

MONDO STAZIONE



PERIODICO DEL
DOPOLAVORO FERROVIARIO
DI PISA
Newsletter per i soci

ANNO V - N° 10
DICEMBRE 2013

Bellezze culturali da riscoprire: Il Chiesino di S. Miniato a Marciannella di Cascina

A Marciannella, località del comune di Cascina (Pi), vi è un autentico gioiello dell'arte romanica del X secolo e, forse, uno dei monumenti pisani meno noti. La piccola chiesa contornata da alti cipressi ha forma rettangolare ed offre al visitatore un impatto suggestivo di raccolta intimità. Documentata sin dal 1011, la piccola chiesa, dedicata a San Miniato, è interamente costruita in bozze regolari di verrucano; sulla facciata si può ammirare un agile campanile a vela con campana e un unico ingresso centrale incoronato da una lunetta cieca senza alcuna decorazione. Più in alto una feritoia a forma di croce. Nell'interno della chiesa, ad unica aula, vi è una caratteristica pila per l'acqua Santa poggiata su una colonna di granito. Il soffitto è a capriate spoglio e essenziale. Sull'altare si conserva un dipinto cinquecentesco raffigurante la Madonna tra san Miniato e san Giovanni (o santa Maddalena), eseguito tra il 1565 e il 1580 firmato dal fiammingo Giulio di Giovan Pietro Moliniano, artista attivo a Pisa e nel contado, documentato anche nel territorio circostante. I fianchi della chiesetta, in cui si aprono 5 monofore, si presentano privi di decorazioni. La chiesetta è aperta, salvo eccezioni, ogni domenica mattina per la celebrazione della santa messa alle ore 8.30.

(Ivana Zaffora e Andrea Maffei)

Pisa ponte di culture

Un progetto innovativo e positivo per la nostra città deve essere, necessariamente, quello che mette al centro una città che sappia fare rete, ovvero che sia policentrica, con esperienze differenti e quartieri nei quali devono vivere eventi e iniziative culturali diffuse. Per questo dobbiamo abbandonare la contrapposizione centro-periferia e parlare di luoghi. Per questo è necessario essere ponte fra luoghi e culture. Ponte fra culture, paesi, città e quartieri: dal mediterraneo all'America fino a Oriente. Abbiamo ospitato a luglio, e tornerà a dicembre, l'artista egiziano Moataz Nasr nell'ambito di un progetto con il comune di Santa Croce sull'Arno che prevederà sia forme laboratoriali che espositive. È in corso la mostra di Andy Warhol a Palazzo Blu. E poi, il prossimo anno, uno scambio fra artisti in occasione della Biennale di arte contemporanea a Casablanca, dove esporranno dei pisani: ospiteremo opere e artisti realizzando un vero e proprio ponte ideale e materiale. E ancora: il festival del cinema cinese cercando un'i-

nedita collaborazione con Angers, città con cui siamo gemellati.

Le reti, i ponti e la navigazione. Navigazione tra tradizione e innovazione, infatti, è stato il tema cardine della proposta di candidatura di Pisa a Capitale Europea nel 2019. 33 progetti per un vero e proprio "piano regolatore" della cultura in città. Diventare capitale europea della cultura sarebbe stato lo sbocco naturale di tutto quello che in questi anni si è realizzato a Pisa: un'occasione straordinaria per una città che deve sempre più mettere a sistema le potenzialità dei monumenti e dei beni culturali – fra i quali tutti quelli recuperati coi progetti PiuSS – e le nuove reti di comunicazione. Non a caso, da due anni svolgiamo, con indiscusso successo, l'Internet Festival "Forme di futuro".

Anche sul cinema i progetti non mancano. Abbiamo registi importanti che qui si sono formati e che continuano a raccontare la nostra città. Sarebbe fondamentale costruire nuovi spazi per il cinema realizzando una vera e propria "Casa del Cine-

ma" con una rinnovata mediateca. Stiamo anche rafforzando il protocollo "Pisa Movie" per incentivare e attrarre sulla città la realizzazione di film e documentari. E l'amministrazione comunale ha anche finanziato una importante produzione, l'ultimo film del regista pisano Roan Johnson "Fino a qui tutto bene". Questa è la concreta dimostrazione che fare cultura significa proprio mettere risorse direttamente per dare valore a eccellenze e talenti.

Investimenti e spazi per il cinema, ma anche per l'arte e la cultura. Per questo abbiamo realizzato un percorso importante sulla contemporaneità in questo autunno a Pisa: la mostra di Warhol, come dicevamo, e poi altri artisti aprendo e facendo vivere altri spazi della città: Alejandro Roncarà "Sopra le logge", Giovanni Frangi al Museo di San Matteo (in un inedito dialogo fra tempi e stili), Andrea Santarlaschi al Centro espositivo San Michele degli Scalzi. E proprio San Michele degli Scalzi sarà completato nei prossimi mesi realizzando residenze per artisti lo-

EDITORIALE

(Dario Danti)

Assessore alla Cultura del Comune di Pisa

Sommario

- 2 Editoriale**
Pisa Ponte di Culture
Dario Danti
(Ass. alla Cultura comune di Pisa)

- 3 Rubrica i nostri progetti**
I primi passi del PAIS
Vittorio Citerinesi

- 5 Rubrica Ciak**
Cinema Latino
Antonino Patanè

- 6 L'angolo teatro e della musica**
Breve Storia del Blues
Andrea Gallino

- 8 L'angolo delle filosofie e dintorni**
I tarocchi: storia e divinazione
Dina Rovini

- 10 Storia dell'Arte**
Il Romanico pisano in Pisa
a cura del Redattore

- 12 Spazio arti visive**
"Il gruppo di disegno e pittura del Dopolavoro Ferroviario di Pisa"
Giacomo Roberto

- 15 Spazio arti visive**
Visita alla mostra "Monet, au coeur de la vie" a Pavia.
Laura Barsotti

- 18 Rubrica Storie vere**
Il treno che salvò Giorgio Nissim, che salvò 800 ebrei...
Piero Nissim

- 20 Una memoria per ricordare**
27 Gennaio, il Giorno della Memoria.
a cura del Redattore

- 21 Pillole di storia**
La Georgia: un viaggio nel tempo nell'antica Colchide, la terra del Vello d'Oro.
Claudio Cerrai

- 23 L'angolo degli animali**
F...come fedeltà
Barbara Terzuoli

- 24 L'angolo della poesia**
Riecco Sirio ... e Giovanni

- 25 L'angolo della Medicina e dintorni**
L'acqua che cura
Loriana Pitzalis

- 26 L'angolo della Medicina e dintorni**
A Ghezzano un Centro Yoga che aiuta a star meglio
Matsyendra

- 28 L'angolo dello Sport**
La camminata nordica (Nordic walking)
a cura del Redattore

- 29 Attività dei gruppi**
Il Gruppo Scacchi DLF
Francesco Saverio Rinaldi

Partenza col turbo per il DLF Pisa
Tennistavolo
Marco Soriani

- 30 L'angolo dell'erboristeria**
Erbe per i malanni di stagione
Mario Minuti

- 31 L'angolo del turismo**
Le nostre proposte per un turismo diverso
Andrea Maffei e Ivana Zaffora

Per i nostri nuovi corsi 2014
vedi a pag. 15

cali, nazionali e internazionali. Un luogo da animare che ben si armonizza nel polo culturale delle Piagge, dove vive una straordinaria biblioteca comunale. Una scelta precisa di decentramento che caratterizza anche la dislocazione di altre istituzioni culturali. Inoltre, dentro SMS Biblio c'è la biblioteca dei ragazzi, con un innovativo percorso 0-3 anni. Abbiamo un personale molto affiatato che anima quello spazio con numerose iniziative: dalla caccia al tesoro per bambini ai laboratori di lettura. Sarebbe bello prevedere, nel 2014, anche aperture serali e domenicali della biblioteca comunale.

Pisa è città di biblioteche, librerie e libri. Un inestimabile patrimonio librario, un sistema bibliotecario complessivo (fra le tre università e gli enti pubblici) in espansione anche nell'offerta di luoghi e spazi. Con nuove librerie che approdano in città e aprono i battenti. Molto importanti anche il Pisa Book Festival della

piccola e media editoria indipendente che è diventato un punto di riferimento nazionale. E poi il Giro d'Italia in 80 librerie e le Notti bianche delle nostre librerie, quali nuovi momenti di diffusione della cultura e di offerte d'incontro e socializzazione.

Un'altra delle vocazioni della città sono le compagnie teatrali e i teatri, a partire dal ruolo del Verdi. Riconoscimenti importanti come il premio Ubu ai Sacchi di Sabbia hanno reso protagonista Pisa a livello nazionale ed europeo. Sarà impegno dell'amministrazione comunale anche un'iniziativa volta al completo recupero del Teatro Rossi, attraverso fasi di parziale ripristino dell'agibilità e della sicurezza coinvolgendo le istituzioni e coloro che animano quotidianamente quello spazio.

Valorizzare luoghi affascinanti e suggestivi carichi di memoria come il Rossi e far vivere con esperienze dal basso, le strade e le piazze, nonché altri luoghi come il Dopolavoro Fer-

roviario.

Dentro il Dopolavoro, il Teatro della Comunità di Marco Di Stefano, in questi anni, ha rappresentato un insostituibile antidoto alle solitudini, alle miserie umane e ha prodotto socialità e cultura. Il Teatro della Comunità nasce dall'interiorità e unisce persone e percorsi differenti animando una zona particolarmente complessa e difficile come una stazione ferroviaria. La scommessa di fare teatro lì, sul crinale, sul confine labile fra ciò che è considerato marginale e deviato e ciò che è declinato come legale e buono per antonomasia significa ridare dignità alle persone e a un'idea di cultura che vuole farsi società e con la società costruire la bellezza in un quartiere a partire dalla bellezza di un quartiere. Una città come la nostra ha tutto da imparare da esperienze come questa. Per il suo presente, ma, soprattutto, per il suo futuro.

I primi passi del PAIS

(Vittorio Citeresi Vicepresidente DLF)

rubrica
**i nostri
progetti**

Alla fine del 2012 abbiamo dato vita al Progetto Auto-gestito di Inserimento Sociale che vuole essere un progetto di attività autogestita dai giovani e dai senza tetto aderenti ai gruppi del DLF stesso, al fine di favorirne l'inserimento nel tessuto sociale della città di Pisa.

Il più delle volte la deriva sociale degli individui è la conseguenza della mancanza o della perdita del lavoro, di eventi familiari negativi, di assistenza ed opportunità negate dalla società stessa o, nella peggiore delle ipotesi, da tutti questi elementi abbinati. Ciò porta spesso ad un abbruttimento e ad un annebbiamento della propria dignità che spinge la persona sempre più in basso in una spirale che l'isola sempre di più con effetti negativi per tutta la società.

Elementi fondamentali, quindi, per un inversione di tendenza di questo circolo vizioso sono il lavoro (inteso sia come attività produttiva che come esternazione del-

le proprie capacità materiali ed intellettuali) e la dignità personale che, sicuramente il lavoro contribuisce a recuperare. La Giornata della Solidarietà del 23 Aprile 2013 è stato un momento iniziale di questo progetto che ci ha visto partecipare con l'allestimento, nei locali del DLF, di una mostra intitolata



**IL PERCORSO DELLA
POVERTÀ' ovvero
"LA DIGNITÀ DEI DISE-
REDATI:
SENZA CITTADINANZA,
SENZA LAVORO,
SENZA TETTO;**

In questa mostra, aperta agli alunni delle scuole pisane ed a tutti i cittadini abbiamo evidenziato, attraverso precise documentazioni, come si arriva alla povertà in un "Sistema economico che

è basato sul profitto ottenuto con lo sfruttamento dei lavoratori e di tutti i produttori, l'arricchimento indebito, il consumismo sfrenato e lo spreco di risorse (merce poco usata e buttata via e merce fatta buttare via con

indicazione di scadenze anticipate arbitrariamente e regolamenti ad hoc).

Tutto questo, periodicamente, porta a: crisi economica nazionale e mondiale che genera migranti, disoccupati, senza tetto". Questa iniziativa è stata seguita dalla istituzione di una mostra permanente, nel corridoio di ingresso del dopolavoro delle poesie del gruppo dei senzatetto del DLF.

Ultima iniziativa in ordine di tempo, presa nell'ambito del PAIS, è quella della pubblicazione di un opuscolo di poesie che sarà presentato, presso i locali del

DLF, dall'Assessore alle Politiche Sociali Sandra Capuzzi.

La diffusione "ad offerta" di questo opuscolo permetterà sia il recupero della spesa che un piccolo introito agli autori ed al DLF stesso permettendo così all'iniziativa di continuare.

L'"Emarginazione in poesia" vuole essere il primo opuscolo di una serie dedicata alle attività poetiche e non di coloro che non hanno fissa dimora e che, attraverso il Progetto Autogestito di Inserimento Sociale, intendono affermare la propria dignità ed il proprio valore.

rubrica
**i nostri
progetti**



Questa piccola raccolta di poesie è la dimostrazione che la speranza non è una parola vuota!

La speranza in questo caso si associa all'opportunità.

L'occasione di una vita diversa a Giovanni la dà l'incontro con la realtà di Mondostazione e del suo Centro Culturale Polivalente Multietnico del Dopolavoro Ferroviario. Un incontro che permette a Giovanni di trovare solidarietà, scoprire e riscoprire la sua vena intimistica.

L'occasione dell'esperienza del Teatro della Comunità lo rende più sicuro e certo del percorso che vuole intraprendere. Ognuno di noi può essere Giovanni, un invisibile a cui viene data un'opportunità per tornare ad essere persona. Spesso perdiamo il valore dell'essere persona ed essere persona diversa.

Il progetto "Mondostazione" nasce anche per questo. Sull'esempio di molte città europee la stazione è punto di partenza e di arrivo di storie e di persone!

Una città come la nostra deve riattivare i percorsi di tenuta sociale, di ricomposizione e di definizione dell'idea di comunità, una comunità che non esclude ma apre le sue porte a chi è disponibile a ritrovarsi e, recuperando la sua dignità, fare un percorso chiaro e trasparente!

SANDRA CAPUZZI

Assessore alle politiche sociali,

Presidente della Società della Salute del Comune di Pisa



CON LA NUOVA TESSERA CARD



**TANTI NUOVI ISCRITTI E
ANTE AGEVOLAZIONI PER LORO**

Cinema latino

(Antonino Patanè)

Dopo un periodo di colpevole dimenticanza, arrivano contemporaneamente sui nostri schermi tre film sudamericani, vincitori di numerosi premi internazionali e di Nominazione agli Oscar.

Il primo a essere presentato è il cileno "NO - I GIORNI DELL'ARCOBALENO", splendidamente diretto da Pablo Larraín, (già autore di "Tony Manero" e "Post Mortem"); nel 1988, a quindici anni dal Golpe che ha abbattuto il legittimo governo di Salvador Allende, il generale Pinochet, sotto pressione degli alleati statunitensi, cerca di riacquistare una parvenza di credibilità internazionale e di legittimità indicando un referendum popolare sulla sua riforma della costituzione cilena. Chiaramente le regole del gioco sono truccate in partenza, ma l'opposizione al regime decide ugualmente di partecipare, anche se le viene assegnato solo un minimo tempo per propagandare le ragioni del NO (quindici minuti al giorno sull'unico canale televisivo, in orario notturno!); un giovane pubblicitario, Renee Saavedra, splendidamente interpretato da Gael Garcia Bernal, ribalta completamente l'impostazione della campagna, ("Chile, l'alegría viene") vendendo le ragioni del No come qualsiasi prodotto commerciale (con l'opposizione dei vecchi politici dell'opposizione) ed



ottenendo il coinvolgimento della popolazione ed esiti insperati.

Il secondo film che viene presentato è il cileno "GLORIA" di Sebastian Lelio, che prende il nome dalla protagonista, interpretata magnificamente da Paulina Garcia (premiata con l'Orso d'Argento all'ultimo festival di Berlino): la storia racconta la vita della donna, non più giovane, divorziata, con i figli già grandi, lontani e distratti dalle difficoltà delle loro esistenze complicate; la protagonista, con un buon lavoro e con un buon rapporto con l'ex-marito, non rinuncia ai piaceri della vita e la passione per il ballo la porta a fare nuovi incontri e nuove esperienze amorose; è splendido come il regista ci faccia vedere il coraggio con cui la donna affronta le sue nuove esperienze emotive, con uomini che, invece, non hanno lo stesso grado di coraggio e di indipendenza dalle loro vite e dalle loro relazioni familiari precedenti.

