

# MONDO STAZIONE



PERIODICO DEL  
**DOPOLAVORO FERROVIARIO**

DI PISA  
Newsletter per i soci

ANNO III - N° 7  
GIUGNO 2012



**La Certosa di Pisa a Calci**

*La Certosa di Pisa, fondata nel 1366, si trova a Calci sui monti pisani, a circa 7 chilometri da Pisa, ed è situata in una valle di grande valenza paesaggistica, detta "Valle Graziosa". La Certosa, soppressa a causa delle leggi napoleoniche (1808), passò al demanio dello Stato, ma nonostante questo continuò ad ospitare l'ordine certosino, fino al 1972. La Certosa, si divide tra ambienti destinati ai Padri, dediti alla preghiera, ed ambienti destinati alle attività produttive gestite dai conversi. I Padri dividevano il loro tempo tra la solitudine, nella cella e nel chiostro, e la vita comunitaria, svolta nella chiesa, il capitolo e il refettorio. Attualmente la Certosa, deve il suo aspetto a successive fasi di ampliamento e di accrescimento, avvenute soprattutto nel XVII secolo. La Certosa è stata data in consegna alla Soprintendenza per i Beni Ambientali, Architettonici, Artistici e Storici di Pisa, ed è visitabile quasi interamente. Negli ambienti, che un tempo erano destinati ad ospitare le attività produttive e artigianali (quali granai, cantine, botteghe dei fabbri, dei falegnami, ecc.), attualmente ha sede il Museo di Storia Naturale e del Territorio dell'Università degli Studi di Pisa.*

# Accoglienza ed integrazione

(Enzo Scanniffio)  
Presidente DLF

È esperienza di tutti i giorni per molti di noi aggirarsi all'interno delle stazioni ferroviarie (soprattutto nelle grandi città, ma il fenomeno è esteso...) ed imbattersi in persone che sono l'espressione del disagio sociale: uomini e donne che hanno individuato nelle stazioni ferroviarie un loro preciso riferimento, a volte l'unico, in un ambiente ad essi estraneo e spesso ostile.

L'emarginazione sociale è un problema che investe tutto un territorio, ma ha caratteristiche particolari in quel microcosmo che è una stazione ferroviaria, che da sempre rappresenta un luogo di rifugio per persone senza fissa dimora e con problematiche varie (alcolismo, tossicodipendenza, disagio mentale, ecc...). Il fenomeno si è drammaticamente acuito negli ultimi anni in presenza di forti flussi migratori prima sconosciuti e per l'accentuarsi delle difficoltà economiche nel nostro Paese.

Inoltre, alle tradizionali categorie di disagiati, si sono affiancati quelli che sono stati definiti "i nuovi poveri": chi ha perso il lavoro, chi la casa, chi gli affetti, e sempre più spesso c'è chi, coinvolto in un tragico effetto domino, ha perso in poco tempo più di un riferimento e si trova solo con se stesso e con il proprio disagio.

Le dimensioni del fenomeno sono rilevanti: secondo l'ISTAT (dati 2009) in Italia sono oltre 8 milioni le persone relativamente povere e quasi 3 milioni quelle che vivono in povertà assoluta. Il 4% delle famiglie non povere, rischia di diventarlo; secondo Caritas, nel 2008, è stato registrato un incremento del 20% delle persone che si sono rivolte ai Centri Caritas: di questi il 70% sono stranieri, ma la presenza degli italiani è in crescita. Sempre secondo ISTAT e Caritas le cause sono molteplici: la disoccupazione incide per il 60%; i problemi di salute per il 30%; la morte di un familiare e/o separazione

dal coniuge per un altro 15% (ma è un dato in aumento). Anche l'istruzione fa la sua parte: il 24% ha la licenza elementare; il 33% la licenza media inferiore e solo l'1,4% la laurea (ma è un dato in aumento!).

Il fenomeno in Toscana ha caratteristiche simili ed i dati numerici percentuali sono in linea con quelli nazionali: circa 90.000 famiglie (5,5%) versano in condizioni di povertà relativa (dato IRPET); la Caritas, nel suo rapporto 2011 segnala che le persone che si sono rivolte ai suoi Centri sono aumentate del 10,4% rispetto al 2008; di queste il 74,5% sono stranieri con un aumento degli italiani che passa dal 20% al 25,5%; ma soprattutto diventa più costante la frequenza dei Centri. Tra le cause, la disoccupazione incide per il 73%, la condizione familiare per un 16% e la salute per un 10%; mentre rispetto all'istruzione: il 15,3% ha la licenza elementare, il 40% la media inferiore, il 5,9 la laurea. Anche su Pisa il

## 2 Editoriale

Accoglienza ed integrazione  
Enzo Scanniffio  
Presidente DLF

## 4 Rubrica il punto

Un momento  
positivo ma delicato

## 5 Perle di saggezza

## 6 Progetto Integrazione Reciproca

Associazione Unità Migranti in  
Italia  
Migrazione e integrazione:  
l'esperienza degli italiani  
Tratto da un articolo di Stefano  
Gianni  
Integrazione: problema o sfida?  
a cura della Redazione

## 7 Rubrica ciack

Cesare deve morire  
Antonino Patanè

## 11 L'angolo teatro e della musica

Musica Classica o Musica Jazz?  
Entrambe!  
Fiorenza Messicani

## 12 L'angolo del turismo

Un modo diverso di fare turismo a  
Pisa  
Ivana Zaffora e Andrea Maffei  
Le nostre gite

## 15 Delle filosofie e dintorni

La religione della purezza  
rubrica a cura di Lorianza Pitzalis

## 18 Storia dell'arte a Pisa

Nicola Pisano  
a cura della Redazione

## 20 Spazio arti visive

Il moderno o la tradizione?  
di Eva Houvickova

## 21 Rubrica storie vere

Chiara Vigo: la Vestale  
del mare, custode del Bisso

## 23 Pillole di storia

Civiltà etrusca  
a cura della Redazione

## 25 L'angolo del vernacolo

L'angolo degli animali  
C... come Condominio  
Barbara Terzuoli

## L'angolo Medicina e dintorni

La medicina ayurvedica  
a cura della Redazione

## Comics

Lucca Comics & Games  
di Anna De Lucia

## L'angolo dell'erboristeria

Le piante tonico adattogene  
Mario Minuti

## 30

### Cose simpatiche

Lettera aperta all'amico Sirio nel  
giorno del suo 88° compleanno  
Giuliano Bagnoli  
Da Tibilis in Georgia a Pisa  
Claudio Cerrai

## 31

### L'angolo dello sport

Gruppo MTB (Mountainbike)  
Turistico del Dlf di PISA

## 35

### Attività dei gruppi

L'Associazione "Verde Sport"  
di Rita Lucchi



rapporto-povertà 2011 della Caritas conferma una società in sofferenza dove accanto ad un dato costante di persone (972) che si sono rivolte ai Centri, si segnala un lieve aumento, rispetto al 2009, degli italiani (mentre gli stranieri sono il 71%); un aumento dei giovani senza lavoro (la disoccupazione risulta tra le cause principali), mentre la condizione del nucleo familiare incide per circa il 40%.

L'acuirsi della crisi economica sta cambiando il tipo di richiesta che i soggetti emarginati rivolgono più frequentemente ai servizi sociali. Oltre a quelle relative ai bisogni primari (mense, dormitori, servizi igienici: la situazione che viviamo quotidianamente nella zona della stazione ferroviaria a Pisa), aumenta la ricerca di un lavoro, ancorché precario. Numerose anche le richieste di aiuto per la difesa della salute, a rischio a causa della malnutrizione, abuso di alcool, fumo, condizioni igieniche e conseguenti malattie infettive. In aumento le richieste di assistenza legale per i permessi di soggiorno, fogli di via, decreti di espulsione, reati legati all'uso di stupefacenti, certificati di residenza, cittadinanza, ecc...

Il problema va affrontato coniugando misure di solidarietà e di sicurezza: di solidarietà per non ritrovarsi ad affrontarlo sul piano della sicurezza sociale.

Nell'ambito della solidarietà sta operando il DLF di Pisa con il suo progetto "MONDOSTAZIONE", intorno a cui sta aggregando molte realtà associative e sta trovando l'appoggio convinto dell'Ente locale. Si sta operando sul terreno dell'integrazione multietnica nella zona della stazione ferroviaria, crogiuolo di etnie. Le nazionalità straniere più numerose sono di albanesi, romeni, marocchini, senegalesi, filippini, ucraini, polacchi, cinesi, macedoni, bulgari. Per integrare è necessario uno scambio effettivo di esperienze personali e comunitarie, etico-sociali e culturali, senza le quali non vi è "comprensione" e quindi "contaminazione" nell'orizzonte valoriale, individuale e collettivo. Senza questo si rischia un corto circuito tra individuo e comunità e tra comunità: quella presente ed originaria del territorio con le sue

memorie, i suoi valori etici e sociali, e le nuove comunità se tutti tendono a conservare e a rimanere ancorati ai rispettivi riferimenti etico-sociali originari (ed il discorso vale per gli



"stranieri extracomunitari" ma anche per gli "stranieri italiani", studenti, lavoratori, ecc...). La situazione è parte del fenomeno più ampio e complesso della globalizzazione, con i suoi aspetti ambivalenti: perchè da una parte apporta progressi materiali in tutti i campi, ma dall'altra è gravida di sottosviluppi spirituali e morali, poiché tende a standardizzare culture così diverse del pianeta, svilendo le loro virtù ed i loro saperi. Ogni cultura è fatta non solo delle sue illusioni e carenze, ma anche di qualità e ricchezze. Secondo Edgar MORIN "bisogna mondializzare, cioè favorire le cooperazioni economiche, sociali e culturali, e al tempo stesso demonializzare, cioè alimentare le vitalità locali, regionali e nazionali". In sostanza, traslando il concetto, bisogna mirare alle simbiosi culturali capaci di unire ciò che ciascuna di esse ha di meglio, operando una metamorfosi che leghi in modo indissolubile l'unità e la diversità umane.

La partita va innanzitutto giocata sul campo dell'accoglienza: una precondizione necessaria per vincere la sfida dell'integrazione.

Il lavoro da fare è quello di elaborare ed attuare un progetto per creare situazioni ed opportunità e dare modo a tutte quelle persone, che rappresentano il fenomeno del disagio sociale, di sollevarsi dal degrado (spesso costituito dal bisogno elementare ed urgente di trovare un luogo dove poter dormire, mangiare e vestire abiti decenti) ed avviarsi su percorsi virtuosi di recupero sociale nel contesto cittadino evitando di percorrere strade di non-ritorno, nella prospettiva di un recupero individuale e di un miglioramento della vivibilità nella zona della stazione ferroviaria.

Vi sono molte esperienze in Italia in cui la sinergia di diversi soggetti ha permesso di creare una rete di aiuto pubblico-privato (costituita da ambienti ferroviari, Istituzioni locali,

Associazioni di volontariato e privato sociale) che ha dato vita a dei "centri di aiuto" con il compito primario di avvicinare ed ascoltare le persone in difficoltà ed indirizzarle verso strutture dedicate presenti sul territorio, ed all'occorrenza in grado di sostituirsi ad esse: un vero e proprio sportello sociale collocato in uno dei punti nevralgici della città, nell'ambito della stazione ferroviaria.

In quella di Pisa vi transitano più di 15 milioni di persone l'anno: è la principale porta di ingresso ed uscita dalla città, ed è evidente la necessità di sperimentare una tale esperienza in zona. Credo anche che vi siano le condizioni per farla nascere dalla possibile collaborazione, per altro già sperimentata con varie formule in molte altre città (Genova, Roma, Milano, Napoli, Venezia, Messina, Chivasso, Melfi, Pescara, Catania, Foggia, Bologna, Torino, Grosseto, Salerno Firenze), ad esempio, tra ENEL, Ferrovie dello Stato, IKEA, Associazionismo sociale, fondazioni bancarie, con riferimento all'Accordo quadro con l'Associazione Nazionale Comuni Italiani (ANCI) ed ai principi del "Libro verde sulla responsabilità sociale d'impresa" della Comunità Europea. ●

**MONDOSTAZIONE**

Responsabile  
di redazione  
**Vittorio Citernesì**

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.dlfpisa.it**  
**dlfpisa@dlf.it**

# Un momento positivo ma delicato

di Vittorio Citernesì  
Vicepresidente DLF

rubrica  
**il punto**

**N**on si può negare che l'attività del dopolavoro ferroviario, specie con il varo del progetto Centro Culturale Polivalente Multietnico "Mondostazione", non sia stata intensa e soddisfacente da dopo le vacanze estive al giugno di questo 2012. Infatti, con particolare riferimento al Settore Culturale, le iniziative sono state molteplici e partecipate: tre mostre di pittura, un corso di fotografia, un corso di acquarello, la creazione di una scuola di ballo latino americano gestita dalla FELAM con tre lezioni settimanali e, fatto importante per il quartiere della stazione, un corso settimanale di lingua cinese per bambini nati in Italia da genitori cinesi ma che non conoscono la loro lingua madre. Inoltre, proseguendo nel disegno di integrazione reciproca, sono state realizzate la Festa della befana Multietnica, il Carnevale Multietnico e la festa Multietnica della Donna: tutte aperte alla popolazione pisana, con riconoscimenti positivi da parte del Comune e dei cittadini stessi.

Abbiamo partecipato, e stiamo tuttora partecipando, ad iniziative pubbliche promosse nei mesi di Aprile, Maggio e Giugno dalla Società della Salute (Fili di Quartiere) ed alla festa di accoglienza, realizzata nel salone delle attività di Mondostazione, degli studenti georgiani di Tbilisi ospiti di famiglie pisane nell'ambito delle relazioni socio-culturali tra l'Italia e la Georgia nell'ex URSS.

Successivamente Mondostazione è stata una bellissima tappa fatta da quattro scolaresche delle scuole primarie e secondarie durante la Giornata della Solidarietà nel percorso "Libertà, diritti e valore delle differenze" organizzato dal comune. In campo teatrale, mirando ad un più completo recupero di questo ramo, in autunno abbiamo realizzato un ottimo spettacolo, "Il progetto di Bach e Mozart" messo in scena dal Teatro della Luna creato e diretto dall'attore-regista pisano Marco Di Stefano, anch'egli aderente a Mondostazione, che attualmente sta portando avanti due laboratori teatrali sperimentali all'interno del Dopolavoro ferroviario, uno che coinvolge ragazzi altrimenti abili ed un altro rivolto agli adulti.

Nel mese di Giugno, per 15 giorni, con la conclusione al Cinema Teatro Nuovo, viene realizzato il Teatro della Comunità che coinvolge nello spettacolo i cittadini della strada di ogni etnia e condizione sociale. Naturalmente dobbiamo considerare la rivista semestrale "Mondostazione" che con i numeri di dicembre 2011 e quello in cui scriviamo, rappresenta un valido punto di riferimento culturale per tutti i soci del DLF, e non solo, visto che ha avuto riconoscimenti anche tra i cittadini pisani e le stesse istituzioni.

Vi è stata poi l'attività turistica del gruppo di Mountain-bike (vedi resoconto nella rubrica attività dei gruppi), quella del tennistavolo che ha portato a termine in maniera egregia il campionato italiano, per non parlare poi

dei corsi di autodifesa.

Una considerazione particolare va però data al recupero igienico ambientale dello spazio nel retro del Dopolavoro che comprende, oltre ai campi di calcetto, un capannone ed un giardino con annesso chalet uso bar; per molto tempo adibito ad usi impropri da notturni frequentatori, dallo spaccio di droga a ricettacolo come gabinetto pubblico all'aria aperta. Ora è stato ripulito, ben recintato e, con la realizzazione del servizio di parcheggio per soci che prevede una sbarra automatica sorvegliata all'ingresso e la chiusura del cancello dalle 24 alle 6, permette di nuovo a questa zona la tranquillità e la pulizia di un tempo. La gestione del parcheggio è stata affidata alla Federazione Latino Americana che ha in progetto, oltre al servizio di parcheggio auto, anche un servizio di pulizia delle stesse ed anche di piccola riparazione auto e motocicli. Inoltre, a seguito di accordi con il Comune di Pisa e la Pisano, all'interno del progetto Sesta Porta, è allo studio la possibilità di un attraversamento pedonale del nostro giardino per consentire una diretta comunicazione tra Sesta Porta, Dopolavoro Ferroviario, Stazione e Piazza Stazione. Questo, naturalmente, comporterebbe la possibilità di un recupero dello chalet interno al giardino del Dopolavoro e la sua utilizzazione come punto di ristoro e di aggregazione sociale.

Lo spazio giardino è, tuttavia, già utilizzato come parcheggio per i clienti del calcetto ma farà parte, nel periodo estivo, dello spazio esterno che il DLF intende destinare ai Campi Solari che, in collaborazione con l'A.S.D Sport Pisa I.E.S, saranno effettuati dal 25 Giugno al 3 Agosto

Nell'ambito dell'ampliamento dei servizi ai soci, con il recupero anche dell'ampio ripostiglio a fianco del capannone lato ferrovia, si rende possibile la realizzazione di S.O.S Casa e Famiglia e Consulenza professionale, così come è chiaramente illustrato nella pubblicità all'interno di questa rivista. È una bella iniziativa che, se portata avanti correttamente, darà i suoi frutti sia al Dopolavoro che ai suoi iscritti.

La realizzazione di tutto quanto fin qui illustrato è dovuto all'impegno costante di tutti coloro che giornalmente hanno dato, e continueranno a dare, il loro tempo libero e la loro passione alla rinascita del Dopolavoro Ferroviario. Proprio in direzione di questa rinascita grandi passi sono stati fatti: al Progetto Mondostazione hanno aderito e continuano ad aderire numerose Associazioni (di questo renderemo conto ad organizzazione avvenuta); è stato approvato un regolamento, sono stati stabiliti contributi di affitto differenziati per l'uso degli ambienti (ad orario ed a giornata) in modo da contribuire in modo sociale al pagamento dell'affitto alle FS., pena la nostra sopravvivenza.

Una cosa importante è avvenuta: con la nostra atti-

vità resa visibile continuamente a tutti, ferrovieri e cittadini, abbiamo recuperato la credibilità che un tempo il glorioso Dopolavoro Ferroviario aveva: ciò è ampiamente dimostrato, oltre che dall'attenzione che ci viene rivolta dal Comune, dalla Società della Salute e dal locale Comitato Territoriale di Partecipazione, anche dal fatto che siamo passati dalla fase della ricerca di collaboratori a quella in cui noi siamo ricercati e la collaborazione ci viene spontaneamente offerta. Tutto ciò ci soddisfa e ci inorgoglisce. È giusto, ma questo non è sufficiente e non basta per portare ad una vera rinascita consolidata del DLF. Occorre un maggior amalgama tra tutti i protagonisti ed un coordina-

mento delle attività delle associazioni aderenti al progetto Mondostazione. Il regolamento approvato mira a ciò: una attività coordinata di tutti i componenti che porti, attraverso l'uso dei locali a disposizione, a reperire quei contributi che possano permetterci di pagare, almeno in parte, l'affitto che le FS pretendono da noi attraverso un contratto molto oneroso sia dal punto di vista finanziario che da quello normativo, dato che sono a nostro carico tutte le spese di manutenzione sia ordinarie che straordinarie oltre, naturalmente, ad un canone esoso. È quindi in primo piano la questione economica. Il momento è positivo ma delicato: il successo ottenuto può essere vanificato dalla difficile situazio-

ne finanziaria ed ogni minimo errore nella amministrazione economico-finanziaria delle nostre poche risorse può esserci fatale. Occorre quindi la massima oculatezza in tutta la nostra attività dalla individuazione dei nostri obiettivi, al finanziamento degli stessi, alla loro gestione, al reperimento dei fondi ed infine ad un preciso controllo sia della puntualità nella riscossione dei crediti che, cosa ancora più essenziale, nella individuazione e pagamento delle spese.

Ognuno di noi deve assumersi fino in fondo le proprie responsabilità.

Solo così potremo cogliere l'obiettivo della rinascita del Dopolavoro Ferroviario di Pisa.

