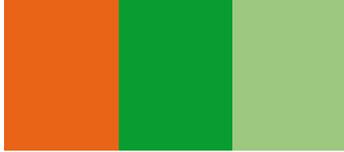


# ***CHE BELLA ETÀ!***

**UNITRE Torino**

Università della Terza Età dal 1975

**ANNO III n. 5 - Maggio 2023**



# Noticina della Redazione

In Copertina e Sommario: per accompagnare le belle foto inviate dalla Svizzera - delle quali sono molto grata all'Amica **Urte Simonsen** -, alcuni versi di “*Il volo che il cielo compie in cielo*”, tratti da SINFONIA DELLE MUCCHE | POESIE (E UN ALBUM) DI **GUIDO CELLI**, Entry Edizioni Musicali, 2018 ([www.poesiadelnostrotempo.it](http://www.poesiadelnostrotempo.it))

*Fra gli spettacoli d'ombre / che l'alba esagera a terra / c'è il tempo d'un sogno / fatto di fiume e d'infanzia: / sogno di mucche intrecciate / come vimini al bastone / all'erba che brucano come fra onde di mare / o ai rami strappati come fili di cotone: sogno spugnoso di mani piene di granchi /*

*nati dal fango / come da un'allucinazione. / Fuori dal campo / a distanza di un fosso / brilla scura le terra: / nelle sue argille battono / le arterie minerali della gestazione.*

\*\*\*

*Uno scricchio lungo la crosta del Mondo: / i balsami eccitati delle nuove foglie / spettinano e ridestano / l'assopita architettura dei rami. / È vela calda Maggio / che la vampa del polline gonfia: / sull'intero campo vola il suo viaggio / scudisciando le ossa ai boschi / rimescolando il sangue alle mandrie. [...]*

Grazie per i **testi (in word)** e le **foto** (separate dai testi) che chiediamo di indirizzare a **[unitrerivista@gmail.com](mailto:unitrerivista@gmail.com)** entro il **20 di ogni mese** così da uscire al primo del mese successivo. Vi ricordiamo che non vanno tratti da Internet per via di eventuali diritti d'autore e che saranno pubblicati a insindacabile giudizio della redazione per ragioni tecniche e di opportunità della comunicazione.

Per la Redazione  
Anna Paola Mossetto  
Direttore Ir-responsabile

In copertina, **Mucche al pascolo a Interlaken** (Foto di **Urte Simonsen**)

# sommario

## La vera storia dell'UNITRE

**-Eventi e  
incontri di Maggio**

- Associazione "ESPRIMERSI"

- PROTAGONISTA UNITRE DEL MESE

- CURIOSITÀ DEL COLLEZIONISMO

- LE PAGINE LETTERARIE

- LA GALLERIA UNITRE

- I LABORATORI CREATIVI

- LE RUBRICHE: Botanica, Filosofia,  
Lingue, Storia, Scienze, Psicologia

- Scambiarsi riflessioni, curiosità,  
battute, indovinelli...

Nelle immagini: **W la vita !**  
**Nascita del vitellino**  
(foto di *Urte Simonsen*)





## La stanza del Presidente

# Giuseppe A. Campra (Fondatore e Primo Presidente Nazionale UNITRE)

---

## LA VERA STORIA DELL'UNITRE:

### CELESTINA COSTA

Celestina Costa tenne una conferenza all'Università della Terza Età il 3 novembre 1995.

La prof.ssa Celestina, figlia di Nino Costa, ha dedicato tutta la sua vita alla cultura piemontese - soprattutto divulgando le poesie del padre - e all'insegnamento. Dal 1973 fino agli anni novanta è stata insegnante e, successivamente, direttrice didattica delle Scuole chieresi.

La sua generosità si è subito rivelata nell'UniTre di Torino per la disponibilità totale verso qualsiasi Studente o Studentessa. Abitava a Torino, in via Delle Rosine e molte volte dei giovani clochard l'aspettavano perché lei salendo a casa ridiscendeva poi con pietanze, minestre e frutta.

È stata la prima Presidente dell'UniTre Piemonte e sotto la sua infaticabile presenza la nostra Regione oltrepassò le ottanta filiali tra Sedi e Sezioni UniTre. Questo numero ci regalò un primato a livello mondiale. Celestina fondò anche l'Università della Terza Età di Chieri e successivamente di Pino Torinese.

Nel 1993 è stata insignita con la cittadinanza onoraria della città di Chieri.

La professoressa Costa tenne la prima conferenza delle "personalità" che mensilmente ci onoravano della loro presenza. La prolusione del 1980 avvenne quando gli Studenti erano sì e no una cinquantina. Ero pronto a chiederle scusa per il limitatissimo numero di presenze fra il pubblico (meno di 30). Avevo anche acquistato un grosso bouquet di fiori per farla sorridere di fronte alla numerica esiguità. Con il nome di Nino Costa, e forse per un piccolo miracolo, dopo un quarto d'ora dall'inizio dell'incontro, la sala si riempì poco per volta con oltre duecento persone. Io non riuscivo più a contenere la gioia! Quando, a fine conferenza, consegnai il bouquet di fiori, lei mi ringraziò dicendo: "Non dovevi, perché non ho mai tenuto un prolusione di fronte a un così grande numero di persone.

Io dissi a fior di labbra - ma Celestina non sentì - "neppure io".

Nella conferenza del 3 novembre 1995 tratteggiò la vita del padre, evidenziando come gli ultimi mesi della sua vita non fossero stati facili: la casa di Torino distrutta da un bombardamento anglo-americano del 1943; lo sfollamento ad Asti; il figlio Mario, fratello di Celestina, andato nelle file dei partigiani e morto a 19 anni, nel 1944, perché si offrì al posto di un partigiano padre di famiglia.

Il poeta Nino Costa morì nell'agosto 1945, in seguito di questi dispiaceri affettivi e per un infarto, all'età di 54 anni.

Il papà di Nino Costa era canavesano e la mamma monferrina. Dopo il liceo classico Cavour, Nino avrebbe dovuto laurearsi in Veterinaria, ma preferì laurearsi in Lettere e poi svolse per tutta la vita la professione di bancario, presso la Cassa



di Risparmio di Torino. La maggior parte degli anni li trascorse come direttore in una filiale della CRT, che aveva pochi utenti. Nel tempo libero scriveva poesie in dialetto PIEMONTESE. Si racconta che una volta, a un cliente che voleva diventare correntista alla CRT, il dottor Nino Costa consigliò generosamente : “Perché non va alla Banca San Paolo, che le è più comoda, dato che io sono “troppo oberato” di lavoro?” - chiaramente non era oberato per nulla! Il potenziale correntista uscì sorridendo e ringraziando per il suggerimento.

Il dottor Nino Costa, magrolino, esile, aveva sposato nel 1918 l'amata Ercolina

(che era una donna matronale). Avranno tre figli: Maria Antonietta (morta dopo pochi mesi), Celestina e Mario. Quando qualcuno chiedeva a Nino perché mai lui magrolino ed esile avesse sposato una donna così robusta, lui rispondeva in piemontese: “Mi hanno detto di prendere moglie, allora io: ne ho preso più che potevo”.

Le poesie di Nino sono splendide per la loro semplicità e chiarezza e la figlia Celestina ne declamò due:

### **NATAL**

*Gesù Bambin l'è na su pòca paja / trames a n'aso e 'n beu. Dontrè pastor / l'han portaje butir, euv e polaja. /  
Pi tard l'è 'ndàit a prediché l'amor / travers al mond e pèr sò cheur pietos / j'ero tuti l'istess: pòver e sgnor. /  
Ma pen-a ch'a l'han fàit giré la vos / che da Betlem j'era partì 'n Messìa / la gent ëd sust a l'ha butamlo 'n cros. /  
Pòchi mèis dòp l'ha pijait ël vòl Maria, / contenta 'd lassé 'l mond e sò ciadel. / San Giusep da 'n bel tòch l'era 'ndàit via. /  
Basta, pèr tajé curt, tuti, bel bel, / Gesù, Giusep, Maria, dòp tanta guèra, / un a la vòlta a son tornasne 'n cel... /  
... Mach l'aso e 'l beu a son restà sla tèra.*

### **NATALE**

*Gesù Bambino è nato su poca paglia / tra un asino e un bue. Due, tre pastori / gli hanno portato burro, uova e polli. /  
Più tardi è andato a predicare l'amore / attraverso il mondo e per il suo cuore pietoso / erano tutti uguali: poveri e signori. /  
Ma appena che hanno fatto girare la voce / che da Betlemme era partito il Messia / la gente importante l'ha mandato in croce. /  
Pochi mesi dopo ha preso il volo Maria, / contenta di lasciare il mondo e il suo rumore. / San Giuseppe da un bel po' era andato via. /  
Basta per tagliare corto, tutti, poco alla volta, / Gesù, Giuseppe, Maria, dopo tanta guerra, / uno alla volta sono tornati in cielo... /  
... Solo l'asino e il bue sono restati sulla terra.*

### **NIVOLE**

*Lo sai 'd cò mi che, a tiré anans la bàrsiga / na frisa bin, j'è sempre da giostré. / Son pro convint che pèr salvesse l'ànima / un pòr cristian l'ha motobin da fe. /  
Dùbito pa che na question politica / l'abia pi 'd sust che 'l vol d'un parpajon, / che*



*un bièt da mila a vala 'd pi 'd na làgrima / e un sach èd biava mei che na canson. /  
Ma 'l bon Signor l'ha pa vorsù fe j'òmini / tuti 'd na pasta e tuti d'un color; / l'è  
colpa soa se j'ideai dle rònole / son diferent da ij seugn d'un artajor. /  
L'è giust ch'aj sia chi ch'a s'argira e a tràfiga / pèr fesse 'd sòld ò caparé un bindel,  
/ ma mi, còs veule?... am pias guardé le nìvole: / le nìvole ch'a van ..tavers al cel. /  
Nìvole grande, nìvole lontan-e, / fèje dèspèrse, an serca d'un pastor, / montagne 'd  
fioca, frange d'or, fontan-e, / bambasin-e e pissèt, tapiss èd fior, /  
mentre i m'ancante e l'ànima legera / sè slansa ant l'aria, an su... sempre pi an*

*su... / mè smìa ch'i torna brav come ch'i j'era, / ch'i  
treuva ancora 'l cheur ch'i l'hai pèrdù. /  
Mè smìa ch'i senta le canson pi bele: / cole ch'i penso e  
ch'i sai nen canté. / Forse vojautre, nìvole sorele, / lo  
seve 'l mè rìgret andoa ch'a l'è. /  
Ma 'ntant ch'i guardo 'l vent com' av radun-a / e 'l sol*

*ch'av fa pié feu come un brazé, / sì ch'am n'an fa se j'autri a fan fotun-a, / se am  
passo anans e am lasso mi 'ndaré. /  
Quand ch'aj rivrà l'ora pi granda: l'ùltima, / e ch'am ciamran lòn ch'i l'hai fait èd  
bel, / mi risponderai ch'i l'hai guardà le nìvole: / le nìvole ch'a van... travers al cel.*

## **NUVOLE**

Lo so anche io che, per portare avanti la baracca / decentemente, bisogna darsi da fare. / Sono fermamente convinto che per salvarsi l'anima / un povero cristiano debba fare molto. /

Non dubito che una questione politica / abbia più senso del volo di una farfalla, / che una banconota da mille valga più di una lacrima / e un sacco di biada più di una canzone, /

Ma il buon signore non ha voluto fare gli uomini / tutti della stessa pasta e dello stesso colore; / è colpa sua se gli ideali delle rondini / sono diversi dai sogni di un salumiere. /

È giusto che ci sia chi si arrangi e traffichi / per fare soldi o diventar qualcuno, / ma io, cosa volete?... mi piace guardare le nuvole / le nuvole che vanno... attraverso il cielo. /

Nuvole grandi, nuvole lontane, / pecore perdute, in cerca di un pastore, / montagne di neve, frange d'oro, fontane, / bambagine e pizzetti, tappeti di fiori, / mentre m'incantano e l'anima leggera / si lancia nell'aria, in su... sempre più in su... / mi sembra di ritornare bravo com'ero / di trovare il cuore che ho perso. /

Mi sembra di sentire le canzoni più belle: / quelle a cui penso e che non so cantare. / Forse voi, nuvole sorelle, / sapete il mio rimpianto dov'è. /

Ma mentre guardo il vento come vi raduna / e il sole che vi fa prendere fuoco come un braciere, / cosa m'importa se gli altri fan fortuna, / se mi passano davanti e mi lasciano indietro. /

Quando arriverà l'ora più grande: l'ultima, / e mi chiederanno che cosa ho fatto di bello / io risponderò che ho guardato le nuvole: / le nuvole che vanno...attraverso il cielo.



Celestina Costa

Torino 3 novembre 1995

Con l'Unitre di Torino, oggi,  
abbiamo ricordato il cinquantésimo  
anniversario della morte del poeta Nino Costa.

La mia affettuosa gratitudine per la  
cordiale e affettuosa e numerosissima partecipazione  
di tutti è l'augurio che la poesia possa  
portare, ad ognuno, conforto, sorriso e speranza  
ma, soprattutto, far scoprire nuovi occhi e  
nuove orecchie per vedere e sentire cose  
che credevamo perdute per sempre.

Un abbraccio a voi tutti, che siete la  
mia famiglia perché mi avete adottata ...  
e avete accettato con tenerezza e comprensione  
la mia solitudine.

Celestina Costa  
la figlia di Nino.

A sinistra: Messaggio di **Celestina Costa**  
all'UNITRE:

Torino 3 novembre 1995

Con l'Unitre di Torino, oggi, abbiamo  
ricordato il cinquantésimo anniversario della  
morte del poeta Nino Costa.

La mia affettuosa gratitudine per la cordiale  
e affettuosa e numerosissima partecipazione.

A tutti l'augurio che la poesia possa portare,  
ad ognuno, conforto, sorriso e speranza ma,  
soprattutto far scoprire nuovi occhi e nuove  
orecchie per vedere e sentire cose che  
credevamo perdute per sempre.

Un abbraccio a voi tutti, che siete la mia  
famiglia, perché mi avete adottata ... e avete  
accettato con tenerezza e compassione la mia  
solitudine.

Celestina Costa  
la figlia di Nino

In alto: Conferenza di Celestina Costa all'UNITRE



# UNIVERSITÀ DELLA TERZA ETÀ

TORINO



## I NOSTRI CORSI ED EVENTI

Per informazioni rivolgersi alla segreteria  
dell'UNITRE, Via Grassi 7 tel. 011 536 3924  
[unitresegreteria@gmail.com](mailto:unitresegreteria@gmail.com)

[www.unitretorino.it](http://www.unitretorino.it) (dove **it** fa la differenza)



**ATTENZIONE!**

**Inviando una mail  
a**

**unitretorino.info@  
gmail.com**

**SEDE STORICA**

**Via GRASSI 7**

**TORINO 10138**

**TEL. 011 53 63 924 -  
339 540 5600**

**si aprono  
immediatamente  
molte informazioni  
su corsi e  
laboratori  
2022-2023  
e sulle modalità di  
iscrizione**



## Associazione **ESPRIMERSI**

### PER LA PREVENZIONE E CURA DELLA DEPRESSIONE, ANSIA E SOLITUDINE

Programma: **TRA NOI**

Coordinatrice: **Giusy IZZO**

Via Grassi, 7 - Torino

**MAGGIO 2023**  
alle ore 21

#### **Martedì 2 maggio**

Ing. Giovanni TRIVISONNI specializzato in Corporate Management, strategic Hiring e gestione delle persone  
Dr.ssa Barbara COSTAMAGNA psicologa - psicoterapeuta:  
"Esercizi per la memoria"

#### **Martedì 9 maggio**

Ing. Marco GINATTA ingegnere chimico:  
"La descrizione del corpo umano non da medico ma da ingegnere.  
Il cervello" - 4° parte

#### **Martedì 16 maggio**

Dr. Giuseppe A. CAMPRA psicologo  
psicoterapeuta:  
"Come capire se è la persona giusta"

#### **Martedì 23 maggio**

Dr. Franco QUESITO filosofo e psicanalista  
Dr. ssa Oriana BOCCHIA psicologa  
(tema da definire)

#### **Martedì 30 maggio**

dr. Antonino VIOLANTE Dirigente medico:  
"Coltivare le relazioni sociali – dal linguaggio alla socialità"

### **MANIFESTAZIONI**

**Sabato 6 e 20 maggio ore 14,30** presso la Ca' di Celeste e di Rosa in via Del Canale 3, Graglia (BI) 4° e 5° giornata del laboratorio di **Giardinaggio e Orticoltura** tenuto dall'agronomo Michele FACENNA; del corso di **Francese Turistico** tenuto dal docente Albert CAMPRA; del corso di **Inglese** di base tenuto dalla docente Arianna BELLUCCI, del corso **Il Gomitolo** e del corso di **Legatoria giapponese** tenuti dalla dr.ssa Bianca BALOCCO.