Il terzo film che vorrei segnalare è l'argentino "LAS ACACIAS" di Pablo Giorgelli, premiato a Cannes come opera prima nel 2011; Ruben, il protagonista è un camionista incaricato di portare un carico di legname dal Paraguay a Buenos Aires; il suo capo gli chiede di dare un passaggio ad una giovane mamma e a sua figlia; la storia racconta il lento avvicinarsi dei due esseri umani che, dapprima diffidenti e quasi insofferenti l'uno



dell'altro, giungono a stabilire un rapporto di comprensione e di complicità tra di loro contro le avversità che la vita mette sul loro cammino; un film rarefatto, quasi senza dialoghi, fatto di sensazioni, atmosfere, paesaggi, silenzi... un film da appassionati, (quasi con una relazione tra "LEGNAME" trasportato e "LEGAME" che si viene a creare tra i protagonisti) un film splendido!

P.S. Al vostro critico è piaciuto molto l'italiano "LA PRIMA NEVE" magari ne parliamo la prossima volta

MONDOSTAZIONE

Responsabile
di redazione
Vittorio Citeresi

Per le inserzioni pubblicitarie
telefonare a
050 27101 oppure e-mail:
dlfpisa@dlf.it

Stampa La Grafica Pisana
Bientina (PI)

Dopolavoro Ferroviario

Piazza Stazione
n. 16 - Pisa
Tel. 050 27101
Fax 050 44116
www.dlpisa.it
dlfpisa@dlf.it

Breve Storia del Blues

(Andrea Gallino)

I Blues. Secondo molti studiosi il termine Blues ebbe origine dall'espressione "I have the blue devils" (letteralmente "Ho i diavoli blu") indicativa di uno stato di depressione, di profonda disperazione del popolo nero americano che, per scacciare la malinconia e per esorcizzare il proprio malessere e le proprie tensioni comunicandoli alla propria gente, cantava i Blues.

La storia dei neri d'America o afro-americani e delle loro forme di espressione artistico-musicali sono profondamente legate e la storia del Blues sintetizza l'evoluzione dalle originarie matrici africane alla formazione di una nuova identità storica e culturale.

Le radici più profonde del Blues risalgono storicamente nell'esigenza dei neri ridotti in schiavitù di sviluppare nuove forme di espressione per comunicare tra loro, giacché gli schiavi provenivano da zone diverse dell'Africa e parlavano lingue differenti. Essi dovettero inventarsi un linguaggio che doveva essere il più possibile incomprensibile per i padroni bianchi, per i "sorveglianti"; si sviluppò così un linguaggio metaforico, basato sui *double talks*.

Proprio nelle piantagioni dove lavoravano gli schiavi, per sopportare meglio la fatica e coordinare le proprie azioni con quelle dei compagni, l'elementare scansione ritmica del lavoro divenne la base su cui sovrapporre semplici iterazioni vocali secondo la tipica matrice antifonale e responsoriale proprio di derivazione africana. Da qui nacque la struttura dei *worksongs*.

Intorno alla metà del XIX° secolo negli Stati del Sud era molto popolare uno spettacolo basato sull'ironia caricaturale delle caratteristiche dei neri, detto *minstrelsy*: in pratica intrattenitori bianchi si dipingevano il volto di nero e, per la gioia di un pubblico esclusivamente bianco, imitavano sarcasticamente i tratti caratteristici, le moven-



ze e la musicalità dei neri. Alcuni neri entrarono nel circuito del *minstrelsy*, accettando quell'ambito espressivo in quanto gli consentiva, sotto l'apparente contraddittorietà della satira autode-nigratoria, di farsi beffe del loro pubblico bianco, ponendo in realtà le basi per l'affermazione del *black minstrelsy* nel quale i neri davano sfoggio delle loro qualità musicali attraverso quelle che vennero poi definite *coon songs*, le canzoni dei "negri".

Nei *black musicals* i neri si divertivano cantando e danzando soprattutto i *cakewalks*, cioè i balli derivanti dalle antiche danze schiavili nei quali coppie di ballerini gareggiavano tra loro.

Un altro elemento fondante della cultura dei neri americani fu il Cristianesimo. Esso rappresentava anche un'idea liberatoria: per i neri infatti nell'ambito religioso poteva avvenire un parziale superamento delle barriere razziali e molti aderirono alle Chiese cristiane. Ciò sviluppò nuove forme musicali: la solennità ed il trasporto delle lodi innalzate al Signore erano esaltati dalla potente musicalità propria dei neri. Ben presto *spirituals* e *gospels* divennero ambiti privilegiati dell'espressione degli afroamericani.

Verso la fine del XIX° secolo si affermarono i *medicine shows* ovvero spettacoli itineranti organizzati da sedicenti medici per vendere i loro intrugli. Figura centrale dello spettacolo era il *songster*, cioè colui che cantava motivi popolari e soprattutto gli stati d'animo dei neri. Dal *songster* nacque la figura del musicista girovago.

Accompagnato da una chitarra e/o

da un'armonica a bocca questi girava gli Stati del Sud in cerca di fortuna. Fu proprio la regione del Delta – dove confluivano i fiumi Mississippi e Yazoo – ad essere il teatro dei "padri" dei *bluesmen* quali primi protagonisti di quel processo di maturazione che segnava la simbolica fine del nero dell'epoca schiavile e la nascita del nero americano in viaggio verso la scoperta di una nuova identità.

Il Blues divenne vera e propria "colonna sonora" del processo di consapevolezza e di riscatto dei neri d'America. Toccò a Mamie Smith il privilegio nel 1917 di cantare per prima un Blues ("Crazy Blues") in un rudimentale apparecchio di registrazione.

Il Blues moderno: fu la città di Chicago che in due periodi, prima e dopo la seconda guerra mondiale, ebbe un posto fondamentale nella storia e nell'evoluzione del Blues. Città industriale, con grandi possibilità di occupazione, attirò ben presto i neri del Sud alla ricerca di un lavoro e della libertà e i suonatori di Blues che vennero a partire dal 1928. Gente come Georgia Tom Dorsey o Tampa Red profittavano del loro soggiorno per esibirsi e spesso vi si stabilivano provvisoriamente o definitivamente.

Proprio nella *Windy City* (la Città del Vento come è chiamata Chicago), ed in particolare nel *South Side*, nacquero come funghi studi di registrazione, case discografiche e locali notturni che contribuirono alla spettacolare evoluzione del jazz e del Blues.

Ma fu soprattutto dopo la secon-

da guerra mondiale che avvenne la grande emigrazione di tutti coloro che, oltrepassando la linea Mason-Dixon, la frontiera immaginaria tra gli Stati del Sud e quelli del Nord, lasciavano le terre del *Deep South* alla ricerca di una ipotetica miglior fortuna. In questo periodo, dopo che artisti come Big Bill Broonzy, Tampa Red, Jazz Gillum o Sonny Boy Williamson 1° consentirono al *Bluebird Beat* di raggiungere i più elevati livelli di creatività musicale, altri musicisti furono spinti a rinnovare il Blues verso le sue tendenze e caratteristiche più squisitamente "urbane". Alla fine degli anni Quaranta, infatti, fu Muddy Waters che, registrando nel 1948 il brano *I Can't Be Satisfied* (con Earnest Big Crawford al contrabbasso), gettò le basi del Blues moderno dando il colpo di grazia al "vecchio" Blues ed apportò allo stesso tempo numerose innovazioni tra cui la più importante fu sicuramente il nuovo concetto di gruppo musicale Blues. Benché fin dagli anni Trenta esistessero *Blues bands* a Chicago, è a Muddy Waters che dobbiamo la struttura moderna della formazione di Blues:

una o due chitarre, un'armonica e/o un piano, un basso ed una batteria.

Ed ecco che agli inizi degli anni Cinquanta, Muddy Waters e Jimmy Rogers (alle chitarre), Little Walter o Walter Horton (all'armonica), Willie Dixon o Earnest Big Crawford (al contrabbasso), Otis Spann (al piano) ed Elgin Evans o Elgin Edmonds (alla batteria) rivoluzionarono letteralmente l'estetica del Blues, proponendo un *Delta Blues* inequivocabilmente modernizzato, con le chitarre elettriche spesso fortemente amplificate e con tutti i nuovi effetti consentiti dall'evoluzione delle tecniche di registrazione. In pratica il Blues *low down* dei padri Robert Johnson, Son House e Charley Patton adattato in forma elettrica ed urbana, rivisto e corretto dai tecnici del suono, non solo sul palcoscenico ma anche dietro la tavola di mixaggio.

Se è vero che tra i numerosi gruppi

di Blues che si sono formati nel dopoguerra a Chicago quello citato di Muddy Waters fu senz'altro il più celebre, altre formazioni, tuttavia, dimostrarono di essere all'altezza come, su tutte, i richiestissimi Aces dei fratelli Myers (Louis alla chitarra e Dave alla chitarra prima ed al basso poi) con il grande Fred Below alla batteria e Junior Wells e poi Little Walter all'armonica: anche loro se la cavavano alla grande con le dodici battute.

Altro padre fondatore del Blues moderno fu, ed è, senza ombra di dubbio l'inarrivabile B.B.King. Benché originario del Mississippi e per quanto avesse debuttato a Memphis—la capitale

razione dal Blues di Muddy Waters, da quello di B.B.King e dal gospel, diedero vita al cosiddetto *West Side sound*.

Musica più violenta di quella di Muddy Waters e compagnia (in quanto suonata essenzialmente da chitarristi provenienti da un ghetto, il *West Side* appunto, nel quale le condizioni di vita erano più dure che nel *South Side*), il *West Side sound* rinnovò indiscutibilmente il linguaggio del Blues alla fine degli anni Cinquanta. Era il Blues esasperato di uomini arrabbiati, di coloro che non avevano raccolto alcun frutto dal progresso economico del paese in cui vivevano ed ecco che il suono delle

loro chitarre era più aspro e drammatico, espressione profonda delle umiliazioni della popolazione del ghetto.

Dalla fine degli anni Cinquanta, infatti, il *West Side* era divenuto il nuovo feudo dei bluesmen. Ghetto particolarmente emarginato, che aveva accolto una nuova genera-

zione di immigrati provenienti dal Mississippi e che il *South Side* non sarebbe stato in grado di assorbire, il quartiere Ovest di Chicago ospitava di fatto musicisti straordinari. Per la maggior parte chitarristi e cantanti, decisi a battersi sul terreno della tecnica pura e convinti che era necessario dare un respiro più ampio a tutto il Blues in generale, costoro intendevano misurare il proprio virtuosismo a livello strumentale, riservando così alla chitarra uno spazio ancora più importante e drammatico di quello ad essa riservato in precedenza.

L'uso frequente del modo minore, che fino ad allora non era stato praticamente utilizzato nel Blues, sommato all'improvviso fiorire di nuove voci estremamente profonde, che esprimevano tutta la desolazione del ghetto, contribuiva ad aumentare il magico potere, ossessivo, magnetico ed incantatore, del Blues. Il cammino artistico



del *Delta*—a differenza di gente come Muddy Waters, Howlin'Wolf, Sonny Boy Williamson 2°, John Lee Hooker ed Elmore James, egli subì solo marginalmente le influenze dei pionieri del Blues. I suoi ispiratori furono Louis Jordan, Doctor Clayton, Roy Brown e i chitarristi T-Bone Walker, Lonnie Johnson, Charlie Christian, cioè chitarristi che costantemente nella loro carriera hanno oscillato tra il Blues ed il jazz.

A differenza degli artisti del Chicago Blues, la musica di B.B.King si arricchiva così di arrangiamenti sofisticati più vicini al jazz e, di conseguenza, poteva essere suonata con orchestre numerose in cui era stata aggiunta una corposa sezione fiati. Il Chicago Blues di Muddy Waters ebbe la sua età dell'oro durante gli anni Cinquanta e più precisamente tra il 1948, l'anno di *I Can't Be Satisfied*, ed il 1958 quando apparvero i nuovi bluesmen che, prendendo ispi-



dei bluesmen del *West Side* non va comunque inquadrato nella deliberata volontà di rompere con il Blues *South Side* di Muddy Waters, Howlin'Wolf, Jimmy Reed ecc. (che nel frattempo continueranno a rimanere sulla cresta dell'onda), come avevano fatto invece i *boppers* del jazz, che all'inizio degli anni Quaranta avevano rotto con gli schemi armonici di Louis Armstrong, prima, e con quelli delle grandi orchestre swing, poi. Gli artisti del *West Side*, al contrario, volevano essere i figli spirituali degli ideatori del Blues moderno, che rimanevano i loro idoli indiscussi, ma a differenza dei loro maestri daranno vita ad un Blues più violento ed allo stesso tempo più sofisticato; questo per un serie di ragioni. Primo, perché vivevano nel quartiere più miserabile di Chicago; secondo, perché erano lontani dalle tradizioni del Delta di quanto non lo fossero i loro "padri"; terzo, perché appartenevano ad una

generazione che aveva visto esplodere un certo B.B.King; infine perché erano stati contagiati più dei loro predecessori dai canti religiosi del gospel. Nella sua opera *Devil's music, Une histoire du blues* (Denoel, 1976, Parigi), Giles Oakley ha perfettamente definito quello che distingueva i bluesmen del *West Side* dai loro predecessori: "Nel *West Side*, fra le case in affitto fatiscenti e in rovina, numerosi giovani artisti suonavano nelle taverne e nei club: gente come Freddy King, Otis Rush, Buddy Guy, Magic Sam, Jimmy Dawkins. Ma la loro musica non era più quella del Delta: Era il blues del ghetto, un blues che metteva in risalto soprattutto la loro abilità alla chitarra... Laddove Muddy Waters, Little Walter ed Howlin'Wolf avevano insistito sull'impatto sonoro d'insieme, questi giovani artisti mettevano in evidenza le chitarre, dando loro un posto di primo piano, con puliti fraseggi d'arpeggio e violenti assolo". È solo questa la storia del Blues? Naturalmente no!

Abbiamo preferito sottolineare di questa fantastica storia quelli che a nostro avviso sono gli aspetti principali che più di altri ispirano il Blues che The Caldonians Blues band, la nostra band, intende proporre.

Ma non si può non citare lo splendido Jump Blues di Louis Jordan, il Soul Blues di Little Junior Parker, il cosiddetto Folk Blues di Lightnin' Hopkins e poi Albert King, John Lee Hooker, Robert Jr. Lockwood, Eddie Taylor, Hound Dog Taylor, Luther Allison, il texano Johnny "guitar" Watson, Mighty Joe Young, John Littlejohn, Buster Benton, Magic Slim nonché armonacisti come Frank Frost, Snooky Pryor, James Cotton e i bianchi Paul Butterfield, Kim Wilson ed il californiano William Clarke ed infine tutti gli altri grandi che per necessità di sintesi non possiamo menzionare.

Bibliografia e fonti

- Enciclopedia del blues e della musica nera (Arcana editrice).
- Blues collection: i maestri del blues e del rhythm&blues (DeAgostini).
- Antologia del blues (Tascabili economici Newton).
- Guida al blues (Edizioni Blues Brothers).
- Dizionario Jazz (Armando Curcio Editore).
- rivista Il Blues (Edizioni Blues e dintorni).

L'angolo delle **filosofie e dintorni**

I tarocchi: storia e divinazione

L'origine dei tarocchi è oscura. Nel corso dei secoli molti studiosi dell'esoterismo, hanno fatto ricerche servendosi di libri antichi ma nessuno di essi ha potuto dimostrare ciò che ha sostenuto.

In Francia Court De Gebelin (1725-1784), Pastore della Chiesa Riformata, appassionato di mitologia, studioso delle religioni, dopo molti anni di studio pubblicò una tesi, successivamente accettata da altri esegeti, in cui sosteneva che i Tarocchi erano di origine egizia ed erano stati importati in Europa dagli zingari provenienti dall'Egitto e dalla Caldea. De Gebelin sosteneva che i tarocchi fossero il libro di Toth, Dio egizio cui fu attribuita tutta la sapienza filosofica Sacra o Sofia.

Gli Ebrei invece attribuiscono il libro dei tarocchi, a Enoch, bisnonno di Noè. I greci a Cadmus, fondatore di Tebe. Gli egiziani a Ermete-Toth, il Divino inventore della

(Dina Rovini detta Petra)

Magia che fu detto tre volte grande, da cui Ermete Trismegisto. Una leggenda racconta che sulla mummia di Ermete venne trovata una tavola di smeraldo su cui erano incisi i Segreti di Dio, un libro della Vita dove ogni uomo "Integro" avrebbe potuto comprendere l'arte di evolversi per tornare ad esse Puro Spirito.

