grande tenda Sami, il popolo nomade che abita dalla notte dei tempi queste terre. Al calduccio di un grande fuoco scoppiettante possiamo così scaldare i nostri piedi e le nostre mani congelate, mentre ci vengono offerti un provvidenziale caffè bollente e una tipica zuppa di renna e verdure, davvero buona e che, piuttosto affamati, gustiamo con grande piacere facendo persino il bis! Il viaggio di ritorno è ancor più bello, siamo seduti dalla parte del fiordo e l'ora dell'imminente crepuscolo, con il sole che sta tramontando alle nostre spalle, pervade ciò che ci circonda di meravigliose sfumature di colore, dal madreperla del ghiaccio sulle rive al bianco rosato della neve, dal color mandarino del tramonto all'azzurro intenso

dell'acqua. Il cielo blu cobalto che si sta oscurando fa risaltare ancor di più la sagoma delle bianche montagne che sovrastano il fiordo, ora delicatamente illuminate anche dal pallore della luna che sta sorgendo.



Questa notte proseguiremo il nostro itinerario partendo da Tromsø in direzione delle isole Lofoten, con la nave postale Hurtigruten che fa servizio lungo tutta la frastagliatissima costa norvegese, da Bergen a Capo Nord.

A mezzanotte ci imbarchiamo su di una grande nave e prendiamo possesso di 2 comode cabine sul ponte al quinto piano, preparandoci per la notte di navigazione. La rotta punta verso sud, costeggiando i fiordi della costa e passando prima per l'arcipelago delle isole Fersteralen, per giungere poi in serata alle isole Lofoten, la nostra meta finale. Abbiamo chiesto di essere avvisati in caso di comparsa delle luci del nord e, prima delle tre del mattino, una voce registrata ci fa trasalire avvisandoci che il fenomeno si sta verificando. Assonnati ed emozionati ci vestiamo in tutta fretta e usciamo nel gelo della notte polare. In un cielo debolmente illuminato dalla luna, riusciamo a scorgere questo straordinario spettacolo, con bagliori e fasce luminose di color verde che, spostandosi e variando continuamente d'intensità, formano dapprima un arco e poi una sorta di tromba d'aria che dipinge magneticamente il nero di questa notte stellata. Abbiamo sentito racconti e ammirato immagini di aurore boreali sicuramente più sensazionali, estese e colorate di questa, ma comunque possiamo ritornare al calduccio delle nostre cabine più che soddisfatti, sperando che in sogno possano continuare ad apparirci altre magiche visioni. Al risveglio il

tempo è favoloso, e la cristallina trasparenza dell'aria intensifica i contrasti dei due colori dominanti, l'azzurro profondo del cielo e del mare, e il bianco brillante della neve che ricopre i dolci rilievi che caratterizzano le isole Fersteralen, tra le quali stiamo navigando. Trascorriamo molto tempo all'esterno, specialmente verso la prua della nave, dove il vento freddo soffia più forte ma da dove si può godere al massimo di questi stupendi panorami. Sono le quattro del pomeriggio quando l'altoparlante ci avvisa che, grazie alle buone condizioni climatiche, sarà possibile entrare nel Troll Fjorden, uno stretto fiordo che ci regalerà fantastiche suggestioni. Ben coperti ci piazziamo indomiti verso prua e, nell'aria gelida, Frediana può mettere alla prova il suo estro fotografico. Il sole ormai sta tramontando ma la luce è ancora vivida e dolcissima; mentre ci intrufoliamo in un canale via via più stretto e tortuoso, ci sembra di entrare in un mondo virtuale, in un ambiente che ci appare come irreale. Man mano che la nave procede lentamente, le sponde si fanno sempre più vicine e le montagne ammantate di neve sempre più incombenti. Davanti a noi, una surreale pennellata di un tenue color salmone tinge l'acqua del fiordo, mentre il cielo si sbizzarrisce in delicate sfumature di rosa, di giallo e di rosso, richiamando il colore di isolate casette perse nel nulla. Aggiriamo poi una piccola isola, augurandoci di trovare la via giusta per uscire da questo intricato labirinto di terra e di mare. L'ultima luce, a volte libera di farsi strada e a volte oscurata dai monti, bacia la placida superficie dell'acqua in un'alternanza di riflessi lucidi e opachi, e nel cielo che si sta spegnendo restano solo l'azzurro polvere e il viola, prima che il buio lasci il palcoscenico ad una luna quasi piena.