I corsi si svolgeranno a cadenza quindicinale fino al primo sabato di luglio 2023.

Partecipazione gratuita

- È gradita la prenotazione -

Informazioni e iscrizioni G.A. Campra (cell. 339.540.56.00)

Partenza da Torino in via Grassi, 7 alle 13 e rientro in serata.



## Informiamo che per l'Associazione "Esprimersi"

Sono aperte le iscrizioni a **corsi-  
base di Lingua: Inglese,  
Francese, Tedesco e  
Spagnolo  
(Metodo LAPIS)  
preserale**

Lunedì e Venerdì  
h 18 – 19,30 in Via Grassi 7  
(se venite in due  
il corso inizia subito)

Informazioni e iscrizioni in  
Segreteria UNITRE,  
Via Grassi 7  
tel 011-339.540.56.00

## **ESPRIMERSI NEWS**

PER LA PREVENZIONE E CURA DELLA  
DEPRESSIONE, ANSIA E SOLITUDINE  
Torino, Via Grassi n.7  
Tel. 339.540.56.00  
email: esprimersi@libero.it

MAGGIO 2023

**Stress e depressione.** Revisionato e  
approvato dalla psicologa Valeria Sabater.  
Scritto da Federica Giammello

Lo stress è uno tra i maggiori fattori di rischio per lo sviluppo di patologie psichiche, come la Depressione e gli Attacchi di Panico. Ogni fattore stressante, sia fisico sia psichico, se perdura nel tempo ed è intenso, può indebolire la capacità del nostro sistema mente-corpo di adattarsi e di reagire, causando un esaurimento delle risorse e facilitando l'insorgenza di Depressione.

Nella pratica clinica è molto frequente incontrare pazienti affetti da veri e propri Episodi Depressivi i quali raccontano in anamnesi fattori personali o lavorativi con i quali si sono confrontati per mesi, fattori che hanno generato stati d'animo ed emozioni che si sono acute nel tempo fino a non essere più tollerabili. Questo è lo stress cronico.

Il termine stress in medicina è mutuato dalla fisica e dall'ingegneria, indica le forze e le trazioni a cui può essere sottoposto un materiale e la sua capacità di resistere a tali forze.

Fu il medico austriaco Hans Selye che osservò come gli animali da esperimento sottoposti a stimoli negativi acuti o cronici, sviluppassero una serie di sintomi fisici e comportamentali che chiamò "sindrome generale di adattamento". Nel tempo si evidenziò come questa sindrome (insieme di sintomi) fosse la conseguenza dell'eccessiva attivazione dell'Asse Ipotalamo-Ipofisi-Surrene.

Tutti noi sappiamo che quando siamo in una situazione di pericolo fisico, o di attivazione emotiva, produciamo adrenalina, altrettanto bene tutti noi conosciamo la sensazione che questa sostanza genera nel nostro corpo: uno stato di allarme con tutti i suoi correlati fisici e psichici. Stato di allarme utile e necessario per rispondere in modo pronto ed efficace al "pericolo" ma anche sgradevole da tollerare se perdura a lungo.



Questo ormone è appunto prodotto dal surrene, piccola ghiandola endocrina posizionata sopra i reni. La scarica di adrenalina determina una serie di modifiche della nostra biologia e del nostro metabolismo allo scopo di preparare il corpo e il cervello allo stato di attacco o fuga, per rispondere nel migliore dei modi all'evento stressante o sottrarvisi con la fuga immediata.

Questo meccanismo importantissimo che ci ha permesso e ci permette di sopravvivere e di difenderci dai pericoli diventa un problema serio quando cronicizza nel tempo. Purtroppo nel nostro vivere quotidiano fatto di mille impegni, responsabilità, ritmi serrati, problematiche personali e sociali sempre più pressanti, stimoli e input continui, è facile trovarsi a vivere in una situazione di cronica attivazione del sistema neurovegetativo quindi in una situazione di stress cronico. Sottoposto ad uno stimolo stressante l'organismo organizza le sue risorse per farvi fronte in tre momenti distinti: Fase di allarme, Fase di resistenza o adattamento e Fase di esaurimento.

### **FASE DI ALLARME**

Come prima risposta ad un potenziale pericolo l'organismo secerne adrenalina e noradrenalina: il corpo e il cervello si predispongono opportunamente alla

reazione di difesa o fuga (flight or fight reaction). Il battito cardiaco accelera per portare sangue ai muscoli, la sudorazione aumenta come la pressione arteriosa, la frequenza del respiro aumenta, i muscoli si tendono, il sangue si concentra verso il cuore, i muscoli e i polmoni mentre la cute viene irrorata meno (ad esempio: le mani fredde, il respiro corto e la tachicardia di quando si deve affrontare una prova).

### **FASE DI RESISTENZA O ADATTAMENTO**

Se l'evento stressante non si conclude l'organismo si prepara alla resistenza e all'adattamento. In questa fase viene prodotto anche cortisolo, attraverso l'attivazione del sistema neuro-vegetativo ed in particolare dell'Ortosimpatico. Noi viviamo sostanzialmente in uno stato costante di Ortosimpaticotonia, spesso anche perdendo le normali oscillazioni diurne e notturne tra ortosimpatico/parasimpatico, che permettono, durante il sonno, la fase di ricostruzione di tutte le cellule del nostro organismo (ecco perché chi dorme bene invecchia meglio).

Il cortisolo fa sì che l'organismo possa continuare ad adeguarsi alla situazione di allarme ma ha una azione immunosoppressiva. Un'attivazione cronica e una conseguente cronica soppressione del sistema immunitario può portare a patologie infettive, infatti quando siamo stanchi ci ammaliamo di più: herpes, infezioni urinarie o delle prime vie aeree. Anche le patologie autoimmuni sono correlate allo stress perché il sistema immunitario disregolato può essere inibito ma anche troppo vivace nelle sue risposte, attaccando quindi strutture proprie dell'organismo. Lo stress cronico inoltre inibisce l'azione di controllo del sistema immunitario per sbarazzarsi delle cellule alterate in senso neoplastico, causando maggiore probabilità di sviluppare malattie neoplastiche nei soggetti cronicamente stressati.

### **FASE DI ESAURIMENTO**

La terza fase è definita dell'esaurimento ed interviene quando l'organismo non è più in grado di difendersi e di reagire all'evento stressante. Si può arrivare ad un vero e proprio esaurimento delle risorse fisiche e psichiche del soggetto che può andare



incontro ad una profonda Depressione. I sintomi in questa fase sono l'insonnia grave, l'ansia, il calo delle energie e del tono dell'umore, perdita di peso importante. Possono comparire infezioni recidivanti, malattie infiammatorie come ulcere e gastriti, malattie legate al mal funzionamento del sistema immunitario.

### **SINTOMI FREQUENTI DOVUTI A STRESS CRONICO**

Fisici: cefalea, mal di schiena, tensione muscolare, stanchezza cronica, diminuzione o aumento dell'appetito, tachicardia, acufeni, vertigini, astenia, infezioni recidivanti, ulcere, coliti. Psicici: insonnia, ansia depressione, agitazione, alterazioni della memoria, riduzione della concentrazione, scoppi di rabbia, pianto, abuso di sostanze o di farmaci ansiolitici e ipnoinducenti.

### **COME GESTIRE LO STRESS E PREVENIRE LA DEPRESSIONE**

I ritmi e le stimolazioni continue cui siamo tutti sottoposti rappresentano un intenso fattore di stress, sia quando ne siamo consapevoli sia quando ancora non siamo riusciti ad accorgerci della entità reale di sovraccarico che grava sulle nostre spalle. Pensiamo soltanto al numero di mail, telefonate, messaggi vocali o scritti cui ogni giorno ciascuno di noi deve rispondere per

motivi di lavoro e personali.

Fino a pochi anni fa le comunicazioni lavorative avvenivano soltanto via telefono mettendo un filtro agli input e riservando un tempo dedicato allo specifico contenuto, affrontandone un numero decisamente minore e uno per volta.

Oggi sembra che non si possa vivere e lavorare se non in modalità multi-tasking per cui mentre eseguiamo un compito la nostra mente è già impegnata a quello successivo. Alla fine della giornata, la nostra mente, ha viaggiato ininterrottamente tra un problema e l'altro spesso senza nemmeno che noi ce ne siamo accorti. Esiste una correlazione diretta dimostrata scientificamente tra mind-wondering e livello del tono dell'umore. Le persone che hanno "la mente vagante" dimostrano ai test livelli di depressione maggiori e minori livelli di felicità, serenità e realizzazione personale.

Spesso tutto ciò avviene senza la consapevolezza di quanto ciò sia innaturale e dannoso. Questo è il motivo per cui spesso l'aiuto viene richiesto quando il paziente è già nella fase di esaurimento. A quel punto le armi terapeutiche sono limitate e si limitano sostanzialmente alla terapia farmacologica e alla psicoterapia.



## **PROTAGONISTA UNITRE DEL MESE DI MAGGIO**

**FRANCESCO MORETTI**

**docente del corso:  
"Lingua spagnola"**

**FRANCESCO MORETTI E I SUOI ALLIEVI UNITRE (Foto dell'archivio privato)**



## AUTOPRESENTAZIONE di FRANCESCO MORETTI

Anno 1941, 18 agosto, appena dichiarata guerra all'URSS e (con grande genio italico) poco prima di dichiarare guerra agli Stati Uniti d'America, a Milano nasco io. Due anni dopo, lo stesso giorno, rispettivamente a Chieri e Alessandria nascono Roberto Rosato e Gianni Rivera, naturalmente nessun segno del destino.

Tempo di guerra vissuto senza traumi, perché a quell'età le bombe, le fughe, lo sfollamento in campagna a Villa d'Adda, le discese su sterrata trasportato con mio

fratello sulla canna della bici di mio papà, non sono altro che belle avventure.

Inoltre con un fratellino maggiore e altri 3 che ne arriveranno prima del '46, non manca la compagnia né il divertimento notturno ammassati in letti di fortuna. La carovana ritorna a Milano e nel '48 a papà geometra

viene proposta la promozione a capoufficio, però si deve trasferire a Torino, quindi altro trasloco. Un po' di ambientamento visto che per i miei compagni di scuola eravamo *baüscia* e anziché parlare *piemuntèis* parlavamo italiano (a casa anche il *milanès*).

Normale iter scolastico fino alla licenza liceale (liceo classico). Nel frattempo altre 3 bocche da sfamare si erano aggiunte al gruppo. Il papà da bravo geometra aveva programmato il sesso dei nascituri: 2 maschi e 2 femmine 2 maschi e 2 femmine; ovviamente dato il maschilismo imperante i maschi hanno avuto la precedenza.

Lo sport praticato ha sempre avuto un'importanza speciale nella mia vita. Mai stato un fuoriclasse in nessuna disciplina, come dimostrano i massimi traguardi agonistici raggiunti: -Campione liceo Alfieri nel mezzofondo e 80 ostacoli; -11° posto campionato italiano universitario 400 ostacoli; -Vittoria in campionato di calcio 3° categoria con promozione in 2°; - 2° arrivato in una gara ciclistica federazione italiana; -Diverse vittorie gara sociale di slalom gigante Sci club K2 (da me fondato con 5 amici nel lontanissimo 1958). In campo amatoriale ho praticato anche vela e sci nautico.

Mio zio Sandro da quando mi ricordo mi ha sempre detto che dovevo fare l'ingegnere e così l'ho accontentato (ingegnere chimico). Comincio a lavorare subito dopo la laurea, sette mesi dopo mi sposo con Raffaella (avvocato) conosciuta all'oratorio quasi bambini; due mesi da sposini, poi vado a fare l'Ufficiale del Genio, in parte svolto in un reparto posizionato sulla cortina di ferro in provincia di Udine. Lavoro in fabbrica con discreti risultati (dirigente industriale).

Mia moglie per superare il suocero geometra mette al mondo 2 gemelli eterozigoti, femmina e maschio che nella professione seguiranno, il maschio, il padre ingegnere e, la femmina, la madre avvocato.

La passione per i viaggi non ha mai abbandonato la mia famiglia, e uno dei pochi rammarichi che ho è quello di non aver visitato tutti i paesi del mondo. E sì, i paesi da me visitati sono: 24 in Europa, 14 in Asia, 9 in America, 7 in Africa, 0 in Oceania.

Ma com'è che un ingegnere chimico si mette a insegnare spagnolo in una Associazione di volontari, utilizzando dispositivi informatici oggi normalmente in uso in tutte le scuole?

Come spesso accade i percorsi della vita sono spesso imprevedibili e strani. Succede che nel 1996 la mia azienda - una grandissima azienda allora ancora torinese - presso cui avevo tenuto corsi di organizzazione industriale, mi chiede di andare a tenere gli stessi corsi a Cordova in Argentina; ma non so bene lo spagnolo:



In alto:

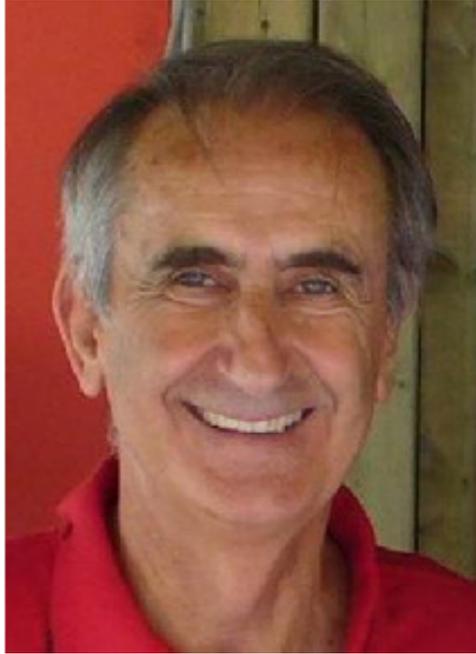
Francesco Moretti  
con genitori e nonna

Sotto, a sinistra:

Con la moglie e figli alla laurea di Paolo  
a destra:

Con la moglie nella baia di Halong,  
Vietnam

PROTAGONISTA UNITRE di Maggio: **FRANCESCO MORETTI**



ti arrangerai e avrai un interprete. Un mese e mezzo, poi vado in vacanza; ritorno a Cordova e l'interprete è sacrificato sull'altare della *spending review*.

Sprecare la pratica acquisita con l'immersione in un paese ispanofono? *¡claro que no!* Mi iscrivo all'UNIPOP che si tiene di sera, e una volta in pensione frequento UNITRE (di giorno).

All'UNITRE mi iscrivo a inglese e altro. Inglese c'è solo al primo livello, me ne lamento con il Presidente e dico "così potrei anch'io insegnare spagnolo": ABILE E ARRUOLATO. Comincia la mia avventura, ormai più che decennale, che sembra soddisfacente a giudicare dal gradimento dei partecipanti e anche dai progressi che vedo in chi mi segue da parecchi anni. Ogni anno si cerca di migliorare l'offerta formativa e partecipativa. Niente lezione frontale ma disposizione a semicerchio, partecipazione attiva sollecitando le timidezze, lezioni in allegria (aiuta a secernere ormoni del benessere e questo migliora l'apprendimento: dopamina, endorfine, serotonina). Caffè autogestito nella pausa, pranzo con chi ci sta in una modestissima caffetteria, festuciole nelle

ricorrenze sempre con indirizzo ispanico.