Questo libro sareb-



be ciò che oggi gli esoteristi chiamano Kabbalah. Essa è composta da un sistema di numeri e lettere dove, attraverso le loro combinazioni, l'uomo (Adam Kadmon o Uomo Illuminato) può capire i misteri dell'Universo e scoprire il senso occulto celato nelle parole e nei numeri. I primi dieci numeri in relazione alle prime dieci lettere dell'alfabeto ebraico sono la forma essenziale di tutto quello che è, e il numero dieci la base del piano del mondo per mezzo dei numeri chiamati Sephiroth. Le Sephiroth sono i dieci punti energetici del corpo di tutti gli esseri viventi che si distribuiscono dalla sommità del capo giù fino alla base del dorso. (Kether (la corona); Hokmah; Binah; Geburah; Hesed; Tifereth (il cuore); Netsah; Hod; Jesod; Malkut (il regno).

Ognuno di essi corrisponde ad una carta specifica degli Arcani maggiori dei tarocchi.

Sarebbe troppo lungo addentrarci in questo affascinante argomento mi limiterò a parlare dell'utilizzo delle carte nella divinazione.

Esistono molti mazzi disegnati in modi differenti ma tutti hanno una radice comune.

Parlerò del mazzo di Oswald Wirth perché è quello che ho scelto e di cui condivido il pensiero.

Wirth (Svizzera, 1860-1943), in accordo con la ricerca di Gebelin, credeva nel valore universale del simbolo. Riteneva che l'insegnamento delle varie scuole esoteriche potesse essere ricondotto ad una matrice comune che deriva direttamente dagli Archetipi del pensiero magico e divino. Egli sosteneva che i tarocchi fossero potenzialmente in grado di rispondere a domande minute e a domande riguardanti la grande Opera del Creatore. Studiò i simboli occulti dell'Ermetismo Alchemico dell'Astrologia, dei Miti Magico-Religiosi della Massoneria antica, fino alle dottrine dei Roca-Croce e a quelle dei Moderni.

Scoprì che ogni insegnamento converge a riprova dell'assunto iniziale: la Grande Opera, con le sue molte forme, dove le vie possono prendere diversi aspetti, conserva il suo obiettivo nell'evoluzione dell'essere nella sua interezza.

Il libro di Wirth analizza gli Arcani Maggiori che sono ventuno più lo zero rappresentato dalla carta del Matto.

Anche i giochi per leggere i tarocchi sono moltissimi, si differenziano dal numero delle carte che usiamo, al sistema di accostarle una all'altra.

Io ho scelto una gioco semplice detto, Stella di Davide.

Al momento dell'incontro con la persona che intende sondare i Tarocchi, per prima cosa si instaura una

fase di conoscenza reciproca dove si entra in sintonia. È importante aprire la mente altrimenti non ci sarà dato sapere.... Poi c'è la scelta del settore d'indagine che può essere comune, come l'amore, il lavoro o la salute, oppure più profondo come, il Karma ad esempio, cioè cercare il perché della nostra incarnazione, e il motivo principale che ci ha portato in questa vita. Quando la domanda è stata formulata chiaramente dal consultante, io ho mischiato le carte, lei o lui, ha tagliato il mazzo sempre e solo con la mano sinistra (che è la nostra parte ricevente), io riunisco il mazzo con la mano destra (che è la parte donante), distribuisco cinque carte a forma di stella dove ogni posizione ha un significato: a favore, a sfavore, in riunione, in consulto, in responso. È come un aula di tribunale dove c'è l'avvocato difensore, il pubblico ministero, l'imputato e le sue "colpe". Qui però c'è anche un "consigliere" che sempre ci dà indicazioni su cosa dovremmo fare per il nostro bene.

Ciascuna carta ha un significato preciso ma è attraverso l'accostamento con le carte vicine che si interpreta il significato reale.

Faccio un esempio pratico molto sintetico.

Immaginiamo che una persona X viene da me e vuole sapere qual è il suo Karma. Ho messo giù le carte ed è venuto: la Forza a favore; la Torre contro; il Diavolo in alto; il Matto in basso; la Ruota della fortuna al centro.

X sarà una donna o un uomo, con molta

forza di carattere (la forza a favore) ma non avrà abbastanza perseveranza per concludere le cose che affronta (la torre contro). Avrà molto fascino (il diavolo in alto) ma i suoi amori saranno brevi perché è proiettata/o verso il futuro (il matto sotto). Riuscirà in questa vita a migliorare la sua poca perseveranza che sembra proprio il suo punto debole, karmico, da affinare (la ruota della fortuna al centro). X è chiamata/o a riflettere bene su ciò che vuole e a concludere almeno qualcosa di quello che inizia. Non ha grossi debiti karmici, questo significa che è un'anima evoluta e il suo percorso è giusto.

Tutto questo si può leggere ancora più chiaramente sulla carta del cielo di nascita di ognuno di noi. Non fidiamoci assolutamente degli oroscopi generici perché non contengono alcuna verità che ci riguarda.

Concludo invitandovi a riflettere su questo scritto che è pochissimo rispetto a ciò che nasconde tra le righe. Spero di avere stimolato anche una sola persona a provare il gioco dei tarocchi con la mente libera.

dina.rovini@alice.it



Il Romanico pisano in Pisa

Storia
dell'Arte

(a cura del Redattore)

Piazza del Duomo, Pisa

Il **romanico pisano** è lo stile architettonico romanico che si sviluppò a Pisa e che fu esportato in una vasta area di influenza al tempo in cui era una potente *Repubblica Marinara*, dalla seconda metà dell'XI alla prima del XIII secolo.

La cultura del romanico pisano si formò nei cantieri di *Piazza del Duomo* e da lì si irradiò ad altri progetti cittadini, ai territori controllati dalla *Repubblica di Pisa* (Corsica e Sardegna comprese) ed alla Toscana, soprattutto la fascia settentrionale da Lucca fino a Pistoia.

Architettura

Il *Duomo di Pisa* rappresenta una delle più mirabili realizzazioni medioevali d'Europa: si tratta di una costruzione straordinaria per le dimensioni e per il candore delle sue superfici marmoree, esaltate dallo spazio erboso circostante dove sorgono anche il *Battistero*, il *campanile* e il *Campo Santo*.

Tra queste, la prima realizzazione fu il *Duomo*, la più grande chiesa romanica della Toscana; iniziato nel 1063-1064 da *Buscheto* e proseguito da *Rainaldo*, venne consacrato nel 1118. È una costruzione a cinque navate con un grande *transetto absidato* a tre navate che si innesta nel corpo principale in corrispondenza di una *cupola* ellittica.

All'esterno l'apparato decorativo è sostanzialmente uniforme ed è costituito da una serie di *archi ciechi* su più piani dove si alternano elementi romboidali incassati, tipici del romanico pisano e derivati da modelli islamici nord-africani (per esempio da *Tunisia* o *Egitto*); nell'abside e nella facciata invece gli archi acquistano profondità, formando delle gallerie schermate da esili colonne. La facciata di Rainaldo venne realizzata prendendo spunto proprio dalle loggette pensili già in uso nell'architettura lombarda (*Sant'Ambrogio* di Milano, *San Michele Maggiore* di Pavia...)



Pisa, la piazza del Duomo

e moltiplicandone l'applicazione fino ad usarle per coprire completamente la parte superiore del prospetto, tramite ben quattro ordini, che alleggeriscono notevolmente la superficie.

L'interno, schiacciato da un soffitto a cassettoni *cinquecentesco* che sostituisce l'originale teoria di capriate a vista, è caratterizzato da un susseguirsi di colonne sulle quali sono impostati i *matronei*, che si affacciano sulla navata centrale per mezzo di *bifore*. Colpisce la struttura all'intersezione del transetto con il

corpo longitudinale: a differenza di altre chiese europee, qui lo spazio è chiuso dal ritmo delle colonne e dei matronei che, per mezzo di una sorta di ponte, separano i corpi laterali dalla navata principale, conferendo al transetto quasi la funzione di una chiesa separata.

Come a Venezia, l'architettura pisana venne quindi influenzata da quella *costantinopolitana* e bizantina in generale, per via delle fiorenti rotte commerciali di Pisa, che favorivano gli scambi culturali con altre aree del Mediterraneo. In un primo mo-



Piazza del Duomo vista dal campanile, Pisa



San Paolo a Ripa d'Arno, Pisa



San Frediano

mento infatti il Duomo era assimilabile ad una *croce greca* (si vedono ancora nel corpo esterno della navata laterale pietre di diverso colore in corrispondenza dell'aggiunta della metà del *XII secolo*) ed altri elementi bizantini sono i matronei e la cupola con coronamento a bulbo, posta alla maniera "lombarda" all'incrocio dei bracci. Più ancora che a Venezia gli elementi orientali vennero reinterpretati secondo il gusto occidentale, pervenendo a forme artistiche di notevole originalità. Per esempio la configurazione dell'interno ha una spazialità tipicamente paleocristiana.

Lo schema decorativo della cattedrale venne ripetuto sia nel campanile (la celeberrima *Torre pendente*, iniziata nel 1173), sia nel Battistero (iniziato nel 1153), almeno per quello che riguarda il primo anello, essendo stato ultimato in epoca più tarda (nel corso del *XIV secolo*), mutando il disegno originario, attribuito al *Diotisalvi*, con elementi di tradizione gotica.

San Pietro in Vinculis



Un'altra caratteristica tipica del romanico pisano è l'uso della bicomia alternando fasce di marmo bianco a fasce di pietre più scure, derivata da modelli della *Spagna* musulmana: nel duomo di Pisa il contrasto col grigio chiaro del ver-

ruano è molto lieve, mentre in altre zone venne impiegato lo scuro marmo verde *serpentino* (a *Pistoia*, in *Sardegna*...) ottenendo un vibrante ricamo architettonico.

Altre chiese pisane

A Pisa fu notevolissima l'attività edilizia durante il periodo d'oro della Repubblica tra l'*XI* e il *XII* secolo. Molte chiese presentano quindi i caratteri del nuovo stile, con l'uso delle arcate cieche decorate da *lo-sanghe* e nei casi più pregevoli anche delle *loggette* pensili in facciata. L'esempio più importante dopo la piazza del Duomo è il Duomo Vecchio di *San Paolo a Ripa d'Arno*, ricostruita tra la fine del *XII* e l'inizio del *XIII* secolo, dove la facciata sembra una copia in piccolo di quella della Cattedrale, ma anche la planimetria (a tre navate con ampio transetto) e la cupola sono una citazione fedele.

Altri esempi di pregio sono l'antichissima *basilica di San Pietro Apostolo*, la *chiesa di San Frediano* in *pietra verrucana* di colore grigio, la *chiesa di San Pietro in Vinculis*, la *chiesa di San Paolo all'Orto*, la *chiesa di San Michele degli Scalzi*, l'*Abbazia di San Zeno* ed il campanile della *chiesa di San Nicola*. Nell'area pisana c'è per esempio la *Pieve di San Giovanni e Santa Maria Assunta a Cascina*. Più tarde sono la *chiesa di San Michele in Borgo*, dalla candida facciata marmorea con *loggette*, o la *Chiesa di Santa Caterina d'Alessandria*, con la facciata a capanna, che testimoniano la persistenza dello stile, sebbene con aggiornamenti, anche in epoca gotica.

“Il gruppo di disegno e pittura del Dopolavoro Ferroviario di Pisa”

Spazio
arti visive

(Giacomo Roberto)

insegnante e coordinatore del gruppo

Mi chiamo Giacomo Roberto e sono nato a Pisa cinquantatré anni fa. Sono un pittore. Nel 1995 ho fondato e diretto il Circolo culturale dei pittori “Jackson Pollock”, e ho condotto una personale ricerca nei rapporti tra la musica e il colore. Sono stato allievo del maestro calligrafico giapponese Norio Nagayama e del musicista indiano Pritam Singh e ho avuto la fortuna di conoscere e di lavorare a fianco di artisti di tutto il mondo, dai quali ho imparato tecniche, modi diversi di intendere il “fare arte”. Ho condotto numerosi e innovativi laboratori sul colore e sul disegno formando centinaia di studenti. Ho tenuto mostre personali, ideato ed eseguito scenografie per spettacoli teatrali.

Per conto del Comune di Pisa e della Regione Toscana ho realizzato inoltre il materiale video e fotografico per il concorso internazionale di idee per il recupero dell'area del Santa Chiara, a fianco della Torre di Pisa. Dallo scorso anno sto insegnando disegno e pittura all'interno del Gruppo

del Dopolavoro Ferroviario di Pisa.

Chi può partecipare alle attività del gruppo?

Una domanda consueta formulata dagli interessati al corso è la seguente: “Io non so disegnare, non so fare proprio niente, posso partecipare?” E' una domanda a pensarci bene un po' buffa, perché se una persona sapesse già disegnare non avrebbe alcun motivo di iscriversi a un corso di disegno, così come un violinista non avrebbe alcuna ragione per partecipare a un gruppo sul solfeggio. Questa domanda, in realtà, nasconde al suo interno un'altra questione più importante: è come se la persona stesse chiedendo il permesso di poter partecipare a un corso di pittura. Forse è una cosa che ha sempre voluto fare e per una ragione o per l'altra si è sempre negata, qualcosa che le è sempre stata a cuore e che, per una serie di svariati motivi, non ha potuto praticare e realizzare. “A questa domanda io non posso che rispondere “ Certo che puoi! Il corso è aperto a tutti, proprio a tutti e specialmente a coloro che pensano di non saper disegnare. Sei il benvenuto, sei la benvenuta!”

Il mito del talento Per fortuna l'artista non è necessariamente un genio

Bisogna sfatare il mito per il quale, solo con un grande talento manifestato da piccoli con disegni incredibili e mirabolanti che stupiscono tutta la famiglia, si può diventare pittori o pittrici. Non è così, o almeno non è così per tutti. Il talento non si manifesta per tutti nella

stessa maniera. Artista non è sinonimo di genio. Qualche bel filmone biografico su un grande pittore del passato ha disegnato un'immagine del talento che ne è solo una goffa caricatura.

La realtà è molto diversa: tutti i pittori hanno studiato a lungo, e per anni, disegno e pittura prima di riuscire a realizzare qualcosa di veramente innovativo e bello. Lo stesso Picasso a 8 anni faceva dei capolavori, ma alle spalle aveva un padre pittore che gli aveva insegnato tecniche e metodi. Nello stesso modo dobbiamo chiarire che, lo scopo di un corso di disegno e pittura è quello di trasmettere tecniche e metodi base, così come una scuola guida insegna le nozioni basilari del percorrere una strada. Così come l'autoscuola non si pone l'obiettivo di creare piloti di formula 1, così il corso di disegno e pittura non ha lo scopo di creare degli artisti famosi nel mondo, ma di gettare le basi per la corretta pratica nel disegno e nella pittura, sia a livello di utilizzo delle tecniche, sia nella padronanza degli strumenti mentali necessari. Così facendo creiamo la possibilità affinché il talento possa manifestarsi e svelare tutto il suo potenziale. Questo può avvenire in qualsiasi momento della nostra vita, a venti come a settanta anni.

L'allenamento, il miglior amico del talento

Chi partecipa al corso si accorge entro poco tempo che non è così difficile riuscire a imparare. La pittura e il disegno costituiscono infatti una scienza semplice da capire e praticare, alla portata di tutti; non è necessario aver studiato, né avere diplomi o lauree alle spalle. Così come tutti impariamo a leggere e scrivere così tutti possiamo imparare a disegnare. La scuola di disegno e pittura del DLF si pone un obiettivo semplice. Insegnare a tutti a saper disegnare, ad utilizzare le tecniche dei chiaroscuri,



Olga Renda – grafite su carta 50x70 cm

a saper leggere e riprodurre i colori, a riuscire a ritrarre una persona cara, un amico. Questi, che ci sembrano risultati inarrivabili, sono invece obiettivi semplici che ognuno di noi è in grado di poter imparare anche in pochissimo tempo. Chiaramente è necessario allenarsi, con semplicità e costanza. L'allenamento è il miglior amico del talento.

Il talento e l'allenamento Una storia personale

A proposito di talento e allenamento voglio qui raccontare una storia. Ero musicalmente profondamente stonato e, chiaramente, come tutti gli stonati, innamorato del cantare. Inoltre ero completamente incapace di seguire qualsiasi ritmo. Anche le marcette musicali si trasformavano per me in un vero incubo: andavo sempre per finire tragicamente fuori tempo. Un giorno un amico mi disse che sarebbe arrivato in Italia un musicista originario del Punjab a dare lezioni sia di tabla (le classiche percussioni indiane) che di canto indiano e che c'era la possibilità di partecipare ed imparare. Dopo aver rimuginato un po' di tempo, non so cosa mi spinse a chiedere di partecipare. Ebbi una risposta chiara e semplice: mi fu detto che quella era una scuola e che c'era da studiare. Tutti potevano partecipare! C'era solo da allenarsi! E fu così che provai. L'insegnante quando mi senti cantare, fece una faccia insolita. Credo non avesse mai sentito una campana di sil fatta. Sotto il suo imperturbabile turbante mosse un sopracciglio e disse Ok! e mi accettò. Considerate che praticamente ero incapace di riconoscere qualsiasi nota, e di ripeterla. Avevo un'estensione vocale ridicola, 3 o 4 note al massimo, e non sentivo assolutamente i tempi: se c'era da andare piano andavo velocissimo, se c'era da cantare urlavo. Eppure grazie al suo insegnamento e al mio allenamento costante (un'ora al giorno, ogni giorno domenica inclusa) la mia voce si è con il tempo armonizzata

e la mia estensione vocale si è allungata notevolmente fino a raggiungere estensioni sorprendenti. Ora canto, non urlo più e seguo il ritmo con molta facilità.