Prima di cena lasciamo la nave e sbarchiamo a Svolvaer, che oltre ad essere la capitale e il centro nevralgico dell'arcipelago delle Lofoten, è anche il più antico insediamento di tutto il circolo polare artico, come dimostrato dai numerosi ritrovamenti. Questo remoto arcipelago è composto da 5 isole principali, ormai tutte collegate tra loro da ponti e tunnel sottomarini, oltre ad altre isolette più piccole e lontane. Sono caratterizzate da aguzze montagne alte fino a mille metri, spesso di forma triangolare come nere piramidi di granito, imprigionate dal ghiaccio e imbiancate dalla neve, che precipitano ripidamente nelle azzurre profondità marine in un contrasto assolutamente unico e spettacolare. Nella parte occidentale le isole sono bagnate dal turbolento oceano Atlantico, mentre nella parte orientale dalle tranquille acque di un fiordo, visitate in questo periodo dai grandi merluzzi artici che vengono qui a deporre le uova. Questo è l'inizio della stagione della pesca, e le grandi filiere per l'essiccazione dello stoccafisso, chiamate scherzosamente "le cattedrali delle Lofoten", che incontreremo un po' dappertutto, cominciano ad essere riempite di pesci. A proposito di stoccafisso, o di bacalà che dir si voglia, ben l'ottanta per cento della produzione di queste isole viene esportata in Italia ed esiste un perché. Nel 1432, sospinto da una tempesta, l'italiano Pietro Querini sbarcò quaggiù ed in seguito riportò nel continente notizie sulla pratica dell'essiccazione del merluzzo, che successivamente ebbe grande fortuna in Italia, e in particolare nelle aree venete dalle quali lui proveniva.



Siamo pronti a partire per un'escursione di due giorni, alla scoperta di questo mondo nascosto, quasi dimenticato, dove la natura e i paesaggi, gli usi e i costumi di genti antiche rappresentano la vera essenza di un vivere ancor oggi semplice ed ancestrale. Siamo doppiamente fortunati, il tempo è ancora straordinariamente bello e Maurizio, il nostro accompagnatore italiano, si rivelerà essere molto bravo e simpatico. Il nostro pulmino punta verso sud, sull'unica strada che attraversa e collega da nord est a sud ovest le isole principali. La luce radente di un sole ancora lontano rende i fiabeschi paesaggi che si susseguono ai nostri occhi ancor più suggestivi. Gli ambienti intorno a noi continuano a sorprenderci, in un'alternanza di tratti di mare e di piccoli laghi, la cui superficie parzialmente ghiacciata cambia continuamente colore, da un metallico grigio acciaio nelle zone d'ombra ad un vivace verde smeraldo quando baciata dai raggi del sole. Lasciamo la strada principale per raggiungere una remota e isolata ansa del fiordo, dove si trova il minuscolo villaggio di Nusfjord, ormai abbandonato dai pescatori e oggi abitato solamente da una quindicina di persone, tra le quali incontriamo una figura davvero particolare, il nostro distinto connazionale signor Michele, che vive isolato quaggiù da 25 anni sopravvivendo con la vendita di oggetti artistici di sua produzione. In effetti questo delizioso paesino, con le sue tipiche casette in legno colorate principalmente di rosso, chiamate rorbuer, è ormai diventata una delle più gettonate mete dei turisti. Prima di immetterci nuovamente sulla via maestra, sostiamo in 2 diverse spiagge dal sapore caraibico, quella di Flakstad e quella di Ramberg. In particolare la seconda, chiamata la "Copa Cabana delle Lofoten", ricorda davvero le spiagge da sogno dei mari del sud, con un lungo semicerchio di sabbia bianca che si tuffa in un mare limpidissimo dalle incredibili trasparenze di verde e di azzurro. Se ci fossero le palme e non fossimo circondati dalla neve, verrebbe proprio voglia di fare un bagnetto!. Nelle 2 isole più meridionali, la strada principale, nonché l'unica vera arteria delle Lofoten, si fa più stretta. Maurizio ci racconta inorridito che in estate, con l'arrivo delle grandi navi da crociera, ultimamente anche questo nascosto e pacifico angolo di mondo può trasformarsi in una trappola diabolica. Nel primo pomeriggio giungiamo al villaggio di A, che