Dopo il primo anno, unico strumento voce e fotocopie, si amplia l'offerta con un nuovo corso: compero un ministereo e avvio gli incontri CHARLANDO Y CANTANDO, in seguito utilizzo un corso in cd audio, , poi computer e proiettore poi con libro elettronico, infine la LIM (lavagna interattiva multimediale).

Per inciso durante la pandemia e il lockdown le lezioni sono state interrotte per forse neanche un mese, ovviamente con lezioni a distanza (ZOOM). Non solo, ma si sono raddoppiati i giorni a settimana.

Io insegno anche all'UNITRE di Grugliasco, pochi allievi qui e pochi allievi a Torino in grado di collegarsi on line, pertanto decido di unire i gruppi con soddisfacenti risultati. Non è stato facile perché non conoscendo ZOOM ho dovuto autoformarmi on line e in seguito addestrare, sempre on line, gli allievi.

Quasi contemporaneamente al mio debutto in UNITRE ho cominciato a fare volontariato presso l'UFFICIO PASTORALE MIGRANTI anche insegnando italiano. È una gratificazione enorme che si rinnova ogni settimana quando facce sorridenti ti dicono grazie per quello che stai facendo per loro.

Sono nato in tempo di guerra e sono vissuto in pace e sento il dovere morale di dare a chi ha avuto meno fortuna nella vita, quello che io ho avuto la buona sorte di ricevere.

*¡Que arriba UNITRE ahora y siempre!*

# I BENEFICI DELLA LANA

di *Bianca Balocco*

Il 9 aprile si celebra la Giornata Europea della lana. Tale data è simbolica, identificata come l'inizio del periodo della tosatura delle pecore.

L'Unione Industriale di Biella ha ospitato, il 5 aprile scorso, il III Convegno Nazionale per celebrare questa ricorrenza. Sono intervenuti il Ministro dell'Ambiente e della Sicurezza Energetica Gilberto Picchetto Fratin, il presidente della Legambiente Stefano Diafani, e il presidente Agenzia Lane d'Italia Patrizia Maggia.

Si sono trattati 4 macroargomenti riguardanti: l'industria della lana con le sue problematiche economico-ambientali; la criticità nella gestione dei pascoli e l'importanza di una formazione professionale nella pastorizia; la lana e lo stile made in Italy e, non da ultimo, i progetti che hanno saputo trasformare la lana da "rifiuto speciale" (viene

considerata tale dalla legge italiana) a risorsa, utilizzandola in modo creativo, utile e sostenibile.

All'interno dell'ultimo argomento sono stati presentati tre progetti "virtuosi" di recupero, tali da sottolineare l'importanza della lana: 1) progetto riguardante la conversione della lana di pecora in fertilizzante ad uso agricolo, condotto da una giovane agronoma, ricercatrice dell'Università di Trieste. 2) progetto ambientale e sociale con la realizzazione delle palline "lava-asciuga", palline composte esclusivamente da lana tosata - e prodotte in maniera artigianale da immigrati ospiti di Centri di Accoglienza - che hanno la caratteristica di dimezzare i tempi nelle asciugatrici con risparmio di tempo, energia e costo. 3) progetto riguardante l'utilizzo del lavoro a maglia come recupero del benessere psico-fisico



(Foto Pixabay)

delle persone.

Nell'ambito del terzo punto, sono stata invitata a parlare del progetto "**Il Gomitolo**" che da tre anni mi vede in veste di docente presso la nostra Università della Terza Età.

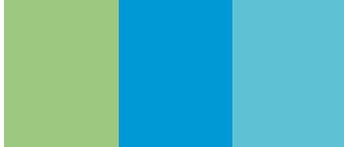
Lavorare a maglia è diventato oggi un buon metodo per migliorare la salute fisica e mentale abbassando i livelli di ansia e gratificando lo spirito. Parola chiave del nostro progetto: **semplicità.**



I benefici di questo nuovo metodo di lavoro a maglia, studiati peraltro da numerosi ricercatori, soprattutto statunitensi, possono essere così sintetizzati: riduzione stress, riduzione dolori articolari, aumento felicità, aumento consapevolezza di sé, aumento fiducia in noi stessi, ritardo invecchiamento del cervello, aiuto per l'ansia e la depressione, aiuto alla regolazione del respiro.

Il lavoro a maglia è consigliato a chiunque: uomini e donne, giovani ed anziani.

Sarò lieta di informarvi quando presenterò nel mese di giugno tale laboratorio per il prossimo anno accademico dell'UNITRE..



# IL LATINO È ANCORA CON NOI

di *Nicoletta Lupoli*

## Terza parte

Concludiamo con l'ultima parte del nostro viaggio attraverso la lingua italiana, per scoprire quanto del latino usiamo ancora abitualmente.

## L'aforisma del mese:

*“Bisogna aver studiato molto per sapere un poco.”*

(Montesquieu)

In casa:

- **rex**: significa “re, sovrano, capo, eroe”: elettrodomestici Rex; il commissario Rex
- **ignis**: significa “fuoco”: cucine Ignis
- **aeternum**: significa “eterno, duraturo”: pentole Aeternum
- **algida**: “algidus” significa “freddo”; con l'uscita in “a” significa “cose fredde”: gelati Algida
- **magnum**: significa “grande, grosso, che dura a lungo”. I gelati Magnum creati dalla Algida nel 1989, ricoperti da uno strato sottile di cioccolato, all'inizio erano effettivamente più grandi degli altri
- **levissima**: è il superlativo assoluto dell'aggettivo “levis” che significa “leggero, lieve, facile da digerire”. Levissima significa dunque “leggerissima”: acqua Levissima
- **Ceres**: è Cerere, la dea dell'agricoltura e dei campi, da cui l'aggettivo latino “cerealis” che significa “riguardante i campi, il grano, il pane”. Vd. “cereali” (grano, orzo, riso, segale, granturco...); birra Ceres. In latino, “birra” si diceva infatti “cérea”, poiché si produce con l'orzo
- **Venus**: è Venere, la dea della bellezza e dell'amore: prodotti di bellezza Venus. Da Venus è derivato il termine “malattie veneree”, quelle che si trasmettono per via sessuale
- **nivea**: “niveus, nivea, niveum” significa “bianco come la neve”: crema Nivea
- **agenda**: deriva dal verbo “àgere” che significa “fare, agire”. La costruzione in “nd” traduce il verbo dovere nella forma passiva e l'uscita in “a” sottintende la parola “cose”. Agenda significa dunque “le cose che devono essere fatte, che si devono fare”
- **lux**: in latino significa “luce”: cinema Lux, saponette Lux
- **duplex, simplex**: duplex significa “doppio, diviso in due”; simplex è il contrario di duplex: significa “semplice, singolo, solo”. Negli anni '60 esisteva la linea telefonica duplex, più economica, e quella simplex, più cara



– **cappa**: nel latino tardo significa “mantello”: in effetti, la cappa del camino ha la forma di un mantello. Vd. anche “cappa di smog, di nebbia”

Il corpo umano:

– **testa**: in latino significa “pentola di terracotta, anfora” ma anche “guscio di conchiglia”

– i sostantivi **pus** (“pus”), **cefalea** (“cephalaea”), **tonsille** (“tonsillae”), **verruca** (“verruca”), **herpes simplex** sono tutti termini latini che avevano già allora gli stessi significati che hanno adesso in italiano. In particolare, “herpès” = “afezione cutanea”; “zostèr” = “afezione cutanea”, ma anche “fuoco sacro”

– **cornea**: “corneus, cornea, corneum” è un aggettivo che significa “duro come un corno”. In latino comunque non esiste la traduzione di questa parte dell'occhio, perché allora non era denominata

– **pupilla**: significa primariamente “bambinetta, fanciullina”, ma anche, proprio, la “pupilla dell'occhio”

– **vagina**: in latino, oltre a indicare il canale del parto, significa anche “fodero, guaina, custodia”: “vagina gladii” = “il

fodero della spada”

– **frigida**: “frigidus, frigida, frigidum” significa “freddo, insensibile”. In latino, “frigida” significa anche “insensibile al corteggiamento, alla bellezza del fidanzato”. In italiano, il termine indica, nella donna, mancanza di appetito e di eccitazione sessuale

Varie:

– **extra**: è un avverbio che significa “al di fuori, esternamente”: vd. extraterrestre, extralarge, lavoro extra

– **super**: avverbio che significa “al di sopra, oltre”: vd. supereroi (al di sopra di tutti per le loro capacità), pranzo super...

– **Regina Caeli**: significa “Regina del Cielo” (in latino classico, “caelum”; in latino medievale, “coelum”), ed è il titolo di un antico canto sacro, ed anche di una preghiera, dedicati alla Madonna. Fino al 1881, era così denominato un convento di Roma, che poi nel 1881 venne trasformato in carcere, senza mutarne la denominazione

– **niger**: in latino, significa “nero”. Il fiume africano Niger era già stato chiamato così dagli antichi Romani, che lo conoscevano

– **turbo**: in latino significa “turbine, vortice, bufera”; il turbo delle automobili è un dispositivo meccanico che crea un vortice per dare più potenza al motore

– **tandem**: è molto curiosa la storia di questo avverbio latino, che significa “finalmente”. Per oscure ragioni, è passato ad indicare dapprima una carrozza trainata da due cavalli, uno davanti all'altro, e infine la bicicletta a due o più posti



# HOBBY: SERGIO ZAVOLI, IL POETA GIORNALISTA

di  
*Giulietta Rovera*

---

**I**ndro Montanelli ha definito Sergio Zavoli il “principe del giornalismo televisivo”.

L'indimenticato conduttore di trasmissioni TV di grande successo mi disse un giorno, nel corso di un incontro, di non aver mai coltivato hobby, ma passioni. O meglio, di essere riuscito a far coincidere

hobby, passioni e professione.

Nato a Ravenna nel 1923, Sergio Zavoli da ragazzo avrebbe voluto fare l'avvocato. Il professor Pergolesi, titolare della cattedra di Diritto costituzionale a Bologna, dopo l'esame lo portò vicino a un finestrone che dava su via Zamboni e amichevolmente - persino con una punta paradossale di ammirazione - disse: “Lei ha della fantasia, un certo istinto creativo, ma gli studi giuridici esigono altre qualità. Credo che le sue doti la porteranno altrove, e più lontano...”. Voleva fargli capire che gli dava 18 perché di meno non poteva, ma che in altre “discipline” avrebbe preso anche 28!

Sergio Zavoli seguì il consiglio, e si dedicò al giornalismo. Dal giornalismo è stato affascinato da quando era ancora bambino. «Ero in prima elementare quando mio padre mi metteva sotto gli occhi un grande foglio bianco su cui potevo sfogare la mia passione per i giornali. Non avrei saputo, ovviamente, scrivere alcunché, ma ero libero di riprodurre, copiandola alla bell'e meglio, la prima pagina del “Corriere della Sera”!

Un giorno, nei primi anni Cinquanta, inviai a “Il Mondo”, diretto da Pannunzio, un articolo intitolato *I vivi e i morti di Goro*. Passarono due settimane e il pezzo uscì: sotto un gran titolo, con il sommario e una fotografia. Ero folgorato dalla felicità, mi pareva che la vita non potesse avere scopo più alto».

Come aveva predetto il professor Ferruccio Pergolesi, Sergio Zavoli andò lontano. Inviato speciale, direttore di telegiornali e quotidiani, Presidente della Rai, Presidente della Commissione di Vigilanza Rai, senatore della Repubblica, romanziere, è stato anche poeta. Ha collaborato alle maggiori testate e pubblicato più di quaranta libri fra cui alcuni classici: *Socialista di Dio* (1981, premio Bancarella), *Romanza* (1987, premio Basilicata), *Un cauto guardare* (1995, premio di poesia Alfonso Gatto), *Dossier cancro*, *Lungo viaggio nella memoria*, una sorta di bilancio di una carriera durata oltre mezzo secolo.

Laurea honoris causa alla facoltà di Lettere e filosofia dell'Università di Roma Tor Vergata in Editoria, comunicazione multimediale e giornalismo per lo “straordinario contributo apportato alla causa del giornalismo italiano”; unico giornalista ad aver vinto per due volte il “Prix Italia”, ha realizzato



programmi televisivi che hanno avuto riconoscimenti in Italia e all'estero.

Infaticabile lo fu sempre, fino alla fine.

Alla domanda: come occupa il poco tempo libero a sua disposizione, rispose: «È il tempo, in genere, che occupa me. Non è né libero né generoso, ma viviamo insieme da tanti anni e non ci faccio più caso».

E dire che quando era piccolo non aveva progetti, non aveva ambizioni: «Da bambino volevo semplicemente diventare grande».

Alla domanda: se potesse azzerare il passato e ricominciare da capo, che cosa non rifarebbe? rispose: «Rifarei tutto, con la stessa fatica e facilità, la stessa semplicità e passione. Molto è frutto anche di fortuna. Per questo non amo parlarne, soprattutto ai giovani: perché mi pare sleale, di fronte a tanta

precarità, indugiare su un privilegio. Questo solo posso aggiungere: abbiamo molto immaginato e molto lavorato, ci siamo molto stancati e molto divertiti».

E la poesia? Trova il tempo per dedicarsi anche a questo hobby, o meglio dire, passione? «Qui la capacità di ritagliarmi il tempo è come giocare a nascondino con me stesso. Vado a nascondermi per scrivere dei versi. Meglio, forse, che doversi nascondere dopo averli scritti».



# VIRGINIA WOOLF (una profemminista)

di *Marina Bonelli*

**N**el febbraio scorso si è chiusa a Roma una interessantissima mostra su Virginia Woolf, una delle figure più importanti della letteratura del '900.

La mostra ha evidenziato soprattutto “l'eroismo della penna parsimoniosa della Woolf riguardo al femminismo”, con una analisi profonda del suo libro-simbolo del femminismo: ***Una stanza tutta per sé***.

Nasce a Londra nel 1882 da famiglia benestante e colta, studia soprattutto a casa dove ha a disposizione l'enorme biblioteca paterna. All'età di 6 anni Virginia e la sorella Vanessa cominciano a subire abusi sessuali da parte dei due fratellastri, figli del primo matrimonio della madre. Questa terribile esperienza, insieme alla prematura morte della madre, comincia a creare in lei i problemi emotivi che sfoceranno nella malattia mentale, chiamata oggi “disturbo bipolare”.

Nel 1904, alla morte del padre, con la sorella e il fratello Toby si trasferisce a Londra, e qui la loro casa diventa il centro del “Bloomsbury Group”, famoso punto di incontro di intellettuali.

Dopo il matrimonio con Leonard Woolf, si rende conto “di essere solo un oggetto sessuale” e cade in una profonda crisi, con aggravamento dei suoi disturbi. Viene sottoposta alle “cure” dell'epoca, con massicce dosi di sonniferi, mentre viene nutrita con latte e pappine varie.

Il marito, anche per aiutarla a superare le sue crisi, fonda una casa editrice, la Hogart Press, per la quale pubblicano Katherine Mansfield, Italo Svevo, Sigmund Freud, Thomas Eliot e James Joyce.

Nel 1925 pubblica la sua prima opera importante: ***La Signora Dalloway***. Qui adotta le nuove tecniche narrative del “flusso di coscienza” che associamo a Joyce. Ma, mentre Joyce esprime i pensieri dei suoi personaggi attraverso il “monologo interiore”, spesso portato ad estreme conseguenze, la scrittrice invece controlla il flusso dei pensieri, mantenendo l'ordine logico e grammaticale, distinguendo tra “tempo cronologico” e “tempo psicologico”: ed è proprio quest'ultimo che conta nella vita dei suoi personaggi.

Nel frattempo, la salute mentale di Virginia Woolf peggiora, forse anche per le assurde “cure” cui viene sottoposta. Ma continua a scrivere!



Segue infatti un altro romanzo: **Orlando**, dedicato alla scrittrice Vita Sackville-West, con la quale Virginia ha una intensa relazione amorosa. Il romanzo è stato definito dal figlio di quest'ultima "la più lunga lettera d'amore della storia".