Un metodo per imparare a disegnare e dipingere

Questa esperienza mi ha portato a riflettere sui risultati che può darci un corretto rapporto tra insegnante e studente, grazie a un adeguato metodo di apprendimento. Avevo infatti già insegnato, su specifici progetti, in scuole di ogni ordine e grado, a bambini ed adulti, amatori e professionisti, in mille occasioni diverse, ma mai avevo realizzato un progetto così

lungo ed articolato che portasse lo studente da un "livello zero" ad arrivare a concepire e realizzare un quadro ad olio. Ho progettato quindi un metodo, suddiviso in tre anni, basato sulle mie precedenti esperienze, sui metodi dei molti insegnati che ho avuto e che si avvale del supporto attivo degli studenti che, settimana per settimana, impegnandosi negli allenamenti, mi fanno scoprire sempre nuovi particolari e dettagli che possono rendere il metodo più efficace. Il programma, a grandi linee è il seguente:

Primo anno Il disegno (lapis, sanguigna) – la grafica (pastello, gessetto) – il ritratto e la pittura ad acrilico. **Secondo anno** La pittura ad olio – l'acquarello – anatomia e studio della figura. **Terzo anno** Composizione e creazione dell'opera. Chiaramente lo studente non è tenuto a seguire tutti e tre gli anni. Può sfruttarne uno solo, oppure anche un solo mese, quello che lui, o lei, ritiene necessario per il suo sviluppo. Si tratta di un programma tradizionale che però si avvale di tecniche innovative e che dà dei risultati importanti in veramente poco, pochissimo tempo.

L'importanza dell'allenamento

Chiaramente il corso non si esaurisce solo in classe. Credo che nessuno possa immaginare di imparare a suonare il pianoforte studiando solo durante la lezione settimanale con il suo insegnante. Quello che accade, seguendo un corso di disegno e pittura al DLF, è di rivivere in un certo qual modo l'avventura delle scuole elementari. La maestra spiegava



Giuliano De Martini – pennello asciutto su carta 50x70 cm



Giacomo Roberto – sanguigna su carta 50x70 cm

e ci dava i compiti. Nella nostra casa e nel nostro silenzio ripetevamo quello che ci aveva spiegato o che avevamo fatto a scuola e potevamo così verificare se davvero lo avevamo appreso. La pratica a casa, l'allenamento, sono fattori fondamentali in pittura. Per esperienza so di persone che alla prima lezione possano sembrare bloccate, ma che si sono completamente sciolte nel tempo di una o due settimane solo praticando correttamente gli esercizi a loro assegnati. Il loro segno è diventato improvvisamente fluido, attento ed armonico. Arrivati a questo punto, da lì a realizzare un buon disegno, nonostante il lavoro da fare sia ancora molto, il passo tuttavia è breve.

Il contatto con il Gruppo

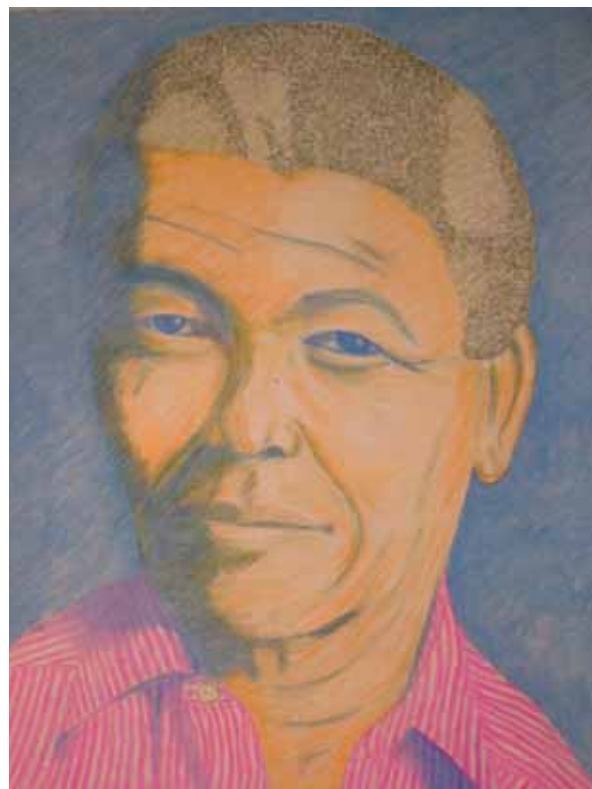
L'allenamento inoltre ha anche un'altra importante funzione. Fondamentalmente, infatti, è l'unico mezzo che, durante la settimana, nel tempo che ci separa dalla prossima lezione, ci tiene in contatto con l'insegnante e con il gruppo. Il gruppo di disegno e pittura può essere concepito come un insieme di corridori o di ciclisti. Ognuno fa la sua corsa, ognuno ha il suo particolare allenamento ed esercizio, ognuno insegue un suo risultato e un limite da superare, ma la corsa la si fa tutti assieme, in gruppo. Pensare di poter raggiungere da soli in poco tempo risultati accettabili è molto molto difficile. Un antico proverbio arabo più o meno recita: "Se vuoi andare veloce, prendi e vai, ma se vuoi andare lontano vai con la carovana". È così anche nel gruppo di disegno e pittura del DLF. Tutti si condivide l'obiettivo di imparare a disegnare e dipingere, tutti si mette la stessa intenzione ed è ovvio a tutti che se venti o trenta persone mettono la stessa intenzione e lo stesso impegno in una cosa, il gruppo e i suoi componenti possono raggiungere entro breve risultati importanti e traguardi molto soddisfacenti.

Il Gruppo del DLF di Pisa Una scuola popolare

Il gruppo del Dopolavoro ferroviario di Pisa è solo al secondo anno dell'attività. A un primo nucleo di co-

raggiosi apripista se ne è aggiunto uno più consistente che ha portato il gruppo a contare più di venti studenti motivati ed affezionati. Ci sono persone che si affrettano al termine di una giornata di lavoro, per arrivare in tempo per la lezione, altre che vengono ancor con la divisa. È un'atmosfera molto bella, gradevole e piacevole. Si respira un'energia molto croccante. È effettivamente un bel gruppo di lavoro. Il lavoro di gruppo è fondamentale: se guardiamo a cosa è successo e sta succedendo in Venezuela e in tutto il Sud America rispetto alla musica con l'ormai famoso metodo Abreu non possiamo che rimanere incantati. Il Maestro e il suo metodo hanno portato centinaia di giovani ad imparare a suonare uno strumento, raggiungendo risultati musicalmente eccellenti e attirandosi l'attenzione da parte di tutto il mondo musicale.

Il metodo Abreu è la dimostrazione che è possibile insegnare a una grande quantità di persone mantenendo i costi di partecipazione bassi, permettendo così a tutti di poter accedere senza trasformare le scuole d'Arte in luoghi di élite dove si respira spesso un'aria un po' polverosa. Facendo un riferimento alla musica possiamo dire che le mostre collettive sono le nostre prime esibizioni sul palcoscenico: e se, dopo solo qualche mese, già tre allievi sono pronti alla prima mostra di fine anno, ciò vuol dire che la strada è già segnata ed a essi altri se ne aggiungeranno, andando a ingrossare i ranghi dell'orchestra. Io sono certo che dal prossimo anno avremo anche un gruppo di ragazzi. Ai ragazzi fondamentalmente si insegnano le stesse cose che agli adulti. Solo che fanno prima ad imparare. Normalmente dagli otto anni si inizia provare piacere nel saper riprodurre la realtà, a copiare correttamente un disegno, un fumetto. È il momento di riprendere in mano la nostra cultura, il nostro fare arte e



Marco Gemignani – pastello secco su carta 50x70 cm

saper ritrasmettere le tecniche pratiche ai nostri bambini e ragazzi perché la pittura e il disegno sono un patrimonio che è anche loro, perché fa parte della loro storia, di una tradizione comune.

Il quartiere

Voglio concludere questo articolo con un ringraziamento. In primis agli studenti e alla direzione e al personale del Dopolavoro ferroviario che, da sempre, ha creduto nel progetto. Voglio però anche ringraziare il quartiere che ci ospita. Un quartiere che sta cambiando pelle giorno per giorno e che pure, con tutte le problematiche ad esso connesse, si presenta vivo, pulsante, ricco di vita. Questo inverno faremo la prima mostra aperta al quartiere ed ad essa altre ne seguiranno perché non esiste attività sana che non abbia radicamento nel suo quartiere, tra i suoi abitanti. Essere in qualche modo utili al quartiere e alla città è il nostro modo per stare con i piedi per terra, cercando di ricordare sempre che un sogno nasce nel cuore, ma è nella terra che si concretizza.

Visita alla mostra “Monet, au coeur de la vie” a Pavia.

(Laura Barsotti)

Spazio
arti visive

La giornata è grigia in contrasto con il colore che caratterizza l'opera di Monet. Oggi solo il Ticino che attraversa Pavia può raccordarsi all'artista e al suo interesse per l'acqua e verso le cose in essa riflesse.

La città brulica di gente e il tratto percorso a piedi per raggiungere il Castello Visconteo, dove ha sede la mostra, è occasione di osservare un caleidoscopio di persone. All'arrivo al Castello la visione dall'esterno è già spettacolare, ma l'ingresso e la visione del portico su tre lati all'interno offrono un'emozione stupenda ... Varcando la soglia sembra di tornare indietro nel tempo. Dopo un po' di fila alla biglietteria finalmente l'ingresso alla mostra. Consapevole che essa può essere solo un assaggio della imponente opera dell'artista, va detto che è da apprezzare l'organizzazione di mostre nel nostro Paese per chi non può o non vuole recarsi a Parigi, al Museo d'Orsay dove sono raccolte molte sue importanti opere come quelle di altri Impressionisti. Oltre a questa a Pavia, che dura fino al 15 dicembre 2013, è in corso infatti anche un'altra mostra su Monet: “Verso Monet” attualmente a Verona fino al

09 febbraio 2014, ma che proseguirà a Vicenza dal 22 febbraio 2014 al 04 maggio 2014. Il mio 'incontro' con Monet risale al 1992 quando ho visitato la Gare d'Orsay e ho potuto apprezzare dal vivo la pittura en plein air degli Impressionisti. Da subito la visione chiara e la forte qualità luminosa dei quadri di Monet mi hanno conquistata. Mi restano da visitare l'Orangeie, che ospita le famose Nymphéas e Giverny, dove il pittore ha vissuto 43 anni. Visita già programmata per la prossima primavera. A Pavia la mostra sceglie di ripercorrere la vita del pittore attraverso le persone importanti intorno a lui: Claude Monet (il padre), Eugène Boudin (il maestro), Camille Doncieux (la Musa, l'amore inquieto), Georges Clemenceau (il politico amico), Alice Hoschedé (l'amore maturo), Blanche Hoschedé-Monet (prima figliastra poi nuora). Nelle prime sale possiamo prendere visione di quadri dei maestri di Monet, Boudin e Jongkind e di lettere autografe del maestro, dalla terza iniziano i quadri del grande maestro dove “registra l'impressione furtiva che il paesaggio osservato comunica”. Un'altra caratteristica dell'opera di Monet, oltre alla



fascinazione per l'acqua e i suoi riflessi, è il desiderio di trattenere sulla tela l'effetto cangiante del paesaggio in divenire; esempi presenti alla mostra “La cattedrale di Rouen”, “L'aspetto delle acque”. La mostra prosegue con i quadri realizzati da Monet durante i viaggi in Norvegia e a Londra e, passando per la sua passione per l'arte giapponese che ha influenzato la sua opera, si conclude con i quadri che la figliastra Blanche ha dipinto immortalando Giverny, luogo importantissimo per il maestro dove ha vissuto e lavorato anni alla realizzazione di uno spettacolare giardino. Il percorso della mostra accompagna Monet dagli esordi alla maturità e coinvolge i visitatori nella vita e nell'opera dell'artista impressionista.



I NUOVI CORSI



**L'Associazione Dopolavoro Ferroviario di Pisa con
l'Associazione Culturale S. Francesco
e con il patrocinio del Comune di Pisa
organizzano per l'Anno 2013 - 2014**

Per i soci e chi desidera associarsi

Le seguenti attività:

Laboratori di Teatro

Giochiamo al teatro: da 8 a 12 anni
Progetto Teatro: per giovani dai 16 anni e adulti

Laboratori Musicali

Propedeutica musicale e strumentale: da 5 anni
Coro di Voci Bianche: da 5 a 13 anni (maschi e femmine)
Coro Adulti, Flauto dolce, Flauto Traverso, Clarinetto
Violino, Violoncello, Musica d'Insieme, Orchestra dell'Associazione,
Canto lirico e moderno, Pianoforte,
Chitarra classica e acustica

Laboratori d'Arte

Pittura, Disegno e Acquerello
per bambini dai 4 ai 13 anni e per adulti,
L'Arte dell'Icona, Applicazione di arte Africana
Corso di Fotografia - Video: “Come realizzare un video”

Corsi di

Danza creativa degli elementi, Ginnastica dolce-posturale, Flamenco



**Le attività saranno svolte presso i locali del Dopolavoro Ferroviario di Pisa o
presso quelli dell'Associazione Culturale S. Francesco Pisa**

Per informazioni: info@circoloculturalesanfrancesco.it Tel. 3286660088 - 050 27101



PISAMOVER

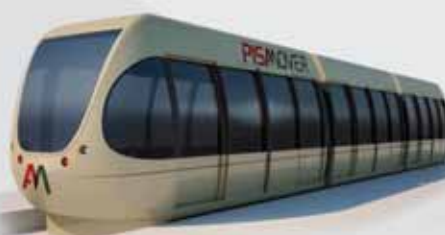
smart mobility

COSA E PERCHÈ

Il Progetto **PisaMover** ha lo scopo di trasformare l'attuale collegamento ferroviario tra l'**Aeroporto Galileo Galilei** e la **Stazione di Pisa Centrale** in una connessione ad altissima frequenza con standard di servizio europeo nonché migliorare la mobilità cittadina con l'introduzione di una fermata in corrispondenza dei **Parcheggi Scambiatori** di Via Aurelia e Via di Goletta. La navetta, che coprirà un percorso di **1.800 metri** in parte in piano ed in parte sopraelevato, sarà dotato di una tecnologia a fune senza conducente a trazione elettrica ed avrà una frequenza di 5-8 minuti.

I 3 PRINCIPALI OBIETTIVI

1. PRODURRE **BENEFICI AMBIENTALI** GRAZIE ALLA DIMINUZIONE DEL TRAFFICO VEICOLARE DA/PER L'AEROPORTO;
2. COSTITUIRE UNA CONNESSIONE IMPORTANTE DI **TRASPORTO PUBBLICO LOCALE** COLLEGANDO I NUOVI PARCHEGGI SCAMBIATORI DI PISA SUD CON IL CENTRO CITTADINO.
3. MIGLIORARE L'**ACCESSIBILITÀ FERROVIARIA DELL'AEROPORTO GALILEI** RISPETTO ALLE PRINCIPALI CITTÀ TOSCANE E L'ITALIA CENTRO-SETTENTRIONALE, CON STANDARD DI LIVELLO EUROPEO.



Station
TerraPorta

Parksud
Via Aurelia sud

Airport
Galileo

VANTAGGI PER IL QUARTIERE

La realizzazione di una nuova **PISTA CICLABILE**, l'**ELIMINAZIONE DEL PASSAGGIO A LIVELLO** di via S. Agostino, la realizzazione di **3 NUOVE ROTATORIE**, interventi di **RIQUALIFICAZIONE** di via Pardi e via dell'Aeroporto, **ALLARGAMENTO** di via Zucchelli, opere di **COMPENSAZIONE IDRAULICA** per mettere in sicurezza l'intero quartiere, **NUOVA VIABILITÀ** per accesso al parcheggio realizzata senza erodere area urbana (utilizzo area ferroviaria) e **RIQUALIFICAZIONE** dell'area antistante il **BINARIO 14**.

VANTAGGI PER LA CITTÀ

DIMINUIZIONE DEI FLUSSI VEICOLARI

La realizzazione dei parcheggi scambiatori di Pisa Sud (1.500 posti auto) serviti da un sistema di trasporto pubblico ad alta frequenza ha lo scopo di ridurre l'accesso dei mezzi privati in città sia da sud (Livorno) che da est (Firenze).