in realtà si pronuncia O, il comune col nome più corto del mondo, situato sull'estremità dell'isola più meridionale dell'arcipelago. Un luogo che riflette perfettamente l'essenza di queste terre e della sua vita legata al mare, ancor oggi un importante centro di pesca e di lavorazione del pesce. Anche adesso sta fervendo l'attività, i merluzzi artici vengono portati in grandi cassoni e vengono appesi per la coda sulle rastrelliere di essiccazione, mentre nell'aria pervasa dal forte odore del pesce gli onnipresenti gabbiani urlano e svolazzano impazziti. E' giunta l'ora di prendere possesso della nostra dimora nel piccolo villaggio di Reine, uno dei luoghi più suggestivi di queste isole. Ci viene assegnato un delizioso rorbuer, una confortevole casetta in legno su palafitte proprio sulla riva del fiordo, dipinta di rosso e circondata dalla neve, che ci regalerà momenti davvero indimenticabili. Da un balconcino si gode di una vista fantastica, il bianco cucuzzolo del Reinebringen, la montagna che sovrasta questo pittoresco villaggio, è ancora illuminato dal sole e si riflette ai nostri piedi nelle calme acque dell'insenatura. Dal basso promontorio dietro di noi, osserviamo increduli la superficie del mare che, nell'ombra delle rocce è di un opaco color grigio antracite, mentre poco più avanti si accende di un surreale rosa brillante. Lontana davanti a noi, dall'altra parte del grande fiordo, la catena dei monti della costa norvegese è ancora illuminata dalla luce del tramonto. Siamo incantati, circondati dalla pace e dal silenzio, interrotto solo dagli striduli richiami dei tanti gabbiani che annunciano l'imminente imbrunire.



Nevischio e nuvole basse ci fanno risvegliare in un ovattato grigiore, riportandoci ad un clima più tipico per queste latitudini. Ripercorriamo verso nord la strada già fatta ma i paesaggi che

abbiamo avuto il dono di poter ammirare ieri pieni di luce e di colori, oggi ci appaiono più spenti. Cominciamo a costeggiare il fiordo orientale sino all'arrivo nella caratteristica cittadina di Henningsvaer, molto pretenziosamente definita "la Venezia delle Lofoten", in quanto costruita su di una serie di isolotti. Il cuore di questo villaggio di 400 anime, tutte dedicate alla pesca e a ciò che vi gira intorno, è un lungo canale al cui ingresso, proprio in questo momento, stanno rientrando le variopinte barche dei pescatori. Ognuna di un colore diverso dall'altra, insieme ai colori dei rorbuer sulle sponde, come in un quadro impressionista danno vita ad un'immagine di grande impatto visivo, aggiungendo un tocco di allegria a questa brumosa giornata. Nel frattempo il cielo schiarisce un po', offrendo ai panorami una nuova luminosità. Riusciamo così a goderci i paesaggi lungo il fiordo, con l'acqua verdissima che lambisce le rive gelate, scogli affioranti come piccole sculture di neve, la bassa marea che scopre qua e là tratti di spiagge ghiacciate e le cime aguzze dei monti che ora si stanno scoprendo dall'incombente coltre di nubi. Poco dopo arriviamo a Kabelvag, un altro antico e importante insediamento peschereccio. La neve di stamattina ha ricoperto di una soffice coltre immacolata il lungo molo, avvolgendo il posto in un'atmosfera suggestiva e silenziosa, mentre le vicinissime montagne circondano il tranquillo porticciolo come in un gelido abbraccio.