Segue un altro romanzo di grande successo (**Gita al faro**) e saggi, rivolti ad un pubblico intellettuale, molto apprezzati dalla critica.

Nonostante il successo, i disturbi mentali si aggravano fino al 28 marzo del 1941, quando si suicida, lasciandosi annegare, lei che era un'ottima nuotatrice, riempiendosi le tasche di pietre.

Lascia una bellissima e tenera lettera al marito.



«Non posso più combattere»  
la lettera di addio di  
Virginia Woolf al marito



## OFFERTE DI PRIMAVERA

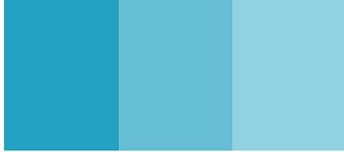
di *Mariagrazia Margarito*

Lenta o tumultuosa che sia, la primavera pare arrivare. L'annunciano le vetrine, i colori, i fiori, i turisti in città e le manifestazioni sportive: camminate, corse di 10, 15 km, mezze maratone. E, soprattutto di domenica, persone che si allenano, che sfrecciano con lieve fruscio accanto a chi passeggia a piedi, accompagnato o meno da cani. Giovani e "diversamente giovani" che fanno jogging, la gioia per esempio di seguire dalle rive del Po, al passo di corsa, altri sportivi che sul fiume si impegnano col canottaggio.

Il ricordo va a Le Corbusier per il quale Torino ha come città una delle collocazioni geografiche più invidiabili: un fiume, colline e una corona di sontuose montagne. Ma mai sottovalutare chi fa jogging, anche

perché potrebbe essere un maratoneta che si sta allenando.

Un mondo a sé quello dei maratoneti e pensiamo in particolare non ai campioni, ma a coloro che si ritrovano nei gruppi, nei serpentoni che dalla partenza si snodano, più o meno fitti, verso il traguardo. E ogni partecipante ha un suo bagaglio di ricordi, di immagini della corsa, di momenti difficili da superare. I compagni di corsa sono importanti, quelli generosi, che ti rincorano quando il passo si fa pesante e mediteresti perfino di fermarti, coloro che pur non partecipando alla gara, corrono accanto a te per qualche centinaio di metri, e quelle "gambe fresche" accanto alle tue stanche ti danno sollievo mentale. Anche i metodici –



partono e arrivano con il medesimo ritmo – che dopo il ventunesimo chilometro (la maratona conta 42,195 km) ti superano con un sorriso a denti stretti che interpreti male, e che ti ferisce.

Micro-eventi, e maniere diverse di vivere la corsa! Lo sposo che durante una maratona primaverile si ferma per cogliere dei papaveri e li offre alla sposa, fiori che rosseggiavano sul ciglio della strada fuori città; il chirurgo maratoneta che dopo ogni arrivo di maratona aspetta qualche giorno prima di tornare in sala operatoria. L'austero corridore di bianco vestito che a metà corsa si china, mani giunte, per ringraziare una divinità e chiedere energia per proseguire. Anche chi, all'indomani della corsa, scende i gradini a rovescio, volgendo cioè le spalle al termine della scala perché i muscoli delle gambe troppo gli dolgono, e chi commette il grave errore da principiante di intraprendere la gara con scarpe nuove e vorrebbe continuare a piedi nudi pur di eliminare quei ceppi ai piedi, inauditi

strumenti di tortura. La musica accompagna momenti diversi della gara: euforizzante, perfino esasperata alla partenza, glorificante all'arrivo, lungo i chilometri fa leva spesso sul suo potere lenitivo: il gruppo si rianima, e i piedi si staccano meglio dal suolo.

Ogni maratona ha una sua specificità, nessuna uguale ad un'altra, solo il totale dei km è il comune denominatore, e ogni maratoneta una sua storia, la profonda sensazione di permettere, in quella corsa, al meglio di sé di esprimersi, un ideale eroico finalmente raggiunto, seppure per il tempo limitato delle proprie capacità di giungere al traguardo, correndo sempre. Liberati infine da lacci e problemi della quotidianità.

Un comune sentire considera la maratona una vittoria della vita: lo è senz'altro nell'impegno della preparazione, nel non dar ascolto alla pigrizia, nella rigorosa autoeducazione che richiede.

Una curiosità: ai maratoneti si chiede sovente a che cosa pensino durante gli allenamenti, faticosi e persino noiosi ogni tanto. Allo scivolar via del tempo al ritmo dei passi? Al piacere di vedere lo scorrere delle stagioni lungo l'itinerario della corsa? Difficile che rispondano, una risposta così bisogna sapersele meritare!

# LA FAMIGLIA DEI CORINDONI

di  
*Carlo Caluori*

Nella classificazione delle pietre preziose si è pensato di procedere secondo la durezza dei minerali utilizzando quale parametro la scala di Mohs. Su questa scala il diamante si colloca al primo posto con il numero 10. Tutte le altre pietre preziose si collocano a numeri inferiori.

Parleremo oggi dei corindoni che si situano al numero 9 della scala di Mohs.

Fanno parte di questa famiglia numerose pietre tra cui lo zaffiro blu, il rubino, la padparadscha ed altre di minore importanza. Sono pietre di grande valore conosciute fin dall'antichità.

Lo zaffiro blu ha una formula chimica di sesquiossido di alluminio, sistema cristallografico romboedrico. Lo zaffiro blu non fonde alla fiamma ed è inattaccabile dagli acidi.

Presumibilmente la sua origine è vulcanica. I giacimenti sono orientali: l'isola di Ceylon, Birmania, Thailandia, Cachemire.

La colorazione è molto variabile dall'azzurro scuro al blu quasi nero. I cristalli che mostrano una buona trasparenza sono i più pregiati.

Il taglio di questa pietra è generalmente ovale, ma si trovano facilmente tutti i tagli usati per le pietre preziose.

Poiché la sintesi della pietra è facilmente ottenibile, in caso di acquisto accertarsi di avere una certificazione che ne attesti anche la provenienza.

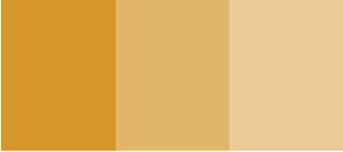
*Prossimamente parleremo del rubino e della padparadscha. Se avete domande o curiosità potete presentarle alla redazione e sarà mia cura rispondervi. Arrivederci, a presto!*



Figura 1:

## **Zaffiro Ceylon Blu**

autore Leo.S, licenza Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International



# LA GALLERIA degli ARTISTI dell'UNITRE

## Il Tema di oggi è: "A tavola!"

***La redazione rinnova l'invito ai lettori affinché ci mandino le loro opere per la pubblicazione e così incoraggiare più persone a cimentarsi nel grande piacere di essere creativi. Nella nostra galleria il giudizio estetico viene annullato dal giudizio emozionale: l'ammirazione che sorge in noi per chi si sfida in un campo di libertà e bellezza, privo di vincoli utilitaristici e tantomeno economici. Vi aspettiamo!***

Proseguiamo con l'"esposizione" delle vostre opere plastiche o fotografiche, talvolta secondo l'affinità tematica, accompagnata da alcune brevi osservazioni. A tal fine, chiediamo agli artisti di inviare alla redazione, insieme alla riproduzione dell'opera, anche qualche riga (non più di 4 righe) di riflessione sull'opera stessa (un corollario tecnico oppure un commento sui significati che si vogliono sottolineare).

Per giocare con le parole potremmo intitolare la galleria di questo mese: "A tavola con la ... tavolozza". I nostri riflessi gustativi si lasciano volentieri ingannare dalle opere che presentiamo, evocanti i prodotti delle nostre cucine, fra aspetti familiari e insoliti.

Quasi tenera è la lucentezza degli **Asparagi** di **Caterina Signoretta**, così ben mondati dal terriccio d'origine, effimeri ortaggi di una stagione brevissima, quasi un dono raffinato come la velina su cui poggiano. Altrimenti solida è la raffigurazione di **Emanuela Basso**, **Vetro romano con cinorrodi**, questi falsi frutti destinati a diventare tisane e bibite: qui si suggerisce uno spazio-tempo dai toni antichi e insieme concretamente rustici. Il **Dessert in rosso** di **Rosanna Campra** profuma delle ultime sere d'inverno dove le pere Martin Sec si sposano con il vino, accendendo atmosfere ed emozioni senza confini. Ma **La voglia di ciliegie** avanza prepotente con la tarda primavera, e così la coglie **Silvana Carbonaro** in tutto il suo vivido e gaio cromatismo. E il cibo è riconfermato anche come gioia per gli occhi.  
(NdR)



*Caterina Signoretta*

**ASPARAGI**

(libera interpretazione da un'opera  
di Henk Helmantel)

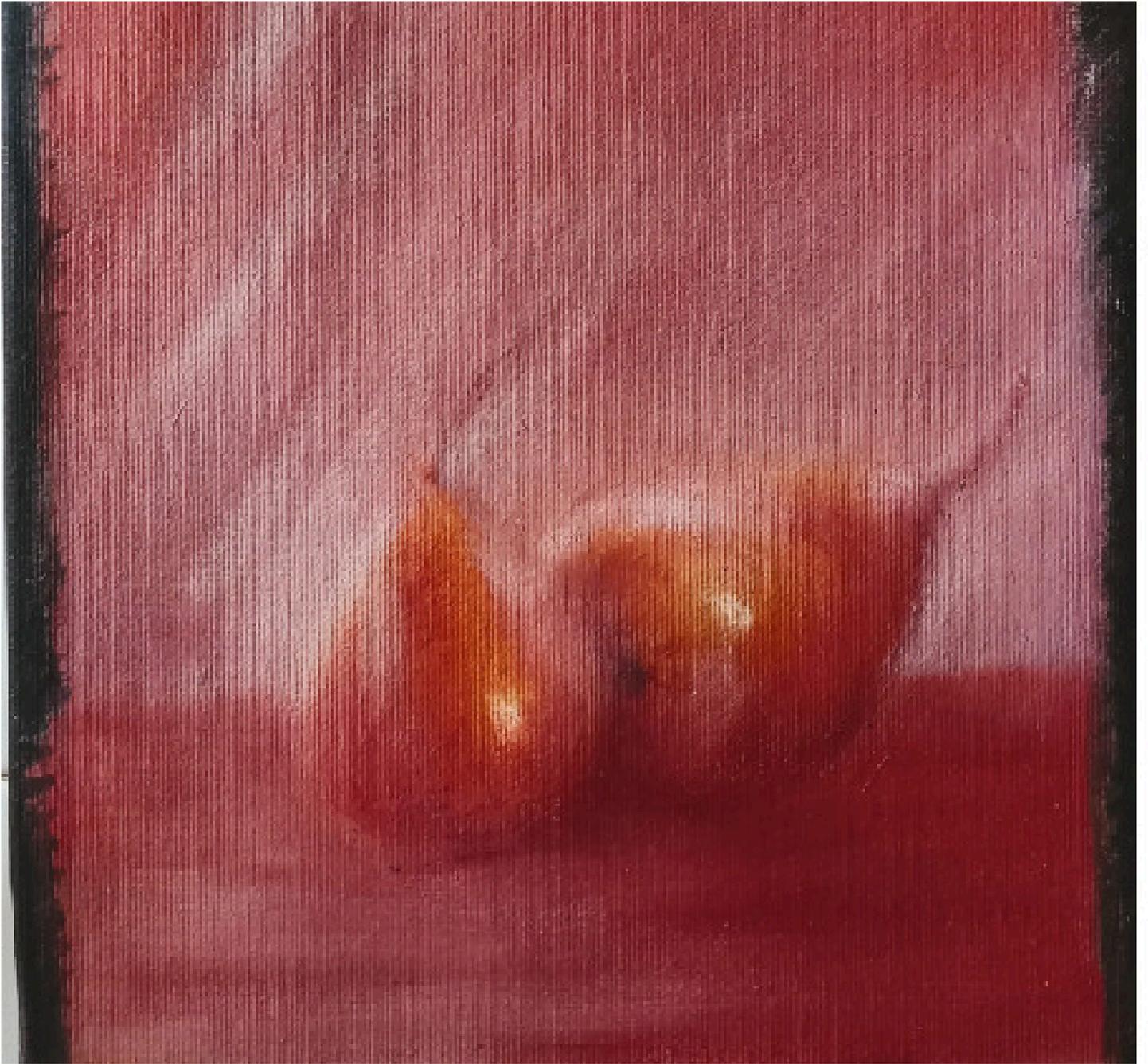
Olio su tela - 30x40



*Emanuela Basso*

**VETRO ROMANO CON CINORRODI**

(libera interpretazione da un'opera  
di Henk Helmantel)  
Olio su tela - 30x30



*Rosanna Campra*

**DESSERT IN ROSSO**

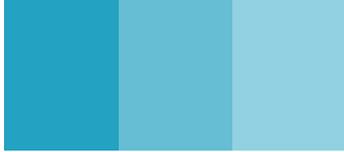
Olio su tela



*Silvana Carbonaro*

**VOGLIA DI CILIEGIE**

Olio su cartoncino telato - 35x45



**"I GIOVANI e il piacere di leggere"** è questo il nuovo titolo della rubrica realizzata proseguendo la collaborazione con gli allievi del Liceo Scientifico - Collegio San Giuseppe di Torino, sotto la guida di Fratel Alfredo Centra e della Professoressa Carla Montersino. A loro rivolgiamo la nostra gratitudine, ma soprattutto ai giovani autori delle "recensioni", studenti della Seconda Liceo Scientifico.

**Il piacere di leggere... I romanzi: storie che descrivono sensazioni, suscitano emozioni, trasmettono messaggi... storie selvagge che inseguono, predano e mordono... storie come specchi che percorrono una strada maestra, riflettono a volte l'azzurro del cielo, a volte il fango delle pozzanghere...**

**N. Ammaniti, *Io non ho paura***

di **TUAN DAVÌ**

Ci sono storie che ci ronzano in testa per tutto il giorno, storie che ci fanno perdere la cognizione del tempo e storie che ci lasciano un segno profondo. Alcune ci fanno sdraiare sull'erba e riflettere, altre ci fanno venir voglia di gridare: "Io non ho paura". In questo Niccolò Ammaniti è bravo: nel farci gridare.

Nel romanzo *Io non ho paura* si raccontano fatti d'attualità degli anni '70, fatti di cronaca in modo diverso: attraverso gli occhi di un bambino. Raccontato in prima persona, il romanzo acquisisce una narrazione più avvincente ed incisiva. Il rapimento di un bambino, il riscatto, un paesino in combutta.

La storia di un ragazzino, Michele, che trova un buco nel terreno in cui sembra vivere qualcuno: si trova nascosto un bambino che è stato rapito, Filippo, con il quale instaura un rapporto d'amicizia.

La curiosità del bambino verso l'ignoto, raccontata in prima persona, suscita il medesimo interesse nel lettore; curiosità che lo spinge a continuare a leggere. L'autore usa tutte le carte a sua disposizione per farci rimanere attaccati a quei fogli che teniamo in mano, e che già dalle prime pagine acquisiscono un peso particolare. Un'estate calda, la siccità sono le primissime immagini che ci vengono fornite. Tutto si svolge sullo sfondo di un paesino: Acquatraverse. Un gruppo di ragazzini e pochi adulti del paese, un luogo sperduto nel nulla, sono i personaggi del romanzo.

L'autore fa ancora un passo avanti: mostra come la nostra mentalità cambi. Da adulti si hanno più responsabilità e segreti, ma i bambini, anche se gli adulti cercano di nascondere, intuiscono che c'è qualcosa che non va.

Niccolò Ammaniti evita il superficiale, non si perde molto in lunghe descrizioni dettagliate di persone, luoghi, cose o altro, il che rende la lettura più scorrevole e fluida senza cali di attenzione. Mi piace un libro che insegue, preda e morde, ma non mi deve stancare nella lettura e non devo tenere il segno col dito perché mi si incrociano gli occhi. La lettura deve essere scorrevole e semplice, il contenuto può anche non essere dei migliori per quanto mi riguarda; si tratta di un compromesso. Se il contenuto è buono ma non riesco a star dietro alla narrazione preferisco cambiare direttamente romanzo.