## Perle di saggezza

**La vita è come una stoffa ricamata della quale ciascuno nella propria metà dell'esistenza può osservare il diritto, nella seconda invece il rovescio: quest'ultimo non è così bello, ma più istruttivo, perché ci fa vedere l'intreccio dei fili.**  
*(Arthur Schopenhauer)*

**Una mostruosità del nostro secolo è stata la costituzione degli allevamenti intensivi e lo sviluppo di una complessa disciplina di tortura che si chiama zootecnia. Il lager zootecnico non solo ha rimosso qualsiasi senso di responsabilità umana nei confronti degli animali domestici, ma ha fatto di più: ha volutamente ignorato le loro caratteristiche di esseri senzienti. Questa attività è letteralmente un crimine legalizzato.**

**Contento di una ciotola ammaccata e di povere vesti,  
La mia vita scorre serena.  
Il mio unico compito: alleviare la fame, la sete,  
Indifferente al mondo che mormora.**  
*(Tosui)*

**Che ci piaccia o no siamo noi la causa di noi stessi. Nascendo in questo mondo, cadiamo nell'illusione dei sensi, crediamo a ciò che appare. Allora ci assale la paura e dimentichiamo che siamo divini, che possiamo modificare il corso degli eventi.**  
*(Giordano Bruno)*

**Ogni uomo ha qualcosa da imparare da qualcun altro. È la ricchezza della vita. Cerca la verità nella meditazione e non nei libri ammuffiti. Per cercare la luna guarda il cielo, e non nello stagno.**  
*(Proverbio persiano)*

**Chi cerca il proprio piacere nel molestare altri esseri non avrà gioia in futuro.  
Ma chi cerca il proprio piacere senza molestare altri esseri allora costui avrà gioia in futuro.**  
*(Canone Pali)*

*(a cura della redazione)*

**Ogni minuto ed ogni secondo è un momento nel quale ogni cosa si trova tra il suo passato e il suo futuro.  
Ogni momento della nostra vita è fondamentale, perché è il primo istante del futuro che ci stiamo creando.**  
*(Don Juan Matus)*

# Progetto Integrazione Reciproca - PIR

UN'ASSOCIAZIONE MULTIETNICA DI IMMIGRATI E CITTADINI È NATO A PISA UN COMITATO PER AIUTARE L'INTEGRAZIONE

## Associazione Unità Migranti in Italia

Presentata durante la Giornata internazionale dei migranti. Oltre ai cittadini delle varie comunità straniere, hanno partecipato Maria Paola Ciccone assessore al Sociale del Comune di Pisa, Marilù Chiofalo all'Istruzione, Samir el Qaruiti, corrispondente di Al Jazeera in Italia e Vittorio Citernes, Vicepresidente e Responsabile alla Cultura del Dopolavoro Ferroviario dove si è svolta l'iniziativa. «Il nome di **Comitato per l'unità dei migranti** sottolinea la necessità di fare fronte comune verso le difficoltà che i cittadini stranieri spesso trovano nel percorso dell'integrazione», ha sostenuto il referente Said Talbi.

«L'intenzione è quella di lavorare per creare momenti di interculturalità che possano essere occasione di confronto tra i vari cittadini stranieri e quelli italiani», così Said Talbi del Comitato per l'unità dei migranti alla giornata internazionale a loro dedicata svoltasi domenica 18 dicembre. Talbi è stato uno dei cittadini stranieri che hanno fornito supporto alle organizzazioni che hanno gestito l'arrivo dei migranti durante lo scoppio della crisi tunisina nel marzo-aprile di quest'anno, adoperandosi come interprete e formatore.

Il Comitato si è costituito nei giorni scorsi ed ha il compito di fornire supporto a quei soggetti che necessitano di informazioni su aspetti amministrativi, come nel caso del censimento, ma anche di creare momenti di condivisione per chi, pur essendo accomunato dal non essere italiano, proviene da culture diverse.

Presenti all'iniziativa, oltre ai cittadini delle varie comunità straniere, le assessori al Sociale del Comune Maria Paola Ciccone e all'Istruzione Marilù Chiofalo, l'assessore Provinciale alla Cultura Silvia Pagnin e gli ospiti Samir el Qaruiti, corrispondente di Al Jazeera in Italia, Andrea Bernardi, giornalista di France express, Giulio Montero Martins professore dell'Università di Pisa e Vittorio Citernes, Vicepresidente del Dopolavoro ferroviario e responsabile del **Progetto Integrazione Reciproca (PIR)** del **Centro Culturale Polivalente Multietnico "Mondostazione" (CCPMM)**.

«L'Italia è un paese arretrato in tema di gestione dell'immigrazione ñ ha detto El Qaruiti ñ e gli ulti-

mi inquietanti fatti avvenuti a Firenze sono il frutto di una campagna di strumentalizzazione di alcuni organi di informazione e alcuni politici». «Ma l'Italia non è un paese razzista! ñ prosegue esclamando il corrispondente di Al Jazeera ñ La sua storia non è fatta di intolleranza e fino a poco più di



una decina di anni fa esistevano leggi che sapevano regolare l'immigrazione senza reprimerla. Vorrei citare le parole dello scrittore palestinese Wail Zwaiter quando disse che «appartiamo al mondo, nessuno di noi viene dallo spazio».

Al giornalista si uniscono l'assessore Ciccone affermando che «leggi come la "Martelli" sono state la prova che l'Italia non è un paese razzista, oggi però dobbiamo riprendere un filo interrotto da alcuni Governi che hanno intrapreso uno scontro con l'immigrazione. L'impegno istituzionale deve essere improntato sul confronto e la sinergia, per questo a Pisa stiamo lavorando ad una Consulta comunale dei migranti per offrire altri spazi di integrazione in una città che su questo può contare già su ot-

time esperienze», mentre l'assessore Chiofalo ha ricordato come «esistono a Pisa ottimi esempi di integrazione specie nel campo della scuola grazie all'investimento dell'Amministrazione e alla buona volontà di operatori del settore e genitori».

L'iniziativa si è svolta nei locali del Dopolavoro Ferroviario, luogo protagonista del rilancio culturale e di **riqualificazione della zona stazione**, dove sorgerà prossimamente proprio un centro per attività interculturali. Per maggiori informazioni sull'attività del comitato: unitamigranti@pisa@gmail.com

Andrea Bianchi

NOTE:

1. L'Associazione Unità Migranti di Pisa ha aderito da subito al Progetto Centro Culturale Polivalente Multietnico MONDOSTAZIONE promosso dal DLF di Pisa.

2. Ultimamente l'Associazione Unità Migranti di Pisa si è estesa e, attraverso accordi presi in varie città, sta assumendo un carattere nazionale con il nome di Associazione Unità Migranti Italia.



# Migrazione e integrazione: l'esperienza degli italiani

Tratto da un articolo di Stefano Gianni

I flussi migratori dai quali il nostro paese e tutta l'Europa sono ininterrottamente investiti ormai da qualche anno pongono problemi sempre più seri che spesso non siamo in grado di affrontare.

Infatti, il numero sempre crescente di migranti che premono alle nostre frontiere, provenienti da paesi assai più poveri del nostro, fa sì che gli immigrati siano in generale percepiti come una minaccia alla stabilità sociale e al benessere economico che dal dopoguerra in avanti l'Italia si è faticosamente costruita. Il confronto obbligato con culture che in larga misura ci sono estranee, d'altra parte, provoca inevitabili attriti e innesca in molti una paura irrazionale di vedere le proprie tradizioni stravolte e le basi stesse della propria civiltà messe in



pericolo.

Così, anche se la xenofobia vera e propria resta per ora un fenomeno circoscritto, è innegabile che nella maggior parte delle persone un sentimento di diffidenza e timore nei confronti dell'immigrato prevalga sull'umana comprensione per le sue travagliate vicende.

Il medesimo disorientamento sembra diffondersi anche nella classe politica che dovrebbe cercare di governare questi fenomeni e di prevenire i problemi che ne derivano: persino la sinistra si dibatte continuamente fra la necessità di approntare adeguati sistemi di accoglienza e l'esigenza di controllare e magari frenare i flussi migratori per non cadere preda di una sorta di "sindrome

da invasione". Si finisce dunque per navigare a vista, incapaci di concepire un progetto di integrazione degli immigrati che segua un modello preciso, e apparentemente sprovvisti dei mezzi concettuali ed emotivi per capire e gestire una società multiculturale e multietnica.

Eppure noi italiani, più di qualunque altro popolo, possediamo risorse ed esempi di riferimento che ci vengono dalla nostra storia e che dovrebbero permetterci di trattare la questione dell'immigrazione con una certa consapevolezza. Negli ultimi 130 anni, infatti, almeno 29 milioni di nostri connazionali hanno affrontato l'esperienza dell'emigrazione e si sono scontrati esattamente con gli stessi problemi che oggi angustiano tanti stranieri nel nostro paese.

È facile però dimenticarsene. Significativo, ad esempio, è il fatto che solo sporadiche tracce dell'esperienza di chi lasciava l'Italia restano nella narrativa italiana dei decenni passati, mentre è stata piuttosto l'emigrazione interna, dal meridione al nord Italia negli anni del boom, a essere spesso oggetto dell'attenzione dei nostri scrittori.

Il merito della riscoperta di numerosi episodi antichi e recenti riguardanti la vita dei nostri emigranti (provenienti non solo dalle regioni del sud, ma anche dal Veneto, dal Friuli, dal Piemonte, persino dalla ricca Lombardia, e diretti negli Stati Uniti, in Argentina, in Australia, in Francia, in Germania, in Belgio, in Svizzera), però, è tutto di Gian Antonio Stella, autore de *L'orda. Quando gli albanesi eravamo noi*.

L'opera di Stella è tanto più meritoria in quanto è dichiarato in lui l'intento di sfatare i più odiosi luoghi comuni di cui sono vittima interi gruppi di immigrati presenti oggi in Italia; gruppi ai quali la superficialità della gente tende ad attribuire, senza fare alcuna distinzione, come elemento connotato alla loro origine etnica e



PIR

alla loro cultura, comportamenti devianti o criminosi, che in realtà trovano semplicemente più larga diffusione là dove più diffusa è la povertà.

Veniamo così a sapere che anche noi italiani siamo stati disprezzati e considerati appartenenti a una razza inferiore; anche noi siamo stati accusati di essere sporchi, rissosi, naturalmente inclini all'omicidio e fanaticamente legati a barbare credenze religiose (tali ci facevano apparire agli occhi dei protestanti le processioni, i gesti della retorica devozionale e tutte le espressioni della religiosità popolare di matrice cattolica). Siamo stati guardati con sospetto perché si diceva che esportassimo criminalità nei paesi che ci ospitavano, o perché disposti a lavorare per salari più bassi rispetto a quelli dei lavoratori autoc-toni.

Oggi in Italia accade che la presenza sulle strade di prostitute ucraine, moldave, rumene, albanesi o nigeriane faccia pesare sugli appartenenti ad alcuni gruppi etnici l'ignominiosa noia di essere vili sfruttatori e di non avere alcun rispetto per la dignità umana e per il pudore. Se questo fosse vero per loro, lo sarebbe anche per noi: tra la fine dell'Ottocento e i primi anni del Novecento numerosissime furono le fanciulle italiane adescate e vendute da loro connazionali affinché lavorassero nei bordelli di mezzo mondo. Le italiane erano particolarmente apprezzate in Egitto dove approdavano ragazze provenienti dalla Calabria, da Napoli, da Firenze, da Padova, da Milano, da Venezia; le quali, oltre che al Cairo, erano richiestissime ad Algeri, a Porto Said, a Tripoli, a Bengasi, a Malta.

Nei nostri tempi, specialmente dopo l'attacco alle Torri gemelle, una delle paure più comuni che accompagna l'ingresso in Italia di immigrati provenienti dal mondo islamico è

quella del terrorismo. Ma fra i primi veri terroristi internazionali ci furono degli italiani. Gli anarchici provenienti dal nostro paese, generosi e folli (tanto da meritare l'onore di essere celebrati ancora in anni recenti nelle canzoni di due dei nostri maggiori cantautori, Francesco Guccini, con *La locomotiva*, e Fabrizio De Andrè, con *Il bombarolo*), per anni seminarono il terrore in giro per il mondo. Nel 1894 l'anarchico Sante Casero uccise il presidente francese Sadi Carnot; nel 1897 l'anarchico pugliese Michele Angiolillo assassinò il primo ministro spagnolo Antonio Cánovas del Castillo. Nel 1898 a cadere a Ginevra per mano di Luigi Luccheni, residente in Francia ma figlio di un italiano, fu l'imperatrice Elisabetta d'Austria, la famosa Sissi. Gaetano Bresci, l'assassino di re Umberto I, era un italiano emigrato negli Stati Uniti: viveva a Paterson dove, su una colonia che

contava 10mila italiani (compresi le donne e i bambini), gli anarchici erano 2500.

Alla luce di tutto questo vale la pena chiederci se l'esperienza degli italiani emigrati possa insegnarci qualcosa su come gestire l'immigrazione che ora ha come meta il nostro paese. Mi pare che fino ad ora in pochi se lo siano domandato veramente.

Quello che in realtà i nostri emigranti ci insegnano dai paesi più lontani è che la conservazione gelosa delle tradizioni culturali e anche delle piccole abitudini legate al paese nativo in un contesto diverso è un momento fondamentale e una tappa obbligata nel processo di inserimento dell'emigrante nel paese che lo accoglie.

Quando si ragiona di certi problemi non si può mai trascurare la prospettiva del singolo individuo, che inevitabilmente vive l'emigrazione

anche come un'esperienza di sradicamento e di estrema solitudine, ed è portato ad aggrapparsi a tutto ciò che gli ricorda la patria e a legarsi soprattutto ai compatrioti coi quali condivide la sua avventura. Solo in un secondo momento l'apertura verso il nuovo può prendere davvero piede, e si può cominciare a parlare di un reale percorso di integrazione basato su uno scambio osmotico fra le due culture che si incontrano e sulla rinegoziazione, da parte dell'emigrante, dei principi su cui si fonda il rapporto con il suo "nuovo mondo".

Ma questo può avvenire con una certa rapidità solo se collettivamente accettiamo un confronto aperto e rispettoso, privo di irrigidimenti dogmatici, con tutti coloro che entrano in casa nostra, accollandoci anche i rischi che tale confronto comporta.

## Integrazione: problema o sfida?

(a cura della Redazione)

L'immigrazione sembra rappresentare una grande sfida non solo per il nostro Paese, ma per tutta l'Europa. Purtroppo, l'opinione pubblica corre spesso il rischio di avere una distorta visione del fenomeno dell'immigrazione. A ciò contribuisce l'azione dei grandi mass-media che si occupano soprattutto di gravi e continue emergenze le quali portano a trascurare una corretta percezione del fenomeno, riguardante milioni di cittadini stranieri. Si tende a parlare di immigrati solamente quando accadono gravi fatti che attentano all'ordine pubblico; si parla di immigrati collegandoli alla criminalità organizzata, si parla insomma di immigrati come un problema. Ed è per questo che il fenomeno dell'immigrazione viene trattato come un problema. Da qui la nascita negli Stati europei di una politica di integrazione, cioè una politica dell'alloggio, dell'assistenza sociale e dell'istruzione, ma anche purtroppo di una politica di chiusura di frontiere, nata da una visione ingenua o strumentale del fenomeno. Un para-

dosso se si pensa che giorno dopo giorno ci si incammina verso un allargamento dell'Europa. Ed è appunto come Europa che bisogna affrontare il problema. Bisogna considerare l'integrazione non alla stregua di un problema politico ma come una sfida che ha come premio la crescita dell'intera Comunità Europea.

Un passo, un nuovo Stato, un'altra terra, una cultura estranea, un mondo ignoto, un'altra lingua e tanta voglia di tornare a quelle radici da cui forzatamente e necessariamente mi allontano. Forse questi o tanti altri pensieri affollano la mente di un immigrato. Difficile ricostruire quell'emozioni che mai si sono provate, difficile immaginare di essere un esule. Forse disagio, disagio, nient'altro che disagio prova chi si trova ad affrontare questo difficile passo, o peggio solitudine.

Ecco che l'immigrazione diviene necessità di integrazione, ecco che il problema del singolo diviene problema della collettività.

L'integrazione degli immigrati in questi ultimi anni è diventata



fonte di accesi dibattiti in tutta l'Europa allargata. Infatti la maggior parte degli stati membri sono interessati da movimenti migratori e alcuni di essi, che si sono trasformati da paesi di emigrazione a paesi di immigrazione, si trovano ad affrontare per la prima volta il problema dell'integrazione. Tenendo conto dei nuovi immigrati e di quelli già inseriti a pieno nel tessuto sociale, i paesi interessati hanno modificato, alla luce di nuove esigenze e problemi, le precedenti politiche di integrazione. Si accende a

questo proposito il dibattito su come promuovere l'integrazione. La teoria e la prassi circa l'immigrazione, come gli approcci dei vari Stati nei confronti degli immigrati, variano a seconda delle storie di immigrazione.

Ne è un esempio la questione ancora aperta su quali gruppi etnici dovrebbero essere i destinatari delle politiche di integrazione, ovvero su come si debba considerare l'immigrato: individuo singolo o appartenente a specifiche categorie definite per origine nazionale, religione, età, sesso, per motivazioni di arrivo (rifugiati, emigrati per motivi economici o familiari) o per le loro capacità (da quelli specializzati a quelli meno specializzati)?

Il processo di integrazione deve essere esteso a tutte le categorie di immigrati, tenendo comunque conto delle differenze etnografiche.

*"...Bisogna ridare un volto preciso agli immigrati, un volto identificabile a conoscere in loro persone umane. Al volto si è abituati ad associare una voce e questo ci prepara all'ascolto..." (Duccio Demetrio)*

Al fine di non fare del problema dell'integrazione una mera dissertazione retorica, bisogna necessaria-

mente spiegare i termini attraverso i quali tale integrazione si attua.

Cosa vuol dire, in sostanza, integrazione?

Innanzitutto l'integrazione non è altro che quel processo attraverso il quale si va ad istituire una fitta rete di relazioni fra lo Stato e il singolo individuo, un processo in cui, poi, va a sovrapporsi l'azione di diversi enti, governativi e non, come datori di lavoro, sindacati, associazioni religiose, centri di accoglienza e formazione che sostengono gli immigrati.

Integrazione diviene, inoltre, sinonimo di istruzione. Molti, infatti, sono gli ostacoli che l'immigrato si trova ad affrontare, primo tra tutti quello della lingua. L'impatto con la lingua e la conoscenza del Paese di permanenza viene ulteriormente reso difficile dalla presenza di dialetti locali, di uso comune fra colleghi, amici e parenti, che non consentono allo straniero rapporti o comunque gli procurano un rallentamento in virtù anche di una scarsa cultura di accoglienza.

Da qui la necessità di promuovere un programma di accoglienza dell'immigrato, mirato a fornirgli un bagaglio linguistico sufficiente, almeno, ad un suo facile inserimento

nel tessuto sociale e lavorativo. Non bisogna, però, nemmeno trascurare la necessità di fornire all'immigrato una coscienza civile, basata sulla consapevolezza dei propri diritti e sul rispetto dei propri doveri.

Tutto ciò è finalizzato all'abbattimento delle discriminazioni da parte dello stesso mercato del lavoro e dei servizi che, non riconoscendo titoli di studio o qualifiche conseguite in patria, impiegano una manodopera di basso profilo o costringono persone altamente specializzate a svolgere mansioni umili e degradanti.

Ecco che il processo integrativo diviene lotta contro quelle chiusure mentali di derivazione xenofoba, ecco che l'istruzione diviene, per l'immigrato, l'unica arma per difendersi da astrusi preconcetti.

Mai come oggi la paura dello straniero, la sfiducia nelle sue capacità, quell'assurdo considerarlo come diverso, solo perché appartenente a modelli etici e culturali differenti, diviene un concetto del tutto fuori luogo in Europa, come altrove.

Non si cresce chiudendo le porte al mondo!

## Cesare deve morire

(Antonino Patanè)

rubrica  
**Ciack**

**A**rriva nelle sale italiane, presentato dalla Sacher di Nanni Moretti, l'ultimo lavoro dei fratelli Taviani, premiato con l'Orso D'Oro all'ultimo Festival di Berlino. Il film racconta il lavoro effettuato dal regista Fabio Cavalli e da una compagnia di attori detenuti nel carcere romano di Rebibbia per portare in scena nel teatro all'interno del penitenziario il Giulio Cesare di Shakespeare.

All'inizio assistiamo al finale dell'opera, accolta con entusiasmo dal pubblico di spettatori esterni ammessi all'interno dell'istituzione per assistere alla recita, poi, con un salto all'indietro che comporta il passaggio ad uno splendido bianco e nero che fa tanto Neorealismo torniamo all'inizio dell'impresa con la scelta dei protagonisti in un eccezionale casting dove i singoli personaggi vengono presentati con i reali dati anagrafici (compresi i dettagli sui delitti e sulle pene da scontare); risulta fondamentale per la riuscita del film la scelta effettuata dagli artisti di fare recitare tutti gli attori nei loro particolari dialetti



che conferiscono una espressività particolare all'intera pellicola. Cesare parla un vernacolo romano incisivo ma, secondo me, viene battuto dalla dolce cadenza napoletana di Bruto, un bravissimo attore partenopeo (Salvatore

Striano) che alla fine scopriamo essere l'unico ad avere terminato di scontare la propria pena ed essere quindi esterno al carcere e con già una carriera di partecipazione ad altri lavori.