Siamo nuovamente nella capitale Svolvaer, e possiamo assaporare con grande rilassatezza le nordiche suggestioni di questa cittadina, camminando a lungo nel centro e sulla sponda della vicina isola di Svinoya dall'altra parte del

ponte. Il tempo è abbastanza luminoso, e così riusciamo anche a scattare diverse belle foto sugli scorci che ci offrono il porto, il canale, la città e la cerchia di montagne che la sovrasta, curiosando



poi tra le piccole gallerie di arte e di fotografia.

Eccoci giunti all'ultimo capitolo del nostro soggiorno. Stamattina ci aspetta una nuova avventura, un singolare quanto affascinante safari marino. Partiamo su 2 diversi gommoni insieme ad un'altra ventina di persone, iperprotetti da pesantissime tute termiche, raggiungendo il fiordo di Troll situato tra le isole Lofoten e Versteralen. Il fiordo si fa sempre più stretto e le pareti strapiombanti, sempre più vicine, amplificano le urla dei gabbiani e degli altri uccelli marini, in una cornice naturalistica unica e scenografica. L'acqua ha una trasparenza straordinaria e infatti le guide ci dicono che si tratta di una delle acque più pulite e limpide del mondo. Questo è il regno delle aquile di mare, possenti uccelli predatori dalla maestosa apertura alare. La calda corrente del golfo che lambisce queste isole fa sì che qui l'acqua del mare non geli mai e, l'abbondanza di pesce, rende questo un habitat ideale per questi animali. Le nostre guide cercano di attirarle con richiami sonori e gettando in acqua succulenti pesci esca, ma loro non si vedono. Dopo un'attesa carica di emozione, finalmente alcune aquile escono allo scoperto abbandonando i loro nascondigli tra le rocce, esibendo il loro tipico volo radente sul pelo dell'acqua per poi rialzarsi sopra di noi, mostrandoci il loro petto marrone e la loro coda bianca. Nel ritorno, tra salti e scossoni, la velocità di crociera dei gommoni aumenta sensibilmente e il vento gelido si fa sentire

nonostante tutte le protezioni, ma ne valeva sicuramente la pena!

In serata, prima di andare a cena, entriamo nel Magic Ice, un grande locale dedicato alla mostra di sculture di ghiaccio, ibernato alla costante temperatura di meno 6 gradi. In una luce soffusa ci aggiriamo come ombre di ghiaccio, tra belle sculture di ghiaccio, stando al bancone del bar di ghiaccio, sedendoci a un tavolino di ghiaccio su sedili di ghiaccio e sorseggiando in bicchieri di ghiaccio un cocktail...ovviamente ghiacciato! Contenti anche di quest'altra gelida parentesi, proseguiamo la strada attraversando il ponte alla fine del quale si trova una costruzione in legno dipinta di bianco, uno storico albergo che ospita uno dei più rinomati ristoranti della città. Il posto è davvero molto carino, accogliente e confortevole e, anche se il menù non si discosta molto dalle solite proposte (merluzzo, baccalà e renna), passiamo una dolce serata brindando con una pinta di fresca birra locale alle Lofoten, alla nostra amicizia e alle magiche luci del nord che ci hanno spinto a venire sin qui, e che anche stasera sono tornate a stregarci e a tingere di verde questa notte serena. organizzativo si poteva fare qualcosa di meglio. D'altra parte, se si pensa che era la prima volta che veniva organizzato un evento di questo tipo con così tante persone provenienti da tutta Italia, qualche attenuante agli organizzatori la possiamo concedere. Del pacco omaggio con i gadget Ferrari a tutt'oggi, 5 FEBBRAIO, nessuna notizia...a metà dicembre ho ricevuto una telefonata da un membro del club Ferrari che mi diceva che, dopo ben 3 mesi, mi avrebbero spedito il pacco a casa ma mi consigliavano vivamente di utilizzare il corriere espresso per la modica cifra di 20 euro perché, a loro dire, se me lo avessero inviato via posta ordinaria il pacco sarebbe potuto andare perso...e, non so il perché, ma ho la strana impressione, avendo io scelto l'invio gratuito per posta ordinaria, che questo pacco non mi arriverà mai...e, a questo proposito, vorrei omettere qualsiasi commento e concludere qui il mio articolo lasciando a voi lettori ogni ulteriore giudizio.