MAGGIORE INTEGRAZIONE DEI MEZZI DI TRASPORTO PUBBLICO

Il sistema integrato parcheggi scambiatori > PisaMover > Sestaporta > Metrobus cambia completamente l'accesso da sud alla città; sarà possibile andare in centro ed al polo ospedaliero di Cisanello lasciando l'auto al parcheggio scambiatore attraverso un sistema di mezzi pubblici ad alta efficienza ed alta frequenza;

RIDUZIONE DEL TRAFFICO VEICOLARE E DI CONSEGUENZA DELL'IMPATTO AMBIENTALE

Con l'introduzione del PisaMover si trasferiranno da gomma a rotaia 1.000.000 di utenti l'anno pari al 20% del totale, riducendo significativamente l'inquinamento atmosferico (con una riduzione stimabile di circa 200.000 t/ km di CO₂ l'anno), acustico e ambientale.

IL PISAMOVER IN BREVE

I requisiti fondamentali del nuovo sistema di trasporto sono i seguenti:



LUNGHEZZA TOTALE DEL PERCORSO: **1.800 M** DI CUI L'ULTIMA PARTE VERSO LA STAZIONE AEROPORTUALE IN QUOTA SU VIADOTTO



N. FERMATE: **3+1** (STALLO PER MANUTENZIONE E POTENZIALE FERMATA)



CAPACITÀ: **800 - 1.000 PASSEGGERI/ORA** PER DIREZIONE



FREQUENZA: **5-8 MINUTI**



ORARIO DI ESERCIZIO: **18 ORE/GIORNO** (CHIUSURA NOTTURNA)



GRADO DI AFFIDABILITÀ: **99.5%**

LE TARIFFE PER GLI UTENTI DI PISAMOVER

dal lunedì al sabato **€ 2,50** corsa occasionale / la domenica **€ 1,10** corsa occasionale
corsa residenti **€ 1,10**

PARCHEGGI SCAMBIATORI

dal lunedì al sabato **€ 2,50** al giorno per la sosta auto comprendente corsa sul PisaMover.
La domenica gratuito.

Il treno che salvò Giorgio Nissim, che salvò 800 ebrei...

rubrica
storie vere

(Piero Nissim)

In questa storia (vera) che gli amici del DLF di Pisa mi hanno chiesto di raccontare, c'entrano anche una stazione e un treno.

La stazione era quella di Pistoia, il treno era un Lucca-Pistoia-Firenze, che definire un "accelerato" – all'epoca, nel settembre 1943 – sarebbe forse un'esagerazione.

Un giorno, quel giorno, la stazione di Pistoia fu bombardata e il treno a Lucca non partì. Fra i tanti rimasti "a piedi" c'era anche mio padre, Giorgio Nissim, ragioniere pisano, a quel tempo "delegato" della città di Pisa per l'organizzazione, nel frattempo diventata clandestina, incaricata di assistere e proteggere i rifugiati e i perseguitati dal nazifascismo: la Delasem (Delegazione Assistenza Emigranti). Sempre quel giorno a Firenze, ospiti segreti del Convento di San Marco a Firenze, si riunivano i membri del Comitato regionale di questo organismo, tutti i delegati cioè, e mio padre fece di tutto per raggiungere Firenze con altri mezzi di fortuna, ma riuscì ad arrivare in città solo il giorno dopo, quando già tutti i delegati partecipanti alla riunione erano stati arrestati e deportati, complice una spiata dei fascisti locali.

Giorgio Nissim si ritrovò dunque solo, senza una esperienza organizzativa e di coordinamento (era un semplice delegato locale) a ricostruire tutta la rete di sostegno e assistenza ai perseguitati in Toscana. Ma non si perse d'animo. Su indicazione del Vescovo di Lucca, Mons. Torrini, si rivolse al Convento degli Oblati di via dell'Orto Botanico, dove trovò in Don Arturo Paoli e gli altri Oblati dei validi collaboratori nella nuova organizzazione che dal nulla stava ricreando. Il lavoro da svolgere era enorme ed oltremodo pericoloso: assistere i perseguitati che arrivavano anche dall'estero, sfamarli, rivestirli, trovare famiglie disposte ad ospitarli (rischiando a loro volta) e spesso curarli, sempre clandestinamente, in strutture sanitarie solidali – come l'Ospedale delle



Biografia di Giorgio Nissim

Giorgio Nissim nasce il 23 marzo 1908 a Pisa da Achille Nissim e Clelia Cardoso Laines. La famiglia Nissim, pur non rigorosamente osservante, è integrata con forte senso di appartenenza nella comunità ebraica pisana. Giorgio celebra il suo Bar Mitzva (in italiano maggioranza religiosa, letteralmente "figlio del precetto") nel 1921, preparato dal rabbino Giacomo Augusto Hasda'. Achille Nissim, di origine livornese, possedeva a Pisa una piccola fiorente industria di tessuti, ma la sua morte prematura nel 1926 costringe Giorgio ad abbandonare gli studi per dedicarsi agli affari di famiglia.

L'impegno pubblico di Giorgio Nissim comincia nel 1939 come delegato della DELASEL, un'associazione ebraica, con sede centrale a Genova, nata in quell'anno per l'assistenza dei molti ebrei stranieri profughi o internati in Italia.

Diventata clandestina, Giorgio Nissim tra il 1943 e il 1944 è il principale animatore di questa organizzazione in Toscana. Solo nel 2006 la sua opera è riconosciuta ufficialmente con la Medaglia d'oro della Repubblica Italiana alla memoria al Valor Civile per la sua azione che solo tra le province di Pisa, Lucca e Livorno portò alla salvezza di almeno 800 ebrei correligionari.

Dopo la Liberazione Nissim rifondò con la moglie la Comunità ebraica di Lucca e continuò a impegnarsi nella DELASEM in particolare nel sostegno ai rifugiati in transito per l'Italia e come prestanome per l'acquisto di navi per l'immigrazione clandestina in Palestina. A lui risultano intestate due navi, la Nettuno e la Pietro, che per parecchi mesi fecero la spola tra l'Italia e la Palestina.

Giorgio Nissim fu coadiuvato anche dalla giovane moglie la dottoressa Myriam Plotkin, ebrea lituana, studentessa dell'ateneo pisano, che aveva sposato nel maggio del 1942.

Tornato poi alla vita comune, al lavoro e alla famiglia (tre i suoi figli, Simona, Lydia e Piero), muore a Pisa il 1 aprile del 1976.



Zitine a Lucca - quando arrivavano malati o addirittura feriti. Nel Convento si stampavano inoltre le carte annonarie e di identità false e quindi era proprio il centro organizzativo di tutta la "rete". Il pericolo e il rischio erano pane quotidiano, pur in un clima di grande solidarietà, sostegno reciproco e fraterna amicizia.

Non mancarono perquisizioni da parte del Comando tedesco, che per fortuna non dettero alcun esito. In una di queste occasioni, avvertito all'ultimo, Arturo Paoli aveva nascosto un giovane ebreo tedesco in uno sgabuzzino/ripostiglio e seguiva col batticuore l'ufficiale tedesco che girava per le stanze. Quando stava per controllare anche il ripostiglio non convinto dalle parole di Arturo ("Qui non c'è niente, è un bugigattolo per carta e rifiuti...") fu richiamato da un altro Ufficiale a controllare un'altra ala del Convento. Il giovane era salvo e fu trasferito poi in un luogo ancora più sicuro: all'Arcivescovado, dove vestito da prete, era "diventato" il Segretario del Vescovo!

L'organizzazione aveva anche un "postino" che girava in bicicletta a consegnare nei posti convenuti, le

carte di identità ed altri documenti segreti. E chi meglio di un campione di ciclismo poteva svolgere questo delicato compito? Il "postino" infatti era Gino Bartali, che girava "in allenamento" per le campagne del Chianti, fino in Umbria (anche ad Assisi in un Convento di Clausura) per portare a destinazione i documenti falsi, nascosti nella canna della bicicletta. Proprio di recente, per questo ed altri meriti, raccolti e documentati (è bene sottolinearlo, a memoria dei periodici rigurgiti di negazionismo), il Museo della Shoah di Gerusalemme - lo "Yad Vashem" - ha riconosciuto Gino Bartali come "Giusto fra le Nazioni", onorificenza data a persone non ebrei che hanno aiutato gli ebrei durante le persecuzioni. Arturo Paoli era già stato riconosciuto "Giusto" nel 1999.

A mio padre e a Gino Bartali ho dedicato qualche anno fa un mio canto, "Giorgio e Gino", inserito poi nel CD omonimo (Edistudio, 2008), in cui me li sono immaginati che ancora "pedalano sulle strade del Cielo", parlano "dei tempi passati", ci guardano dall'alto, un po' ci giudicano (forse pensavano ad un mondo più

giusto e solidale di quello in cui viviamo) e ci mandano comunque un sorriso e un messaggio di speranza.

Questa la storia, queste le persone, e insieme a loro tanti altri meno noti, che hanno agito con coraggio, senza farsi mai vanto del loro altruismo, tant'è che sono passati oltre 60 anni a che questi fatti divenissero noti e degnamente riconosciuti (Medaglia d'Oro al Valor Civile della Presidenza della Repubblica, 2006). Erano eroi semplici, Arturo Paoli, un sacerdote (oggi centenario, tuttora un faro di saggezza per i tanti che seguono le sue parole e il suo esempio), Gino Bartali, un corridore-postino generoso quanto riservato. E Giorgio Nissim, un ragioniere di Pisa, che perse un treno e salvò centinaia di innocenti da altri treni...



Per approfondimenti:

- "Giorgio Nissim. Memorie di un ebreo toscano" a cura di Liliana Picciotto, Carocci, 2006
- "Giorgio Nissim. Un eroe semplice" Documentario di Rai News, a cura di Vera Paggi, 2008
- Centro di Documentazione Ebraica Contemporanea di Milano <http://www.cdec.it/>
- Fondo Arturo Paoli, Lucca <http://www.fondazionebmlucca.it/fondopaoli/>
- piero.nissim@gmail.com

27 Gennaio, il Giorno della Memoria.

(a cura del Redattore)

27 gennaio è il **giorno della memoria**, è il giorno del **dolore**. Per non dimenticare. Per non ricommettere gli errori del passato. Per ricordare all'uomo di essere in grado di compiere azioni inconcepibilmente **brutali**. Si ricorda la **Shoah**, si ricorda lo sterminio del popolo ebreo, vittima del fanatismo di estrema destra del **nazi-fascismo**.



La scelta della data non è casuale. Fu nel 27 gennaio del 1945 che le truppe sovietiche, nel corso dell'offensiva alla città di **Berlino**, arrivarono ad **Auschwitz** scoprendo per la prima volta quella realtà agghiacciante e terrificante dei campi di concentramento. Uno degli stermini più cruenti della storia umana. Ad oggi si stima una cifra vicino ai **17 milioni di morti**, ma avere un numero certo, per ovvi motivi di dispersione geografica, sarebbe alquanto impossibile.

Il tutto a causa di un'ideologia criminale, perpetuata da una persona fanatica, esaltata e megalomane. **Hitler**, le sue pseudo-rivendicazioni sociali e la sua intolleranza per tutto ciò che non rispondeva ai requisiti di "razza ariana" sfruttarono il **malcontento popolare** sfociando in una dottrina che anestetizzò milioni di menti, tanto da giustificare prima e consentire poi uno dei crimini umani più feroci che siano mai esistiti. Una **catastrofe** storica, difficilmente comprensibile.

Ma sarebbe un crimine altrettanto grave **dimenticare** quanto successo. Come diceva Primo Levi "se capire è impossibile, conoscere è

necessario". Soprattutto oggi dove il malcontento popolare un pò in tutto il mondo è nuovamente ai suoi apici. Ed è in questi momenti che la follia di qualche personaggio può, pericolosamente, far presa sulla **massa**. Lo dimostra il successo sempre più ampio che i movimenti di estrema destra stanno ottenendo un pò in tutta Europa. Dichiaratamente xenofobi.

Alcuni neofascisti, altri neonazisti. Tra di loro ci sono piccole differenze, ma enormi **analogie**. E queste riguardano gli aspetti più criminali.

Sarà anche vero che la storia è **maestra**, ma purtroppo fin troppi alunni rimangono distratti durante la lezione. Qualcuno avrebbe bisogno di ripetizioni.

Non in vista di un'interrogazione o di un esame universitario. Così, tanto per ricordare. Tanto per non dimenticare...

(Andrea Avitabile)

Che cosa è, che cosa rappresenta Auschwitz?

Auschwitz è il nome tedesco di Oswiecim, una cittadina situata nel sud della Polonia. Qui, a partire dalla metà del 1940, funzionò il più grande campo di sterminio di quella sofisticata «macchina» tedesca denominata «soluzione finale del problema ebraico». Auschwitz era una vera e propria metropoli della morte, composta da diversi campi - come Birkenau e Monowitz - ed estesa per chilometri. C'erano camere a gas e forni crematori, ma anche baracche dove i prigionieri lavoravano e soffrivano prima di venire avviati alla morte. Gli ebrei arrivavano

Una memoria per ricordare

in treni merci e, fatti scendere sulla cosiddetta «Judenrampe» (la rampa dei giudei) subivano una immediata selezione, che li portava quasi tutti direttamente alle «docce» (così i nazisti chiamavano le camere a gas). Solo ad Auschwitz sono stati uccisi quasi un milione e mezzo di ebrei.

Uno dei vagoni usati per la deportazione degli ebrei verso i campi di sterminio dal binario 21 della stazione Centrale di Milano

Con il termine Shoah che cosa si definisce?

Shoah è una parola ebraica che significa «catastrofe», e ha sostituito il termine «olocausto» usato in precedenza per definire lo sterminio nazista, perché con il suo richiamo al sacrificio biblico, esso dava implicitamente un senso a questo evento e alla morte, invece insensata e incomprensibile, di sei milioni di persone. La Shoah è il frutto di un progetto d'eliminazione di massa che non ha precedenti, né paralleli: nel gennaio del 1942 la conferenza di Wannsee approva il piano di «soluzione finale» del cosiddetto problema ebraico, che prevede l'estinzione di questo popolo dalla faccia della terra. Lo sterminio degli ebrei non ha una motivazione territoriale, non è determinato da ragioni espansionistiche o da una per quanto deviata strategia politica. È deciso sulla base del fatto che il popolo ebraico non merita di vivere. È una forma di razzismo radicale che vuole rendere il mondo «Judenfrei» («ripulito» dagli ebrei).



La Georgia: un viaggio nel tempo nell'antica Colchide, la terra del Vello d'Oro.

pillole
di storia

(Claudio Cerrai) www.georgiaforfriends.it

Immaginiamo per un attimo di fare un viaggio indietro nel tempo. Un viaggio unico, che ci evocherà emozioni inaspettate, andando al centro del Caucaso, sulle tracce della Colchide, l'attuale Georgia.

Attraverso le sue ricchezze naturalistiche, la sua cultura millenaria, le bellezze uniche e mozzafiato del panorama caucasico, il nostro viaggio indietro nel tempo ci condurrà così sulle rive del Mar Nero, nella Colchide, una terra mitica che ha avuto grandissima influenza nella formazione etnica e culturale del popolo georgiano.

La Colchide è stata teatro di avvenimenti per lo più legati a guerre e invasioni, e per questo motivo è ancora forte nel popolo georgiano quello spirito libero e fiero a difesa delle proprie radici, della propria identità, e della propria cultura.

La Colchide è stata anche la terra celebrata dalla mitologia greca con la leggenda del Vello d'Oro, con il mito degli Argonauti, con le gesta di Giasone, con la tragedia di Medea. La maggior parte dell'antica Colchide oggi fa parte della Georgia, con le regioni di Abkhazia, Adjara, Guria, Imereti, Racha, Svaneti.

Secondo antiche fonti greche, il limite superiore della Colchide era l'odierna Sukhumi, in Abkhazia, mentre quello inferiore era l'odierna Turchia.

Il regno di Colchide, risalente al VI secolo a.C., viene considerato come il primo stato georgiano, mentre con il termine "Colchici" vennero indicati i primi antichi insediamenti georgiani che popolarono la costa orientale del Mar Nero.

I colchici si erano stabiliti nel Caucaso nella media età del bronzo, e parlavano una lingua denominata "kartvelica" ("kartuli ena" in georgiano significa: "lingua georgiana").

Si trattava di comunità insediate sulla costa del Mar Nero già dal XIII secolo a.C., che diedero successivamente vita al "Regno di Qulha", in seguito chiamato "Colchi-



de" dai Greci.