Nel film non ci sono donne: vengono necessariamente sacrificate Porzia e Calpurnia ma l'equilibrio complessivo non ne risente ed anzi sembra acquisire maggiore stringatezza e forza, la stessa forza che i due ottantenni registi hanno dovuto dimostrare per portare fino in fondo il loro progetto che si colloca all'altezza dei precedenti loro lavori (penso soprattutto all'eccezionale *San Michele aveva un gallo* dedicato agli albori del movimento operaio ed ai conflitti, nella Prima Internazionale tra Anarchici e Socialisti così ben rappresentati in un'opera assolutamente da recuperare e da rivedere!!!).

## Biografia e carriera dei fratelli Taviani

Fin da giovani entrarono nel mondo del giornalismo. Nel 1960 approdarono al cinema dirigendo insieme a Joris Ivens il documentario *L'Italia non è un paese povero*, mentre con Valentino Orsini firmarono i film *Un uomo da bruciare* (1962) e *I fuorilegge del matrimonio* (1963).

Il loro primo film autonomo fu *I sovversivi* (1967), con il quale anticipavano gli avvenimenti del '68. Con Gian Maria Volonté raggiunsero il grande successo con *Sotto il segno dello scorpione* (1969) in cui s'avvertono gli echi di Brecht, Pasolini e Godard.

La tematica della rivoluzione è poi presente sia in *San Michele aveva un gallo* (1972), adattamento della novella di Tolstoj *Il divino e l'umano*, film molto apprezzato dalla critica, che nel film sulla restaurazione *Allonsanfàn* (1974) dove si rilegge il melodramma viscontiano attraverso la lente d'una differente coscienza storica. Protagonista Mastroianni, attorniato da Laura Betti e Lea Massari.

Il seguente *Padre padrone* (1977, Palma d'oro al Festival di Cannes), tratto dal romanzo di Gavino Ledda, racconta la lotta di un pastore sardo contro le regole feroci del proprio universo patriarcale. Ne *Il prato* (1979) si riscontrano echi neorealistici, mentre *La notte di San Lorenzo* (1982) narra in forma favolistica un evento marginale alla vigilia della Liberazione, in Toscana, viste attraverso gli occhi di alcuni contadini. Il film vince il premio speciale della giuria a Cannes.

*Kaos* (1984) - ancora un adattamento letterario - è un suggestivo film ad episodi - tratto dalle *Novelle per un anno* di Pirandello. Ne *Il sole anche di notte* (1990) hanno trasferito nella Napoli del XVIII secolo il soggetto tratto dal libro *Padre Sergio* di Tolstoj. Da qui in avanti, l'ispirazione dei Taviani procede a corrente alternata, tra episodiche riuscite come *Le affinità elettive*, (1996, da Goethe) e strizzate d'occhio al mercato internazionale come *Good morning Babilonia*, (1987), sull'epopea pionieristica del cinema a film molto meno riusciti, veri disastri col pubblico e la critica: la riflessione sul potere corruttore del denaro in *Fiorile* (1993); l'assai poco convincente *Tu ridi* (1996), ispirato ai personaggi e alle novelle di Pirandello. Quest'ultimo film, con protagonisti Antonio Albanese, Lello Arena e Sabrina Ferilli, è diviso in due episodi: nel primo Albanese è un ex baritono costretto a rinunciare al canto per motivi di salute; il rimpianto e la vita triste che conduce lo portano a sfogare le sue frustrazioni durante la notte con inaspettate e irrefrenabili risate, mentre durante il giorno si interroga sul perché di quelle risate. Nel secondo, Lello Arena è uno dei rapitori del figlio di un pentito, con cui durante la prigionia instaura un rapporto, ma che alla fine, gli eventi, lo portano ad uccidere tragicamente. Ultimamente, i registi hanno scelto la via della televisione, firmando una rispettosa rilettura di

Il film è tutto giocato sulla dialettica tra il dentro e il fuori, e su quella tra interprete e personaggio; conosciamo Cesare, condannato per traffico di stupefacenti (che ha approfittato degli anni di carcere per scrivere un libro *Liberò dentro*) Bruto, Cassio ed un' eccezionale Antonio che tocca forse il vertice del film nella sua celebre orazione funebre, recitata (detta, sussurrata, gridata) nell'assolato cortile del carcere romano.

BUONA VISIONE

P.S. È ancora presente nelle sale *Hugo Cabret* di Scorsese, dedicato ad uno dei pionieri della settima arte, quel Georges Méliès creatore dei primi mondi fantastici della storia del cinema; cercate di vederlo!!!



*Resurrezione* (2001) dell'amatissimo Tolstoj: il risultato è notevole ed indica una strada percorribile, per un cinema che può meglio esprimersi fuori da troppo stringenti logiche di mercato. Nel (2004) girano per la televisione *Luisa Sanfelice*, una sorta di ballata romantico-popolare, nella quale i due protagonisti (Letizia Casta e Adriano Giannini) si incontrano a causa di un conflitto e vivono una storia d'amore assoluto, violento e breve come la storia della Repubblica Partenopea.

Gli adattamenti letterari proseguono con *La masseria delle allodole* (2007), presentato al Festival di Berlino nella sezione *èBerlinale Special'*. Con *Cesare deve morire*, la cui peculiarità è dovuta ai detenuti che all'interno del carcere romano di Rebibbia recitano la tragedia di Shakespeare, i fratelli Taviani vincono l'Orso d'oro al Festival di Berlino del 2012.

La città natale, San Miniato, ha intitolato ai due fratelli un centro di cultura cinematografica: Centro Cinema Paolo e Vittorio Taviani.

## L'angolo del **teatro e della musica**

# Musica Classica o Musica Jazz? Entrambe!

(Fiorenza Messicani)

A volte mi rendo conto che per studiare e conoscere la musica occorrerebbero molte vite e non lo dico per banale retorica ma solo per fare una constatazione reale di quanto ci sia da capire, da praticare, da ascoltare, da analizzare e da conoscere nel campo della musica, materia enormemente ricca e vasta!

Basandomi sulla mia esperienza credo che ogni studente di musica prima o poi faccia la sua scelta tra la musica classica e quella jazz in virtù delle proprie preferenze e della propria indole ma questo non significa che non si possa amare ed essere attratti anche dall'altra parte, quella non scelta per i propri studi e la propria professione. Per quanto mi ricordi e per quanti musicisti ho conosciuto è sempre così. I Jazzisti apprezzano la tecnica, il suono pulito, la capacità interpretativa dei musicisti classici e questi ultimi invece sono attratti dalla immensa creatività del jazzista che consiste nell'arte e nella pratica dell'improvvisazione e nella capacità di allontanarsi dallo spartito scritto.

L'improvvisazione è, infatti, uno degli aspetti peculiari del jazz che, almeno ad oggi, lo differenziano dalla musica classica.

Di solito quando si parla di improvvisazione sia nella musica sia nel quotidiano si fa riferimento ad un atteggiamento misto di libertà ed anarchia, che non ha regole e schemi. Al contrario chi improvvisa attua in tempo reale tutta una serie di operazioni complesse che, nella musica classica, vengono racchiuse nel termine composizione. L'istantaneità del procedimento, e la bravura dei musicisti jazz, fanno sì che l'improvvisazione sia quindi una composizione istantanea.

Alla base della differenza tra la musica classica e la musica jazz ci sono due elementi fondamentali:

- separazione dei ruoli tra il musicista (esecutore) e l'autore (compositore). La bravura del musicista sta nell'interpretare il più vicino possibile l'idea del compositore,
- prevalenza della trasmissione scritta del sapere sulla trasmissione orale. E quindi nella musica classica c'è prevalenza della notazione musicale sulla capacità di invenzione e sull'originalità.

Nel jazz, al contrario, la figura dell'esecutore, compositore, arrangiatore è racchiusa in un'unica persona che con la sua personalità rende "originale" e diverso ogni brano ed esecuzione. Il jazzista ha inoltre una voce strumentale assolutamente unica che lo differenzia dagli altri.

In un recente concerto il Maestro Mauro Grossi, pianista jazz eccellente spiegava la differenza tra uno spartito classico che ci viene consegnato completo di ogni suo



componente con tutti i dettagli specificati: piano, forte, veloce, lento, allegro, triste, come uno scritto in perfetta arte oratoria ed uno spartito jazz dove ci sono indicate poche e semplici cose, una linea melodica, una linea armonica ed il resto è lasciato al musicista ed è un po' come se qualcuno ti chiedesse: Ciao come stai? Frase semplice ma che ti permette di poter rispondere con moltissimi argomenti spaziando ovunque.



Da musicista posso dire che è assolutamente impossibile poter diventare sia un concertista che un jazzista contemporaneamente perché non c'è abbastanza tempo in una vita ma posso dire che l'incontro tra la cultura africana e quella europea nelle americhe ha generato

diversi generi musicali di cui il jazz e il blues occupano un rilievo particolare sia per l'estrema varietà di stili che si sono succeduti nel corso di poco più di un secolo sia per l'importanza storica, economica e sociale assunta dagli Stati Uniti nella cultura occidentale. E da sempre, fin dalla loro prima conoscenza che questi due mondi ed i loro protagonisti hanno provato ad incontrarsi.

Le musiche africane-americane si sono influenzate poi a vicenda nel corso del tempo rappresentando così un crogiuolo di ritmi, armonie e melodie nuove offrendo uno stimolo straordinario anche ai compositori classici come Igor Stravinsky (Ragtime per 11 strumenti a fiato), Claude Debussy (Golliwogg's cake walk), Darius Milhaud (La creation du monde, Saudades de Brasil).

Ma ad oggi che cosa avviene nel nostro panorama musicale?

Un po' a dimostrazione di quanto detto fa piacere riportare alcuni programmi di concerti che si sono svolti negli ultimi anni e dove l'attrazione - non solo dei musicisti ma anche del pubblico - tra la musica classica e quella jazz la fa da padrona.

Il concerto *Double Face*, ha visto l'esibizione delle pia-

L'angolo del **teatro e della musica**

niste Rita Marcotulli e Gilda Buttà, divise nel percorso artistico: la Marcotulli ha scelto il jazz e la Buttà la classica, e che si sono ritrovate per mettere insieme le loro diverse passioni musicali. Gilda Buttà ha eseguito musica sia di autori classici sia di Morricone, sulle quali Rita Marcotulli ha improvvisato in stile jazzistico. Successivamente Rita Marcotulli ha suonato sue composizioni jazz, su cui la Buttà ha dato un'interpretazione con il suo stile classico.

La tradizione di Gino Paoli, ha incontrato il jazz con il pianoforte di Danilo Rea, la tromba di Flavio Boltro,

il contrabbasso di Rosario Bonaccorso e la batteria di Roberto Gatto. Sono stati i protagonisti di un concerto intitolato. Un incontro in jazz ovvero un viaggio alla scoperta di brani sia classici che tradizionali reinterpretati da artisti e dalla loro cultura extraeuropea.

Cosa dire, infine, del Maestro Riccardo Arrighini che dopo aver riarrangiato in chiave jazz Puccini, Vivaldi, Chopin e Verdi continua il suo percorso con un recente progetto monotematico su Ennio Morri-



cone rivisto ed omaggiato anche in chiave jazz. Musica classica o jazz? Rigorosamente entrambe!

L'angolo del **turismo**

*"In tutte le cose della natura esiste qualcosa di meraviglioso"*

Aristotele: **Sulle parti degli animali**

*Un modo diverso di fare turismo a Pisa*

Ivana Zaffora  
e Andrea Maffei

La citazione del celebre filosofo greco sottolinea che il meraviglioso, la bellezza, la capacità di evocare emozioni non appartengono solamente alle espressioni artistiche create dall'uomo, ma anche alla natura, all'ambiente che ci circonda e che spesso, ormai abituati alla sua presenza, non riusciamo più ad osservare con gli occhi dello stupore e della fascinazione. La consapevolezza della bellezza che risplende attorno a noi è indispensabile per apprezzare

e tutelare l'ambiente stesso: come un'opera d'arte non può essere tutelata e valorizzata se non è conosciuta ed amata, similmente la natura ha bisogno di essere riscoperta, conosciuta ed amata per essere protetta e conservata come un bene unico e prezioso. Il territorio in cui viviamo è disseminato di angoli meravigliosi che contengono edifici e luoghi ricchi di storia e tradizioni e nascondono suggestivi siti e contesti naturalistici, brani di paesaggio ancora integri e li-



rici che meritano di essere visitati e vissuti.

**La nostra proposta: "PER DIREFARE"**

È questo, un progetto didattico e divulgativo che vuole promuovere la conoscenza del territorio nei suoi aspetti storico-artistici e naturalistici, al fine di diffondere una maggiore sensibilità ed attenzione verso il patrimonio culturale ed ambientale.

L'obiettivo del progetto è identificabile nel nome stesso: PER DIRE quello che sappiamo e FARE quello che amiamo. Questa è l'idea fondamentale che anima gli organizzatori delle iniziative, nel tentativo di coinvolgere tutti coloro che desiderano scoprire o riscoprire il territorio di Pisa e della sua provincia, ed è anche

la modalità con la quale tali iniziative sono realizzate. I percorsi storico, culturali e/o naturalistici prevedono, infatti, la partecipazione attiva delle persone, attraverso un confronto diretto con gli organizzatori, uno scambio reciproco di impressioni, ricordi e conoscenze: camminare per osservare; camminare per ascoltare; camminare per esplorare.

Osservare, ascoltare ed esplorare, dunque FARE, vivere una esperienza completa che possa generare emozioni e quindi amore e rispetto per il territorio.

Alcune proposte di itinerari stori-

co-culturali e naturalistici all'interno del territorio della città e della provincia di Pisa sono: l'Orto Botanico dell'Università di Pisa; il Museo Nazionale di Storia Naturale e del Territorio di Calci, la Certosa di Calci ed il monastero di Nicosia; il parco naturale di Migliarino, San Rossore e Massaciuccoli ed il prezioso e delicato ecosistema dunale e costiero; la macchia mediterranea, i boschi e le colline del Monte Pisano; il percorso ciclo-turistico da Pisa a San Benedetto a Settimo ed il paliotto della chiesa di San Benedetto a Settimo.



# Le nostre Gite Giornaliere



## LUGLIO

01 Luglio Gardaland	€ 62,00
01 Luglio Portovenere & 5 Terre	€ 70,00
08 Luglio Isola di Pianosa	€ 82,00
08 Luglio Sirmione & Isola del Garda	€ 70,00
08 Luglio Arena di Verona "Aida"	€ 68,00
14 Luglio Arena di Verona "Romeo & Giulietta"	€ 68,00
15 Luglio Lago di Garda & Cascate del Varone	€ 68,00
15 Luglio Rainbow Magicland - Il parco divertimenti di Roma	€ 62,00
21 Luglio Elba, Giglio & Montecristo	€ 98,00
22 Luglio Bergamo Alta & Lago d'Iseo	€ 55,00
22 Luglio Arena di Verona "Aida"	€ 68,00
29 Luglio Madonna di Campiglio & Cascate Nardis	€ 55,00
29 Luglio Lugano	€ 55,00
29 Luglio Mirabilandia by night	€ 62,00



## AGOSTO

04 Agosto Arena di Verona "Turandot"	€ 68,00
05 Agosto Corsica	€ 72,00
05 Agosto Bolzano & Castel Thun	€ 55,00
12 Agosto Capraia	€ 62,00
12 Agosto Arena di Verona "Aida"	€ 68,00
15 Agosto Isola deL Giglio & Giannutri	€ 85,00
15 Agosto Gardaland	€ 62,00
15 Agosto Lago di Garda & il Parco delle Cascate	€ 55,00
15 Agosto Moena & Canazei	€ 55,00
19 Agosto Palmaria, Tino & Tinetto	€ 57,00
19 Agosto Aosta e il Castello di Fenis	€ 55,00
25 Agosto Arena di Verona "Tosca"	€ 55,00
26 Agosto Camogli, San fruttuoso & Portofino	€ 55,00
26 Agosto Volterra "Festa medievale"	€ 55,00



**SETTEMBRE**

02 Settembre Gardaland	€ 62,00
02 Settembre Venezia - Regata storica	€ 60,00
02 Settembre Lucca e le Ville Lucchesi	€ 70,00
08 Settembre Roma e Musei Vaticani	€ 55,00
09 Settembre Torino & Museo Egizio	€ 59,00
09 Settembre La Verna & Camaldoli	€ 68,00
09 Settembre Rainbow Magicland - il Parco divertimenti di Roma	€ 62,00
16 Settembre Navigazione sul Brenta	€ 98,00
16 Settembre Rapallo & Santuario di Sant'Allegro	€ 55,00
16 Settembre Mirabilandia	€ 62,00
23 Settembre Treno natura in Val d'Orcia	€ 80,00
23 Settembre Argentario - Abbuffata di pesce	€ 68,00
23 Settembre San Marino & San Leo	€ 55,00
30 Settembre Roma & il Quirinale	€ 55,00
30 Settembre Milano & Villa Borromeo Visconti Litta	€ 55,00
30 Settembre Aosta - Speciale Desarpa	€ 55,00

**OTTOBRE**

07 Ottobre Cuneo "Festa del marrone"	€ 55,00
07 Ottobre Assisi	€ 68,00
07 Ottobre Garfagnana - Abbuffata di funghi	€ 68,00
14 Ottobre Valdinon - Raccolta delle mele	€ 78,00
14 Ottobre Comacchio & Ravenna "Sagra dell'anguilla"	€ 68,00
14 Ottobre Parma e il Castello di Torrechiara	€ 68,00
21 Ottobre Perugia "Eurochocolate"	€ 45,00
21 Ottobre Merano "Festa dell'uva"	€ 55,00
21 Ottobre Castagnata a Marradi	€ 70,00
28 Ottobre Perugia "Eurochocolate"	€ 45,00
28 Ottobre Gardaland "Speciale Halloween"	€ 62,00
28 Ottobre Castagnata sul Garda	€ 68,00

**NOVEMBRE**

01 Novembre Loreto & Recanati	€ 68,00
01 Novembre Pavia & Certosa	€ 68,00
01 Novembre Il Crastatone "Sagra della castagna" a Piancastagnaio	€ 68,00
03 Novembre Roma e Musei Vaticani	€ 55,00
04 Novembre Fabbrica Museo Perugina	€ 68,00
04 Novembre Bologna & Santuario di San Luca	€ 68,00
11 Novembre Torino & Museo Egizio	€ 57,00
11 Novembre Siena & San Gimignano	€ 68,00
18 Novembre Anteprema mercatini a Trento	€ 55,00
18 Novembre Cremona "Festa del torrone"	€ 55,00



Per informazioni ed iscrizioni rivolgersi a:  
**ASSOCIAZIONE DOPOLAVORO FERROVIARIO PISA**  
 PIAZZA STAZIONE, 16 56125 PISA  
 TEL. 050 27101 TEL. FS 967/821/2488 FAX 050 44116  
 E-MAIL [dlfpisa@dlf.it](mailto:dlfpisa@dlf.it) SITO WEB [www.dlfpisa.it](http://www.dlfpisa.it)

ORGANIZZAZIONE TECNICA: I VIAGGI DEL CAVALLINO ([WWW.IVIAGGIDELCAVALLINO.IT](http://WWW.IVIAGGIDELCAVALLINO.IT))

## La religione della purezza

**È** doverosa a questo punto una piccola premessa : non sono un'Islamista, sono interessata alle altre culture ed ho un grande rispetto per le varie religioni, per quanto riguarda le tre grandi religioni monoteiste, penso che in quanto originate da una comune matrice, dovremmo cercare in ognuna più le cose che ci uniscono che quelle che dividono, è con questo spirito che ho osato ricercare e proporvi questo scritto. (Lorian Pitzalis)

Il Ricordo Perpetuo di Dio (Zekr)

Le forze dell'Unicità Assoluta, attraverso il canale della Divinità, possono manifestarsi negli esseri.

Ogni essere secondo la sua capacità, beneficia di queste Forze Divine.

Nell'ambito del linguaggio, le manifestazioni di queste forze o verità sono espresse dai Nomi Divini. Così, per esempio: il Vivente (*al-Hayy*), che significa che la vita universale gli è subordinata, e il Trascendente (*al-Ali*), che significa che la forza dell'universo gli appartiene.