[torna all'indice](#)

# I non vedenti possono diventare anche assaggiatori di olio

di Stefania Doronzo

Sì, proprio come recita il titolo dell'articolo, un non vedente può anche diventare assaggiatore di olio professionista, in quanto l'olio a differenza del vino non va giudicato dal colore, di conseguenza bastano l'olfatto e il gusto per poter classificare un olio come buono o difettato, e se pensiamo che noi non vedenti potenziamo al massimo l'utilizzo degli altri sensi, il gioco è davvero alla nostra portata.



Quella che vi sto raccontando è ovviamente la mia esperienza, ho frequentato un corso per assaggiatori non vedenti nella mia regione, circa 2 anni fa, e dopo 20 sedute di assaggio obbligatorie, mi sono iscritta anche alla camera di commercio come assaggiatrice professionista.

Ovviamente non sto parlando di un possibile lavoro a tempo pieno, diciamo pure che se si organizzano eventi e laboratori, ci potrebbero essere degli introiti, ma non stiamo parlando di un lavoro vero e proprio, e ne tanto meno io ho deciso di iscrivermi con chissà quali aspettative, avendo peraltro una formazione giuridica.

In realtà, la curiosità verso un qualcosa che non conoscevo, associata ad una sempre maggiore attenzione nei confronti delle questioni agroalimentari che ormai vuoi per motivi di salute, vuoi per ragioni culinarie, vuoi per semplice curiosità, finiscono per interessare tutti, ho deciso di frequentare il corso.

Da semplice consumatrice poi, ritengo che determinate informazioni dovrebbero essere diffuse a macchia d'olio (è il caso di dire), proprio perché l'olio è un alimento che non manca mai sulle nostre tavole ed è un ingrediente indispensabile per il 90% dei nostri piatti, quindi immagazzinare nozioni fondamentali per diventare consumatori e compratori consapevoli, è stato il

primo obiettivo raggiunto con soddisfazione in questo corso.

Sono estremamente convinta che rendere noto a tutti l'enorme potenzialità che abbiamo, raccontando quello che siamo e che facciamo, fa sempre bene.

Fa bene perché a mio parere viviamo in una società che purtroppo tende a svalutarci, ma soprattutto è importante per chi sentendosi inutile e poco motivato a lottare contro le avversità, per via del lavoro che non c'è, le barriere mentali e architettoniche che certo non ci fanno sentire proprio parte integrante della società, si fa prendere dallo sconforto.

Leggiamo spesso di talenti di non vedenti che attraverso la musica lo sport e l'arte in genere, ci danno prova di come si possano superare molte barriere, con la passione e l'amore per quel che si fa, ingredienti indispensabili per lottare e non abbattersi, e questi esempi di vite straordinarie, ci danno carica e ci invogliano a fare sempre di più e magari anche meglio. D'altro canto credo che raccontare la propria quotidianità con esperienze che possono essere alla portata di tutti, sia ancora più incentivante..

Insomma, io con l'esperienza del corso di assaggio d'olio, oltre ad imparare qualcosa che fino ad allora pensavo essere solo prerogativa dei coltivatori di olive, dei proprietari di frantoio, ho davvero sperimentato ancora una volta che le nostre risorse sono tantissime, e che forse, ci svalutiamo troppo.