Le città principali erano Dioscuris (sotto i romani chiamata Sebastopoli, adesso Sukhumi), Sarpapa (adesso Shorapani), Fasi (adesso Poti), Pityus (adesso Pitsunda), Apsaros (adesso Gonio), Surium (adesso Vani), Archeopoli (adesso Nokalakevi), e Citatisium (adesso Kutaisi), il luogo di nascita di Medea, figlia di Eete re della Colchide, e futura moglie di Giasone.

Nella tarda età del bronzo la Colchide vide lo sviluppo di una significativa abilità nella fusione e lavorazione dei metalli, nota appunto come "cultura colchica".

La fiorente economia della Colchide, favorita dalla posizione geografica e dal clima, attrasse i greci, che colonizzarono la costa colchica, stabilendo i loro uffici commerciali a Fasi e

Dioscuris, a partire dal VI secolo a.C.

Secondo un'antichissima credenza della società di allora, il tragitto per giungere nella Colchide era considerato "il viaggio più lungo dell'uomo", il luogo più orientale mai conosciuto al mondo, il luogo dove ogni giorno si ripeteva il miracolo della nascita del sole.

Poco si conosce dei regnanti della Colchide:

- Eete, il celebre potente re della Colchide raccontato nelle leggende greche,
- Kuji, un principe di Egrisi (ca 302-237 a.C., secondo gli annali georgiani medievali),
- Akes (Basileus Aku) (fine del IV secolo a.C.), il cui nome è stato trovato su una moneta,
- Saulaces, (II secolo a.C.),
- Mitridate Cresto (morto nel 83 a.C.),
- Machares (morto nel 65 a.C.),
- Aristarco (65-47 a.C.).

La Colchide è stata anche la terra dove Zeus, il padre degli Dei e Sovrano dell'Olimpo, punì Prometeo per aver rivelato all'umanità il segreto del fuoco.

Zeus fece incatenare Prometeo ad una montagna dove, ogni giorno, un'aquila andava a dilaniargli il fegato, che gli ricresceva ogni notte, con l'ordine tassativo di non staccarlo mai più da quella roccia.

Si dice che anche le Amazzoni, le mitiche donne guerriere, provenissero dalla Colchide. Secondo la mitologia greca, la Colchide era un terra favolosamente ricca, e qui nel bosco sacro ad Ares, il Dio della guerra figlio di Zeus, il re Eete custodiva il Vello d'Oro. Il Vello d'Oro, era il vello completamente dorato di Crisomallo, un ariete alato che Hermes, il messaggero degli Dei, aveva dato in dono a Frisso, figlio di Nefele moglie di Atamante, ed aveva il potere soprannaturale di guarire qualsiasi ferita.

L'animale magico, che comprendeva il linguaggio umano e sapeva volare, giunto al cospetto di Frisso, iniziò a parlargli, ordinandogli di montare in groppa.

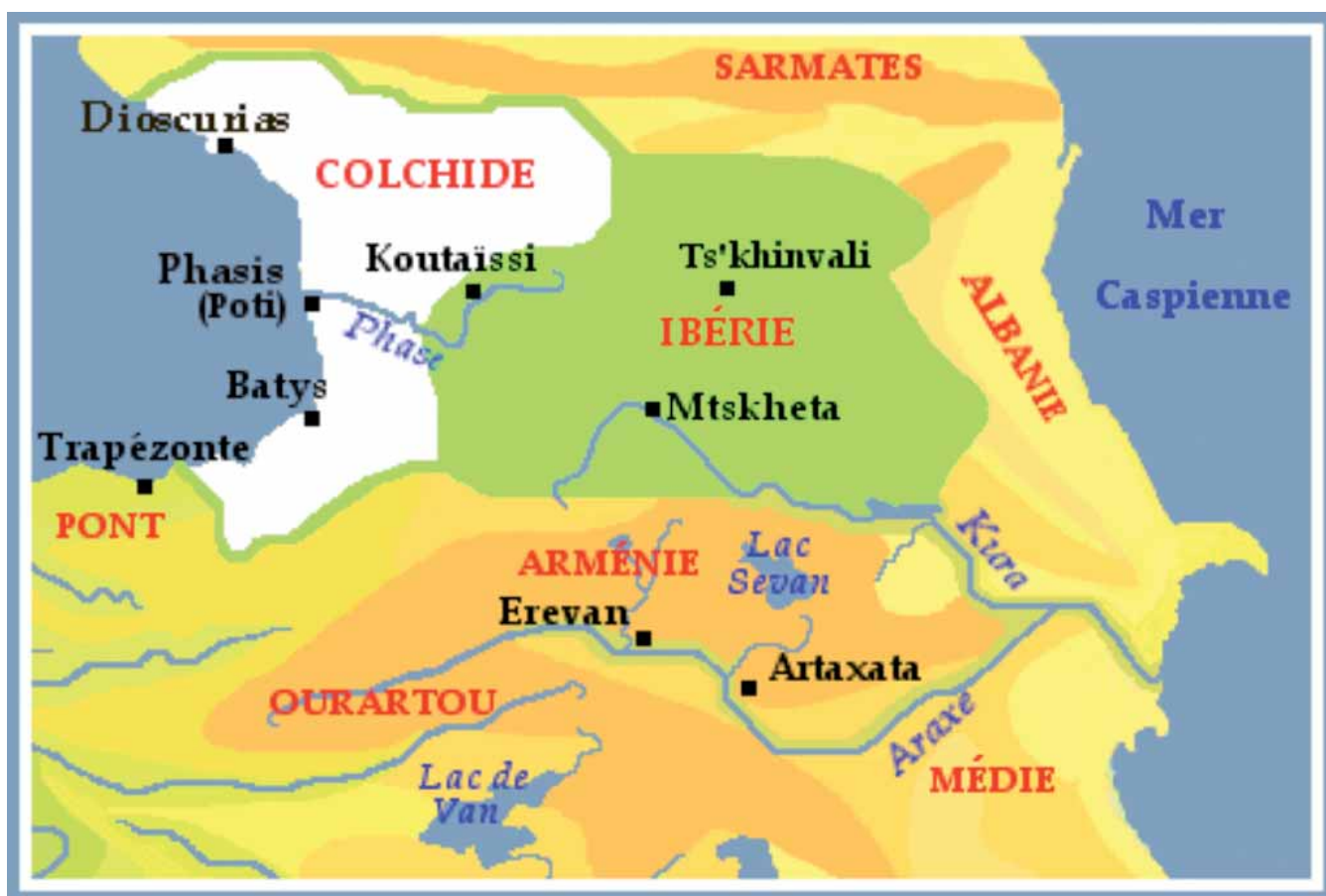
Frisso accettò l'invito, e insieme volarono verso la Colchide dove, una volta giunti, Frisso sacrificò l'ariete in onore degli Dei, e poi fece dono del vello dorato di Crisomallo al re Eete, che lo nascose in un bosco, ponendovi un drago di guardia. Il Vello d'Oro venne successivamente rubato dagli Argonauti, un gruppo di 50 valorosi eroi che, sotto la guida di Giasone, diedero vita a una delle più affascinanti narrazioni della mitologia greca, compiendo un avventuroso viaggio a bordo della nave alata Argo.

Giasone, è il personaggio principale intorno a cui ruota tutta la storia del viaggio fantastico alla ricerca del Vello d'Oro. Un personaggio mitico, che tuttavia resterà vittima indiretta della tragedia di Medea, nel frattempo divenuta sua moglie. Medea infatti passerà alla storia per la sua vendetta dopo essere stata ripudiata da Giasone a favore di Glauce, figlia di Creonte, re di Corinto.

Vista l'indifferenza di Giasone di fronte alla sua disperazione, Medea meditò una tremenda vendetta e, fingendosi ormai rassegnata, mandò un mantello in dono alla giovane Glauce, la quale, non sapendo che il dono era pieno di veleno, lo indossò per poi morire tra dolori strazianti. Il padre Creonte, che corse in aiuto della figlia, toccò il mantello, e morì anch'egli.

Secondo la tragedia di Euripide, Medea, non ancora pienamente appagata della morte di Glauce e Cleonte, vuole assicurarsi anche che Giasone non avesse discendenti, e perciò uccise anche i figli Mermero e Fere avuti da lui. Giasone ed i suoi compirono l'epica impresa alla ricerca del Vello d'Oro a bordo di Argo, una mitica nave alata, costruita dal carpentiere Argo di Tespi, da cui appunto prese il nome. Pare che Argo fosse stata costruita con un frammento di legno magico, proveniente dalla foresta di Dodona, che le permetteva di volare, parlare, e fornire profezie. Dopo il viaggio di Giasone e dei suoi amici, Argo venne condotta nell'istmo di Corinto per essere consacrata a Poseidone, il Dio del Mare, e successivamente fu trasportata in cielo, e trasformata nella costellazione Nave Argo.

Quella cultura millenaria, legata indissolubilmente a quel territorio mitologico, è stata poi tramandata nei secoli sino ai giorni nostri. Oggi la Georgia, l'antica Colchide, con la sua cultura, con le sue tradizioni, con il suo popolo fiero ed ospitale, è pronta ad accogliere tutti coloro che ancora vogliono andare alla scoperta dei luoghi teatro della mitica leggenda del Vello d'Oro.



F...come FEDELTA'

L'angolo degli **Animali**

(Barbara Terzuoli)

Non c'è fedeltà che non tradisca almeno una volta, tranne quella del cane".....e chi di noi ha vissuto l'esperienza dell'essere disatteso nei propri sentimenti proprio nel momento di maggior dedizione altrui, ... non può che essere d'accordo con la massima di K. Lorenz. Sembra infatti che la fedeltà sia da secoli la prerogativa principale del cane. L'animale che per antonomasia rappresenta questo sentimento è lui, il cane, che migliaia di anni fa ha rinunciato alla propria libertà selvaggia per diventare servo dell'uomo..... e tutto per quel sentimento strano che è l'amore (D.H.Lawrence).

Numerose infatti sono le testimonianze di cani così fedeli al proprio padrone da sacrificare la propria vita per lui.....e numerosi i casi di amici a 4 zampe che hanno percorso km e km solo per potersi ricongiungere con il loro amato padrone senza cedere alle lusinghe di occasionali sistemazioni. Tutti noi conosciamo il famosissimo caso di "Lessie" il pastore scozzese che ha camminato per anni ed ha percorso distanze interminabili per poter finalmente tornare a casa....ma forse non conosciamo casi di cronaca attuale.... bastardini che, anche ai giorni nostri, percorrono grandi distanze per tornare a casa.....ne abbiamo auto un caso recente anche in Toscana.....un cagnolino che si è consumato i polpastrelli per tornare dalla Calabria fino a Carrara..... Ma l'emblema della fedeltà in senso assoluto è sicuramente il caso di Hachiko, un cane di razza Akita divenuto famoso in Giappone per la sua fedeltà al padrone. Nato il 10 Novembre 1923 nella fattoria di Odate fu adottato a soli due mesi

da un professore universitario di Tokio che ogni giorno prendeva il treno per recarsi a lavoro. Hachiko, ko è un vezzeggiativo, lo accompagnava ogni giorno alla stazione e ritornava a prenderlo esattamente alle 17, ora



in cui il treno del professore faceva ritorno. Il 21 Maggio 1925 un ictus impedì all'uomo di fare ritorno a casa, i familiari furono tempestivamente avvisati della prematura scomparsa dell'uomo.....ma come farlo capire a Hachiko che per ben 10 anni continuò ininterrottamente a tornare alla stazione per poter rivedere il proprio padrone.....e quando fu troppo vecchio per camminare, vi si stabilì definitivamente. Tutto il personale ferroviario lo prese a ben volere.....i commercianti si adoperavano per non fargli mai mancare niente.....e



così, giorno dopo giorno.....mese dopo mese.....l'8 febbraio finalmente poté ricongiungersi per sempre con il suo amato padrone.....

Quella di Hachiko è una storia che ha commosso tutta la comunità

Nipponica tanto che tutti i giornali dell'epoca gli dedicarono un articolo in prima pagina il giorno della sua morte. Oggi, chi si reca alla stazione di Shiyuba può ammirare una bellissima statua di bronzo raffigurante Hachiko in attesa di ricongiungersi con il suo padrone. Ma perché il cane sia così fedele all'uomo non è facile da spiegare.....secondo una visione puramente razionale la sua dedizione è solo una traslazione del suo essere sociale.....la sua necessità di appartenere al branco e di sottoporsi completamente al maschio

dominante spiegherebbero la sua fedeltà assoluta e la sua completa dedizione al padrone.....ma a noi sentimentalisti piace pensare che ci sia una ragione ben più nobile. Forse il cane riesce veramente a cogliere l'essenza dell'amore libero ed incondizionato.....forse ha rinunciato alla propria libertà per vivere con noi ed insegnarci ad amare senza interesse, se solo ci degnassimo di osservarlo. E a riconoscimento della sua totale

lealtà è stato istituito da poco in Liguria il "premio fedeltà del cane" a San Rocco a Camogli.....dove ogni anno vengono premiate le storie più belle che parlano della fedeltà del nostro amico a 4 zampe!

Riecco Sirio...

IL BACIO

Un bacio dato,
un bacio ricevuto,
un bacio scambiato,
un bacio...
scritto fra la parentesi
di un sentimento
ove materia non osa,
ove il corpo si sveglia,
senza reclamare
possessione dell'essere,
lasciando nell'io
volontà inespressa,
incidendo nel cuore,
indelebile traccia
che niente
riuscirà a cancellare!
I sentimenti
non si comprano,
nascono nell'intreccio
inaspettatamente,
come la fortuna
che
una sola volta
si presenta,
e soltanto
chi può trattenerla,
ne godrà,
regalando anche al corpo,
soddisfazione e piacere,
nel ricambiarne
affettività sincera!
Solo il destino,
sarà nostro padrone,
ed ancora,
nessuno
potrà opporsi,
accettandone giudizio,
lasciando un amaro,
nei sentimenti, che non ti abbandoneranno
mai,
fino al giorno estremo!

Pisa- 7 Agosto 2013-

(Bsirio)

L'angolo della Poesia

IL MARE

Un'onda s'infrange silente nell'approccio di rosea
alba, all'invito di bianche ali veloci e leggere, prospici-
canti l'umida sabbia, scura di rorida aria della notte.
Non orme
segnano umana presenza, per giovanile ora del mat-
tino, nell'attesa del tepore di raggi solari.
Ascoltando
il percettibile sciacquo, la mente, libera nella materia,
spazia nel lontano orizzonte, rimembrando sentimen-
ti ormai più a venire.
Lontano, una rete, nel lieve beccheggio del legno, at-
tende a rubar sede ad ignaro abitante, per scambiare
sostentamento, e lasciare ad umana memoria, lieta
facoltà d'ammirare quanto natura, nel suo comples-
so, ci propone e ci regala

a Marina di Pisa, 19 Ott ' 12

(Bsirio)

...e Giovanni

NOTTE ETERNA

Inabissarmi nella luce eterna della luna,
nel silenzio che scende nel mistero che entra nel mio
pensiero,
che incombe nella mia mente,
in me l'universo è una sbiadita macchia,
dell'esser io cosciente sulla mia idea delle cose.
Nella regalità ho messo anima e corpo.
Per ritrovare nella notte antica la genesi della vita.
L'essere mio essenziale in se si perde nel corpo e si
ritrova nell'anima.
Nell'esistenza che precede l'essenza
in questa interiorità smarrita,
in questo universo saturo di senso
si inabissa ogni cosa in un grido tacito del silenzio.
Nel presente che si abbandona alla discesa lenta del
buio.
Segnando un tempo tra due punti arcani per non
muovermi nell'ombra.
Nel moto apparente anche la pietra scritta e sacra.
Il dolore risuona come un oceano e si solleva fino al
cielo.
Ho intessuto il mio sudario nel miraggio di oscure
inquietudini del mio cuore.
In questa congiunzione del tema della vita.
Così la luce si spegne con un alito silenzioso.
Nella vita che ha i suoi infiniti canali nell'ineffabile
essere.

(Giovanni Lecci)

Acqua che cura

(Loriana Pitzalis)

L'angolo della medicina e dintorni

Mentre molti di noi tentano invano di ristabilire la propria salute ingoiando ogni giorno mucchi di pastiglie, gli studiosi sono sempre più propensi a credere che esista un mezzo molto più efficace ed accessibile, a portata di mano di ogni persona in quanto ce l'ha a casa. Si tratta dell'acqua, la sostanza fondamentale senza la quale non esisterebbe la vita sulla Terra e di cui siamo in gran parte fatti.

Da molti anni laboratori di tutto il mondo conducono esperimenti stupefacenti per la modifica della struttura dell'acqua. È stato scoperto che proprio dalla sua struttura dipendono le proprietà che l'acqua trasmette in seguito all'organismo vivente.

L'acqua ha una memoria e i nostri stati d'animo, le nostre emozioni, vengono percepite e incanalate per poi restare incise nella sua struttura in continuo divenire.