I Nomi Divini, nel ricordo continuo e permanente di Dio (*zeker*), sono prescritti dal Maestro della Via Spirituale, allo scopo di preservare i discepoli dal dominio dell'ego, dalle pulsioni naturali. Ma questo ricordo ha valore solo se tutti i sensi dell'individuo vengono a centrarsi totalmente sul Significato Reale di questi diversi Nomi. È solamente per mezzo di una perfetta conoscenza del significato e della Verità di questi Nomi Divini che l'attenzione sull'io sparisce. Allora l'ego si purifica e si orna dagli Attributi Divini. Il poeta Maghrebi ha detto:

Il Beneamato si manifestò così lungamente  
al mio cuore predisposto  
che dei suoi Attributi e della sua Natura  
completamente si impregnò.

È soltanto così che la ripetizione dei Nomi Divini (*lita-*



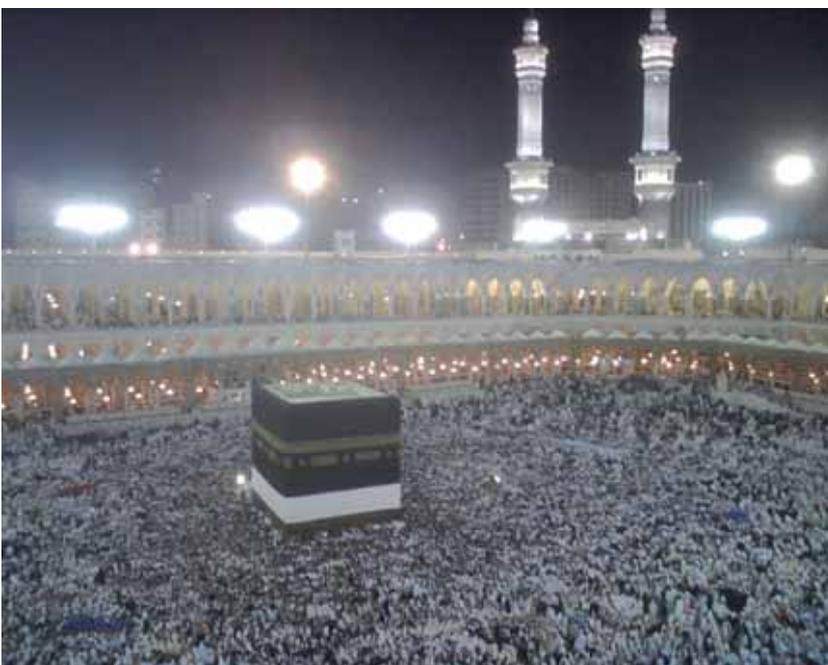
*nia* o *zeker*) può essere definita ricordo disinteressato di Dio. Il discepolo è simile ad una macchina la cui energia proviene dalla devozione. questa macchina, con l'aiuto prezioso dello *zeker*, trasforma tutte le passioni in Attributi Divini.

Gradualmente, l'io del discepolo sparisce e lascia il posto alla Natura Divina; solo allora il discepolo può ricevere l'investitura del *sufi*. Il suo cuore e la sua anima si illuminano della grazia degli Attributi Divini. In questo stato, il discepolo è pronto a partecipare alla festa spirituale dei *sufi* che ha luogo nella "Taverna della Rovina" (*Kharabàt*). Questo è lo stato spirituale del totale annullamento in Dio (*fana*). Ora il *sufi* percepisce direttamente i segreti della Verità. Come è detto nel Corano (*al-waqe'a*, L'Avvenimento; LVI: 79). Solo i puri possono provarla. Puri, nel sufismo, sono chiamati gli esseri perfetti.

Per poter dimostrare come si pratica il ricordo di Dio (*zeker*), prediamo l'esempio del "*la elàha ella' llàh*" che significa "non c'è alcuna divinità oltre a Dio Unico".

I *sufi* si siedono, con le gambe incrociate o sui talloni, la mano destra posta al di sopra del ginocchio sinistro, e la mano sinistra sul polso destro. In questa posizione le mani e le gambe dell'individuo formano un "*la*" (no in arabo) che simbolizza la non esistenza del *sufi* di fronte al suo Beneamato. In questa posizione il *sufi* deve rinunciare a questo mondo, all'altro mondo e a sé medesimo. Il "*la*" delle braccia comincia dall'ombelico e continua su sino al collo del discepolo. È come un paio di cesoie, che simbolizzano il distacco; l'assenza della testa, del sé, e la rinuncia della fede e dell'attaccamento all'esistenza limitata dell'individuo.

Con la *elàha* (Dio), il *sufi* inclina la testa e la gira verso destra in un semicerchio. Questo è chiamato arco dell'esistenza possibile (*emkàn*). Questa parola simbolizza la negazione o piuttosto la rinuncia alla credenza di tutto ciò che non è Dio o il mondo di *emkàn*.



“Altro all’infuori di Dio” nel sufismo significa ogni esistenze *effimra*, limitata e possibile; gli esseri umani si preoccupano di queste esistenze possibili al posto dell’Eternità che comprende il Necessario e l’Assoluto Reale di Dio. Allora, con ella *llàh*, inclina e volge la testa a sinistra. Questo è chiamato arco della necessità (l’arco del *vogiube*) e simbolizza la realtà del Necessario, la Realtà Assoluta.

### La Manifestazione del Divino (Mazhariat)

Poiché le parole simbolizzano oggetti, concreti e realtà, i *sufi* credono che coloro che iniziano a percorrere la Via (i discepoli) con l’aiuto del ricordo costante e con la completa attenzione al significato del ricordo di Dio, diventano la vera manifestazione del ricordo stesso; in altri termini ricordando costantemente e disinteressatamente Dio, il *sufi* diviene Superiore e questo è uno degli Attributi Divini.

I *sufi* credono che ci sia un attributo Divino particolare che domina l’essere di ogni profeta e di ogni santo (*wali*), per cui si potrebbe dire che ciascuno di loro è la manifestazione di una teofania particolare. Per esem-

pio, i *sufi* considerano Mosè come il simbolo di *oluwyât* (superiorità o aspetto trascendente della realtà), grazie alla capacità che aveva di indirizzarsi direttamente a Dio senza alcun intermediario. Nel Corano, Dio dice a Mosè: “*non temere nulla perché sei il Superiore*” (Il Corano: Ta Ha; XX: 68).

Gesù è la manifestazione della Profezia. In effetti, ancora bambino, esclamò: “*Dio mi diede il Libro e mi nominò suo inviato*” (Il Corano: Maria; XIX: 30).

Tutti i profeti incarnano l’Unità Divina e la Perfezione, ma il profeta Maometto ne è la manifestazione suprema. È il simbolo del Nome Superiore (*al-A’zam*). Il Suo Nome è il più glorificato di tutti i Nomi Divini, poiché li comprende tutti. Perciò Maometto è l’incarnazione spirituale e la manifestazione dei Nomi Divini.

Maometto stesso diceva: “*La prima cosa che Dio ha creato era la mia Luce*”.

Inoltre, ogni profeta è la manifestazione di un solo Attributo Divino, mentre tutti gli Attributi si ritrovano nel nome più glorificato: il nome *al-A’zam* di cui Maometto era il simbolo.

In altri termini, Maometto è la manifestazione del Grande Nome.

Così, per il fatto che la sua manifestazione include tutti i Nomi, egli viene gerarchicamente prima di tutte le creature. per questa ragione ha detto: “*Ero l’inviato di dio, quando Adamo era ancora fra acqua e fango*”.

### La Santità (Welayat)

Abbiamo detto sopra che il fine del Sufismo è formare Uomini Perfetti che riflettano i Nomi e gli Attributi Divini.

Nel Sufismo, l’Uomo Perfetto è chiamato anche *Wali* (santo), parola che significa letteralmente *amico sincero*; tutti i profeti sono stati anche santi. Il grado spirituale di santità è uno stadio che indica lo stato interiore dell’individuo, mentre il rango di profeta riflette la missione dell’individuo come inviato di Dio.

La missione profetica di Maometto era contemporaneamente la Santità Assoluta e la Profezia. Ali pur non essendo un profeta ha raggiunto la stessa Santità Assoluta.

Maometto diceva: “*Ali ed io siamo della stessa luce*” e Ali diceva: “*Spiritualmente, sono stato con tutti i profeti*”.

Per i grandi *sufi*, i santi comprendono i successori di Ali, nel suo ruolo politico-spirituale, come primo Imam sciita. Tra i santi ci sono anche i Grandi Maestri degli Ordini Sufi che hanno seguito la via esoterica tracciata da Ali.

Questi Esseri di luce, ciascuno secondo la propria capacità, si sono dissetati alla fontana della Verità.

Solo Dio conosce veramente i loro diversi livelli spirituali. In una delle tradizioni del profeta, (*hadith*), Dio dice: “*I miei amici sono sotto il mio vessillo, nessun altro all’infuori di Me li conosce*”.

La maggior parte della gente non ha l’attitudine necessaria per conoscere i santi. Inoltre, bisogna aggiungere e sottolineare che il contenuto non può mai conoscere il



contenente. La vera conoscenza dei santi, che non è una facoltà facile o comune, proviene dall'essere consapevoli di avere una realtà interiore.

Un errore comune a molta gente è credere che vivendo da eremita, si diventi santi. Mentre nella via del *sufi*, di Maometto e di Ali, si deve vivere in società. Restare in isolamento, lontano dal contatto col mondo, non ha valore spirituale duraturo.

Maometto diceva: *"La fede di un credente non è perfetta fino a che mille uomini di irrepreensibile rettitudine non lo abbiano incolpato di ateismo"*. Quello che voleva dire è che la conoscenza divina di un credente perfetto è al di là del livello della capacità di intendere della maggior parte della gente. Coloro che sentono parlare un tale Uomo Perfetto, premesso che non possono percepire la verità di ciò che dice, lo tacciano di miscredenza. Un vero credente, un *sufi*, deve vivere nella società, servirlo e guidarlo, deve essere il veicolo attraverso il quale la società riceve la Grazia Divina. È per questa ragione che l'accordarsi, l'adattarsi, e l'armonizzarsi con l'ambiente, l'essere in pace con il tutto sono requisiti basilari dell'Uomo perfetto.

### La Purificazione e i suoi stadi

Gli stadi della Purificazione sono i seguenti:

1. L'io svuotato da sé stesso (L'eliminazione o *takliyà*).
2. L'io illuminato (L'illuminazione o *tajliyà*).
3. L'io ornato (L'ornamento o *tahliyà*).
4. L'io scomparso (L'annichilimento o *fanà*).

Questi stadi si manifestano nel corso del ricordo disinteressato di Dio (*zeker*).

Il primo stadio, l'essere svuotato di sé stesso, implica il rigetto delle qualità negative, delle passioni che vengono dall'io egoista.

Il secondo stadio, quello dell'io illuminato, implica svuotare il cuore e l'anima dalle impurità.

Nel terzo stadio, l'essere interiore dell'individuo si adorna degli Attributi Divini.

Finalmente l'essere interiore del discepolo diventa completamente colmo degli Attributi della Verità-Reale, nella misura in cui non c'è più alcun segno della propria esistenza limitata. Questo quarto stadio è chiamato *"l'io scomparsa"* (*fanà*). Un poeta *sufi* ha detto:

Ho pensato a Te così spesso  
che sono diventato Te.

A poco a poco Tu sei avvicinato  
e a poco a poco io sono scomparso.

Il discepolo attraverso questi gradi di purificazione, viaggia sulla Via interiore, la Via spirituale (*Tariqat*). Ma egli (o ella) può fare questo viaggio solo seguendo i doveri e gli obblighi della religione. Dopo aver percorso questa via, il discepolo diventa un Uomo Perfetto e arriva alla soglia della Verità (*Haqiqat*).

Maometto ha detto: *"La shari'at è la mia parola, la tariqat le mie azioni e l'haqiqat è il mio stato"*. Si potrebbe considerare il viaggio attraverso l'*haqiqat*, attraverso la Verità come una formazione nell'Università Divina, la *"Taverna della rovina"* (*Kharabat*). In questo reale centro di studi superiori non ci sono professori, la sola guida dello studente è l'Amore Assoluto. Qui L'Amore è il solo maestro, il solo programma di studi, ma anche l'essere interiore dell'individuo. Prima del suo ingresso in questa Università, un individuo perfetto potrebbe essere ancora definito. Ma una volta entrato nella Realtà, egli diventa indefinibile, al di là mondo delle parole.

Fino alla riva dell'Oceano del fanà

si intravedono le orme

che spariscono poi

nell'Oceano del la" (non).

(di Rumi)

Se gli domandate il suo nome, come *Bayazid*, risponderà: *"È da molto tempo che l'ho perduto. Più lo cerco, meno lo trovo"*.

Se gli chiedete della sua religione, come *Rumi*, risponderà:

*"La via di un innamorato*

*non è fra le religioni.*

*La chiesa e lo stato degli amanti*

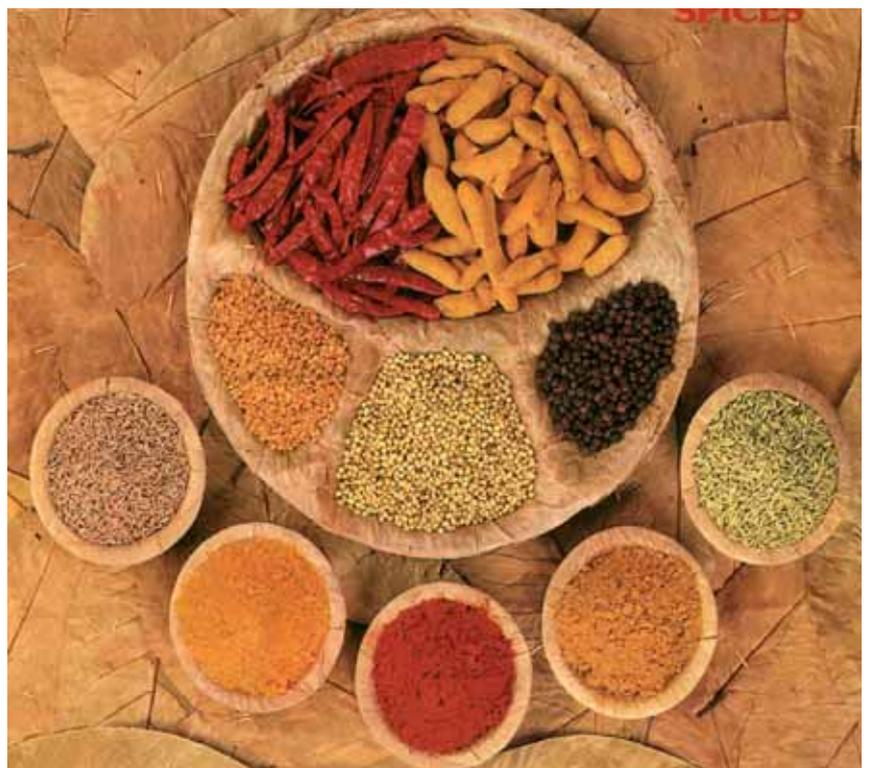
*è Dio"*.

Se gli domandate come sta, come *Bayazid* risponde: *"Non c'è che Dio sotto il mio mantello"*.

Se parlasse come *Hallaj*, potreste sentirlo cantare: *"Sono la Verità"* (*Ana'l-Haqq*).

Tali parole veramente non possono venire che da Uomini Perfetti che hanno perduto il loro *io* e sono divenuti la manifestazione della Natura dei Misteri Divini.

**Il loro io ha preso il volo e solo Dio è rimasto**



## Nicola Pisano

**D**i Nicola Pisano si hanno notizie solo a partire dal 1220.

Si formò nell'ambito della cultura federiciana e si dedicò allo studio del mondo classico.

Nel 1260 eseguì il *pulpito del Battistero di Pisa* di forma esagonale, sorretto da sei colonne di granito rosso che poggiano alternativamente su leoni stilofori; la colonna centrale poggia su una base decorata da sculture rappresentanti uomini e animali; al di sopra delle colonne, su capitelli decorati, sono appoggiati archi a tutto sesto trilobi, separati da statue di *Profeti e Virtù*. Al di sopra di questi separate da colonnine, si trovano le cinque lastre marmoree che costituiscono le facce del parapetto del pulpito nelle quali sono rappresentate: la *Natività*, l'*Adorazione dei Magi*, la *Presentazione al tempio*, la *Crocifissione* e il *Giudizio universale*.

Molti elementi, tra i quali anche la tecnica esecutiva, rimandano al clas-

sico.

Intorno al 1265 e il 1268 Nicola Pisano fu a Siena dove eseguì, insieme al figlio Giovanni e ad Arnolfo di Cambio, il pulpito della cattedrale.

Il pulpito ha a una forma ottagonale e anche in questo le colonne sono sorrette da leoni stilofori al di sopra dei quali ci sono archi trilobi. Le sette lastre che compongono il parapetto rappresentano *Storie di Cristo*: la Na-



## storia dell'Arte a Pisa

a cura della Redazione

tività, la *Adorazione dei Magi*, la *Presentazione al tempio*, la *Strage degli innocenti*, la *Crocifissione* e infine il *Giudizio universale* rappresentato in due lastre collegate dalla figura di Cristo giudice.

In quest' opera si nota l'apertura dell'artista al gotico francese, infatti il numero dei personaggi che compongono le scene aumenta, le figure si fanno più leggere, più espressive e realistiche.

Nel 1278 eseguì in collaborazione col figlio Giovanni la *Fontana monumentale* della piazza del Comune di Perugia, formata da due vasche poligonali sovrapposte con al centro una coppa in bronzo sormontata da uno scultura rappresentante tre ninfe. La vasca inferiore è decorata con cicli allegorici rappresentanti i *mesi* e le *arti liberali* eseguiti con la tecnica dello stiacciato.

## La Torre di Pisa

**A**l di là della celebre pendenza, vera e propria sfida alle leggi della statica, il campanile del Duomo è un edificio singolarissimo ed unico nel suo genere, sia per l'alto valore storico-artistico delle sue forme, sia per la sua particolare posizione nel contesto di quella vasta area nota come Piazza dei Miracoli. L'edificio occupa una posizione defilata rispetto alla Cattedrale, e sorge tra la zona absidale e la parte sud orientale del transetto di quest'ultima. L'edificio sorge in realtà in uno dei punti più in vista della Piazza, in corrispondenza del punto in cui la via Santa Maria, uno degli antichi assi viari della città, giunge nella piazza stessa. Alla sua sinistra passava inoltre, in origine, la strada che ripercorreva il tracciato della via Emilia e che, continuando verso l'abside del Duomo, ne fiancheggiava il lato settentrionale, per proseguire al di là delle mura, attraverso la cosiddetta porta de Leone. Inoltre, la vicinanza con la zona absidale del Duomo, instaurava un vero e proprio dialogo tra i due edifici: ne sono segni evidenti, la ripresa, nella decorazione scultorea del piano terra, di motivi ed elementi presenti nella chiesa, o la stessa forma circolare dell'edificio, che sembra dialogare con le curve delle due absidi. L'altezza elevata, ne faceva assumere

anche la funzione di vero e proprio fulcro visivo: con la sua mole slanciata, il campanile risultava in realtà ben visibile da ogni parte della piazza, e, probabilmente, anche dal fiume Arno, assumendo in tal modo sia la funzione di collegamento tra la città e la piazza, posta in una zona decentrata del nucleo urbano, sia la funzione di faro, punto di riferimento e vedetta e, infine, di simbolo autorevole dell'orgoglio civico e religioso della comunità cittadina. L'edificio attuale, risultato di una lunga vicenda costruttiva ed oggetto nel corso dei secoli di numerose campagne di restauro, volte in primo luogo a contenere i pericoli di crollo sollevati dall'evidente pendenza, è costituito da un corpo cilindrico di muratura, circondato da loggiati con archi e colonne che poggiano sul tronco di base e sono sormontati da



una cella campanaria. Il corpo centrale della struttura è composto da un cilindro cavo, costituito da un paramento esterno in conci sagomati in calcare di San Giuliano bianco e grigio, un paramento interno, anch'esso in pietra verucana lavorata e, compresa fra questi, una zona anulare di muratura. All'interno di questa zona di muratura è ricavata una scala elicoidale che, con 293 scalini, monta fino al sesto loggiato, dove il pozzo interno è concluso da una volta con un occhio centrale per il passaggio della luce, consentendo l'accesso alla cella campanaria soprastante e, nei tratti intermedi inferiori, ai diversi loggiati.