*Io non ho paura* presenta un buon contenuto e non stanca il lettore. Non stanca anche perché, essendo ricco di colpi di scena, l'intera storia prende una veste diversa ogni volta.

Altro elemento fondamentale, che abbellisce la storia, è costituito dalle fantasie del protagonista: mostri, mari di ferro, streghe e altre mille immagini che si perdono crescendo. Fantasie che gli adulti non hanno, che scompaiono quando si cresce, quando si scopre che per noi Babbo Natale non esiste più, quando si capisce che nel mondo capitano tante cose brutte, quando si viene a contatto (quasi scontrandosi) con la realtà. Questa fase di crescita per il protagonista, il ragazzino, segna un cambiamento della sua vita quasi quanto un trauma, anzi, per lui questa crescita è un trauma vero e proprio. La crescita del personaggio di Ammaniti suscita compassione, una preoccupazione genitoriale, curiosità e tristezza. Questa crescita si accompagna alla lettura e alla narrazione. Il protagonista diventa sempre più consapevole, curioso e coraggioso man mano che si procede con la lettura. L'autore gioca molto sulla curiosità come emozione principale, sull'ansia del lettore di

**"I GIOVANI e il piacere di leggere"**



scoprire il finale e poi stimola, con grande abilità, le nostre sinapsi per suscitare nel lettore (il che è soggettivo) le medesime sensazioni; apparentemente contrastanti, ma complementari per farci entrare nel mondo del protagonista. *Io non ho paura* è un romanzo che attira e divora, come alcuni insetti esotici; attira la preda e la divora.

Niccolò Ammaniti è un autore che può coinvolgere o contrastare, venire incontro o allontanare la mentalità del lettore; ma che sa far arrivare ciò che vuole. Sa suscitare nel lettore i sentimenti che i personaggi provano in quel preciso momento. Non c'è compromesso: il buon contenuto si accompagna alla lettura scorrevole e semplice.

---

Banana Yoshimoto, *Un viaggio chiamato vita*

di ALEXANDRA COSTANTINOVICI

Essere lettore va oltre il semplice atto di leggere parole, frasi e terminare un libro: è la possibilità di allontanarsi dalle proprie esperienze e scoprire realtà diverse venendo catturati dalle immagini vivide che lo scrittore riesce anche a farci sentire sensorialmente con rumori, odori e sensazioni che fanno emozionare tanto quanto chi le vive e chi le scrive.

Una raccolta di pagine profonde, ma spontanee che mi hanno fatto scoprire il fascino di conoscere il mondo leggendo è: *Un viaggio chiamato vita* scritto da Banana Yoshimoto. Il romanzo è composto da capitoli, o meglio, ricordi che l'autrice vuole condividere per esprimere la consapevolezza acquisita nel corso degli anni come madre e come abitante del mondo; nella prima parte racconta dei viaggi che ha intrapreso che le hanno permesso di scoprire se stessa e riconoscere le caratteristiche della terra in cui è nata: il Giappone con differenze culturali, paragoni e compromessi a cui è necessario talvolta giungere... il viaggio viene infatti paragonato alla vita che è un susseguirsi di ostacoli, ma anche di momenti irripetibili.

Yoshimoto, con un lessico semplice, ma efficace, mi ha fatto prendere consapevolezza del luogo in cui vivo grazie alla sua visione curiosa da turista descrivendo il profumo delle erbe aromatiche che le ricordavano proprio l'Italia, un paese popolato da persone che hanno riguardo delle esigenze altrui e che custodiscono parte di ciò che c'è di più importante: i ricordi, contrapponendola alla cura delle apparenze nel mondo d'oriente.

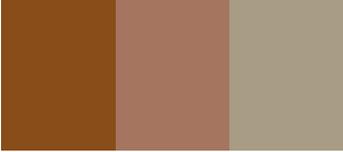
L'autrice ci permette di riflettere sull'importanza di un legame che si può creare con i più piccoli particolari della vita, aiutando a vivere senza superficialità, ma con vero interesse: "La vita è fatta di piccole felicità simili a fiori appena percettibili che l'anima respira e grazie alle quali vive".

Nel romanzo racconta anche delle relazioni con familiari, amici ed animali e ricostruisce le emozioni che aveva provato ogni qual volta qualcuno di loro veniva a mancare: le sue giudiziose considerazioni mi hanno portato a provare nostalgia per dei momenti che non avevo vissuto in prima persona, ma di cui avevo solamente letto le descrizioni e i sentimenti; la scrittrice insegna al lettore a dare importanza al presente tanto quanto lo si dà al passato e che troppo spesso nella società di oggi se ne rende conto quando ormai è volto a finire.

Nella vita quotidiana Yoshimoto ritrova un cambiamento che ha determinato la perdita del contatto umano e un'automatizzazione nel vivere che ha reso inevitabilmente tutto più freddo; ho apprezzato la sua riflessione che così esprime: "Qualsiasi cosa venga fuori dal contatto con forme di vita diverse da sé, aggiunge un buon sapore all'esistenza", facendomi prendere consapevolezza del cambiamento che ognuno di noi può provocare positivamente nel vivere in comunità, come quando chiude un locale e le persone che erano solite frequentarlo se ne dispiacciono di perdere un luogo speciale in cui si sono create memorie e legami...

Banana Yoshimoto scrivendo di sé e del mondo, mi ha consentito di conoscere la magia che è possibile provare nel comprendere un romanzo tanto da entrare in sintonia con i pensieri dell'autore e prendere parte ad una visione diversa di uno stesso luogo e della vita in sé.

**"I GIOVANI e il piacere di leggere"**



## CLELIA, dove il mito si unisce alla storia

di  
*Fulvio Donnini*

---

Abbiamo notizie di questa fanciulla grazie agli scritti degli storici romani Tito Livio e Valerio Massimo.

Devo ricordare che gli storici latini, in particolar modo Tito Livio, non fanno distinzione tra leggenda, mito e storia. La vicenda di **Clelia** è più leggendaria che storica.

Nel 509 a.C. l'ultimo re di Roma, l'etrusco Tarquinio il Superbo, viene cacciato dalla città a causa di uno scandalo provocato dal figlio. Termina la monarchia e inizia la repubblica su modello della democrazia dell'antica Atene.

Tarquinio, volendo rientrare a Roma, chiede l'appoggio degli eserciti delle città etrusche di Veio e Tarquinia. L'esercito di Tarquinio e quello di Roma, guidato da Publio Valerio Publicola e Giunio Bruto, si scontrano presso la selva Arsia (bosco vicino a Roma al confine tra le terre di Roma e Veio e oggi zona presso la via Cassia). La battaglia viene descritta come cruenta ed interrotta da una tempesta senza che nessuno abbia vinto sul campo. Terminato il temporale, la vittoria viene attribuita alla fazione che aveva ucciso più nemici (incredibile!). La vittoria è assegnata a Roma.

Tito Livio ci narra che Porsenna, re etrusco della città di Chiusi, riprende le ostilità arrivando ad assediare Roma che si arrende. Molti sono i cittadini patrizi e plebei di Roma che

sono catturati e fatti prigionieri dal re etrusco. Tra questi c'è la nobile **Clelia**, appartenente alle illustri famiglie della gens Cloelia e della gens Cluiliauna.

Lo storico Valerio Massimo narra che la fanciulla riesce a liberarsi, a impadronirsi dei cavalli e a fuggire assieme ad altre fanciulle dal luogo di prigionia. Arrivata al Tevere lo attraversa a nuoto e rimane poi a guardia, permettendo alle altre ragazze di passare il fiume in sicurezza. Per mala sorte le donne vengono raggiunte da una sentinella etrusca inviata al loro inseguimento da Porsenna e riportate al campo di prigionia. Porsenna, colpito dal coraggio di **Clelia**, la libera.

Per Tito Livio, al contrario di quanto detto prima, **Clelia** rientra a Roma ma Porsenna chiede che venga restituita come pegno di pace.

La tradizione racconta ancora che Porsenna, ottenuta la restituzione della donna, concede alla fanciulla di liberare la metà dei prigionieri e lei fa liberare i maschi che potranno, in tal modo, rientrare nell'esercito romano.

A pace conclusa, a Roma **Clelia** avrà



gli onori riservati solo agli uomini e a lei sarà dedicata una statua in cima alla via Sacra.

Di **Clelia** non si conosce la data di nascita e di morte e non abbiamo altre notizie certe della sua vita. La fanciulla, in tal modo, esce definitivamente dalla storia ed entra a pieno titolo nel mito, dove diviene quasi una semidea.



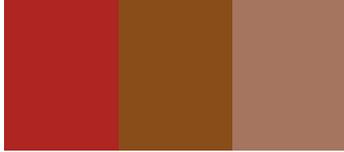
## STORIA DELLE DONNE PIEMONTESI

Rubrica di *Mara Battaglia*

La storia delle donne piemontesi che vissero prima della metà dell'800 è ancora tutta da scrivere.

Chi avesse qualche notizia, può inviare il materiale a [mara.battaglia@gmail.com](mailto:mara.battaglia@gmail.com) oppure alla segreteria dell'UNITRE che provvederà a farmela avere. Grazie.

(Foto di *Pablita* - **La serie delle finestre**)



## NOTA DELL'AUTRICE DELLA RUBRICA

Parlare della "Storia delle donne piemontesi" (che prima del secolo XX è ancora tutta da scrivere) vuol dire parlare di "tutte" le donne, non solo di regine o principesse, ma anche di umili popolane che, in varia misura, hanno contribuito a comporre quell'universo femminile per troppo tempo relegato a piani secondari. Vuol dire quindi cercare nelle pieghe della "grande storia" scarni appunti sulla loro vita, vuol dire leggere poeti e trovatori per capire come erano viste dai loro contemporanei, vuol dire cercare notizie in ambiti particolari come le leggende, la giustizia con particolare riferimento al fenomeno della stregoneria, perché solo questo "raccontare" anche la quotidianità e non solo i grande eventi, significa capire veramente la difficile strada dell'essere donna.

## Seconda parte **... al potere** **BONA DI BORBONE**

Il primo novembre 1391, dopo pochi giorni di malattia, muore nel Castello di di Ripaille a soli 31 anni, Amedeo VII, detto il Conte Rosso.

Dalle fonti sappiamo che questo capitolo della nostra storia piemontese ha appassionato tantissime persone e non mancano certo le ricostruzioni più o meno romanzate. Io seguirò due serie di testimonianze: da una parte le Cronache e le storie e dall'altra i documenti di archivio.

Nell'autunno del 1390, a Ripaille, il Conte Rosso grande appassionato di caccia, organizzò una serie di battute con l'amico Giovanni di Avanchier de La Coste. Amedeo e il suo seguito "scorrazzarono" per alcuni giorni nelle fitte foreste attorno alla città fino al 9 ottobre quando avvistò un grosso cinghiale: rapidamente saltò sul cavallo per raggiungerlo, ma sfortunatamente cadde ed il Conte finì sotto l'animale procurandosi una profonda ferita sulla coscia.

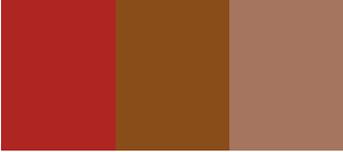
Il Conte Rosso fu affidato alle cure del fidatissimo medico di famiglia Anichino Besuchi a cui lui ed i suoi familiari da tempo si rivolgevano con grande fiducia.

La madre del Conte Rosso, Bona di Borbone, volle però fare intervenire un noto specialista, Giovanni di Grandville, medico di suo fratello, il duca Luigi di Borbone. Qualcuno sostiene che la collaborazione del medico sia stata necessaria per poter elaborare il piano di avvelenamento ordito dalla madre contro il figlio. In realtà sappiamo che quando il Grandville giunse a Ripaille fu il Conte Rosso stesso a rivolgersi per primo a lui per ottenere delle cure specifiche: come prima cosa per curare il piccolo Amedeo VIII affetto da strabismo, poi per la sua persona: infatti il conte domandò un metodo "d'avoir caveau sur sa teste et d'avoir bonne couleur en son visage": farsi ricrescere i capelli e dare un po' di colorito al viso.

Il Grandville, per ridare ad Amedeo una folta capigliatura, gli fornì delle pillole per accrescere il suo vigore e quello della moglie, così che potessero avere altri figli. Inoltre assicurò che, con una piccola operazione, avrebbe eliminato il difetto visivo del bambino. Il conte però non si fidò a sottoporre il figlio ai ferri del medico e si limitò ad accettare la cura per sé e la moglie, oltre al procedimento contro le calvizie.

Il Grandville rase completamente il paziente, gli lavò il capo con lisciva di edera verde in cui erano stati sciolti dei tuorli d'uovo con un infuso di mirra. Dopo di che "per fortificare maggiormente i luoghi della testa" il medico usò un'altra mistura a base di vino bianco e prodotti misteriosi; poi fu la volta di impiastri di bettonica e avellana polverizzate in altro vino.

Questa cura stranamente iniziò nei giorni immediatamente successivi la caduta e il ferimento del Conte. Amedeo VII però non sembrò trarne alcun beneficio ed anzi



peggiorò rapidamente patendo atroci sofferenze per circa una settimana. Il suo stato era gravissimo "non riusciva a serrare i denti, la lingua era gonfia, il ventre mostruosamente enfiato" e malgrado ciò si continuò la cura per favorire la crescita dei capelli.

Nessuno pensò ovviamente ad un'infezione tetanica (diagnosi allora sconosciuta) dovuta alla ferita causata dalla caduta da cavallo, ma risultò più realistico parlare di un avvelenamento, accusa che, come abbiamo visto nel precedente articolo, faceva comodo a molti. Era necessario trovare le prove.

### **Il processo.**

L'erede, cioè il figlio del Conte Rosso, Amedeo VIII, ha solo 8 anni e si profila dunque una reggenza di Bona di Borbone molto lunga. Di fronte a questa prospettiva, la corte dei feudatari si era divisa in due partiti: uno che appoggiava Bona di Borbone, con corte a Chambéry ed un altro che invece si

era schierato in favore della madre del nuovo conte Amedeo VIII, Bona di Berry, con corte a Montmélian.

In questo contesto addossare a Bona di Borbone un'accusa di avvelenamento dovette sembrare il modo più sicuro per eliminare una donna decisamente troppo ingombrante. Subito venne sospettato il medico di corte, Giovanni di Grandville, poi a poco a poco si cercarono i complici, primo fra tutti il povero speziale, Pietro di Lompness, che aveva fornito i medicinali, mentre si cominciava a sussurrare che la mandante del delitto era Bona di Borbone.

Un sussurro che rapidamente si concretizza in una vera e propria accusa. Si intromette il duca di Berry, padre di Bona di Berry, appoggiato da una schiera di nobili savoiard. Un terzo gruppo, che vorrebbe proporsi come al di sopra delle parti, ma così non sarà, lo troviamo nei cugini collaterali di Amedeo, cioè gli Acaia.

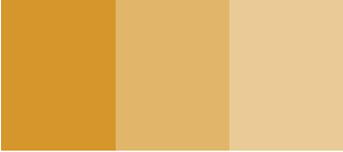
È facile intravedere in questi personaggi un unico denominatore comune: la lotta per impadronirsi del Ducato. Ma accusare apertamente Bona di Borbone di aver avvelenato il figlio era troppo azzardato e così, pur senza prove fondate, fu accusato e imprigionato il medico Jean de Grandville, mentre lo speziale Pierre de Lompness fu messo a morte nel 1392. Il Grandville, messo sotto tortura, lasciò trapelare che Bona di Borbone non era del tutto ignara del crimine. I duchi di Berry e Borgogna accusarono anche diversi membri del Consiglio del conte di essere complici dell'omicidio e Bona venne sollevata dalla reggenza.

### **Colpo di scena.**

L'incastellatura delle accuse non formulate ma latenti crollò nel 1393 quando il medico Giovanni di Grandville a sorpresa si ripresentò a Ripaille ritrattando quanto aveva affermato due anni prima. Inoltre giurò che le sue dichiarazioni gli erano state estorte con la tortura, dette assicurazioni sulla regolarità dell'operato del povero farmacista, ma soprattutto scagionò la contessa Bona di Borbone che aveva accusato durante l'interrogatorio, su incitamento dei giudici.