La scoperta la faccio per caso navigando sul web e venendo a conoscenza del gran lavoro scientifico in atto. Più di ogni altra notizia mi colpisce quella che segue:

...Per conoscere le peculiarità della cura con l'acqua strutturata "La Voce della Russia" si è rivolta alla terapeuta **Anna Jakovleva** che già da alcuni anni cura efficacemente i suoi pazienti con l'aiuto di questo metodo:

"LA STRUTTURA VARIABILE DELL'ACQUA È MOLTO PIÙ IMPORTANTE DELLA SUA COMPOSIZIONE CHIMICA COSTANTE. CIÒ CONSENTE DI CONFERIRE ALL'ACQUA QUESTE O QUELLE PROPRIETÀ NECESSARIE. È NOTO CHE LA STRUTTURA DELL'ACQUA CAMBIA SOTTO L'EFFETTO DELLA MUSICA E DELLE PAROLE. COSÌ, QUANDO VIENE SUONATA MUSICA CLASSICA, QUANDO VENGONO PRONUCIATE PREGHIERE, MANTRA O SEMPLICEMENTE PAROLE DI GRATITUDINE, LE MOLECOLE DELL'ACQUA POSSONO CURARCI. AL CONTRARIO, LE BESTEMMIE, LE PAROLE CHE UMILIANO E INGIURIANO L'UOMO INFLUISCONO SULL'ACQUA IN MODO CHE COMINCIA A DISTRUGGERE LA SALUTE UMANA".

Ecco un fatto sorprendente: l'acqua è suscettibile a ciò che pensiamo e, quel che più conta, diciamo. In presenza di pensieri positivi e del senso di gratitudine emanato dall'uomo l'acqua è capace di operare miracoli e curare persino le malattie più gravi.

Non a caso i nostri antenati leggevano preghiere prima di ogni refezione.



È venuto infatti fuori che, oltre al significato sacrale, questo rito ha anche un significato pratico. Non solo, ma bisogna ricordare che noi stessi consistiamo prevalentemente di acqua e che la nostra acqua "interna" reagisce anche ai nostri ragionamenti, visto che la nostra salute è, in sostanza, il risultato

dei nostri pensieri.

Se ci riflettiamo bene, ci rendiamo conto che l'acqua generatrice è l'acqua amniotica materna dentro cui siamo venuti al mondo, è l'acqua vitale del mare, l'acqua primordiale che ha sviluppato la prima ameba e dato luogo agli esseri viventi dell'universo mondo, l'acqua tanto venerata dai nostri antenati che in suo onore edificarono pozzi e templi e che purificavano il corpo e l'anima dalle negatività. L'uomo contemporaneo ha ucciso il senso spirituale che sta in tutto ciò che la natura offre ed ha lasciato che la tecnologia occupasse ogni spazio, coprendo definitivamente ciò che faceva parte del nostro essere.

Ci siamo così dimenticati delle abluzioni e delle purificazioni rigeneratrici degli antichi e non sappiamo più ascoltare i messaggi che la natura ci invia.

Ciò è descritto dettagliatamente nel libro "I Messaggi dell'Acqua" dello scrittore giapponese Masaru Emoto. Il libro è uscito nel 1999. Questo libro ha suscitato l'immediata reazione del mondo scientifico.

Masaru Emoto dimostra che l'acqua modifica in modo determinato la propria struttura sotto l'effetto di varie emozioni umane.

A titolo di prova vi sono pubblicate foto dei cristalli dell'acqua congelati subito dopo essere stati sottoposti all'azione della musica classica e delle parole che portavano messaggi positivi e foto di quei cristalli che hanno "ascoltato" hard rock e parole offensive.

Nel primo caso i cristalli erano bellissimi ed avevano una forma perfetta. Nel secondo caso rappresentavano frammenti rotti e non strutturati.

"L'acqua ci ascolta, memorizza sul suo nastro magnetico le vibrazioni dei nostri pensieri e delle nostre emozioni e ci risponde nel linguaggio figurativo dei suoi cristalli" dice Emoto,

Gli studi da lui condotti nel corso di un trentennio, lo hanno portato alla definizione di una teoria secondo cui l'acqua canalizzata positivamente, cioè con frasi e pensieri di pace, amore, benevolenza, ha potere terapeutico e di cura di molte malattie, così come quella canalizzata



con pensieri negativi si riflette negativamente anche sul nostro organismo.

Il medico russo **Anna Jakovleva** da anni segue il lavoro di Emoto ed è lei stessa che così ci racconta:

“Tre anni fa ho deciso di svolgere un piccolo esperimento con i miei pazienti per accertare l’effetto prodotto dall’acqua strutturata sulla salute umana. All’inizio molti partecipanti erano scettici, il che, del resto, non stupisce. Per interessarvi possibilmente il più grande numero di persone e per dimostrare che il metodo funzionasse ho deciso di realizzare un esperimento sulle piante.

Avevamo tre viole che in quel momento erano nella fase di riposo e non fiorivano. Abbiamo cominciato ad annaffiare la prima viola con acqua caricata di musica classica, prevalentemente di arie di Puccini e Verdi, in

L'angolo della medicina e dintorni

quanto amo molto l’opera italiana.

La seconda viola è stata annaffiata con acqua che ha “ascoltato” la cronaca criminale trasmessa in tv. La terza viola è stata irrorata con acqua normale.

Due settimane dopo abbiamo già ottenuto i primi risultati. La prima viola è fiorita, la seconda ha perso alcune foglie ed è cominciata a marcire, la terza non ha mostrato nessun cambiamento significativo. Un mese dopo la seconda viola è, purtroppo, morta, mentre la prima fioriva rigogliosamente.

La terza viola è rimasta così come era all’inizio dell’esperimento.

Molti miei pazienti hanno avuto quindi modo di vedere con i propri occhi che l’acqua è capace di influire sugli organismi viventi ed hanno deciso di provare su di sé tale metodica. Come risultato, la maggior parte di loro ha cominciato a sentirsi molto meglio”.

Non posso dire se sia possibile sostituire i farmaci con un bicchiere d’acqua ‘viva’, per carità, né me la sento di parlare di miracoli, ognuno sia libero di provare o informarsi, magari funziona, mi sento però di consigliare la sana abitudine di ringraziare, come insegna Emoto, ogni volta che ne beviamo un bicchiere, perché diamo tanto per scontata questa semplice risorsa, mentre se non la rispettiamo si esaurirà in tempi più brevi di quanto noi stessi possiamo immaginare.

A Ghezzano un Centro Yoga che aiuta a star meglio

LA STORIA DEL PESCE CHE DIVENNE UOMO: E NACQUE LO YOGA

(La storia di **Matsyendra** e di come è nato lo Yoga)

Si narra che un giorno un pesce, nuotando nelle tranquille acque dell’oceano Indiano si trovò a passare nei pressi di una caverna, dove rimase affascinato da una voce melodiosa. Essa apparteneva al dio Shi va, che in quel momento era intento ad illustrare alla sua amata sposa, Parvati, le magiche posizioni (âsana), da lui stesso create e riservate esclusivamente agli dei. Il pesce, ascoltando questi insegnamenti, subì una radicale metamorfosi che lo trasformò in uomo. Da allora, **Matsyendra**, che in sanscrito significa «pesce fatto uomo» o anche «ignore dei pesci», tramandò in gran

segreto le tecniche apprese dal dio ai suoi discepoli, divenendo così il primo yogi... e il veicolo del passaggio di questi insegnamenti al resto dell’umanità.

C’è un nuovo Centro Yoga a Pisa. Il nome del Centro è “**Centro Yoga Shre Herakhan Baba**” poiché è dedicato al Maestro Shre Herakhan Baba. Si trova a Ghezzano Via Calcesana n° 37.

L’insegnante: Kusum Claudia Brambilla (cell. 3207264327 che si è diplomata con la maestra Yoga Swa-



mi Gurupuja Saraswati allieva diretta di Swami Satyananda Saraswati discepolo di Swami Shivananda Saraswati.

Lo Yoga è una disciplina bio-psico-spirituale che possiamo far risalire a circa 4000-5000 anni A.C. Le prime testimonianze ci arrivano infatti dalla civiltà di Moenjo Daro ed Arappa dove sono state identificate alcune raffigurazioni riferibili alle posture (asana) yoga. Il termine Yoga come scrive Ananda Coomaraswamy

L'angolo della medicina e dintorni

(1877-1947) lo ritroviamo nei RgVeda V.46.I dove leggiamo che l'essere umano deve... "aggiungere sé stesso come un cavallo disposto a obbedire". Nei Veda che risalgono al 2500 A.C. nelle ultime Upanishad, ultima parte dei Veda, vengono impartite le basi dell'insegnamenti dello yoga. Uno dei testi chiave dello yoga è lo Yoga Sutra di Patanjali. Questi era **un grammatico, un insegnante di filosofia** negli Yoga Sutra il grande maestro sistematizzò le conoscenze dell'epoca sullo yoga. Gli "Aforismi Yoga" come a volte viene tradotto il libro è considerato infatti come una delle prime presentazioni sistematiche dello yoga, **della filosofia Yoga, che** riunisce e codifica con rigore tutte le conoscenze e le pratiche dello yoga dell'epoca in una sintesi eccellente.

Il termine yoga, nasce dalla radice sanscrita yuj che significa "mettere assieme" unire, aggiungere, ha il significato di integrazione fra i vari componenti dell'essere umano: corpo, mente, psiche, spirito.

È possibile che una disciplina così antica sia ancora valida per noi del XXI sec?

Scrivono Swami Satyananda Saraswati "Lo Yoga non è un antico mito sepolto nell'oblio. E' l'eredità più preziosa del presente. E' il bisogno essenziale dell'oggi e la cultura del domani". Lo Yoga, già migliaia di anni fa ci aveva messo sotto gli occhi l'evidente connessione fra i vari compartimenti dell'essere umano: corpo-psiche-mente-spirito, dimostrandoci come solo l'interrelazione, l'integrazione di questi "aspetti" potesse **renderci felici**, potesse **donarci salute**, potesse **farci star bene**. Da allora molto è cambiato del contesto in cui la nostra vita si svolge che ora è sicuramente più comoda, ma è anche posta sotto l'egida della velocità, della tecnologia, siamo sommersi da problemi, ansie, emozioni, spesso viviamo re-

lazioni piene di tensione. Abbiamo costruito una società complessa che spesso perde di vista l'aspetto umano per soddisfare altri. E' proprio in questo contesto che lo yoga può esserci d'aiuto. Mentre l'obiettivo ultimo dello yoga resta il percorso spi-



rituale dell'individuo, le pratiche yogiche producono benessere in ogni altro campo dell'esistenza umana. Asana e Pranayama significano

- l'ammorbidirsi delle articolazioni del corpo per l'apporto di energia
- rimozione delle tossine dal corpo
- la sincronia del movimento con il respiro ha un effetto armonizzante sul sistema nervoso.

Con lo Yoga arriviamo ad una maggiore armonia tra corpo, mente e spirito. Asana (posizioni) e Pranayama (respirazione) portano ad uno sviluppo armonioso del corpo (organi, nervi, muscoli e ossa) aiutando a migliorare la salute e il funzionamento degli organi interni. Nello Yoga i movimenti sono lenti e ritmici, mantengono e potenziano la nostra energia e quindi il nostro benessere psicofisico. L'intero essere viene tonificato, fortificato e sviluppato nella sua totalità. Si diventa lentamente flessibili nel corpo e nella mente. Molte delle asana significano movimento della colonna vertebrale, la sua elasticità provvede al benessere di tutto il corpo. Lo yoga inoltre ha influenza sulle ghiandole endocrine il cui funzionamento

viene corretto da specifiche asana. Infine lo yoga ha un potente effetto sulla mente dell'essere umano, sulla sua capacità di concentrazione e di memoria. Lo yoga si distingue da ogni altra disciplina di carattere fisico poiché asana e pranayama ci introducono ad un percorso etico e culturale più ampio e vicino alla nostra Umanità. Il Dalai Lama ha detto una frase molto indicativa: "In Occidente ci si impegna al massimo nel proprio lavoro, talvolta in maniera affannosa e faticosa, per accumulare sempre più soldi. Poi, arrivati a un certo punto, i soldi servono solo per pagare medici e medicine..." Lo yoga non è la panacea in cui vorremmo imbatterci per risolvere veloce-

mente ogni nostro problema ma ci fornisce un metodo efficace per affrontare ciò che la vita ci mette sotto gli occhi.

(Matsyendra)



La camminata nordica (Nordic walking)

(a cura della Redattore)



L'angolo dello
Sport

Marko Kantaneva, l'inventore della camminata nordica

La **camminata nordica** (in lingua inglese **nordic walking**, chiamato anche **pole walking**, in italiano camminata con bastoni) è un tipo di attività fisica e sportiva. Essa si pratica utilizzando bastoni appositamente studiati, simili a quelli utilizzati nello *sci di fondo*.

Sebbene i primi bastoni e le relative tecniche di impiego negli esercizi fisici fossero già state presentate da Exerstrider negli *Stati Uniti* nel 1988[1], i loro bastoni non avevano molto in comune con quelli attualmente utilizzati nella camminata nordica. I bastoni erano pesanti e simili ai bastoni alpinistici con un lacciolo semplice (e successivamente senza lacciolo). Nella camminata nordica, basata su varie pubblicazioni e attività di ricerca, e nell'Exerstriding (uno sport simile, anch'esso svolto con l'ausilio di bastoni) si utilizzano tecniche e attrezzature differenti, ma vengono normalmente confusi e considerati come la stessa cosa, a causa di errate interpretazioni e/o traduzioni.

Tale attività sportiva non è stata ufficialmente riconosciuta come tale fino alla pubblicazione del libro "Sauvakävely" di Marko Kantaneva nel 1997. Il concetto generale della camminata nordica è stato sviluppato sulla base dell'allenamento e insegnamento fuori stagione dello *sci di fondo*. Tale concetto comprende la descrizione degli esercizi, come svolgerli, le motivazioni di carattere anatomico e fisiologico e le specifiche caratteristiche dei bastoni.

Nel primo anno di pubblicazione (1997), i primi bastoni per camminata nordica furono realizzati e distribuiti dalla *Exel Oyj*. La definizione camminata nordica fu coniata e ottenne il primo riconoscimento internazionale solo nel 1999 grazie a un opuscolo illustrativo della *Exel Oyj*.

Rispetto alla normale camminata, questa richiede l'applicazione di una forza ai bastoni a ogni passo.



Ciò implica l'uso dell'intero corpo (con maggiore intensità) e determina il coinvolgimento di gruppi muscolari del torace, dorsali, tricipiti, bicipiti, spalle, addominali e spinali, assente nella normale camminata. L'attività può generare un incremento fino al 46% nel consumo di energia rispetto alla camminata senza bastoni. È stato anche dimostrato l'aumento di resistenza della muscolatura del tronco superiore fino al 38% in sole dodici settimane. Il coinvolgimento forzato della muscolatura genera effetti superiori a quanto ottenibile con una normale camminata con gli stessi ritmi, come ad esempio:

- aumento generalizzato della forza e resistenza nei muscoli principali e nel tronco superiore
- aumento significativo della frequenza del battito cardiaco a parità di ritmo
- miglioramento delle vie vascolari ed efficienza dell'apporto di ossigeno
- maggior facilità nella risalita di pendii
- consumo di maggior quantità di calorie rispetto alla normale camminata
- miglioramento di equilibrio e stabilità
- alleggerimento significativo degli sforzi su anca, ginocchio e caviglie
- riduzione degli sforzi sulla struttura ossea

Attrezzatura

Nel caso di uso su asfalto la punta in metallo viene coperta da una protezione in gomma. I bastoni per camminata nordica sono più corti di quelli utilizzati nello *sci da fondo*. L'uso di bastoni di

lunghezza errata può aumentare lo sforzo sulle articolazioni di ginocchia, anca e schiena, diminuendo l'efficacia della camminata coi bastoni. I bastoni per la camminata nordica sono disponibili in pezzo unico, non regolabile, oppure in due pezzi telescopici, bloccabili e regolabili in lunghezza. I bastoni per la camminata nordica hanno impugnature con laccioli speciali, una specie di guanto senza dita che permette di trasmettere la spinta attraverso il lacciolo stesso, evitando di dover stringere l'impugnatura. A differenza dei bastoni da *trekking*, i bastoni per la camminata nordica sono dotati di inserti rimovibili in *gomma* per impiego su superfici dure e in metallo per impiego su terreno, sabbia, neve e ghiaccio. La maggior parte dei bastoni è realizzata in materiali leggeri come *alluminio*, *fibra di carbonio*, o *materiali compositi*. Non è richiesto l'uso di calzature speciali. Esistono calzature progettate per tale attività sportiva, ma sono comunque adatte anche comode calzature per camminare o correre su sterrato.