I sei loggiati impostati sul tronco di base, con questo e con la cella campanaria, suddividono la torre in otto segmenti, che vengono detti ordini. Quello inferiore è animato da un giro di arcate cieche, impostate su semicolonne che includono sotto l'arco un compasso a losanga intarsiato di marmi policromi, contenente al centro una rosetta a rilievo. Il sodo murario è interrotto dall'apertura di alcune strette finestre a monofora e, verso ovest, dall'unica porta di accesso: un vano rettangolare incor-

niciato da un architrave. Sopra l'architrave un arco falcato con archivolto intagliato posa su due capitelli in prosecuzione degli stipiti, formando una edicola contenente il busto di una Madonna con il Bambino di epoca trecentesca. Ai lati del portale, alcuni fregi lavorati con decorazioni animali e mostruose e con una singolare raffigurazione di navi accompagnano l'epigrafe commemorativa della fondazione dell'edificio. - decorazione con raffigurazione di navi - La cella campanaria cilindrica che conclude la costruzione, di diametro minore dei sottostanti piani, presenta all'esterno una decorazione di arcatelle, che posano alternativamente su peducci e su colonne, in modo che sotto ad ogni peduccio si apra una porta; sotto ogni arcata, retta da due colonne, una finestra. Ad essa si accede tramite una angusta scala a chiocciola, e consente a sua volta l'accesso, tramite una scaletta ricavata nello spessore del muro, al fastigio della torre

## Camposanto vecchio

Il Campo Santo, noto anche come **Camposanto monumentale** o **Camposanto vecchio**, si trova al limite nord della Piazza. Si tratta essenzialmente di un cimitero cinto da mura. Si dice, secondo uno schema di *leggenda di fondazione* tipica di altri edifici simili in tutta Europa, che il Campo Santo sia nato intorno ad uno strato di terra portato dalla Terrasanta via nave dopo la Terza Crociata dall'arcivescovo Ubaldo Lanfranchi nel XII secolo.

La sua struttura, iniziata nel 1278 da Giovanni di Simone, è quella di un chiostro oblungo in stile gotico fiorito, che però non fu completato fino al 1464, a causa della crisi provocata dalla sconfitta pisana nella battaglia della Meloria avvenuta nel 1284. Il muro esterno è composto di 43 archi ciechi con due porte.

I muri erano una volta affrescati: il primo affresco fu eseguito nel 1360, l'ultimo circa tre secoli più tardi. Le *Storie dell'Antico testamento* di Benozzo Gozzoli (XV secolo) si trovavano nella galleria nord, mentre quella sud era famosa per le *Storie della Genesi* di Piero di

Puccio (fine del XV secolo). L'affresco più interessante è il realistico *Trionfo della Morte*, opera di Buonamico Buffalmacco.

Il 27 luglio 1944 una scheggia di bomba alleata provocò un inizio di incendio il quale, non potendo essere spento rapidamente a causa delle cisterne sotto vigilanza militare, fece scaturire un vero e proprio incendio che bruciò le travi in legno del tetto

del Campo Santo il quale collassò arrecando ingenti danni alle opere custodite. Il piombo della copertura del tetto, fuso dal calore, danneggiò gli affreschi in modo gravissimo. Dal 1945 ad oggi sono ancora in corso lavori di restauro, che fra l'altro hanno portato al recupero delle preziose sinopie oggi esposte nel Museo delle Sinopie, situato nell'antico ospedale del XIII secolo a sud della piazza.



# Il moderno o la tradizione?

di Eva Houvickova

Si potrebbe scrivere tanto sull'arte contemporanea, arte che in Italia con la immensa tradizione della tecnica classica, trova meno riscontro che nel resto del mondo.

Vogliamo farvi riflettere brevemente su questo con un piccolo accenno ed un invito preciso.

Il termine **arte contemporanea** si riferisce generalmente all'arte creata nel presente. L'uso dell'aggettivo generico *contemporanea* per definire l'arte dei nostri giorni è dovuto anche alla mancanza di una scuola artistica dominante o distinta riconosciuta da artisti, storici dell'arte e critici. L'espressione tende ad includere tutta l'arte creata dalla fine degli anni sessanta del XX secolo o, in alternativa, dalla presunta fine dell'arte moderna o periodo modernista fino ai giorni nostri (anche se al giorno d'oggi ci sono artisti che creano arte moderna ed altri che creano praticamente in tutti gli stili o le mode del passato). L'arte postmoderna, cioè l'arte creata dalla fine del modernismo, rispecchia le visioni individuali di artisti e quindi non ha una definizione precisa. Tipica dell'arte moderna è stata proprio la cancellazione delle barriere tra stili, l'allontanamento

dalle premesse classiche e la sperimentazione con le tecniche ed i materiali. La divisione tradizionale di campi artistici rimane spesso l'unica guida nel complicato labirinto postmodernistico.

**Se la tecnica del collage ha sostituito la pittura a olio, così il tubo catodico rimpiazzerà la tela... La televisione ha torturato gli intellettuali per tanto tempo, ed e' il momento che gli intellettuali torturino la televisione. (Nam June Paik)**

**Con questa citazione, che perfettamente spiega l'intenzione, presentiamo su questo numero alcune opere in mostra al Dopolavoro Ferroviario di Pisa da sabato 9 a sabato 16 giugno 2012.** Si tratta della collettiva di due artiste della Repubblica Ceca che si sono ritrovate nello stesso luogo (la Toscana) lontane dalla casa di origine, con destini diversi, con modi di interpretazione diversi ma con la stessa passione per l'arte e per la vita. Entrambe fanno parte dell'associazione *Arte in Lucca* ed hanno aderito al progetto Centro Culturale Polivalente Multietnico MONDOSTAZIONE in atto al Dopolavoro Ferroviario di Pisa a cura del Settore Cultura. La Mostra di Pittura è così titolata: **"Viaggio di Jitka e Michaela - ANDATA - RITORNO". Il viaggio di un'ora. Il cammino di una vita... e finiamo col ritornare, talvolta fisicamente oppure solo col ricordo, alle persone, allo spirito dei luoghi, al nostro punto di partenza"**



## JITKA PLCHOVA SOUCKOVA

Nasce a Brno (Rep. Ceca) il 13.12.1970.

Fin da bambina esprime una spiccata predisposizione per il disegno, che il padre pittore abbastanza noto nella comunità locale contribuisce a far emergere. Jitka ancora bambina segue corsi di disegno e pittura. Per un lungo periodo poi abbandona le arti figurative per dedicarsi a tempo pieno alla fotografia.

Il ritorno pieno e consapevole al pennello avviene solo all'inizio del duemila, di pari passo con il sopraggiungere della maternità e del trasferimento in Italia. Da allora Jitka Plchova Souckova compone tele e opere su supporti di vario tipo ad un ritmo quasi frenetico, legato ad un desiderio irrimediabile di esprimere con cere, stucchi, gesso, oli, tempere, pennelli, pennini e quant'altro, un mondo creativo altamente poetico ed originale. Quella di Jitka è una pittura materica incatenata ai bisogni di un universo turbinante, che di volta in volta si fa arrabbiato, surreale, citazionista, naïf, classicheggiante, impressionista, oppure semplicemente indefinibile e ostile a qualunque catalogazione.

## MICHAELA KASPAROVA,

Nasce a Liberec (Rep. Ceca) il 28.12.1969

Ha studiato design di tessuto e abbigliamento presso l'università tecnica di Liberec. Dal 1996 vive e lavora a Lucca.

Dal 2004 dopo la nascita del figlio di dedica a tempo pieno alla pittura adottando il suo stile attuale ed affinando la sua tecnica: uso abbondante dell'amatissima carta, collage, carboncino e mina, con importanti inserti di pupazzi di stoffa da lei stessa creati. Animata da una forza visionaria germinale, nutrita dalle influenze pittoriche dell'est con vividi ricordi Chagalliani, Michaela "Misa" Kasparova ci propone una tecnica mista assai originale che lei padroneggia con grande abilità. Avvalendosi anche di inserti di materia povera da lei stessa creati, traduce su telai i suoi sogni gioiosi. Là tutte le creature del cielo, della terra e del mare invadono, pacificamente, le nostre città creando un connubio felice tra uomini ed animali. "Il gioco visivo che mi piace è nelle nuove apparenze della natura, nella strada un occhio all'infanzia, uno all'età adulta, il terzo all'ironia" Michaela Kasparova.

# Chiara Vigo: la Vestale del mare, custode del Bisso

## Un tessuto che viene dal mare

Non è una favola, né un miracolo, ma è una semplice verità. Una verità semplice da apprendere per chi si pone di fronte alla natura con la consapevolezza di poter scoprire infinite meraviglie.

L'uomo nell' antichità, ai primordi della sua storia, aveva una tale consapevolezza di ciò a tal punto che poneva la natura al centro della sua religiosità, nutrice importantissima di sensibilità e intelligenza.

Tra gli antichissimi popoli del Mediterraneo, la cui vita era legata al mare, e che grazie ad esso riuscirono a fondare delle importantissime civiltà, sviluppando poi forti influenze verso altre popolazioni anche lontane, si produceva il bisso.

Gli industriosi Cretesi, i Fenici, proventi commercianti, i più lontani ma raffinatissimi tessitori e tintori Caldei, e gli Egizi furono i maggiori protagonisti della millenaria storia del bisso.

## Il percorso del bisso ci porta da lei :

Chiara Vigo nasce a Calasetta, sulla costa nord dell'isola di S. Antioco, il 1° Febbraio del 1955. E' nipote di Leonilde Mereu, l'ultimo maestro che in quegli anni fa scuola di bisso.

Da bambina Chiara ama trascorrere lunghi periodi a contatto con la nonna percependo già la forza della sua grande spiritualità e della preziosità dei suoi saperi. E così Leonilde Mereu comincia con lei un lavoro di iniziazione.

La bambina, via, via fino alla giovinezza di 18-20 anni, farà proprio quell'enorme e profondo mondo di



saperi e quella particolare sensibilità che sono condizioni indispensabili a che la nonna gli trasmetta il prezioso mistero del bisso. Nel frattempo Chiara ha conseguito alcuni diplomi di scuola statale che potrebbe utilizzare per intraprendere un qualsiasi impiego moderno, ma non è questo che le interessa. Anzi incomincia a soffrire per quella aberrazione del nuovo vivere socio-istituzionale che mentre cancella i maestri come vivo serbatoio di valori, vede sempre più le antiche arti relegate a semplici vetrine museali, a contenitori vuoti.

Quindi il legame affettivo con la nonna diventa inscindibile e irrinunciabile legame culturale. Così Chiara si affaccia al bisso scoprendo presto che la passione, la pazienza, la fatica, la cura minuziosa del particolare, sono gli strumenti del suo svelamento.

**Il fascino** delle realizzazioni artistiche della nonna Leonilde, la profonda spiritualità che la governa inducono Chiara ad intraprendere questo difficile percorso. Difficile perché ormai i tempi sono cambiati e la morfologia dell'ambiente sia naturale che umano è irriconoscibile. La marea consumistica ha piegato le radici degli antichi mestieri, ha slegato le comunità dalla natura dei propri luoghi, ha prodotto l'alterazione totale dei propri bisogni.

**La Pinna Nobilis**, la misteriosa nutrice di questa meravigliosa storia, è dichiarata nel 1992, da una direttiva del Consiglio Europeo (in Italia nel 1997 trasformata in Decreto dal Presidente della Repubblica), animale in via di estinzione e quindi protetta.

Chiara Vigo è sola, l'unica nel Mediterraneo e quindi l'unica al mondo, a tessere il bisso, a tenere in vita una

tradizione millenaria.

E' sola, con la consapevolezza che la perdita del filo del bisso equivarrebbe alla perdita del senso di preziosità della natura, alla perdita conseguente di tutto quel sapere che le comunità nell'isola e nel Mediterraneo centro-orientale hanno espresso nella loro storia. Ha dalla sua solo una grande passione : il giuramento fatto alla nonna, capisce, è e sarà la sua vita, tesserà il bisso finché sarà possibile.

## Così intraprende con tenacia

l'abbattimento dei grandi ostacoli e scopre e reinventa un nuovo modo di utilizzare la Pinna senza danneggiarla.

Per sette anni studia il suo habitat, si immerge con venti forti o leggeri, al chiarore della luna o al buio. Riesce a capire che ai primi di Maggio i fanghi dello stagno sono più molli e si può togliere il mollusco, tagliare una parte della seta, e ripiantarlo nel fondo senza farlo morire. Capisce che in quel modo ricrescono i filamenti e l'animale non è danneggiato.

Ma questa sua faticosa scoperta serve a poco se non si ripristinano le condizioni favorevoli nell'acqua dei bassi fondali. Sono molteplici i suoi appelli a che si faccia qualcosa per impedire gli allevamenti in vasca di specie ittiche sia nello Stato Cirdu e sia nel golfo di Palmas, per prevenire



Maite Vazquez Luis





gli scarichi in acqua di sostanze nocive e per vietare la pesca con le reti a strascico.

**Contemporaneamente** Chiara Vigo dimostra di riprendere in mano il lavoro che gli è stato tramandato facendo conoscere le sue realizzazioni tessute in bisso. Gli uccelli, i leoni, i pavoni che prendono vita dalle sue mani, risultano delle vere e proprie perle rare non soltanto nella loro raffinata tecnica ma anche nella loro evidente valenza artistica.

Ed è con questi piccoli pezzi molto preziosi che Chiara si fa conoscere al mondo. E' invitata in numerosi congressi e vetrine internazionali. Riceve riconoscimenti. Prestigiose riviste nazionali ed internazionali pubblicano servizi su di lei. Trasmissioni televisive pubblicano documenti su di lei.

**Nel 2002** tiene a Torino alle Scuole Leumann una conferenza sul bisso e la sua lavorazione intitolato. L'oro del mare incontra i fili della terra e in quell'occasione grande interesse ha riscosso il suo lavoro tra tessitori ed

esperti provenienti da tutto il mondo.

"Tutto per un Vestito ... Raffinato" Scuola Leumann.

Ma è l'enorme entusiasmo che i bambini della scuola Leumann le dimostrano che fa capire a Chiara quanto sia importante la fatica intrapresa. La sua idea pressante di realizzare una scuola di tessitura della seta di mare a Sant'Antioco si rafforza grazie ai bambini, alla consapevolezza che bisogna permettere a loro (bimbi di S. Antioco, della Sardegna, del mondo) di riappropriarsi di una sapienza più vera, la sapienza che sta dentro la stanza dei maestri.

Ed è entrando nella stanza di Chiara, (come ha fatto chi scrive) parlando con lei che ci si rende conto di quanto di importante, insieme alla salvaguardia del tessuto marino, si debba recuperare di noi stessi. Si perché noi tutti siamo tessuti di bisso, di mare, di globalità, siamo piccole cose ma molte preziose e invendibili. Questo ed altro ancora insegna il maestro di bisso Chiara Vigo, facendoci scoprire ragioni e sensi che vanno oltre il tempo e oltre lo spazio a noi circoscritto. Incontrarla segna l'inizio di un emozionante percorso, come il filo di seta marina, che grazie a lei è giunto oggi fino a noi. Noi possiamo andare da lei e farle sentire il valore della sua impresa e dirle : grazie per averci dato -pur da sola, pur tra mille difficoltà- il tessuto del mare. Chi scri-



ve lo ha fatto, e chi vuole può cogliere l'invito ad entrare insieme a lei e riaprire il ricordo del suo emozionante incontro con Chiara.

**Se ami il mare ed il suo fascino CONTATTA CHIARA VIGO**

chiaravigo@hotmail.it  
bottega.bisso@tiscali.it  
**Tel. 3473302237**

**I testi sono di Lidia Flore, le fotografie di Daniel Cointe, tratte dal lavoro multimediale Seta di mare prodotto da SardoLog nel 2004, che ringraziamo per la gentile concessione. (www.sardolog.org)**



**PARCHEGGIO  
DOPOLAVORO  
FERROVIARIO  
PISA**

**APERTO TUTTI I  
GIORNI DALLE  
06 ALLE ORE 24**

**INGRESSO CUSTODITO - ILLUMINAZIONE - TELECAMERE**

**RISERVATO SOCI DLF-PISA**

**CONTRIBUTI SOCI: Tessera Annuale € 15 (10 ore di parcheggio libero)  
Ora/Frazione € 1,00 - Abbonamento Mensile € 70**

# Civiltà etrusca

(a cura della Redazione)

« È in verità impressionante il constatare che, per due volte nel VII secolo a.C. e nel XV d.C., pressoché la stessa regione dell'Italia centrale, l'Etruria antica e la Toscana moderna, sia stata il focolaio determinante della civiltà italiana. »

(Jacques Heurgon, *Vita quotidiana degli etruschi*, 1967)

Gli **Etruschi** furono un popolo dell'Italia antica affermatosi in un'area denominata Etruria, corrispondente alla Toscana, all'Umbria fino al fiume Tevere e al Lazio settentrionale, con propaggini in Liguria e verso la zona padana dell'Emilia-Romagna e della Lombardia, a partire dall'VIII secolo a.C.

Nella loro lingua si chiamavano *Rasenna* o *Rasna*, in greco *Tyrsenoi* (ionico ed attico antico: *Türsenò*; dorico: *Türsanò*, entrambi col significato di "Tirreni" e poi "Etruschi", abitanti della *Türsenie*, "Etruria").

La civiltà etrusca, discendente dalla cultura villanoviana, fiorì a partire dal X secolo a.C. e fu definitivamente inglobata nella civiltà romana, fortemente influenzata dagli etruschi, al termine del I secolo a.C.. Questo lungo processo di conquista e assimilazione culturale ebbe inizio con la data tradizionale della conquista di Veio da parte dei romani nel 396 a.C.

## Origini

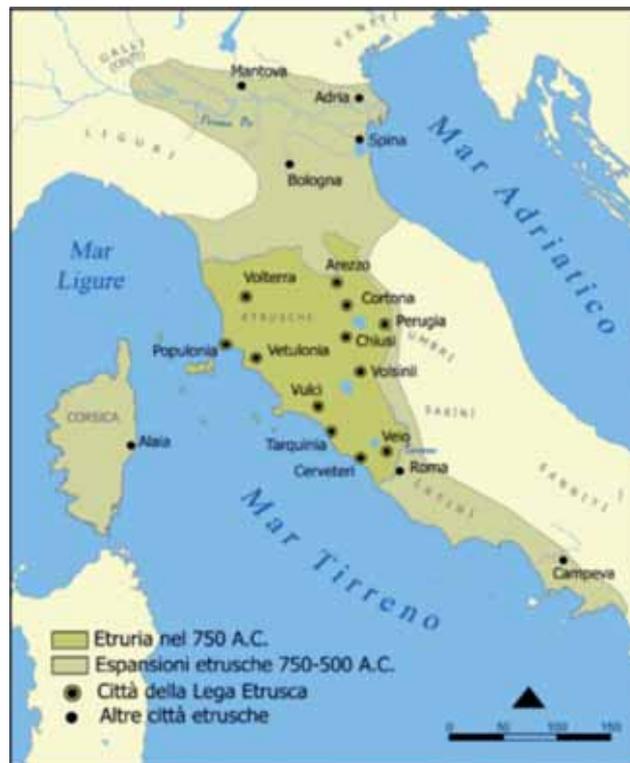
Complesso termale etrusco e romano di Sasso Pisano

Sull'origine e provenienza etrusca è fiorita una notevole letteratura, non solo storica e archeologica. Le notizie che ci provengono da fonti storiche sono infatti piuttosto discordanti. Fino agli anni 1970 si riteneva che gli etruschi provenissero dall'Asia minore, spinti sulle coste italiane in seguito ad una carestia (Erodoto, *Storie*, I, par. 94).

Agli etruschi si era sempre guardato come ad un popolo unitario sin dalla loro preistoria. Tuttavia gli etruschi, come unità, risulteranno esistere solo a partire dall'VIII secolo a.C. con una propria lingua e con proprie usanze, benché non fossero così

omogenei nelle varie regioni dove avrebbero abitato per poter negare che essi, come unità etnica, furono il risultato dell'unione di diversi popoli. È indubbio, infatti, che da quanto è stato tramandato della loro storia e da documenti monumentali rimasti, compaiono elementi italici, egizi e greci. Il popolo etrusco si formò nella terra conosciuta come Etruria, tra i fiumi Tevere e Arno, dalla costa tirrenica alle giogaie dell'Appennino.

Fonti storiche sulle origini  
La Necropoli di Populonia.



Le fonti storiche sulle origini degli Etruschi, seppur con qualche variabile, risultano sostanzialmente riconducibili a tre diverse ipotesi: provenienza orientale, tesi dell'autoctonia e provenienza da settentrione. Ipotesi della provenienza orientale

Secondo una tradizione lidia riferita dallo storico greco Erodoto del V secolo a.C. (*Storie*, I, 94), gli Etruschi sarebbero giunti dalla Lidia (attuale Turchia anatolicameridionale), salpati dal porto di Smirne a seguito di

## pillole di storia



una carestia. Sotto la guida dei fratelli Tarconte e Tirreno, figli del re Telefo di Misia, o secondo altre fonti del re Atys (e quindi all'incirca attorno al XIII secolo a.C.), avrebbero dapprima «oltrepassato molti popoli» e sarebbero infine arrivati «presso gli Umbri (sulle coste occidentali dell'Italia) e nel loro paese costruirono molte città, dove ancor oggi vivono». I Lidii giunti in Italia avrebbero poi cambiato il loro nome in *Tirreni* dal nome di uno dei due condottieri.