A quel punto si fece avanti anche il confessore di Amedeo VII, padre Franzona che disse di avere la certezza dell'innocenza del farmacista il quale si era confessato prima di morire, negando ogni colpevolezza. Il confessore trascrisse questa sua dichiarazione su una pergamena che consegnò ai giudici: il documento si conserva ancora oggi nell'archivio di Stato di Torino. Bona di Borbone ne usciva a testa alta, completamente riabilitata, mentre quella sua riaffermazione metteva in crisi i sottili equilibri politici del ducato. Ma di questo tratteremo un'altra volta parlando della nuora Bona di Berry.

Bona di Borbone si ritirò nel 1395 a Mâcon, dove morì il 19 gennaio 1403.



# La Sindone in Pillole

## Rassegna sui Misteri e Certezze della Sindone

di *Luigi Pinto*

### Pillola n.24

**Seconda  
Parte**

## **COPIE DELLA SINDONE**

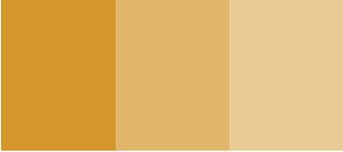
All'inizio del XVI° secolo si diffuse l'usanza di esporre la Sindone alla venerazione dei fedeli. In quel periodo iniziò anche la tradizione di riprodurre copie della Sindone in formato integrale o ridotto. Le copie così ottenute, dopo aver toccato l'originale, erano considerate reliquie per contatto ed esposte in permanenza o in determinate circostanze. Le copie eseguite non possono essere considerate dei capolavori artistici, ma possono vantare un notevole valore devozionale.

Un grande studioso della Sindone, don Luigi Fossati, compilò un elenco in ordine cronologico delle copie con la data scritta sul telo e un elenco in ordine alfabetico delle località in cui sono conservate copie senza data e senza alcuna scrittura. Si tratta di 52 diversi esemplari. Di questi, 27 recano la data scritta sulla tela. Gli altri 25 sono egualmente databili sulla base di documenti di autenticazione o di altri scritti.

### **COPIE CON LA DATA SCRITTA SUL PANNO**

Copie, nella quasi totalità, hanno misure più o meno uguali a quelle dell'originale.

- 1516 – Chiesa di San Gommaire, Lierre, Belgio.
- 1568 – Monastero della Vergine di Guadalupe, Guadalupe, Arcidiocesi di Toledo, Spagna.
- 1568 – Chiesa parrocchiale, Navarrete, Diocesi di Calahorra- Calzada-Logroño, Spagna
- 1571 – Convento del Santo Sepolcro, suore agostiniane, Alcoy, Arcidiocesi di Valencia, Spagna.
- 1594 – Cattedrale, Puebla de Los Angeles, Messico.
- 1620 – Proprietà privata di José Falcao, Lisbona, Portogallo.
- 1620 – Chiesa parrocchiale, Torres de la Alameda, Diocesi di Madrid, Spagna.
- 1623 – Cattedrale di Santa Maria di Redonda, Logroño, Diocesi di Calahorra-Calzada-Logroño, Spagna.
- 1624 – Monastero di Nostra Signora del Rosario, suore domenicane, Summit, New Jersey, USA.
- 1634 – Monastero di San Giuseppe, Moncalieri, provincia di Torino, Italia.
- 1648- Chiesa dell'Ospedale Castillo de Garcimuñoz, Diocesi di Cuenca, Spagna
- 1643 – Collezione privata, Contessa Alessandra Ruà Lovera di Maria, Torino, Italia
- 1643 – Chiesa parrocchiale di Sant'Ilario, Casale Monferrato, provincia di Alessandria, Italia.
- 1644 – Chiesa di San Sebastiano, Acireale, provincia di Catania, Italia.
- 1644 – Monastero Nostra Signora del Suffragio, monache cappuccine, Torino, Italia.
- 1646 – Cattedrale di Bitonto, provincia di Bari, Italia 1646 – Cattedrale di San Pietro, Bologna, Italia.
- 1646 – Chiesa di Santa Caterina, Fabriano, provincia di Ancona, Italia.
- 1646 – Monastero delle suore Orsoline, Québec, Canada.



1650 – Collezione privata, Contessa Camilla Roggeri Mermet Gay di Quarti, Torino, Italia.  
1652 – Monastero dei SS. Giuseppe e Teresa, Monti di Ponti Rossi, Napoli, Italia.  
1653 – Chiesa parrocchiale di Santa Maria, Cuneo, Italia.  
1653 – Oratorio dei SS. Pietro e Caterina, Savona, Italia.  
1654 – Chiesa parrocchiale di Nostra Signora di Los Valles, La Cuesta, Diocesi di Osmasoria, Spagna.  
1665 – Museo della Cattedrale, Salerno, Italia.  
1678 – Basilica di San Maurizio, Imperia, Italia.  
1697 – Monastero di Santa Teresa, monache carmelitane, Savona, Italia.

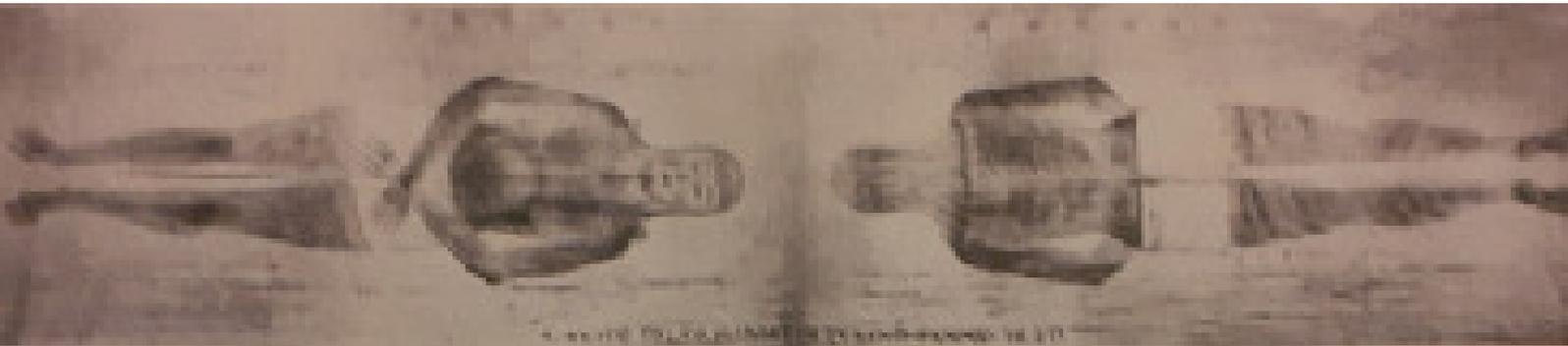
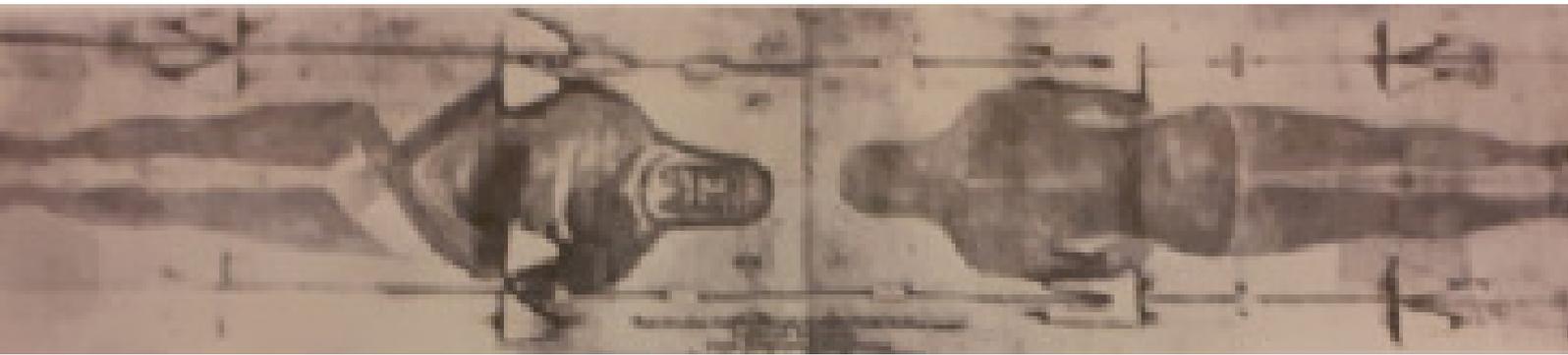
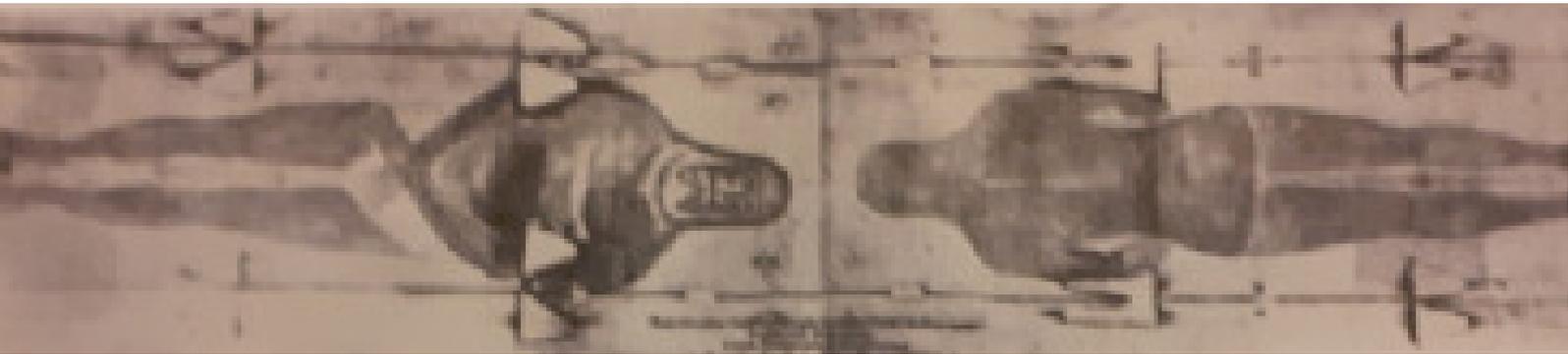
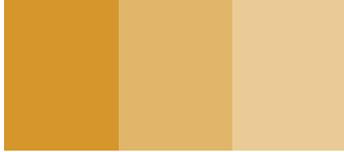
---

1708 – Chiesa di Santa Marta, Agliè, provincia di Torino, Italia.  
1710 – Chiesa di Santa Maria Assunta, Gallarate, provincia di Varese, Italia.  
1933 – Chiesa di San Giovanni Battista, Verrua Savoia, provincia di Torino, Italia.

#### **COPIE SENZA LA DATA SCRITTA SUL PANNO.**

**Agliè**, provincia di Torino, Italia, Sagrestia della Cappella del Castello.  
Arquata del Tronto, provincia di Ascoli Piceno, Italia, Chiesa di San Francesco.  
Badolatosa, provincia di Siviglia, Spagna, chiesa parrocchiale.  
**Bologna**, Italia, Monastero del Corpus Domini.  
**Caltagirone**, provincia di Catania, Italia, Sagrestia del Convento dei Padri Cappuccini.  
**Dronero**, provincia di Cuneo, Italia, Confraternita della Croce.  
Campillo de Aragon, provincia di Saragozza, Spagna, chiesa parrocchiale.  
Escalona del Prado, provincia di Segovia, Spagna, chiesa parrocchiale.  
Escamilla, diocesi di Cuenca, provincia di Guadalajara, Spagna, chiesa parrocchiale.  
**Finale Ligure**, provincia di Savona, Italia, chiesa parrocchiale di San Giovanni Battista.  
**Gallipoli**, provincia di Lecce, Italia, Cattedrale.  
Guadalupe, Arcidiocesi di Toledo, provincia di Caceres, Spagna, Monastero della Vergine di Guadalupe.  
**Inzago**, provincia di Milano, Italia, Prepositurato di Santa Maria Assunta, 1581.  
Laguna de Cameros, provincia di Logroño, Spagna, Chiesa di San Domenico.  
**Roma**, Italia, Chiesa della Sacra Sindone.  
Salamanca, Spagna, Monastero delle monache agostiniane.  
Santiago del Éstero, Argentina, Convento di San Domenico.  
Silos, provincia di Burgos, Monastero dei padri benedettini.  
Toledo, Spagna, Monastero Madri Commendadores de Santiago.  
**Torino**, Italia, Piccola Casa della Divina Provvidenza (Cottolengo).  
**Torino**, Italia, Monastero di Santa Maria Maddalena.  
**Torino**, Italia, Sagrestia della Cappella della Sindone.  
Valladolid, Spagna, Monastero di Nostra Signora della Laura, suore domenicane.

Fonte: Luigi Fossati – Collegamento Pro Sindone.



Nelle immagini: Alcune copie della Sindone

Napoli 1652 - Fonte: [Luigi Fossati Collegamento Pro Sindone](#)

Moncalieri 1634 - Fonte: [Luigi Fossati Collegamento Pro Sindone](#)

Lisbona 1620 - Fonte: [Luigi Fossati Collegamento Pro Sindone](#)



## CHARLOTTE BRONTE

Testo inglese e traduzione di ***Arianna Bellucci***

Charlotte and her beloved siblings Emily, Anne, Elizabeth, Mary and Branwell, all born and grown amidst the Yorkshire wild heath, with its charm, its endless plains covered with purple heather, rock, moss and mist, swept by a fierce wind and a supreme beauty.

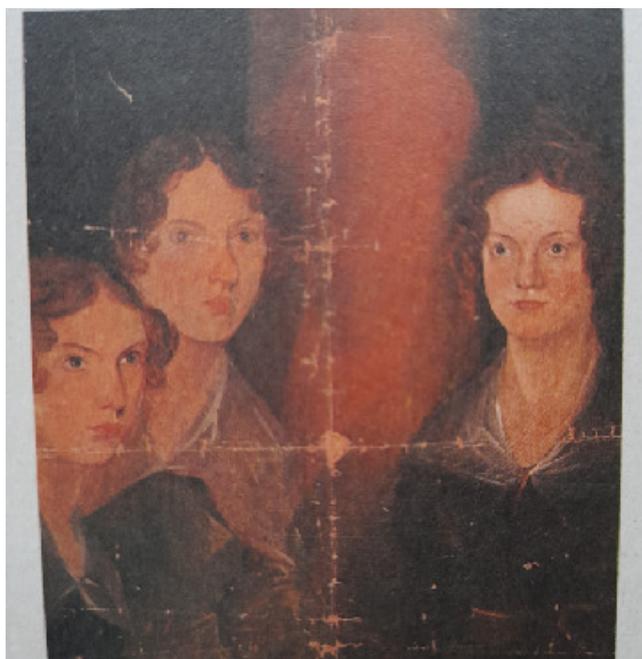
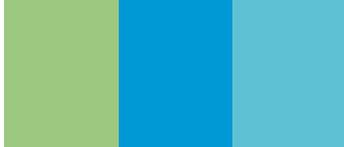
She was born in 1816 to Reverend Patrick Brontë, (changed into Brontë by them) of Irish origins and Mary Branwell.

Their childhood was solitary and unhappy; their strict and unsensitive father grew his children to moral integrity and renunciation. Every kind of desire was a sin (Mr. Brocklehurst). They had to bear the Yorkshire harsh weather and the cold rooms of the parish, with the meagre warmth of coal embers; the curate's family meals were based on potatoes.

The girls were enlisted to Cowan Bridge Institution, where appalling unhealthy conditions and cruelty ruled: a typhus epidemic spread; the Brontë sisters left but they had become sick. They were educated at

home; they found in literature and poetry the very goal in their lives, they used pseudonyms; the sisters became teachers as well. Emily wrote *Wuthering Heights* in 1848.