Equipaggiamento

Nella scelta dei bastoni occorre porre particolare attenzione a:

- Materiale e progettazione dell'impugnatura devono essere ergonomici e adattarsi al palmo della mano, e non devono essere ruvidi al tatto, quando usati a mani nude.
- Il lacciolo deve fornire un buon supporto al braccio, e deve essere progettato in modo tale da non schiacciare il bastoncino, che deve muoversi in modo naturale seguendo il movimento del corpo.
- Un buon lacciolo deve essere bilanciato e non deve impedire una buona circolazione sanguigna.
- Il bastoncino deve essere realizzato in materiale leggero e di lunga durata, preferibilmente in alluminio, fibra di carbonio o materiale composito.
- Il puntale in metallo è una misura di sicurezza (su superfici morbide), e il piedino in gomma, fornito come accessorio, assorbe l'impatto quando utilizzato su superfici dure.

L'altezza indicativa del bastoncino dovrebbe essere quella per cui, impugnandolo e posizionandolo in posizione verticale di fronte a noi, il gomito forma un angolo di circa 90°. Da questa misura indicativa, se la persona è un principiante o magari si vuole ottenere un lavoro meno intenso dall'attività allora si può pensare di abbassare leggermente il bastoncino (fino a 5cm in meno).

Tecnica

Le cadenze di braccia, gambe e corpo sono molto simili a quelle della camminata veloce. Gambe e braccia opposte si alternano ritmicamente, oscillando in avanti e all'indietro. È importante imparare correttamente ritmo e cadenza della camminata nordica fin dall'inizio, per raggiungere i risultati desiderati. L'ampiezza del movimento delle braccia in avanti e all'in-

dietro regola l'ampiezza del passo. Un movimento limitato del braccio limita anche il movimento del bacino e di conseguenza la lunghezza del passo. Aumentando la lunghezza del bastone aumentano lo slancio e il movimento di bacino e torso, assicurando un maggiore e più salutare movimento dell'intero corpo.

L'angolo dello Sport

Il Gruppo Scacchi DLF

(Francesco Saverio Rinaldi)

Il gruppo scacchi DLF è composto da un gruppo di appassionati del gioco degli scacchi, che si incontrano per il gioco libero nei locali del dopolavoro il lunedì sera, dopo-cena.

Nel 2013 sono state organizzate varie iniziative, sia per adulti che per ragazzi. In particolare durante l'inverno è stato organizzato un corso in 8 lezioni sul mediogioco, e la squadra del DLF ha partecipato alla serie C del campionato italiano della Federazione Scacchistica Italiana, conquistando una tranquilla salvezza. A titolo personale, i vari componenti del gruppo scacchi hanno disputato vari tornei individuali di scacchi.

Particolarmente viva è l'attività giovanile. Innanzitutto la vera e propria scuola di scacchi per ragazzi, che si svolge da ottobre a giugno, sempre nei locali del DLF, il sabato pomeriggio (dalle 15.30 alle 17.30).

I ragazzi, che vanno dagli 8 ai 14 anni, hanno partecipato a vari tornei

giovanili, e molti di loro hanno conquistato la qualificazione al campionato italiano under 16, che si è svolto a Courmayeur.



Tra i qualificati, alla fine ha effettivamente partecipato alla finale soltanto Matteo Brini, che si è comportato dignitosamente.

Due dei tornei di qualificazione si sono svolti a Pisa nei locali del DLF, riscontrando una buona partecipazione anche da parte di ragazzi provenienti da altre città toscane.

Inoltre il DLF ha partecipato ai campionati regionali a squadre under 16 con ben due squadre, la prima delle quali è arrivata ad un soffio dalla qualificazione per la fase nazionale. Per il 2014, la scuola di scacchi per ragazzi viene riproposta, e sicuramente verranno disputati 2 o 3 tornei giovanili nella sede del DLF.

Da segnalare inoltre, che sempre nei locali del DLF, dal 31 gennaio al 2 febbraio 2014, si svolgerà il campionato provinciale assoluto di Pisa, valido come ottavi di finale del campionato italiano assoluto di scacchi 2014. Chiunque volesse avere informazioni a proposito del gruppo scacchi, sia per quanto riguarda l'attività degli adulti, sia per l'attività under 16, può inviare un'email all'indirizzo ilnobilgiuoco@gmail.com, o chiamare il numero 3311336695.

Partenza col turbo per il DLF Pisa Tennistavolo

(Marco Soriani)

Sono iniziati da poco i campionati di Tennistavolo della nuova stagione 2013-2014 e il DLF Pisa parte subito alla grande. Nel campionato FITET, serie D2, riesce a collezionare 3 vittorie consecutive portandosi in testa alla classifica e riuscendo a mantenere l'imbattibilità.

Nel campionato CSI, dopo la prima giornata, le due squadre del DLF Pisa riescono ad ottenere due vittorie schiaccianti per 5-0 e 4-1 contro gli avversari Dlf Viareggio B e Pol.Pulcini Cascina A, balzando ai vertici della classifica. A breve inizieranno anche il Campionato Provinciale Uisp, a cui la società da quest'anno ha deciso di aderire, e il campionato FITET di serie C Femminile.



Erbe per i malanni di stagione

(Mario Minuti biologo specializzato in Scienze delle Piante Officinali)

La Natura che ci circonda sta mettendo a poco a poco l'abito invernale e come sempre ci regala il proprio aiuto per superare meglio l'Inverno. I fiori sono scomparsi, le foglie lo faranno fra poco, ma nelle piante ci sono ancora tesori da scoprire e utilizzare.

L'Autunno e l'Inverno sono le stagioni nelle quali si manifestano con più frequenza le malattie e i disturbi del nostro autunno e del nostro inverno fisico e allora scopriamo i tesori che la Natura ci offre.

La Rosa Canina o Rosa di bosco o Rosa selvatica appartiene alla *Famiglia delle Rosaceae*. Ne fanno parte oltre 2000 specie di **erbe**, **arbusti** e **alberi**, molti di grande importanza per l'economia umana. Oltre alla rosa il notissimo rampicante dai fiori vistosi che dà nome alla famiglia, e al biancospino, comprende la maggior parte degli alberi da frutto più comuni: il melo, il pero, il ciliegio, il pesco e tanti altri. È la specie di rosa spontanea più conosciuta ed è molto frequente nelle siepi e ai margini dei boschi. Il suo *Habitat* va dal nord Africa alla Scandinavia. Da essa derivano tutte le specie di Rosa ora coltivate. Il nome *Canina* gli fu attribuito da Plinio il Vecchio che narra che un decotto delle sue radici guarì un soldato dalla *Rabbia*.

Ai nostri tempi della Rosa Canina vengono utilizzati i petali e i frutti che sono detti *Cinorrodi*. Questi sono di un bel colore rosso rubino e hanno la forma e la grandezza di un'oliva con al vertice la rimanenza dell'ovario come nei frutti delle mele e delle pere. Una volta raccolti vengono aperti e svuotati dei semi e della peluria che sono irritanti per il tratto gastro intestinale. Vengono lavati e possono essere utilizzati freschi per fare marmellate, altrimenti vengono essiccati e utilizzati successivamente per infusi a temperatura compresa fra gli 80 e i 50°. Dei cinorrodi di rosa canina ci sono in Erboristeria anche estratti liquidi e secchi sotto forma di Tinture Madri e capsule. Il loro contenuto è molto prezioso per la salute umana perché contiene vitamina C, bioflavonoidi, carotenoidi, polifenoli e tannini. Il fitocomplesso rende molto stabili i principi attivi che sono indicati come promotori della buona salute in quanto sono stimolatori del sistema immunitario, ottimi antinfiammatori, antiossidanti e protettori dei vasi sanguigni.

Con i petali si fa il *Miele rosato* un ottimo preparato per l'infiammazione gengivale dei neonati.

Un'altra pianta da utilizzare per ristabilire la buona salute è il Salice. Il suo nome sembra derivi dal Celtico (*Sa-lis*, vicino l'acqua).

Appartiene alla Famiglia delle *Salicaceae* che comprende circa 300 specie arboree o arbustive che hanno come *Habitat* Europa, Asia e Nord America. Dimensioni variano da 20 metri a pochi centimetri come il Salice artico che ha un andamento strisciante per resistere meglio ai gelidi venti dell'estremo Nord. Sono piante perenni e a foglia caduca. Alle nostre latitudini il più comune e utilizzato da tempo immemore è il *Salix Alba* detto anche

L'angolo dell'erboristeria



Salice bianco. Vive di preferenza in luoghi umidi e lungo i corsi d'acqua. Allo stesso genere appartiene il *Salix viminalis* dal quale si ricavano i cosiddetti vimini o vette adoperate in agricoltura per legare le viti. Sembra che il Viminale, uno dei sette colli di Roma, come nome, prenda origine da una abbondante vegetazione che nell'antichità lo ricopriva. Le foglie e la corteccia di Salice sono menzionati in antichi testi medici egiziani (*papiro di Ebers*, *II millennio a.C.*) e dal padre della medicina mediterranea il greco Ippocrate (*V secolo a.C.*) per le proprietà antiodorifiche e antinfiammatorie confermate da altri medici antichi come Dioscoride e Plinio. Anche la Scuola Medica Salernitana trattava gli effetti delle foglie e della corteccia di Salice. In epoca moderna i progressi della chimica permisero di isolare il principio attivo contenuto nella corteccia di salice, la salicina isolata allo stato puro nel 1828 dal farmacista francese Leroux.

La parte da utilizzare è la corteccia dei rami di 2-3 anni e il tempo balsamico, di raccolta, è l'autunno alla caduta delle foglie fino a poco prima della ripresa vegetativa. La corteccia di *Salix alba* è ricchissima di tannini, flavonoidi e il glucoside salicoside che nell'organismo è ossidato a Acido salicilico. La corteccia ha proprietà febbrifughe e analgesiche, antinfiammatoria e antireumatica, astringente e antispasmodica. Di conseguenza è utilizzata come antifebrile, antinfluenzale, nelle malattie da raffreddamento, nelle manifestazioni caratteristiche del periodo premestruale, nei dolori articolari, reumatici e muscolari. Il fitocomplesso ha azione molto meno irritante sulla mucosa gastrica della più nota Aspirina che contiene il principio attivo isolato.

Gli estratti di Salice non devono essere assunti da persone che effettuano terapie anticoagulanti e per prudenza non deve essere assunto durante la gravidanza e l'allattamento.

Del Salice oltre l'uso sotto forma di tisana possono essere utilizzata la Tintura madre e le capsule contenenti l'Estratto secco totale.

Le nostre proposte per un turismo diverso

(Andrea Maffei ed Ivana Zaffora in collaborazione con l'associazione Officina Natura)
cometestesso@alice.it

L'angolo del turismo

La città di Pisa e la sua provincia, e le province ad essa vicine, offrono molti luoghi ricchi di testimonianze storiche ed artistiche ed incantevoli ed ameni paesaggi ed oasi nascoste, spesso poco conosciuti ed amati.

L'obiettivo delle nostre proposte è la diffusione di un turismo più attento e selettivo, che sia in grado di valorizzare, rispettandoli, gli edifici, i luoghi ed i paesaggi dimenticati e poco frequentati nella certezza che la conoscenza del patrimonio culturale ed ambientale sia l'unica possibilità per tutelarli; una conoscenza che non può essere solamente teorica e che deve quindi necessariamente trasformarsi in esperienza vissuta e condivisa da tutti.

L'obiettivo è quindi trasformare il turismo consumistico e spesso distratto in un turismo sostenibile, che offra la possibilità di vivere l'ambiente ed i luoghi rispettandoli e scoprendoli in una dimensione temporale rallentata e totalmente libera da qualsiasi obbligo.

I percorsi proposti sono inerenti a due diverse province ma sono collegati dall'esistenza, in entrambi i casi, di preziose testimonianze di epoca romana.

1 - LA PIEVE DI SAN MARTINO DI AZZANO (LU) ED IL PARCO ARCHEOMINERARIO DI FABIANO (LU): TRA I MARMI ED IL MARE SEGUENDO LE TRACCE DI MICHELANGELO.

Nel borgo di Azzano, una frazione del comune di Seravezza (LU), è collocata, in una posizione straordinaria dalla quale è possibile osservare alcune tra le cave storicamente più interessanti delle Alpi Apuane ed il mar Ligure, la suggestiva pieve di San Martino.

L'edificio è stato realizzato prima del secolo XI e ristrutturato nel secolo successivo e la parte esterna è interamente in marmo.

L'importanza e la suggestione dell'edificio è denotata, oltre che dalla meravigliosa collocazione, anche dalla partecipazione di Michelangelo agli ulteriori lavori eseguiti durante il XVI secolo; il sommo artista, infatti, ha abitato per tre anni nella vicina Seravezza, impegnato nella scelta dei marmi per la tomba di papa Giulio II, ed ha partecipato agli interventi di ristrutturazione durante i quali sono stati aggiunti il porticato in stile ionico (distrutto durante la seconda guerra mondiale), il rosone (conosciuto non a caso con il termine di "occhio di Michelangelo") e le due navate laterali e sono state aperte alcune finestre.

Una lapide tuttora esistente a Seravezza ricorda la presenza di Michelangelo nella città e l'apertura delle cave e della strada per l'estrazione ed il trasporto dei

marmi fino a Forte dei Marmi:

MICHELANGELO BUONARROTI

che nel MDXVIII

cedendo al volere di LEONE X

apriva le cave del monte altissimo

ne' tre anni durati

<a domare l'asprezza de' luoghi>

<e l'imperizia de la gente>

abitò in questo luogo

A poche decine di metri dalla pieve è stato realizzata l'altrettanta suggestiva area archeomineraria che tutela la zona in cui, forse fin dall'epoca romana o più verosimilmente a partire dal secolo XI, è iniziata l'estrazione dei marmi bianchi e dello spettacolare "bardiglio" di intenso colore grigio – ceruleo (materiale utilizzato chiaramente anche per la pieve medesima).

L'area, facilmente percorribile dopo una breve discesa, prevede un percorso di visita che racchiude due cave storiche e che rappresenta un sistema museale molto interessante, la cui visione permette di comprendere i sistemi di estrazione del marmo e le varie e complesse tecniche utilizzate durante il XIX e XX secolo.

Inoltre il percorso è collocato sopra un ripiano orografico, che permette la visione di un panorama vastissimo comprendente la pianura del litorale della Versilia, una parte delle Alpi Apuane ed il Mar Ligure.

2 - TURISMO CULTURALE NEL ROMANICO PISANO

Il romanico pisano, stile architettonico che ha caratterizzato il territorio toscano, ha lasciato tracce importanti e di grande bellezza nell'area pisana. Nel periodo della Repubblica nasce questo nuovo stile nell'edificazione dei luoghi di culto contraddistinto dall'uso nelle facciate di arcate cieche decorate da losanghe e dalla bicromia di marmo bianco con pietre più scure.

Un linguaggio nuovo che si è sviluppato anche grazie alle fiorenti rotte commerciali influenzate soprattutto dai tratti bizantini. Un esempio noto a tutti è il complesso monumentale di Piazza dei Miracoli a Pisa. Da qui il nuovo carattere architettonico arriva fino a Lucca (S. Michele in Foro) a Prato (S. Martino) Volterra e Massa Marittima.

Proponiamo un itinerario alla scoperta delle Pievi Romaniche nel nostro territorio:

Partendo da Calci – Pieve dei SS Ermolano e Giovanni (XI sec) si raggiunge Caprona- Santa Giulia (XII sec) per sostare poi a Zambra e passare a Uliveto Terme. La tappa successiva prevede San Casciano (XII sec) e la visita alla sua bellissima Pieve, si procede per Marcianella-S. Miniato (XI sec.) - e Cascina – S. Maria (XII sec) per finire a Vicopisano (XI sec). Sarà possibile visitare questi luoghi muovendosi in auto o in bicicletta lungo la pista ciclabile.



COOPERATIVA LAVORATORI DELLE COSTRUZIONI

Edilizia
Civile



Restauro e
Ristrutturazione



Realizzazioni
Commerciale



Turistico
Ricettivo



Infrastrutture e
Urbanizzazioni



Edilizia
Industriale



Edificio polifunzionale in Via Battisti - Pisa nell'ambito del Progetto **Sesta Porta**

Innovazione e Qualità



Attestazione SOA



Qualità
ISO 9001:2008



Sicurezza
OHSAS 18001:2007



Ambiente
ISO 14001:2004



Responsabilità Sociale
SA 8000:2008

C.L.C. Soc. Coop.
Via BOCCHERINI, 11 - 57124 LIVORNO
Tel. 0586-868711 Fax 0586-867376 www.clc-coop.com - e-mail: info@clc-coop.com