Secondo Ellanico di Lesbo, storico greco del V secolo a.C., gli Etruschi sarebbero stati Pelasgi, popolo mitico originario della Grecia settentrionale e poi irradiatosi in varie regioni del Mar Mediterraneo, i quali si sarebbero stabiliti nella zona dell'Etruria dandosi il nome di *Tirreni*.

Un altro sostenitore della teoria dei Pelasgi fu Anticlido di Samo, storico vissuto alla fine del IV secolo a.C., secondo il quale i Pelasgi, dopo aver colonizzato le isole di Lemno e Imbro nell'Egeo, si sarebbero aggregati a Tirreno ed avrebbero partecipato alla spedizione verso le coste dell'Italia (*Strabone*, V, 2, 4).

L'ipotesi orientale parrebbe confermata da alcuni moderni studi genetici effettuati dall'Università di Torino sulle popolazioni di Murlo e Volterra, situate nel nucleo originale della civiltà etrusca, che presenterebbero aplogruppi e mDna molto simili a quelli delle popolazioni odierne delle coste anatoliche.<sup>[5] [6]</sup>

Ipotesi dell'autoctonia



Un'altra tradizione, riportata dallo storico Dionigi di Alicarnasso (vissuto durante l'impero augusteo - I secolo a.C.), sostiene fermamente l'origine autoctona del popolo etrusco. In particolare afferma che tra gli Etruschi, i Lidii e i Pelasgi non vi erano affinità culturali, religiose e linguistiche e che gli Etruschi, che chiamavano sé stessi *Rasenna* (e lo avrebbe saputo dagli stessi etruschi; infatti, pare che alla domanda rivolta ad un etrusco su chi fosse, questi gli rispose: *Rasna* o *Rasenna*), non erano un popolo "venuto da fuori", ma un popolo antichissimo, attribuendo - fra l'altro - proprio all'antichità l'indicifrabilità della lingua etrusca (*Antichità Romane* I, 25-30). Questa tradizione non è però supportata da reperti archeologici (come la stele di Lemno, con iscrizione affine all'etrusco, e il fegato di Piacenza), grazie ai quali si può supporre che il termine "Rasna" o "Rasenna" potrebbe non indicare il nome dell'etnia etrusca, ma potrebbe essere intesa come Ra-sna che in antico lessico significherebbe «io sono figlio di...» oppure «discendo da...».

Ipotesi della provenienza d'oltralpe

Da un passo controverso di Livio, che allude alla derivazione dei Reti - popolazione alpina delle valli del Trentino-Alto Adige - dagli Etruschi (*Storie*, V, 33, 11), si potrebbe invece dedurre che questi ultimi venissero dal settentrione attraverso le Alpi. Questa teoria, considerata poi infondata, si è originata nel XVIII secolo (Fréret) ed è stata poi sviluppata nel XIX secolo (Niebuhr e Müller) sulla scorta dell'affermazione liviana e della suggestiva somiglianza del nome dei Reti (Rhaeti) con quello dei Rasenna.

La tesi erodotea della provenienza orientale, anche per la sua autorevolezza, è stata accettata quasi unanimemente dagli scrittori antichi e ha a lungo condizionato anche gli studiosi moderni, suggestionati dai tratti orientali presenti in varie manifestazioni della civiltà etrusca.



Le molte affinità degli Etruschi con il mondo egeo-anatolico, presenti nei costumi, nella lingua, nell'arte e nella religione, possono tuttavia essere dovute anche ai contatti commerciali e culturali con queste popolazioni e dall'immigrazione in Etruria di gruppi di vario livello sociale appartenenti a tali civiltà (*cultura orientalizzante*).

In ogni caso, nessuna delle teorie antiche, anche nelle rielaborazioni operate dagli studiosi moderni realizzate attraverso considerazioni provenienti da diversi ambiti disciplinari, ha trovato pieno conforto scientifico nelle prove archeologiche.

Dodecapoli etrusca

La dodecapoli etrusca

La **dodecapoli etrusca** è l'insieme di dodici città-stato etrusche che, secondo la tradizione, costituirono in Etruria una potente alleanza di carattere economico, religioso e militare: la *Lega etrusca*.

Sull'identità delle dodici città che facevano parte della Lega confederata non ci sono notizie certe (nessun documento storico, in special modo etrusco, al riguardo), perciò si possono solo fare supposizioni. Di certo dovevano farne parte importanti città come: Veio, Caere, Tarquinia, Vulci, Roselle, Vetulonia, Populonia, Volsinii, Chiusi, Perugia, Arretium (Arezzo) e Volterra. Con la caduta in mani romane di alcune di queste città (come Veio), oppure con il declino delle stesse, è probabile che altre città presero il loro posto, magari quelle che fino a quel momento erano considerate centri minori, come Cortona, Fiesole o Falerii. Dopo che l'Etruria divenne, sotto l'impero di Augusto, la *Regione VII dell'Italia romana*, le città principali divennero ufficialmente quindici.

Le città della dodecapoli erano tra loro in concorrenza per l'espansione territoriale e commerciale, e tali contrasti causarono una scarsa capacità di coordinamento militare nel combattere aggressioni esterne.

Ogni anno i rappresentanti delle città si incontravano presso il Fanum Voltumnae, un luogo a loro sacro rimasto tuttora sconosciuto, forse nel territorio della città di Volsinii (l'attuale Orvieto?) oppure a Tarquinia (Corneto), per eleggere il capo della Federazione (lo *zilath mech rasnal*, a cui sottostava tutto il popolo etrusco), per discutere degli affari politici ed economici, e per onorare i comuni idoli. In occasione di queste celebrazioni religiose e delle assemblee aveva luogo un importante mercato, occasione di interscambio economico-culturale.

## L'angolo del Vernacolo

### ER CÀRCOLO RENALE

Per un circolo al rène, dar dolore  
 Ci mancò pòo perdevo 'onoscenza.  
 Presi 'n cascè, ci vorseno du' ora  
 Avanti 'he mi passasse ll'emergen-  
 za.  
 Er giorno doppo 'ndiedi dar dottore  
 Che tirò fori tutta la su' scènza  
 Per chiedimi (po' po' d'iettatore!...)  
 Se ci soffrivo o nno d'incontinenza.  
 Risposi: «No, la pròstata va bbene».  
 «Per fallo, allora, bevi appiù non pos-  
 so, sei bòcce d'acqua ar giorno, belle  
 piene».  
 Bevo... bevo e ribevo... ma 'un s'è  
 smosso...  
 Er càrcolo gliè smpre drènt'ar rène  
 E io, dar troppo bè', mi piscio addos-  
 so!  
 (Paolo Vestri)

### LA TOSSE

«Dottore... 'osa mi dice... 'ome mi  
 trova?...».  
 «A rimiralla 'osì, direi un po' meglio,  
 ma c'è la pormonite che ni 'òva,  
 però, lei stia tranquillo, la sorveglio...  
 La su' bronchite 'un è 'na 'osa nòva  
 E 'un vorrei 'he si trovasse ner risve-  
 glio, poi, con codesta febbre 'he si  
 ritrova...».  
 «La notte toso, sono sempre sve-  
 glio, sto a dimenammi, mi par d'èsse  
 un treno e gliè 'na settimana 'he son  
 così...».  
 «Però mi pare che stamani armeno  
 la tosse sia scemata... ce n'ha  
 meno...».  
 «Per forza!... Dai dai toso meglio  
 sì!...  
 E tanto gliè po'no che m'allenò»  
 (Giancarlo Peluso)

### CAVASSI SANGUE

Se'r sangue a noi ci tocca di cavacci,  
 per vedè'a quante sta 'r coresterolo,  
 nun ci sta davvero a traccheggiacci:  
 se ne darebbe svèrti anco un paiolo  
 per quanti esami che bisogna facci.  
 La salute gliè tutto, sa, figliolo!"  
 Sì la nostra! Ma a fatti forà' bracci  
 per ll'altri, ci vai, bèr cetriolo?  
 Noàrtri.... "l'Artri" si pòr doventà'!...  
 'N mi'amio l'ha avuta, guà, un'idea:  
 se rimedia'na grazia sai'osa fa?  
 Invece'he portà' un cero a Sant'An-  
 drea  
 ('un c'è gnente da dì' per chi ci va),

porta un po' po' di sangue all'Emo-  
 tèa!  
 (Giampaolo Testi)

### ER FUNERALE DE' POVERI

Passava dar nevischio 'mporverato  
 E senz'avè 'r codàzzo de' parenti-  
 Un funerale pe' nullatenenti,  
 a spese der comune effettuato.  
 Un povero ronzino malandato  
 'he s'arreggèva l'anima 'o' denti  
 Bardàto di vetusti finimenti,  
 tirava un carro vecchio e scarcinato.  
 E senza 'n fiore, senza 'na grillada  
 Che 'n sulle 'roce 'un dève mancà  
 mai,  
 andava cigolando, randa randa...  
 Mi prese 'n tale senza di sconforto  
 Vedè tanta miseria, che pensai:  
 seondo me, 'un c'è nemmeno 'r mor-  
 to!  
 (Aldo Tognetti)

### LA MORTE 'MPROVISA

Quando ni viense 'r gran peggiora-  
 mento, Cencio andò 'n giro 'n cerca  
 d'un dottore; io portai tre candele ar  
 Sacramento e dissi ar prete:" Lesto  
 perché mòre!"  
 "Vengo-mi disse- vengo 'n der mo-  
 mento".  
 (Quando viense era morto da dù  
 ore).  
 Ma che morte, che morte a tradimen-  
 to!  
 Gran malaccio, Nerino è 'r mar di  
 'ore!  
 Perché po' migliorò e si messe a dì:  
 "Ragazzi, a domattina nun ci rivo...  
 Vi raccomando...", ma 'un potè finì'.  
 Fatto sta che andò via tanto d'abbri-  
 vio,  
 che du' minuti prima di morì,  
 pare 'na buggerata, ma era vivo!  
 (Renato Fucini)

### LASTREGA

Sotto l'inquinazione  
 C'era 'vesta donnaccia  
 Coll'ali sur groppone.  
 Ni davano la'accia  
 Per via di 'ver vizzietto  
 Si spassàssela a letto  
 Col diavolo 'n perzona.  
 Così quella 'oglionà  
 Lo sai 'ome finiva?  
 Abbrustolita viva!



Oggi ci se ne frega.  
 Oggi, se qualche strega  
 Strangola nella 'ulla  
 'r bimbi, 'un ristia nulla!  
 Se poi strozz'anco 'r ganzo  
 Invece der processo,  
 si fa 'r teleromanzo.  
 Cosa vòr di 'r progresso!  
 (Athos Valori)

### L'OLIO D'ORIGINE

Te lo dicevo io, nun me lo dà.  
 Er mi 'intestino nun ne vòr purganti!  
 O, ar summe ar summe, se mi vòr  
 purgà,  
 dammi di 'vè bomboni rinfrescanti.  
 Ci vòr arto 'he bomboni e tamarin-  
 go!  
 ci vòr l'olio dorigine, co vòle!  
 Lo vedi 'ome mi sente, 'ome mi strin-  
 go:  
 mi fa senti la pancia e agì nun  
 pòle>>.  
 Piglia la 'apomillora bollente,  
 buttala giù a gozzate: piano piano  
 er dolore ti passa e 'un è più gnen-  
 te!  
 ...Bella mi 'biancheria tutta pulita!  
 Cosa vorreste di, mondo ruffiano!  
 Mi sono un po' sforzato... era vesti-  
 ta!  
 (Oreste Adami detto Oreste di Navac-  
 chio)

### VERITÀ SACROSANTE

Vanno si riva verso l'ottant'anni  
 E cala e desideri e l'arbaggia,  
 ti resta solo, a fatti ompagnia  
 'r nordo festoso de' vent'anni.  
 Parli della passata gioventù,  
 de' dolori nell'ossa, di pensione,  
 der sale he' t'aumenta la pressione,  
 de' tempi belli he nun tornar più  
 Se poi ti guardi gnudo nello spec-  
 chio,  
 ti piglia na tristezza 'ndefinita  
 perché ti dice, appunto, 'he siei vec-  
 chio.  
 E dalla pancia scende sconsolato  
 Un groviglio di pelle rinsecchita  
 Che fa da tetto a quer disoccupato.  
 (Aldo Tognetti)

# C... come Condominio

(Barbara Terzuoli)

## L'angolo degli Animali

Tutti noi siamo consapevoli di quanto sia difficile la convivenza fra condomini e animali d'affezione e che una delle motivazioni di abbandono più frequentemente portata a giustificazione dai padroni è proprio che nel condominio non sono ammessi cani! Non è assolutamente vero che sia vietato custodire animali in condominio a meno che non sia esplicitamente imposto dal regolamento e in questo caso se ne deve fare menzione immediatamente al momento dell'acquisto della casa o nella stipula del contratto di affitto dell'appartamento. Anche in questo caso però ci sono situazioni e situazioni come nella sentenza della Procura di Campobasso del 12/05/1990 che dice: *"Qualora una norma contenuta in un regolamento condominiale vieti la detenzione di animali che possono turbare la quiete e l'igiene della collettività, il semplice possesso di cani e altri animali non è sufficiente a fare incorrere i condomini in questo divieto, essendo necessario che si accerti effettivamente il pregiudizio causato alla collettività dei condomini sotto il profilo della quiete o dell'igiene....."*. Quindi un semplice Regolamento condominiale non è sufficiente a impedire la detenzione di animali da compagnia, solo un regolamento di tipo contrattuale può vietarne il possesso ovvero: *"la detenzione di un animale in condominio essendo la suddetta facoltà una esplicazione del diritto dominicale, può essere vietato solo se il proprietario dell'immobile si sia contrattualmente obbligato a non detenere animali nel proprio appartamento, non potendo un re-*

*golamento condominiale di tipo non contrattuale, quand'anche approvato a maggioranza, stabilire limiti (oneri reali o servitù) ai diritti e ai poteri sulla loro proprietà esclusiva....."*. Sentenza II del Tribunale di Piacenza del 10/04/1990.

Ovviamente la custodia di un animale in condominio deve essere orientata verso il benessere dell'animale stesso ma anche verso il rispetto degli altri condomini, attenendosi a quello che deve essere il buon senso di chi è responsabile del comportamento del cane e alla comune buona educazione. Avendo ben presenti questi principi ecco alcune indicazioni che possono aiutare chi si trova in difficoltà nel gestire la convivenza cane/condominio:

a) gli animali possono stare nei condomini

b) solo in particolari casi, con indagini e produzione di prove molto significative, può essere imposto l'allontanamento dell'animale

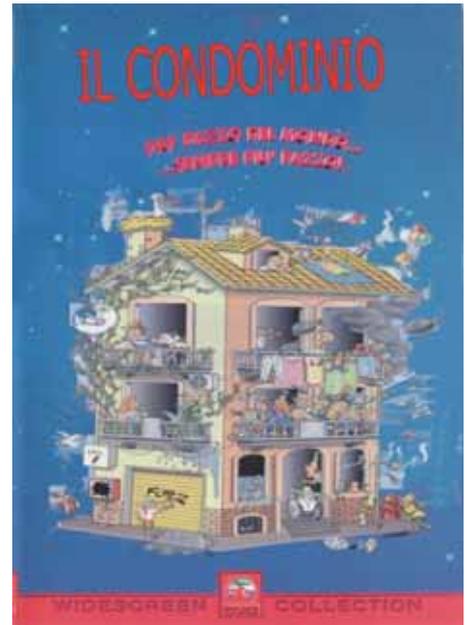
c) è possibile vietare la detenzione di animali solo se nel regolamento condominiale istituito al momento del contratto di compravendita ne sia fatta esplicita menzione

d) l'assemblea condominiale non può impedire il possesso di animali neanche se vota all'unanimità.

Uno degli aspetti più delicati della convivenza cane/condomini è il trasporto dell'animale in ascensore. In questo caso bisogna attenersi al regolamento condominiale. Se il trasporto non è vietato il proprietario può usufruire del mezzo di carico facendo attenzione a non sporcare o rovinare l'oggetto. Inoltre se il cane è di taglia grossa sarà bene evitare di salire in ascensore con altre persone per due validi motivi:

1) possibile timore di chi non si trova a proprio agio nel subire una vicinanza forzata con un'animale di cui ha paura

2) lo spazio ridotto male si addice ad un cane da guardia o da difesa che vede così violato il proprio spazio personale e può di conseguenza assumere atteggiamenti aggressivi/



protettivi a tutela del padrone e a scapito ovviamente del malcapitato compagno di viaggio.

Per il bene della convivenza bisogna inoltre tenere presenti anche alcuni aspetti della psicologia animale all'interno di un condominio. Ad esempio è bene evitare che il cane giochi con oggetti che sono di uso comune della corte in modo da non sentirli propri al punto di cadere in possibili tentativi di difesa quando questi vengono usati da qualcun'altro soggetto (ad es. gomma per innaffiare il giardino o gli oggetti per la pulizia delle scale...). Non bisogna mai lasciare incustodito l'animale, tenerlo sempre a guinzaglio nel tragitto di proprietà comune ed evitare che disturbi oltremisura e senza valide motivazioni la quiete pubblica. Anche in questo caso propongo la sentenza della Cassazione n°1394 del 06/03/2000 dove è espressamente detto che: *"se il cane abbaia non è disturbo alla quiete. Se il cane non disturba una pluralità di persone ma solo il vicino il fatto non sussiste. Perché sia reato è necessario che i rumori siano obiettivamente idonei ad incidere negativamente sulla tranquillità di un numero indeterminato di persone....."*

Ringrazio sentitamente la fonte da cui ho attinto le nozioni e le sentenze riportate (Associazione onlus A.P.A.R) e buona convivenza!



# La medicina ayurvedica

(a cura della Redazione)



## Cosa è la medicina ayurvedica

Il termine **Ayurveda** deriva dal sanscrito, antica lingua indiana, e più precisamente dall'unione di due parole Ayu e Veda. Il termine **Veda** indica la conoscenza mentre **Ayu** sta ad indicare "vita", quindi Ayurveda è intesa come "Scienza della conoscenza della vita".

La vita è intesa come una continua interazione tra corpo, organi di senso, mente, anima. Negli ultimi anni, nel mondo della medicina si è diffusa una nuova parola "psiconeuroimmunologia", che definisce la relazione esistente tra corpo, mente ed effetti sul sistema immunitario. Ma la relazione tra corpo e mente era già stata descritta migliaia di anni fa nei trattati classici e nei testi di Ayurveda, nei quali sono contenute conoscenze mediche che nel campo della medicina occidentale risalgono solo agli ultimi decenni.

## Di cosa si occupa la Medicina Ayurvedica

L'Ayurveda si prefigge quattro scopi fondamentali:

- 1) prevenire le malattie
- 2) prendersi cura della salute
- 3) mantenere la salute
- 4) promuovere la longevità.

Il termine salute/sano in sanscrito è Svastha che letteralmente significa "stabilizzarsi nel sé" o "nella condizione propria a sé stessi". Il concetto di salute, quindi, viene considerato come condizione naturale dell'uomo mentre la malattia è vista come allontanamento da una condizione di normalità.

Sushruta celebre medico ayurvedico (ca V sec. AC) così definisce lo stato di salute: "L'individuo sano è colui che ha umori, il fuoco digestivo, i componenti tissutali e le funzioni escretorie ognuno in buon equilibrio, e che ha lo spirito, i sensi e la mente sempre compiaciuti".

Questa definizione considera i tre principali aspetti della vita della persona: corpo mente e spirito.

L'O.M.S. (**Organizzazione Mondiale della Sanità**) ha fatto letteralmente proprie queste parole nella sua definizione di salute: **"La salute è uno stato di pieno benessere fisico, psichico e sociale"**.

## Curarsi con la Medicina Ayurvedica

Considerare l'uomo una miniatura della natura è uno dei principi fondamentali dell'Ayurveda: la natura è il macrocosmo, l'uomo il microcosmo e ciò semplicemente significa che **i principi presenti nella natura sono gli stessi presenti nell'uomo**.

Tutti i Cinque Elementi di base che compongono l'Universo, etere/spazio, aria, fuoco, acqua e terra, si esprimono con modalità differenti nella formazione degli esseri viventi determinandone origine e strutture. In base a questo principio è possibile quindi usare, se lo conosciamo, tutto ciò che è presente nell'universo al fine di curare le malattie.