Charlotte's *Jane Eyre* was released in 1847. They had a restless spirit and they loved wandering the Yorkshire moors: wild nature became their inspiration and solace at the same time. When twilight came and the wild wind screamed and raged with its fury they were still outside and fetched for with oil lanterns. The early signs of consumption began to show in all the three sisters. Emily died in 1848 (38 years old), Anne in 1849 (29). Charlotte later married Reverend Nicholls but died during her pregnancy in 1855 (39). The sisters longed for being just one thing with the heath, feeling mesmerized by a peaceful brook or by wild flowers: butterbuds, thistles, bluebells, heather, lilies-of-the-valley, daffodils, ferns, dandelions: the jewels of the heath...



## TRADUZIONE

Charlotte Bronte e i suoi amati fratelli Emily, Anne, Mary, Elizabeth e Branwell, tutti nati e cresciuti tra la brughiera selvaggia dello Yorkshire, con la sua erica viola, la roccia, il muschio e la bruma, spazzata da un vento feroce e di una suprema bellezza.

Ella nacque nel 1816 dal Reverendo Patrick Brunty (cambiato poi da loro in Bronte), di origini irlandesi e da Mary Branwell.

La loro infanzia fu solitaria e infelice; il loro severo ed insensibile padre educò i suoi figli all'integrità morale e alla rinuncia. Ogni tipo di desiderio era un peccato (Mr. Brocklehurst). Essi dovevano sopportare il clima ostile dello Yorkshire e le fredde stanze della parrocchia, con il misero calore delle braci di carbone; i pasti della famiglia del curato erano basati su patate.

Le ragazze furono iscritte all'Istituto di Cowan Bridge, dove regnavano tremende condizioni insalubri e crudeltà: si diffuse un'epidemia di tifo; le sorelle Bronte andarono via ma si erano già ammalate. Furono educate a casa; trovarono nella letteratura e nella poesia il vero scopo nella loro vita, usarono pseudonimi; le sorelle divennero anche insegnanti. Emily scrisse *Cime Tempestose* nel 1848.

*Jane Eyre* di Charlotte fu pubblicato nel 1847. Avevano uno spirito inquieto ed amavano vagare nelle brughiere dello

Yorkshire; la natura selvaggia divenne la loro ispirazione ed il loro conforto allo stesso tempo. Quando giungeva il crepuscolo e il vento selvaggio urlava ed infuriava con la sua rabbia, esse erano ancora fuori e le si cercava con le lanterne ad olio. I primi segni della tisi iniziarono a mostrarsi in tutte e tre le sorelle. Emily morì nel 1848 (38 anni), Anne nel 1849 (29). Charlotte in seguito sposò il Reverendo Nicholls ma morì durante la gravidanza nel 1855 (39).

Le tre sorelle desideravano essere una cosa sola con la brughiera, sentendosi ipnotizzate da essa, da un tranquillo ruscello o dai fiori selvatici: ranuncoli, cardi, campanule, erica, mughetti, narcisi, felci, soffioni: i gioielli della brughiera...

Le immagini dell'articolo:  
Rovine della brughiera (Foto Pixabay)  
Le sorelle Bronte (Foto Arianna Bellucci)  
I fiori della brughiera (Foto Arianna Bellucci)



## **SPEAK OF THE NORTH! A LONELY MOOR**

### **PARLA DEL NORD! UNA BRUGHIERA SOLITARIA**

Speak of the North ! A lonely moor  
Silent and dark and trackless swells;  
The waves of some wild streamlet  
pour  
Hurriedly through its ferny dells.

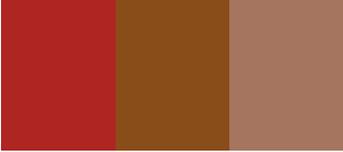
Profoundly still the twilight air,  
Lifeless the landscape; so we deem,  
Till like a phantom gliding near  
A stag bends down to drink the  
stream.

And far away a mountain zone,  
A cold white waste of snow-drifts lies,  
And one star, large and soft and lone,  
Silently lights the unclouded skies.

Parla del Nord! Una brughiera solitaria  
Silenziosa e scura e ondeggiando si gonfia  
senza traccia;  
Le onde di qualche selvaggio rigagnolo si  
riversano  
Precipitosamente attraverso le sue vallate  
di felci.

Profondamente immobile l'aria del  
crepuscolo,  
Senza vita il paesaggio; così lo reputiamo,  
Fino a che come un fantasma scivolando  
vicino  
Un cervo si china per abbeverarsi alla  
corrente.

E in lontananza una zona montuosa,  
Un freddo bianco residuo di raffiche di  
neve giace,  
E una stella, grande e soave e solitaria,  
Silenziosamente accende i cieli sgombri di  
nubi.



## MEDITAZIONE E PSICOTERAPIA IN TEMPO DI CRISI

A proposito dell'invio di armi all'Ucraina, con pace e guerra  
nelle porte accanto sul piano della nostra casa europea  
di **Sergio Audenino**

---

### **Prima parte**

Ai miei allievi dell'Università della terza età,  
ai miei amici e conoscenti.  
Riflessioni e meditazioni guidate  
in tema di guerra, sotto la lente d'ingrandimento  
dell'osservazione psicoanalitica e della pratica  
meditativa

Recentemente sfogliando la Rivista on line, "Che bella età!", con attenzione fluttuante, mi balza all'occhio la poesia di Rosanna Campra, volta a illustrare un suo dipinto, che raffigura una gabbia, con un canarino.

Mi colpisce, perché l'insieme di immagine e parole illustranti diventa l'emblema della fatica di ognuno a essere al mondo, tra dolori, illusioni, paure e gravitas, peso per l'appunto. La riporto qui sotto, insieme alle mie riflessioni.

Un peso la vita

... e tuttavia  
dal suo fardello  
di colori scuri  
a volte ci regala  
momenti rosa.  
E noi per essi  
come gialli canarini ignari  
trilliamo al sole  
e ai suoi rumori.  
Ma alla sera quando  
la paura della notte  
affonda in noi  
solo le strette sbarre  
della gabbia ci rassicurano. (Rosanna Campra).

Sono significativi i puntini di sospensione, che danno inizio alla visione poetica di Rosanna, quasi a invitare ognuno a descrivere il proprio particolare peso esistenziale, egualmente faticoso per tutti, ma per ciascuno diverso per forma e colore, unico e forse non sempre riconoscibile nei suoi componenti; può essere affanno personale, familiare, lavorativo, esistenziale ecc. Tant'è, che sembra stucchevole parlarne e dividerlo con altri, ma lo teniamo stretto, stretto, tiriamo avanti, rimanendo quasi dissociati dai nostri personali crucci, non lasciandoli trasparire fuori di noi.

Sappiamo così un po' tutti che la vita è un fardello greve da portare sulle spalle, soprattutto man mano che gli anni aumentano. E la nostra artista ce lo ricorda molto bene, con quelle immagini intense, illustrando un dipinto che raffigura una gabbia, la quale toglie a un uccelletto la libertà di volare.

I suoi versi dicono un crescendo di pessimismo circa la nostra condizione di esseri umani, sia limitati e aggravati, sia incapaci di vedere le nostre possibilità d'espressione, sollievo, elevazione e in qualche modo di volo. Così, anche se appaiono talvolta "momenti rosa", nei quali ci sentiamo forse meno oppressi o un po' più liberi, anche quelli risultano



infine illusori e il prezzo da pagare diventa assai caro; ci chiediamo così se valeva la pena di credere in una possibile leggerezza e autentica libertà, che li accompagna.

Cadremmo invece piuttosto nella trappola di una momentanea piacevolezza e "come gialli canarini ignari, trilliamo al sole e ai suoi rumori", felici, frastornati, sedotti e ingannati; quasi non sapessimo che la luce diminuisce, la festa passa e scompare, lasciandoci l'amaro in bocca, mentre l'oscurità avanza lenta e inesorabile.

Arriva la notte cupa, che affonda in noi, ci penetra e possiede, con la paura di un ignoto minaccioso che porta con sé. Al punto da sentirci persino rassicurati nella nostra mancanza abituale di libertà, non appena rientriamo la sera, anche quella della vita, dentro di noi, in casa, nelle nostre appartenenze, abitudini e ripetizioni: in realtà nella gabbia del canarino, dovremmo dire, dove solo le sue "strette sbarre ci rassicurano"; invece di inquietarci, perché non appena la notte avanza con i suoi fantasmi, il nostro ritiro dalla scena del mondo, diventa una prigione pietosa, nella quale ci rifugiamo con l'angoscia che sale.

Mi ha colpito la precisione delle parole in quei brevi versi che rendono la varietà degli eventi vitali, i quali si alternano nel tempo verso un declino, attraversato sempre più con fragilità e paura, da far preferire la

sicurezza della melanconica chiusura separante, alla illusoria libertà dei "momenti rosa".

Accade proprio così sul piano dei fatti, non c'è il minimo dubbio e io stesso lo posso testimoniare, se penso al venire meno, quasi in progressione geometrica dell'energia corporea movimentante, con il passare degli anni, non posso cioè che sentirmi un fragile, indifeso e piccolo canarino, bisognoso di protezione quale che sia.

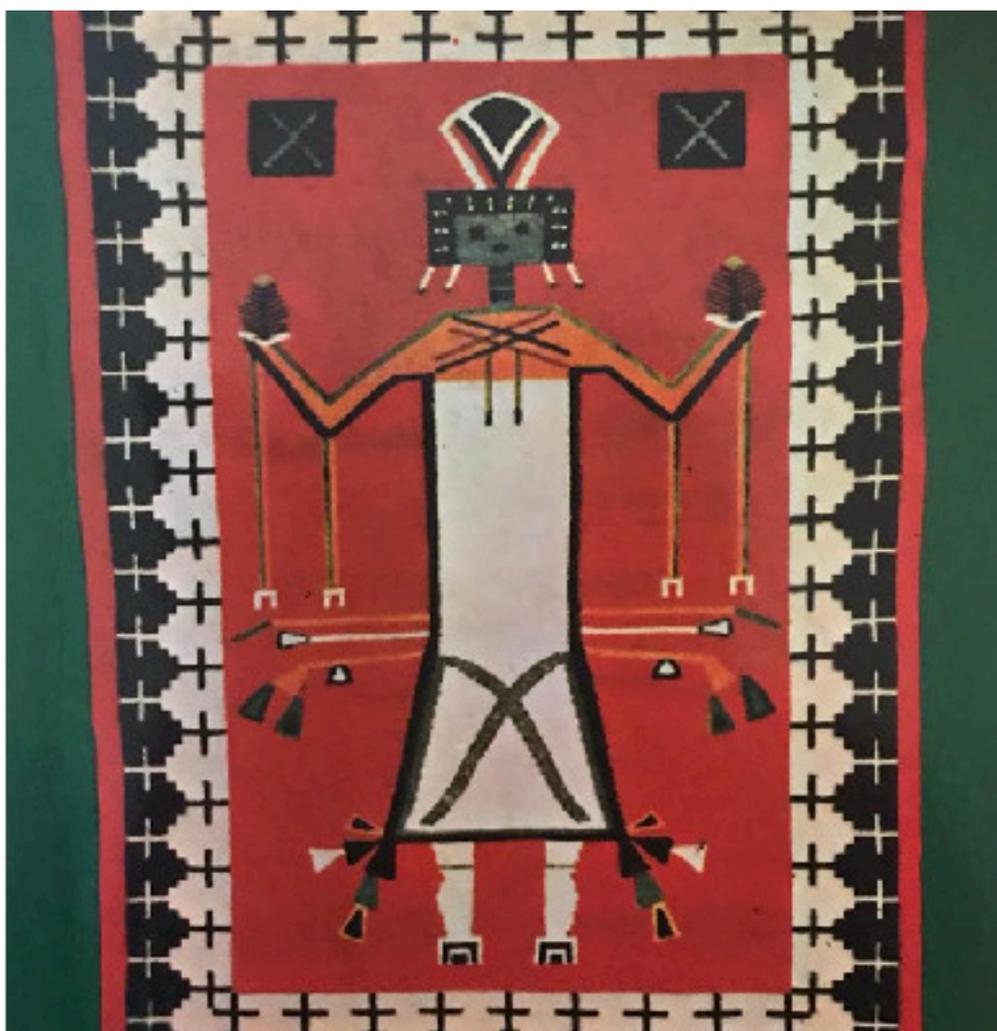
Diverso è invece se mi metto su di un piano riflessivo, meditativo e di preghiera, che è l'altra polarità dell'esistenza, offerta dalla vecchiaia; in questa, mi pare d'intuire la via d'uscita dall'angustia-angoscia delle sensazioni, che limitano l'espansione vitale, o la confondono con soddisfazioni illusorie (c'è molto da dire e distinguere nelle illusioni, perché non sempre sono così negative come sembrano).

Comincio poi a scoprire la dissociazione psichica, che permea la mia esperienza e la fa rimanere del tutto parziale: è la fragilità, paura e segregazione, che caratterizzano il vissuto interiore di ciascuno. Allora, in quanto contratto e confinato dentro i limiti del corpo (soma-sema, dicevano i greci, il corpo è tomba), non posso che patire il divieto e l'autocensura circa la spinta a esprimermi e uscire verso l'ampiezza dell'universo, alzando gli occhi, curioso, quasi dimentico dei rischi, verso l'infinito cielo stellato, avrebbe detto Kant, verso persone, cose e differenti modi di essere nel mondo.

Le vie dell'apertura sono potenzialmente infinite quante le persone e ognuno ha il compito esistenziale, secondo me, di trovare la propria, ricavandone il compenso di gioia che ne scaturisce, quando vengono intuite.

Continuerò a parlarne.

Sergio Audenino, tel. 3662932564



## IL FILO E IL GESTO

n. 29

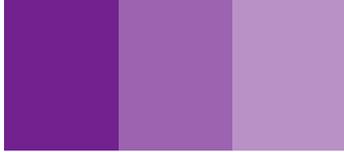
Cronache dal  
laboratorio di  
tessitura

di

*Augusta Moletto*

## IL DONO

## DEL POPOLO NAVAJO



Come fonte di ispirazione, mi collego alle culture etniche di tutto il mondo. Trovo in loro una spontaneità, una profondità, un collegamento con la natura che non è presente nell'arte occidentale. Provo la stessa emozione che mi danno le produzioni della cultura bambina: un senso di riconoscenza grande.

La storia documenta che nei confronti delle popolazioni native il nostro atteggiamento è stato di conquista e di spoliazione e soprattutto vi è stato il tentativo di distruggere la loro cultura. I figli venivano strappati alle loro famiglie per educarli ai costumi dell'occidente nelle residential school, diffuse in tutti i

territori conquistati dal colonialismo. La violenza esercitata all'interno di questi istituti era tale che molti bambini ne morivano. Recentemente nel Canada sono state rinvenute, nelle residenze adibite a collegi per nativi, fosse comuni che conservavano i resti di decine e decine di minori.

Queste culture così disprezzate ci hanno fatto doni immensi, da quelli materiali come il pomodoro, la patata, la frutta tropicale, a quelli spirituali: un'eredità di comportamenti, relazioni, insegnamenti morali, in particolare nei rapporti con la natura, che dovrebbero diventare la base per una nuova relazione col nostro pianeta.

Esiste un capitale di creatività derivante dall'artigianato dei nativi americani che ci permette di arricchire le nostre capacità espressive, di rielaborare tutto ciò che ci offre la natura in particolare nella fiber art. Mi riferisco ai meravigliosi accostamenti di colore dei tessuti artigianali del Guatemala, erede della cultura Maya, alle elaborate stilizzazioni dei fardos degli Inca peruviani, alle splendide sculture in miniatura degli Inuit.