Spiegare al buio a vedenti le tecniche di assaggio dell'olio, facendoli provare le nostre stesse sensazioni è stata una delle cose più belle che abbiamo fatto,, perché, tu che fino ad un anno prima non immaginavi nemmeno di poter essere in grado di insegnare ad una classe oltretutto un qualcosa che esula dalle tue competenze e dai tuoi studi, , tu che magari non eri consapevole del fatto che in determinate situazioni se messa nelle giuste condizioni puoi fare cose che non avresti mai pensato di saper fare, ti rendi conto che forse a volte vale la pena osare e rischiare.

riconosco che tutto questo mettersi in gioco e tuffarsi in nuove esperienze, dipende sempre dal proprio modo di essere, io sono abituata a lanciarmi nel buio, metaforicamente parlando, mi

piacciono le sfide e non mi spaventano le barriere, pertanto tuffarmi in un'avventura nuova che non so dove mi porterà, non nascondo che è il mio sport preferito, ma penso che se tutti noi facessimo vivere in noi più spesso lo spirito di piterpan, credo che davvero le nostre vite si arricchirebbero di saperi e conoscenze.

Fare l'assaggiatrice di olio, come ho già detto non era la mia aspirazione più grande, e tante volte ho sentito il peso del sacrificio, dato che abbiamo frequentato il corso e le sedute, fuori città, infatti, tante volte ho pensato di mollare, ma alla fine sono contenta di aver completato il percorso, lasciando poi quello che avevo imparato a vedenti che partecipavano ai nostri laboratori.

Al momento ho messo da parte questo mio hobby se vogliamo chiamarlo così, in quanto ho dovuto

occuparmi di altre faccende, ma se posso lanciare un messaggio con questo articolo e con il racconto della mia esperienza, mi verrebbe da dire, osate di più con voi stessi, lanciatevi nelle occasioni, magari vi renderete conto che ciò che avete scelto di fare non fa per voi, e in quel caso si può sempre tornare indietro, oppure potrebbe succedere che scoprite un talento che non sapevate di avere.

Con questo invito a dipingere la vita con tutti i colori dell'arcobaleno, brindo a tutti noi con un bel bicchiere

di olio piccante ed amaro, perchè come dice un saggio detto, non a torto e contrariamente a al pensiero comune, (olio amaro, tienitelo caro!).

[torna all'indice](#)

## Per sorridere un po'

*di Giuseppe Lurgio*

\*-In un negozio il cassiere chiede alla cliente:

"Contanti, assegno o carta di credito, signora?"

La signora aprendo la borsetta lascia cadere involontariamente alcuni telecomandi sul bancone, Allora il cassiere un pò divertito chiede alla cliente : "ma lei porta sempre appresso tutti quei telecomandi?" "No" dice lei mentre tira fuori il contante, "ma oggi ho dovuto farlo perchè mio



marito si è rifiutato di uscire con me a fare la spesa e quindi ho pensato che questa potesse essere la cosa più giusta che io potessi fargli... per fargliela pagare!".

\*-Due amici discutono sulla validità delle terapie psichiatriche. Dice il primo: "Non servono a niente. Per me gli psichiatri servono solo ad arricchirsi coi soldi di noi pazienti". Ma il secondo non è d'accordo: "Ma no, non è vero. Sono molto bravi a curare la mente umana. Io ad esempio l'anno scorso ero affetto da una terribile mania: non volevo assolutamente andare a rispondere al telefono. Ne avevo una paura folle". Al che il primo chiede: "E allora? Ora sei guarito?". "Certo, ora vado sempre a rispondere al telefono... sia che squilli oppure no!".

\*-La moglie annuncia al marito con entusiasmo : "Amore, sai ho deciso,mi iscrivo anche io come alcune mie amiche a zumba!"

Il marito incuriosito chiede:"E cos'è?"

"Ma amore zumba significa fare movimento a ritmo di musica!" Allora il marito le risponde:"A, non lo sapevo, ma scusa non puoi pulire la casa con la radio accesa?"

\*- Un maresciallo dei carabinieri ordina all'appuntato: "Eccoti due banconote da 5 euro e comprami le sigarette e i giornali". Poco dopo l'appuntato ritorna: "Mi scusi, ma non mi ha detto quali sono le 5 euro per le sigarette e quelle per i giornali!".