## Una storia esplicita

"Nell'India antica esisteva una grande e famosa Uni-

versità chiamata Daksasila frequentata da numerosi studenti provenienti da numerosi paesi al fine di imparare tutte le scienze vediche, l'Ayurveda compresa. Il rettore di questa Università, il cui nome era Nagarjuna, era un grande e famoso alchimista. Il giorno dell'esame finale, convocò tutti gli studenti dicendo loro che l'esame sarebbe consistito di una sola prova. A



sentir questo tutti gli studenti furono molto felici. Quindi disse loro di cercare, nei pressi del tempio dell'Università qualsiasi sostanza che essi avrebbero pensato non poter essere direttamente o indirettamente utile per curare l'uomo. Gli studenti partirono alla ricerca e ritornarono dopo alcune ore, portando qualcuno della sabbia, alcuni dei pezzi di legno, altri delle pietre; ogni studente aveva qualcosa nelle proprie mani. Soltanto uno studente ritornò per ultimo a mani vuote e inutile dirlo, fu l'unico a superare la prova d'esame."

L'insegnamento di questa storia è che **tutto, incluso il veleno, può essere usato come "medicamento" se si sa come usarlo, quando usarlo e perchè usarlo**. La finalità che l'Ayurveda si propone, come tutte le scienze orientali, di raggiungere un equilibrio delle energie del corpo e della mente. Tali energie derivano da una combinazione variamente articolata dei Cinque Elementi di base e vengono espresse nei tre principi chiamati **Dosha**.

## I Dosha

Con una definizione molto semplice possiamo definire tali principi come espressioni bioenergetiche che, per struttura e caratteristiche proprie, governano le funzioni psico-fisiologiche dell'individuo. Secondo l'Ayurveda l'individuo è l'espressione unica ed irripetibile della combinazione di questi tre principi fondamentali (dosha): Vata, Pitta e Kapha, la cui prevalenza identifica varie tipologie costituzionali.

Con il termine **Vata Dosha** si indica il principio nato dalla combinazione di Etere ed Aria. è un principio di movimento e nel corpo presiede a tutte le funzioni del siste-



ma nervoso e governa tutto ciò che si muove.

Con il termine **Pitta Dosha** si indica il principio nato dalla combinazione di Fuoco ed Acqua: è il principio del calore e della trasformazione e governa tutti i processi digestivi e di trasformazione.

Con il termine **Kapha Dosha** si indica il principio nato dalla combinazione di Acqua e Terra: è il principio della coesione e stabilità, presiede alle funzioni del sistema Immunitario ed è responsabile della struttura del corpo.

Spesso solo uno o due **dosha** predominano e influenzano personalità e costituzione fisiologica. La costituzione individuale o Prakriti è quindi determinata dalla composizione e prevalenza dei singoli **dosha** ed è ciò che individua non solo il nostro assetto psicofisico ma anche le predisposizioni individuali verso squilibri e malattie; per semplicità di esposizione possiamo assimilare la Prakriti ad una sorta di genoma ayurvedico. La conoscenza della nostra costituzione, o Prakriti, è quindi di primaria importanza per una gestione consapevole della nostra vita e quindi della nostra salute.

Il bilanciamento dei **dosha** può essere considerato come un ordine naturale, quando questo ordine è disturbato, si crea uno squilibrio che viene visto come disordine. La salute è ordine, la malattia è disordine. Negli organismi c'è una costante interazione ed alternanza fra ordine e disordine, fra equilibrio e squilibrio. Errate

abitudini, stile di vita, alimentazione, stress e repressione emozionale possono agire sbilanciando l'equilibrio dei **dosha** di un individuo, questi "aggravandosi" producono un'alterazione del metabolismo e della fisiologia dei tessuti che porta alla produzione ed accumulo di Ama o tossine.

Queste tossine entrano in circolo e si distribuiscono in tutto l'organismo bloccando i canali che secondo l'ayurveda collegano funzionalmente tutti i tessuti corporei. L'intossicazione influenzerà progressivamente l'organismo a tutti i livelli, energetico, immunitario e metabolico portando all'espressione della malattia. Ogni malattia è quindi l'espressione di un accumulo di Ama o tossine.

In termini biomedici occidentali queste tossine o Ama, per le loro caratteristiche, possono trovare un'identificazione nei radicali liberi, considerati dalla medicina occidentale fra i principali responsabili di ogni malattia e dei fenomeni degenerativi dell'invecchiamento.

Alla luce di ciò è interessante considerare che sia i trattamenti disintossicanti ayurvedici, come il Panchakarma, che i rimedi farmacologici più importanti (Rasayana) hanno una fortissima proprietà antiossidante documentata in diversi studi scientifici.

### La prevenzione

L'Ayurveda indica quindi come chiave alla prevenzione alle malattie ed all'invecchiamento l'eliminazione delle tossine accumulate e la limitazione della loro futura formazione, sia attraverso l'adozione di appropriate abitudini alimentari e stili di vita sia attraverso particolari programmi di disintossicazione come il Panchakarma.

Il medico ayurvedico riesce a valutare, attraverso le metodologie diagnostiche ayurvediche, in cui l'esame del polso riveste un ruolo principale, il disequilibrio negli stadi iniziali, ovvero prima dell'espressione sintomatica conclamata; in questo modo è possibile intervenire anche preventivamente fornendo indicazioni specifiche sulle migliori abitudini di vita e alimentari, e sui rimedi atti a ristabilire l'equilibrio psicofisico necessario a

mantenere lo stato di salute.

### Le tecniche di cura

Le tecniche di cura adottate dalla Medicina Ayurvedica sono svariate e comprendono azioni volte al riequilibrio sia del corpo che della mente e delle loro relazioni con l'ambiente.

In breve possiamo individuare una serie di azioni attraverso corpo: nutrizione, utilizzo di piante medicinali, trattamenti fisici esterni quali massaggi (abyangam) effettuati con oli e tecniche particolari, terapie disintossicanti note genericamente con il termine panchakarma, tecniche di purificazione e asana yoga.

### Gli squilibri

**Sensi:** secondo l'Ayurveda, lo squilibrio deriva da un errato uso dei sensi. I sensi possono essere veicolo sia di squilibrio che di riequilibrio. Per questomotivo tutti i trattamenti, quali aromaterapia, musica, consapevolezza dei sapori dei cibi, spazi forme e colori, stimolazioni tattili e di contatto, sono mirati sollecitare i sensi in modo tale da indurre una precisa risposta terapeutica.

**Comportamento:** inteso come ciò che ci lega all'ambiente, ma privo di riferimento morale, e comprendente, per esempio, i ritmi psicofisici legati agli orari giornalieri, alle modificazioni stagionali ed ai ritmi della natura in generale.

**Mente:** l'Ayurveda pone particolare accento all'**ecologia della mente** e dei suoi processi come chiave dell'equilibrio individuale e suggerisce diversi metodi di riequilibrio basati su **tecniche di meditazione e yoga**.

**Ambiente:** l'Ayurveda identifica nell'ambiente la sorgente degli stimoli sensoriali che possono determinare il nostro equilibrio, e prevede quindi una loro analisi accurata degli ambienti secondo la scienza vedica chiamata Vastu (idealmente simile al cinese feng shui). L'Ayurveda è quindi in realtà **molto di più di una semplice medicina**. Essa indica piuttosto un indirizzo di vita all'insegna della regolarità e armonia dello stile di vita, espresso nei suoi tre componenti fondamentali: **attività, nutrimento e riposo**.

## UN MONDO DI FINZIONE TRASFORMATO IN REALTÀ

# Lucca Comics & Games

**S**ono pochi gli eventi che riescono a riunire, non solo fisicamente ma anche emotivamente e umanamente, in una passione comune decine di migliaia di persone. La Toscana può vantare uno di questi: Lucca Comics&Games, fiera del fumetto prima per importanza in Italia e terza in tutto il mondo.

I Lucca Comics&Games, più spesso chiamati semplicemente Comics, si svolgono ogni anno in 4/5 giorni a cavallo tra Ottobre e Novembre. L'ultima edizione ha portato alla cittadina toscana più di 155.000 visitatori.

La fiera si può dividere sostanzialmente in due aree. La prima è compresa all'interno della città e sopra le caratteristiche mura lucchesi, e consiste in allestimenti ed espositori che consentono l'acquisto o semplicemente l'ammirazione di tutto ciò che gira intorno all'universo a cui l'evento è dedicato: gadget di ogni tipo, dai ciondoli alle spade laser, costumi, parrucche, libri, strumenti professionali per il disegno, DVD, CD e ovviamente fumetti, dai più nuovi e inediti ai veri e propri pezzi da collezione.

Vi sono inoltre degli stand dedicati alle produzioni indipendenti, mirati a promuovere e stimolare giovani autori emergenti.

Uno dei gioielli di questa zona è il Japan Palace, allestito all'interno dell'ex Real Collegio, che ospita specificatamente eventi ed espositori interamente dedicati all'estremo Oriente, specialmente al Giappone, e che attira quindi soprattutto appassionati di manga e anime.

Infine, sulle mura è presente il palco dell'area Music and Comics, dedicato alle esibizioni live, musicali e non. Il momento più eclatante tra i



Torneo di carte da gioco all'interno dei Games

vari show è la gara cos play. Il cosplay, ossia l'atto di travestirsi da un personaggio di un fumetto, film, videogiochi ecc., è una delle colonne portanti dei Comics ed è vastamente praticato durante questi tipi di manifestazione, sia dai più esperti, che spesso si misurano tra di loro sul palco, sia da chi vuole semplicemente provare l'emozione di essere riconosciuto e fotografato da fans entusiasti.

I Games, seconda area della fiera, sono situati specificatamente in un grande tendone immediatamente all'esterno delle mura, e come suggerisce il nome si incentrano maggiormente sull'ambito dei videogiochi e dei giochi strategici e di ruolo, con tanto di tornei e possibilità di provare anteprime esclusive di alcuni videogiochi prossimi a uscire.

I Games sono, inoltre, la zona più usata per i fansmeeting e le interviste con personalità di spicco. Sono, quindi, il luogo dov'è possibile vedere, e, in alcuni casi, incontrare di persona gli importanti ospiti che ogni anno animano il panorama dei Comics&Games; nel 2011 alcuni de-



Il gruppo di cosplayer "Cosplay Brigade" che hanno trionfato nella sezione videogiochi della gara di cosplay svoltasi ai Lucca Comics&Games 2010 interpretando personaggi di Persona 2.

## Comics

di Anna De Lucia



Il Cappellaio Matto e la Regina Bianca di Alice in Wonderland; la somiglianza di certi cosplay ai personaggi originali può essere davvero stupefacente eh?

gli ospiti più acclamati sono stati Silver (autore del celebre Lupo Alberto) **Yoichi Takahashi**, Licia Troisi, Paolo Barbieri e James e Oliver Phelps, i quali hanno interpretato i gemelli Weasley della saga di Harry Potter, che sono stati accolti da una folla impressionante di fan in attesa di un autografo.

I Comics sono quindi importanti e unici per numerosi motivi (la merce in vendita, gli appuntamenti, gli ospiti), ma la loro vera particolarità è il modo in cui la città si presta all'evento.

Duranti i giorni in cui si svolge la rassegna, le strade e le piazze lucchesi sono letteralmente invase da visitatori di tutto il mondo e dai personaggi più bizzarri che si possano immaginare, in un ambiente che oscilla tra la frenesia più emozionante (e, diciamo così, stancante) e il tranquillizzante senso di appartenenza e silenziosa complicità di chi è dedito a questo mondo.

Non solo i partecipanti alla fiera, ma anche i cittadini vengono completamente immersi in questa realtà e si ritrovano a farne da comparse: è impossibile non farsi prendere dalla meravigliosa atmosfera, o perlomeno rimanere stupefatti di fronte a uno squadrone di guardie imperiali di Star Wars che marcia tranquillamente sulle mura di una città toscana.



Panoramica sui Games

PER AFFRONTARE MEGLIO IL CAMBIO DI STAGIONE:

## Le piante tonico adattogene

La regina delle piante tonico-adattogene è sicuramente la pianta del **Ginseng**. Di questa pianta (*Panax ginseng*) si adopera la radice. Appartiene alla famiglia delle *Araliaceae* e il suo habitat è l'emisfero settentrionale con particolare riguardo alle regioni orientali della Siberia, della Cina e della Corea, ma anche nell'America del Nord. È una pianta perenne a lenta crescita. Di essa si adopera la radice carnosa di piante di età superiore ai 3 anni anche se le piante da privilegiare, con il massimo contenuto di principi attivi, sono le piante di 7 anni.

Il termine *panax* è latino di derivazione greca che significa *rimedio per ogni male*, mentre *ginseng* dal cinese mandarino, *pianta dell'uomo*.

I principi attivi sono contenuti in massima parte nello



strato esterno della radice. Sono costituiti principalmente da saponosidi triterpenici (*ginsenosidi*), panaxiatrolo (un *triestere*) e tracce di olio essenziale.

## L'angolo dell'erboristeria

Mario Minuti

Biologo specializzato in Scienza delle Piante Ufficiali

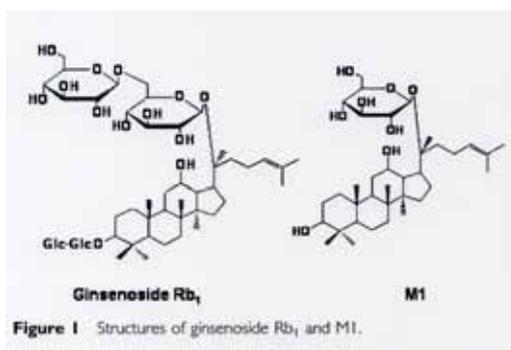


I ginsenosidi Rb1, Rb2, Rc, Rf, Rg1, Rg2 e Re stimolano l'assorbimento di glucosio negli eritrociti in maniera dipendente dalla dose. Nell'uomo, l'M1 è rilevabile nel plasma da 7 ore dopo l'assunzione di ginseng e nelle urine 12 ore dopo l'assunzione. Questi rilevamenti indicano che l'M1 è il metabolita finale dei ginsenosidi.

Il suo impiego risale a migliaia di anni fa e la sua efficacia è attestata da numerosi studi scientifici.

Numerose sono, comunque, le sue virtù: dall'incremento della resistenza fisica e delle capacità di recupero (ad esempio in seguito ad attività sportiva) al miglioramento della circolazione, potenziamento della memoria e della resistenza ai fattori ambientali negativi. Nel complesso riduce stress e nevrosi, migliora l'adattamento agli stimoli della vita quotidiana, potenzia il rendimento fisico e mentale, rafforza le difese immunitarie e abbassa i rischi di contrarre diverse malattie.

Uno studio del 2002 effettuato dalla Southern Illinois University School of Medicine ha scoperto che negli animali di laboratorio, ma anche negli uomini, migliora la libido e le prestazioni sessuali. Questi effetti sono probabilmente dovuti ad una azione diretta da parte dei componenti del ginseng sul sistema nervoso centra-



le, e sui tessuti gonadici. Negli uomini, il ginseng può facilitare l'erezione del pene.

Il Ginseng è una pianta *nootropa* o *adattogena*, che fornisce quindi, per effetto di stimolazioni del sistema nervoso, un atteggiamento comportamentale maggiormente orientato alla reattività ed alla attività, con conseguente sensazione di soggettivo benessere. Tale condizione di attività e di benessere produrrebbe secondariamente una incentivazione delle attività organiche coinvolgenti il sistema circolatorio, muscolare, e quindi anche poi immunitario e, lo stesso sistema nervoso.

Come effetti collaterali non graditi può produrre insonnia, ma anche sonnolenza, ipertensione, ma anche ipotensione, mal di testa, diarrea. È sconsigliato in genere per le donne. A parte le soggettività, gli effetti positivi

sono preponderanti su i rari effetti collaterali descritti.

L'assunzione è consigliata nelle prime ore del mattino e nel primo pomeriggio.

Un'altra pianta tonico-adattogena è la **Rodiola** (*Rhodiola rosea*), pianta perenne, succulenta appartenente alla famiglia delle *Crassulaceae*. È una pianta dioica (maschile o femminile) propria delle regioni fredde dell'emisfero boreale. Il nome descrive l'aspetto della pianta, piccola rosa, con numerosi fusti che nascono da un robusto rizoma carnoso.



Pur essendo una delle piante dalle innumerevoli proprietà, la Rodiola (o *Rhodiola*) è stata per lungo tempo sconosciuta alla maggior parte del

mondo.

Una lunga serie di studi hanno individuato ed evidenziato nella *Rhodiola Rosea* la capacità di influenzare positivamente alcune funzioni del sistema nervoso centrale come la capacità di concentrazione, la memoria, migliorare il tono dell'umore, l'apprendimento andando ad intervenire direttamente sugli indicatori primari della qualità di tali prestazioni.

Tali proprietà sono state ricondotte alla presenza di fenilpropanolderivati e di Rosavin, principio vegetale che caratterizza in modo unico l'estratto.

Gli studi hanno dimostrato come la *Rhodiola rosea* sia in grado di determinare un **incremento della concen-**

**trazione di serotonina** a livello cerebrale, **aumentare la disponibilità di dopamina, adrenalina, noradrenalina** per aumentare le prestazioni fisiche conferendo **energia**.

La *rhodiola rosea* è normalmente utilizzata in Asia e nell'Europa dell'Est ( Russia e Scandinavia) anche per combattere le infezioni virali a carico delle vie aeree superiori e per migliorare la fertilità.

È ottima anche come moderatore del senso dell'appetito e per questo utilizzata da coloro che vogliono ridurre la quantità di calorie introdotta con la dieta.

## Lettera aperta all'amico Sirio nel giorno del suo 88° compleanno

(Giuliano Bagnoli)

cose  
**simpatiche**

**Sirio? Mi vien subito da dire: mi dispiace per chi non lo conosce, perché non sa cosa si perde!**

Sirio lo si ammira e lo si stima, una volta che si è appresa la sua vita vissuta. Una vita di oltre 32.000 giorni trascorsi fino ad oggi, con i suoi circa 2.800.000.000 secondi scanditi da lancette inesorabili o, se preferite, con i suoi diciassette lustri più 3/5. Visto con i numeri pare un tempo freddo, meccanico, un tempo anonimo. Quello di Sirio è, viceversa, un tempo percorso e da percorrersi con la costante armonia fra la sua mente e i suoi sensibili battiti pieni di umanità, che l'hanno sempre distinto. Semplicemente Sirio!

Un uomo che non ha mai cessato di meditare, considerare e riflettere, pensare e scrivere, decidere e lavorare, soffrire e amare, patire ancora, fino a farsi una ragione di ogni avversità per tentare sempre di superarla, senza arrendersi mai.

Penso che questa sia un'introduzione un po' strana nel metodo, ma comunque adatta per entrare nel merito di questo scritto che altro non vuol essere che una delle tante forme di augurio per il suo 88° compleanno.

Caro Sirio, ora ti parlo in prima persona, altrimenti ti sento troppo

distante, mentre un amico deve stare sempre vicino, anche se è un livornese.

Io credo che le più clamorose e consumate frasi per porgerti i migliori auspici corrano il rischio di lasciarti indifferente mentre, in giornate particolari come questa, tu ricerchi altro. Tu ricerchi la vicinanza e il contatto diretto dei tuoi cari, in particolare del tuo "OMETTO", il neo-dottore. Tu ricerchi il calore nello scambiare parola affettuosa, magari anche un sol gesto o una bonaria pacca sulla spalla data da qualche amico. Ebbene, Sirio, io sono qui per questo, per tentare di alleggerire il peso dei tuoi lustri, anche se per ora non sembrano darti alcun fastidio, anzi! È come se tu avessi fermato il tempo e comunque il tempo non ha fermato né il tuo corpo né la tua mente.

Conoscendoti, però, credo che le parti vadano invertite e, anziché farti i classici auguri, ritengo, per quanto mi riguarda, di doverti ringraziare per ciò che mi hai insegnato in questi anni e per quello che potrò ancora apprendere da te. Possiedi tali energie fisiche, psichiche e intellettuali da poterle distribuire a tante persone che siano però disponibili e pronte a riceverle, che siano disposte ad ascoltarti



con orecchio fino e a guardarti negli occhi quando parli. Io sto tentando di non perdere mai le tue indicazioni, i suggerimenti dettati da una vita onesta vissuta correttamente, alle quali si aggiungono ormai anche le lezioni che ci dai dall'alto della tua risaputa "Laurea in Esperienza". Le tue "perle di saggezza" io non le spreco.

Accanto a te, che di capace loquacità ne hai da vendere, a volte si sta bene anche in silenzio. Si osservano e si commentano pitture o fotografie, monete o francobolli da collezione oppure si può turisticamente ricercare dei particolari nascosti o semplicemente passeggiare. Ma anche leggere un libro o un trattato con l'avidità perenne di chi non è mai sazio. Tu sei così ed io ti ammiro.

Difficile è farti stare zitto, perciò è importante anche ascoltarti e se, dopo essere stato con te tutto il giorno, giungessi alla sera senza aver appreso qualcosa di nuovo, vorreb-

be dire che mi è sfuggito qualcosa: una tua "dritta", una tua indicazione, i frutti, cioè, di positive o negative esperienze che volevi trasmettermi.

Grazie Sirio per quello che sei, per quello che sai e che puoi ancora darci. È dal 2004 che ci conosciamo ma, seppur breve, lo ritengo uno spazio temporale sufficiente per potermi permettere queste considerazioni, che, tra l'altro, trattandosi di ponderazioni fatte da un livornese nei confronti di un pisano, rischiano di finire nella sintesi di un fraseggio da Vernacoliere, come: "Che il Signore ti accontenti", anche se non è il nostro caso. Sai, Sirio, ci sono state nella tua vita e ci saranno ancora, vicende e avvenimenti che gradisco spesso ricordare e le elenco, così a braccio, come mi vengono in mente. A volte mi sembra di sentir riecheggiare i fischi che a bordo delle navi militari erano ordini che ricevevi o di sentire il trillare del tuo fischietto quando gli ordini li davi tu nelle stazioni ai macchinisti. Oppure penso gli ordini dati con la "paletta" per licenziare un tre-

no o, ancora, quelli che davi o ricevevi col telegrafo, del quale eri un abile manipolatore. Che cosa dire delle tue mani, che sono lo specchio della tua personalità? Mani delicate. Mani che hanno accarezzato, mani che hanno scritto e che scrivono ancora tanto, guidate da una mente instancabile e fresca. Mani forti, pulite, oneste, laboriose, mani che hanno lavorato anche con la zappa il prezioso CAMPO, quel fazzoletto di terra dove, seppur nel misero raccolto, trovavi e ritrovi ancor oggi le tue più giovanili aspirazioni e tutto il tuo mondo. In quel silenzio ogni cosa ti è possibile.

Infine, è doveroso parlare dei tuoi scritti, i tuoi innumerevoli ed espressivi scritti, fatti di pensieri velocemente trasferiti su qualsiasi pezzo di carta a disposizione per fissarli, come a una rotativa, di giorno e di notte, perché, come dici tu, l'estro dello scrivere non sai quando ti viene e non puoi ordinarlo, deve uscire naturale, improvviso. I tuoi scritti, in molti dei quali mi ritrovo per sentimenti espressi e metodi di esposizione, li sottopongo

spesso alla mia rilettura. Tutte le volte ci ritrovo il filo conduttore che mostra la personalità che hai, con quel piacevole tocco egocentrico, quel tanto che basta per stare sempre con la testa alta e fiera nell'affrontare con perizia e con coerenza i principali avvenimenti della vita. Ti viene naturale scrivere su famiglia, lavoro, amicizia, democrazia, sugli innumerevoli ricordi, sui colori della natura, sulle impressioni di una gita turistica, sulla sventura delle guerre e sugli eccidi perpetrati dai nazi-fascisti. Una cosa che non trascuri, in molti dei tuoi scritti, sono indicazioni, riferimenti e consigli per le giovani generazioni, con particolare riferimento al tuo caro nipote e ai miei figli, dei quali ti consideri "il nonno adottivo". Grazie per questa bella occasione di festeggiarti che hai voluto dare a me e a tutti i convenuti.

9 febbraio 2012 .

cose  
 simpatiche



ASSOCIAZIONE  
DIPLOMATA  
FERROVIARIO  
**DLF PISA**

Mail : [dlfpisa@dlf.it](mailto:dlfpisa@dlf.it)

Centro Culturale Polivalente Multietnico

# MONDOSTAZIONE



Culturale  
Sportivo  
Dilettantistico



**I.E.S.**  
BASKET PISA

**A.S.D Sport Pisa I.E.S.**

Mail : [iesbasket@fastwebnet.it](mailto:iesbasket@fastwebnet.it)

**Informazioni**

[www.iesbasketpisa.it](http://www.iesbasketpisa.it)

Telefono 3292345359

Attività a misura  
di bambino/a da 6 a 12 anni.  
Giochi con l'inglese, con il fumetto,  
arti marziali, minibasket, hip hop  
espressione corporea, calcio  
attività motoria, giochi con  
l'acqua.

**Orario**

dal lunedì a venerdì

dalle ore **08.30** alle ore **16,30**

(Orario su richiesta a misura di genitore)



**Vi aspettiamo !!!!!!!**

dal

25 Giugno al 3 Agosto 2012

per le attività estive

negli spazi di **"mondostazione"**



# da Tibilis in Georgia a Pisa

Il Presidente  
Ass.ne Georgia for Friends  
Claudio Cerrai

Il giorno 22 Aprile il Dopolavoro ferroviario di Pisa ha ricevuto, nell'ambito del progetto multi-etnico del CCPM Mondostazione, una delegazione di 14 giovani studenti provenienti da Tibilis in Georgia ed ospiti delle famiglie di altrettanti studenti pisani. Tutti insieme sono ospiti della Giornata della Solidarietà del 27 Aprile. L'accoglienza è stata organizzata dalla "Georgia for Friends Association" 0162 Tbilisi (GE), Mardjanishvili, 29. **Presentazione Associazione ad uso del: Cento Culturale Polivalente Multi-etnico Mondostazione c/o D.I.f. Piazza Stazione 16 - PISA**

## L'associazione Georgia for Friends

Mi chiamo Claudio Cerrai, sono nato nel 1957, sono Pisano, vivo a Calci (PI), e dal 1 aprile 2011 sono il presidente dell'associazione onlus Georgia for Friends con sede a Tbilisi (Georgia).

Tutto iniziò nel 2009, dopo un inaspettato, ma gradito, invito a visitare la Georgia.

A fine vacanza, mentre mi stavo ormai accomiando da coloro che mi avevano ospitato, capii che si era trattato di un'ospitalità autentica, sentita, vera, sincera, che veniva dal cuore, e che aveva sicuramente radici antiche.

Da quella ospitalità, da quella cordialità, da quella fierezza, da quel rispetto per l'ospite, si percepiva chiaramente che quello dell'ospitalità era un valore antico, onesto, inestimabile, era una parte essenziale ed importante della cultura di tutto il popolo georgiano.

Al mio rientro in Italia, con ancora nel cuore i bei ricordi di tale esperienza, decisi che era diventato mio dovere far conoscere e far apprezzare, ovunque, quella cultura dell'ospitalità e del rispetto, promuovendo altresì la conoscenza della storia, dell'arte, della cultura e delle tradizioni di quella terra millenaria.

Attraverso l'associazione Georgia for Friends cercheremo di dare seguito a quei propositi, proponendo,

contestualmente, i valori fondanti del nostro sodalizio, ovvero la solidarietà e la pace.

Le finalità statutarie dell'associazione Georgia for Friends sono:

- facilitare processi di collaborazione e amicizia tra il popolo georgiano e il popolo italiano, diffondendo

la reciproca conoscenza della storia, arte, tradizioni, cultura, e favorendo scambi turistici e culturali tra la Georgia e l'Italia;

- condividere esperienze didattiche tra le istituzioni scolastiche della Georgia e dell'Italia, tramite anche la realizzazione di comuni progetti di istruzione e di ricerca;

- divulgare la lingua italiana in Georgia;

- implementare le conoscenze tecniche e organizzative in ambito turistico alberghiero, perseguendo anche l'adeguamento agli standard internazionali, attraverso stage e programmi di scambi con l'estero.

L'attività dell'associazione è quindi indirizzata al mondo della solidarietà, all'universo delle persone di buona volontà, ovvero a tutti coloro che vogliono arricchire la loro conoscenza, aprire la loro mente, e far crescere, ed affermare, una globale cultura della pace.



## Tibilisi in breve

**Tbilisi** (in georgiano) è la capitale e la maggiore città della Georgia, già capitale della RSS Georgiana e della RSSF Transcaucasica. Il nome è talvolta scritto nelle forme Tiflis, Tbilisi od anche Tbilissi. La città copre un'area di 726 km<sup>2</sup> (280 miglia quadrati) ed ha 1.480.000 abitanti.

Secondo un'antica leggenda, l'attuale territorio di Tbilisi era coperto da foreste più tardi del 458. La città è stata fondata nel V secolo dal Re Georgiano Vakhtang I Gorgasali (452-502) ed è divenuta capitale un secolo dopo. Durante il dominio dell'Impero russo, dal 1848 al 1917 fu capoluogo del Governatorato di Tbilisi.

Tbilisi è attraversata dal fiume Mtkvari (meglio noto col nome turco Kura), e conta 1.260.000 abitanti

Crediamo infatti fortemente che solo la piena conoscenza, pacifica, solidale, della storia, dell'arte, della cultura, delle tradizioni di un'altra nazione, può costituire l'unico, corretto, approccio al superamento di eventuali diffidenze e o presunte differenze tra varie culture, tra varie realtà.

Auspichiamo pertanto il sostegno e la collaborazione di tutte le persone di buona volontà, ma più di ogni altra cosa, auspichiamo il coinvolgimento dei giovani, georgiani e italiani, nella riuscita di tale progetto, in quanto siamo fermamente convinti che proprio i giovani possono essere, ovunque, ambasciatori di cultura, di amicizia, e di pace.

Per curiosità sarà possibile visitare il sito [www.georgiaforfriends.it](http://www.georgiaforfriends.it), oppure scrivere a [info@georgiaforfriends.it](mailto:info@georgiaforfriends.it).

Ringraziamo sin d'ora tutti coloro che ci sosterranno in questa nostra entusiasmante avventura.



UNA BELLA STAGIONE 2011 PER IL

## Gruppo MTB (Mountainbike) Turistico del Dlf di PISA

Per tutto l'anno 2011, il gruppo MTB, con il consueto spirito di divertimento e di aggregazione, ha effettuato diverse uscite a partire dal mese di Aprile.

### 1) Giro del Monte Argentario (parziale, quello integrale avrebbe posto a dura prova la preparazione ancora incompleta dei partecipanti)

Attraversamento della laguna dal ponte stradale di Orbetello e arrivo a Porto Santo Stefano lungo l'itinerario della vecchia ferrovia mineraria. Raggiunto il culmine della salita della strada Panoramica si giunge al Belvedere che da sul Giglio e Giannutri, (panorama INCANTEVOLE) da lì scendevamo verso il meritato ristoro gastronomico lungo la spettacolare mulattiera ed dal litorale che conduce al Tombolo della Feniglia che ci ha riportato via Ansedonia al treno ad Orbetello.

### 2) Maggio: giro del lago Trasimeno

Da Maggione breve discesa a S. Feliciano da dove inizia la pista ciclabile che contorna tutta la parte settentrionale del lago, affascinante l'ambiente palustre lungo le rive con l'itinerario che corre tra canneti e spiaggette deserte. Sosta a Tuoro per ammirare la Spianata del Sole con decine di Monoliti scolpiti da Artisti internazionali, e poi, ritrovarsi sul campo di battaglia che vide le forze

Cartaginesi di Annibale sconfiggere le legioni Romane del console Gaio Flaminio (anno 217 a.C.). Arrivo al curioso ex aeroporto per idrovolanti di Castiglione del Lago. Pranzo veloce e rientro a Pisa.

### 3) Giugno: Campo Catino

All'arrivo di buon mattino nella stazione di Camporgiano ci aspettava con le paste fresche il buon Matteo che si era offerto come guida per condurci sui monti a lui noti.

Inizio brusco in salita fino a raggiungere la località di Roggio, sosta obbligata per rifocillarci e riordinare le idee già scosse dal primo tratto. Ripartenza per raggiungere Campo Catino attraversando meravigliosi boschi e selve di castagno e laddove il bosco si faceva meno fitto lasciava intravedere stupendi paesaggi, uno per tutti il lago di Vagli, ahinoi sempre più in alto. Spossati ma soddisfatti siamo arrivati all'agognata meta.

Breve sosta con visita del circo glaciale che sovrasta il paesino abbandonato ed i suoi fantastici pascoli montani, ed ecco ripidissima discesa verso Gramolazzo ed il suo lago.

Ristoro frugale (primo, secondo, terzo, ecc.) per poi riprendere la marcia che ci ha portato attraverso Uglianaldo con la visione quasi andina del Pizzo d'Uccello, per raggiungere la stazione di Monzone da cui il rientro ferroviario (caldo e lungo).

### 4) Settembre: Cala Violina

Questo itinerario è stato scelto ed impostato volutamente per dare una dimensione rilassante rispetto alle precedenti in considerazione della particolare bellezza dei luoghi toccati ed alla possibilità di un bagno ristoratore su una delle spiagge più belle della Toscana. Da Follonica percorrevamo la pineta fino al Puntone di Scarlino dove inizia un percorso ciclabile lungo la costa del Parco delle Bandite. Raggiunta Punta



Bolgheri



Monte Argentario - Giglio



Tuoro - Lago Trasimeno



Campo Catino - Garfagnana

Ala, con dei sali e scendi caratteristici del tratto di ciclabile e da un paesaggio da aspetti diversi ora vicino alle spiagge subito dopo su un crinale a picco sul mare ma sempre circondato da tanto verde fino a lambire l'arenile, il gruppo ritornava sui propri passi per fermarsi alla spiaggia di Cala Violina dedicandosi appieno alla attività balneari. La giornata splendida ed il contesto delizioso rendeva spiacevole il rientro a Follonica.

Questa gita è risultata molto apprezzata da tutti tanto da essere subito riprogrammata per l'anno in corso.

UN NUOVO GRUPPO DI “MONDOSTAZIONE”:

## L'Associazione “Verde Sport”

(di Rita Lucchi)

attività dei  
**Gruppi**

L'Associazione Verde Sport nasce negli anni '90 da un piccolo gruppo di giovani che principalmente vogliono vivere lo sport come stimolo per creare nuove amicizie, convinti che anche giocando a pallavolo (l'attività iniziale) si possono costruire rapporti di solidarietà e di fraternità.

Ma si sa, quando c'è entusiasmo le idee non mancano! E così con la pallavolo nasce un corso di danze latino-americane, poi di funky. Segue un corso per animatori e per imparare danze popolari...

Da lì ad organizzare tornei di pallavolo, basket, manifestazioni di danza il passo è breve.

Quello che non cambia è lo spirito che rimane sempre quello originale.

Anzi dall'incontro con Sportmeet, una rete internazionale di persone impegnate in vario modo nello sport ([www.sportmeet.org](http://www.sportmeet.org)) cresce la consapevolezza che lo sport può essere un valido strumento per comunicare valori quali la pace, la solidarietà, l'uguaglianza, la fraternità...

Per questo è di pochi anni fa l'avvio di una “scuola” per allenatori e dirigenti sportivi che si è svolta a Cascina con la partecipazione di una sessantina di operatori, o la manifestazione che si è svolta l'anno scorso presso la palestra 360° di Casciavola con lo sport insieme ai diversamente abili.

Ma l'impegno dell'Associazione non si è fermato qui e così negli anni ha collaborato con altre associazioni e movimenti per l'organizzazione di vari eventi in città come la Fiera Primavera, il mercatino dei ragazzi che per un giorno si improvvisano venditori di oggetti costruiti da loro o donati in una vera e propria comunione di beni, interessi, capacità, tempo.

Fiera primavera che ormai da 16 anni coinvolge classi e gruppi di ragazzi di Pisa, provincia e città limitrofe il cui ricavato viene poi inviato per sostenere microprogetti di solidarietà, soprattutto borse di

studio per ragazzi che vivono in Paesi difficili o in guerra attraverso il progetto “Schoolmates” ([www.schoolmates.org](http://www.schoolmates.org)).

Senza contare le conferenze, tavole rotonde che in questi anni si sono svolte su svariati argomenti: dalla Costituzione alla multiculturalità, dai cineforum alla pace.

Di rilievo la collaborazione con i “Giovani per un Mondo Unito” per la preparazione della “Settimana Mondo Unito”, una settimana di iniziative per la pace e l'unità che si svolge in genere durante i primi giorni di maggio in tutto il mondo e che vede anche la città di Pisa presente in questo caleidoscopio di iniziative: serate a tema in palestra, il Mondounitopub, cene di solidarietà, azioni ecologiche, ecc.

L'ultima attività in ordine di tempo è: “Run4Unity”, una staffetta mondiale che si svolgerà sabato 12 maggio.

Molti i Paesi coinvolti: da Malta dove il Presidente della Repubblica darà lo start alla gara che coinvolgerà ragazzi cristiani di diversi movimenti e musulmani, al Texas (USA) in cui la staffetta toccherà varie città dello Stato; dall'Australia, dove si cerca di coinvolgere ragazzi delle popolazioni aborigene al Sud Africa. In Irlanda l'invito per la staffetta è stato diffuso a livello nazionale ai ragazzi delle scuole; in Lituania il percorso per le strade della capitale partirà dalla sede del Parlamento.

La staffetta attraverserà anche luoghi simbolo di pace e di unità. In Terra Santa ragazzi di religione ebraica, musulmana e cristiana correranno insieme a Cesarea Marittima, località ricca di storia per le tre religioni e importante sito archeologico.

In Lussemburgo la staffetta passerà anche da Schengen, località famosa per gli accordi sul superamento delle barriere alle frontiere che i Paesi dell'Unione europea vi stipularono nel 1985.

Ad aprire la staffetta, le Isole Fiji nel Pacifico, alle ore 15.00 locali. Poi, allo scoccare delle ore 16.00, il testimone passerà al successivo fuso orario, come poi avverrà per tutti i fusi. In varie località delle diverse latitudini, prenderanno il via eventi sportivi, azioni di solidarietà ed esperienze di cittadinanza attiva in luoghi nei quali prevalgono solitudine, povertà, emarginazione.

Navigando in rete, da Facebook a Youtube, molti sono i messaggi, le foto, i video che mostrano quali e quante siano le idee in cantiere nei diversi Paesi del mondo.

Il giorno del 12 maggio, poi, attraverso il web sarà possibile seguire Run4unity. Previsti aggiornamenti nell'arco delle 24 ore e collegamenti con varie città dei 5 continenti, realizzati dagli stessi ragazzi, per seguire lo svolgimento delle staffette.

L'appuntamento a Pisa è alle ore 15 con partenza sia da Piazza Manin che da Piazza Vittorio Emanuele dove i ragazzi potranno ricevere i gadget della manifestazione.

Alle ore 16 i due cortei si riuniranno per un flashmob sul Ponte di Mezzo e da lì si dirigeranno insieme verso il campo sportivo “Abetone” dove per 2 ore circa associazioni e società sportive del territorio metteranno a disposizione istruttori e mezzi per far giocare tutti. Alle 19 seguirà uno spettacolo che i ragazzi stanno organizzando per terminare la serata verso le ore 22 con canzoni e balli.

Questo è solo un assaggio delle varie iniziative. Ora ci stiamo impegnando in “Mondostazione” per poter dare il nostro contributo alla costruzione di una città multietnica, solidale in cui è indispensabile il contributo di ogni persona.



**Anche tu stai al passo con i tempi:  
ISCRIVITI AL  
DOPOLAVORO FERROVIARIO DI PISA!**

Centro Culturale Polivalente Multietnico  
**MONDOSTAZIONE**  
Insieme nella diversità con una cultura  
internazionale

*Dopolavoro Ferroviario di Pisa*

**S.O.S**

**Casa e Famiglia**

**Servizi di pronto intervento casa**

- **Piccola idraulica (lavandini, acquai, bagni, ecc..)**
- **Piccola edilizia (intonaci, imbiancature, mattonella ture, ecc)**
- **Piccola elettricità (riparazioni elettriche di ogni tipo )**
- **Riparazione elettrodomestici**
- **Piccole Riparazioni auto e motoscooters**
- **Piccola falegnameria: tutti i lavori casalinghi dalle porte ai mobili**
- **Giardinaggio**
- **Piccoli traslochi di mobilia (con camioncino)**
- **Trasferimenti di persone (con auto multipla)**

**Servizi di pronto intervento famiglia**

- **Tutti i lavoretti di cucito (orli, rammendi, stiratura, ecc)**
- **Lavori di compagnia (badanti, baby sitter, dog sitter, ecc.)**
- **Tutti i lavori domestici (cuoco, cameriere, colf, ritiro spesa, ecc.)**
- **Parrucchiere/barbiere a domicilio per uomo e donna**

**Consulenza professionale**

1. **Progettualita' di ingegneria edile**
2. **Assistenza legale**
3. **Pranopratica**
4. **Assistenza di informatica**

**Per informazioni : 05027101**

**S.O.S casa: 3479499822**

**S.O.S famiglia: 3479223000**

**Consulenza professionale:  
3209710018**

**Alta qualità  
Basso costo**