\*- Un dottore visita una signora sola di mezza età. Mentre ascolta la schiena col fonendoscopio le chiede i dati: " Signora, come si chiama?". " Pasqualina". "Quanti anni ha?". "Quarantanove". Poi, sempre auscultando la schiena nel fonendoscopio: "Dica trentatrè"... e lei: "Sa, dottore, io lo dico anche, ma non mi crede nessuno...".

\*-L'altro giorno io e mia moglie siamo andati in città e siamo entrati in un negozio. Ci siamo rimasti cinque minuti. Quando siamo usciti c'era un vigile col suo bravo blocchettino che faceva una multa. Ci siamo avvicinati e gli ho detto: "Scusi non potrebbe avere più rispetto per degli anziani e lasciar perdere per una volta?" Quello ci ha ignorati e ha continuato a scrivere.

Allora gli ho dato dello stupido.

A quel punto lui ha alzato gli occhi, mi ha fissato per un istante e poi si è messo a fare un'altra multa per i pneumatici consumati.

Così mia moglie gli ha dato del "pezzo di merda".

Il vigile ha messo la seconda multa sul tergicristallo insieme alla prima e ha iniziato a scriverne una terza!

La cosa è andata avanti 20 minuti, più lui scriveva e più noi lo insultavamo e viceversa... che poi, a livello personale, chi se ne frega?! Noi siamo venuti in città in autobus!!!

\*- Paolo si rivolge a un bambino più piccolo e le chiede: "Hai buoni denti?". "Purtroppo no risponde un pò impacciato il piccolino.

Perfetto risponde Paolo contento.

Allora mi puoi tenere un pò il croccante mentre faccio una partita a calcetto!

\*- Lui: "Amore, tu non sei bellissima, è vero. Però sei bella dentro!" Lei: "Ma tesoro, ciò è normale, per stare con uno come te ci vuole un bel fegato!"

\*- -----In una grossa multinazionale un giorno un impiegatino nuovo nuovo si blocca davanti alla macchina 'tritatura-documenti' e la fissa con lo sguardo vacuo. Un collega passa di lì e chiede: "Posso aiutarti in qualche modo?" L'impiegatino, un po' titubante, con tanta paura di fare una figuraccia risponde: "Stavo cercando di capire come funziona questo arnese!!" "Bah... guarda... è molto semplice!" e mentre parla il collega strappa letteralmente di mano il grosso plico di documenti che teneva il giovane e lo posiziona davanti alla bocca del macchinario che, avidamente, li inghiotte, li mastica e li digerisce nel più totale silenzio.

I due restano qualche attimo a guardare la macchina e dopo qualche momento di imbarazzo, il collega veterano rompe il silenzio: "Beh, tutto a posto, no?" e fa per allontanarsi.

"Beh, a dire il vero, un'altra domanda ce l'avrei: adesso da dove escono le copie?".

\*- Due amici si recano a Mosca per una gita. Durante il viaggio uno dei due esterna all'altro le proprie preoccupazioni derivanti dall'assoluta ignoranza della lingua russa; l'altro lo tranquillizza: "Non ti preoccupare; il russo è uguale all'italiano; basta aggiungere in fondo asky e osky e non c'è problema!". Difatti la sera vanno al ristorante e iniziano a ordinare: "Allora: cavalosky per mesky e salmonesky per il mio amicosky". Il cameriere torna con piatto di caviale e uno di salmone. "Hai visto che funziona!" dice il tizio all'amico. "Camerierosky! Scusisky: due piattosky di storionosky e un vinosky biancoski!". E arriva lo storione e il vino bianco. "Visto; che ti dicevo; non ci sono problemi con il russo". E continuano a ordinare; alla fine:"Camerierosky! Il contosky!". Il cameriere porta il conto e dice:" Ecco il conto! Paise! Si nun ce stavo io sicuramente nun mangiavate nu bel niente!".

[torna all'indice](#)