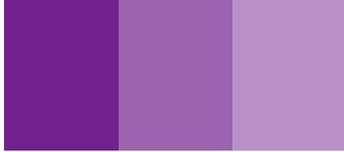
Vi è poi un artigianato poco conosciuto, quello dei nativi degli Stati Uniti, molti dei quali cacciatori e raccoglitori, usi ad avere un corredo essenziale. Vi è un popolo, quello Navajo, che risiede ancora nel territorio degli avi ed è probabilmente la comunità più numerosa tra i nativi dell'USA. Ben prima dell'arrivo dei conquistadores coltivavano la terra ai piedi delle meravigliose rocce che delimitano i canyon. Impararono a usare i cavalli e soprattutto divennero pastori delle pecore merinos che gli spagnoli avevano importato. Prima di utilizzare la lana, i materiali tessuti erano soprattutto fibre di agave e cotone. In seguito appresero a filare e tessere la lana per tessuti che servivano per gli indumenti e poi per tappeti e coperte, estremamente utili per difendersi dalle grandi escursioni termiche presenti nel territorio.

Le coperte Navajo vengono apprezzate per le loro tinte vivacissime e le caratteristiche decorazioni geometriche. Ogni colore, ogni disegno è legato alla tradizione del popolo Dinè (come usano chiamarsi), in particolare alle cerimonie religiose, collegate alla pratica dei guaritori sciamani. Alla base delle cerimonie legate alla guarigione vi sono le pitture di sabbia, 'sand paintings'. Il processo di creazione di una pittura di sabbia, che viene accompagnato dal canto dello sciamano, contribuisce direttamente al processo di ristabilimento della salute. L'atto di dipingere immagini così regolari e precise focalizza i pensieri sui principi di equilibrio e di ordine. Vi è una stretta connessione tra l'ordine e la simmetria geometrica delle 'sand paintings'. *Il paziente può cominciare a credere nella possibilità della propria guarigione, basandosi sulla fede nel fatto che quella pittura di sabbia eseguita in modo perfetto porterà gli Esseri sacri e il loro potere ad aiutarlo.* (Massignan 1999)



Per apprezzare l'arte delle coperte Navajo e della loro decorazione, occorre entrare nella loro concezione del mondo e capire il loro modo di intendere la bellezza. Il popolo Navajo considera tutto l'universo come manifestazione di intrinseca armonia. Per loro l'uomo è parte integrante della natura. La bellezza non è un concetto astratto, né qualcosa che viene concepito come estrinseco o che può essere apprezzato solo da pochi intenditori. Credono che la bellezza sia una qualità che appartiene a tutto ciò che esiste e può essere provata da chi vive una vita buona e soprattutto da chi crea continuamente bellezza.

*All'inizio Dio creò il cielo e la terra, così la Bibbia nel Genesi; la versione Navajo sarebbe: All'inizio e proprio in questo momento, gli dei e gli umani, lavorando assieme, crearono il cielo e la terra. La creazione viene percepita come un processo vivente, continuo, onnipresente, nelle mani degli uomini come in quelle degli dei. (Jongeward 1990, 39)*



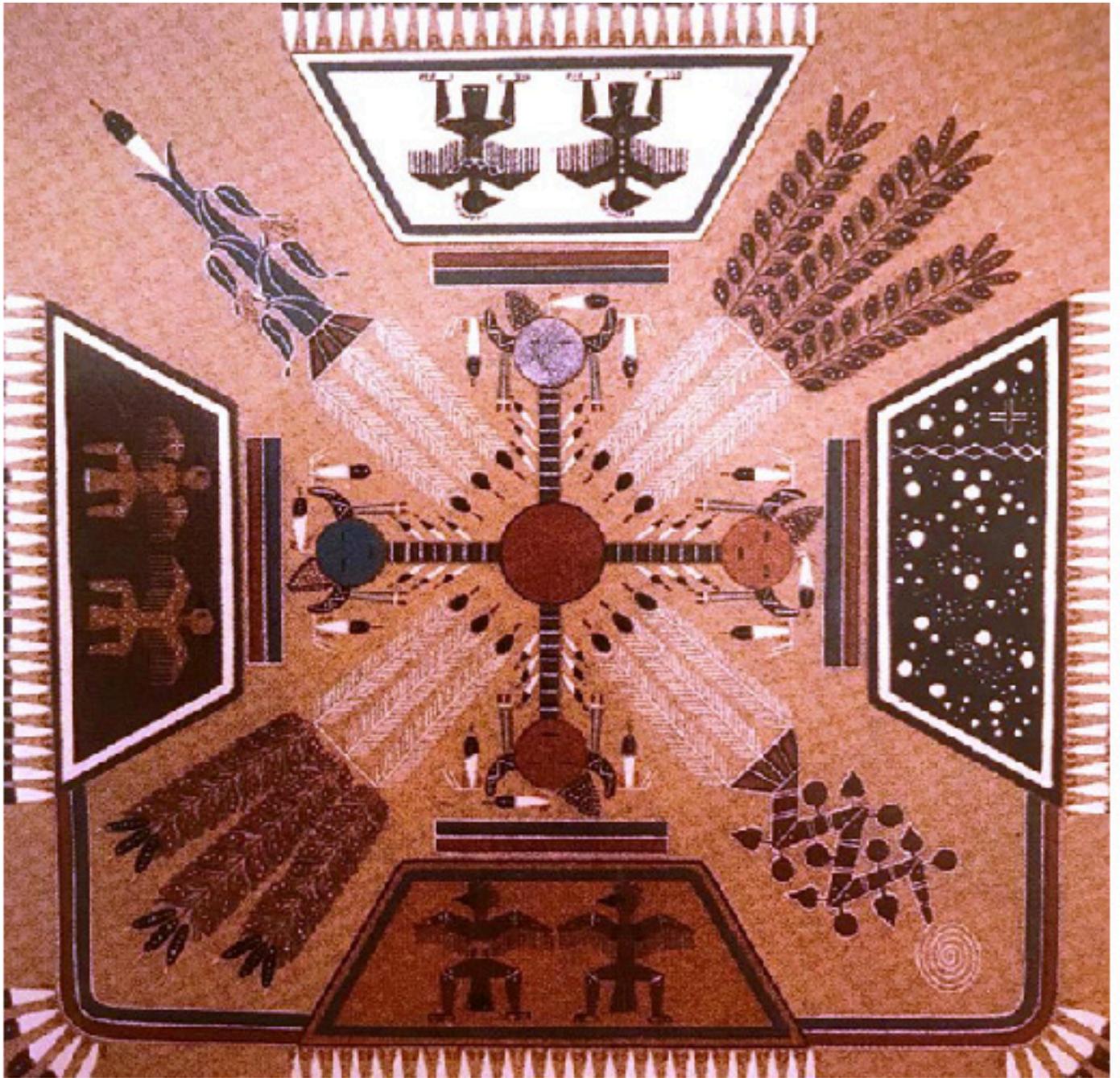
Dicono che nella nostra società vi siano più critici che artisti. Nella società Navajo un individuo non coinvolto in un'attività creativa di qualsiasi tipo è l'eccezione. Creare bellezza viene considerato naturale e necessario: è continuare a partecipare all'atto primigenio della creazione.

Questo è l'ambito culturale che circonda chi siede al telaio e tesse. È la ragione della semplicità e della complessità dei motivi delle coperte Navajo. Tessere è riprodurre la simmetria e l'armonia che spesso si perdono nella vita quotidiana. È ricostruire continuamente in sé e negli altri l'ordine primigenio turbato, è un'azione soggettiva e sociale.

Studiando i manufatti e la concezione di vita dei Navajo ci rendiamo conto dei danni compiuti dall'Occidente quando ha cercato di cancellare culture che oggi potrebbero evitare il disastro ambientale. Avvertiamo la possibilità di continuare la loro opera, creando bellezza e infondendo armonia nel mondo. S. Agostino in un brano delle Confessioni vede un bambino che con una conchiglia versa l'acqua del mare in una buca. Incuriosito gli chiede: «Che fai?» La risposta del fanciullo lo sorprende: «Voglio travasare il mare in questa mia buca». Il mare non è stato prosciugato, ma il bimbo ha compiuto il suo dovere.

#### Bibliografia

- Massignan M. 1999, *I Navajo. La via della bellezza*, Xenia, Milano.  
Jongeward D. 1990, *Weaver of Worlds. From Navajo Apprenticeship to Sacred Geometry and Dreams*, Destiny Books, Rochester, Vermont.  
Wharton J. G. 1974, *Indian Blankets and their Makers*, Dover, New York.



**Sand painting Navajo** (Foto di Augusta Moletto)



## **AGRUMI**

### **TERZO CAPITOLO**

**Arancio amaro - *Citrus  
aurantium* L.  
di**

***Ferruccio Tabone***

in collaborazione con  
il gruppo Camminare  
e Osservare  
UNITRE Torino



## Arancio amaro - *Citrus aurantium* L.

### Generalità

L'Arancio amaro (*Citrus aurantium* L.) è probabilmente un reincrocio di *Citrus maxima* (il pomelo) e *Citrus reticulata* (il mandarancio). Originario dell'Asia (Cina), fu portato in Europa dagli Arabi nel X secolo; in Italia sembra sia stato portato dai Crociati.

Ha una chioma arrotolata; alta fino a 10 metri.

Le foglie hanno colore verde intenso, ovate e appuntite all'apice, provviste di grandi alette sul picciolo. I rami più vigorosi sono molto spinosi; ha un robusto apparato radicale con fittone.

I fiori sono ermafroditi, bianchi e molto simili a quelli dell'Arancio dolce, come i frutti che però sono più rugosi

e ricchi di oli essenziali.

La polpa è acida, amarognola e ricca di semi; l'epicarpo è abbastanza sottile. Di colore arancio, resistono a lungo sulla pianta. L'Arancio amaro ha una resistenza alle basse temperature molto più alta rispetto all'arancio dolce. Utilizzato prevalentemente come portinnesto di molti agrumi, i suoi frutti sono oggetto di utilizzazione da parte dell'industria alimentare per ottenere scorze fresche o essiccate per la pasticceria o per la produzione di liquori (es. "Curaçao") ed in farmacologia per la preparazione di tonici. Molto apprezzato anche come pianta ornamentale.

Molte sono le cultivar.

Singolare è la "Bizzarria": essa presenta contemporaneamente frutti dell'arancio amaro e del limone cedrato, nonché particolari frutti bitorzoluti, gialli, arancioni e verdi, con caratteristiche di entrambe le specie.

La varietà Canaliculata presenta frutti appiattiti di colore arancione della buccia irregolare.

Nella varietà Salicifolia (a foglie di salice) le foglie sono strette e lunghe, mentre i frutti sono uguali a quelli dell'arancio amaro classico.

L'arancio amaro Corniculata è un'antica varietà nota in Italia fin dal XVII secolo. Presenta frutti con buccia piuttosto rugosa, polpa di sapore acidulo-amarognolo e con protuberanze che assomigliano a dei piccoli 'corni', da cui il nome della cultivar.

Le foglie hanno un bel colore verde intenso con picciolo alato tipico, presente in tutte le cultivar di arancio amaro.

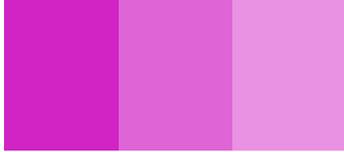
Fiorisce principalmente nel periodo primaverile, ha fiori bianchi, dal profumo intenso, simili a quelli dell'arancio dolce.

## Bergamotto - *Citrus bergamia* Risso

### Generalità

La presenza del Bergamotto in Calabria sarebbe stata accertata tra il XIV ed il XVI sec., ed il primo "bergamotteto" sarebbe stato impiantato intorno al 1750. Deriva probabilmente da un incrocio fra arancio amaro e limetta acida anche se non manca chi lo ritiene una specie vera e propria denominandola *Citrus bergamia* Risso (di origine cinese).

La Calabria è il maggior produttore mondiale di bergamotto. Il 90% della produzione totale arriva, infatti, da questa regione.



Gli oli essenziali di bergamotto, in virtù della loro straordinaria fragranza, sono impiegati nella produzione industriale di profumi, dolci e liquori. Questa essenza, grazie alla sua freschezza, rappresenta l'elemento di base per la produzione di numerose acque di colonia e cosmetici.

Si presenta come un albero di modesto vigore, con habitus vegetativo variabile e con rami nei quali raramente si riscontrano spine rudimentali all'ascella della foglia.

### **Varietà**

Si coltivano tre varietà: Femminello, a rami esili e frutti lisci, Castagnaro, più vigoroso, con frutti meno sferici, un po' rugosi, e Fantastico (circa il 75% della produzione riguarda questa varietà).

### **Produzioni**

Il bergamotto è coltivato nella zona di Roccella Jonica e Gioiosa Jonica e nei dintorni di Brancaleone, Bruzzano Zeffirio, Capo Spartivento (Bova e Melito Porto Salvo) e in gran parte delle località del Basso Ionio-Reggino.

L'olio essenziale di bergamotto è indispensabile nell'industria profumiera dove viene utilizzato non solo per fissare il bouquet aromatico dei profumi, ma anche per armonizzare le altre essenze contenute esaltando le note di freschezza e fragranza. L'essenza è anche usata nell'industria farmaceutica (per il suo potere antisettico e antibatterico, in odontoiatria, ginecologia, ecc.) e nell'industria alimentare e dolciaria come aromatizzante di liquori, dolci e bevande.

Nel 2001 ha ottenuto il riconoscimento DOP. Il Consorzio del bergamotto di Reggio Calabria riunisce oggi la maggior parte dei produttori: si occupa di promozione, tutela e valorizzazione del bergamotto di Calabria.

Nelle foto:  
Il frutto e  
il fiore del Bergamotto





- *Che cosa vedi?* -

**Foto casual di RO**

**(confronta con la visione dell'autrice  
nelle pagine finali)**

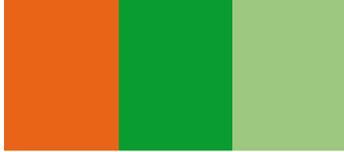
- *Che cosa vedi?* -

**ecco cosa ha visto l'autrice della foto  
casual**

*Fogliette di verdure  
secche cadute,  
occhio! siamo noi, fedeli  
cagnetti...*

*RO*





Il nostro **grazie**  
a tutti i  
protagonisti  
dell'UNITRE  
Torino  
che hanno  
collaborato a  
questo numero:

**Docenti**

Sergio Audenino: Meditazione e  
psicologia del profondo  
Bianca Balocco: Il Gomitolo  
Mara Battaglia: L'avvocato risponde  
Arianna Bellucci: Inglese  
Carlo Caluori: Pietre preziose, oro e  
affini  
Giuseppe Campra: Psicologia  
Rosanna Campra: Disegno  
Fulvio Donnini: Letteratura latina  
Nicoletta Lupoli: Storia della Filosofia  
Augusta Moletto: Tessitura  
Francesco Moretti: Spagnolo  
Luigi Pinto: La Sindone  
Ferruccio Tabone: Camminare e  
osservare insieme

**Allievi e Amici**

Emanuela Basso  
Marina Bonelli  
Rosalba Botta  
Silvana Carbonaro  
Alexandra Costantinovici  
Tuan Davì  
Federica Giammello  
Mariagrazia Margarito  
Giulietta Rovera  
Valeria Sabater  
Caterina Signoretta  
Urte Simonsen



# ARRIVEDERCI

A

GIUGNO !

Permettete, intanto, ancora un pensiero su maggio. Maggio, si sa, porta ogni anno almeno due ricorrenze celebrate in molti Paesi: il primo maggio, Festa del Lavoro, festa degli abbracci collettivi; e la seconda domenica del mese, Festa della Mamma, compleanno degli abbracci più intimi, più teneri.

Ma c'è una festa mondiale, tuttavia meno conosciuta, quella che cade il 4 maggio: la Festa della password...

La password, che la Treccani traduce con “chiave d'accesso” o “parola d'ordine”, nell'immaginario immediato evoca scene di reclusione, iperprotezione, controllo, contenimento, sospetto, esclusione, ecc.

Ancor più nello specifico, password richiama la presenza occulta dei criminali informatici con minacce di truffe di phishing o attacchi di malware, (azioni fraudolente che tentano di rubare informazioni sensibili spacciandosi per una fonte affidabile, o creano un software dannoso che può infettare il sistema informatico di un'organizzazione).

La password si pone come la protezione a tutto ciò.

Ma se ci vuole una password è perché non ci fidiamo degli altri e gli altri non si fidano di noi.

Allora siamo sicuri che una tale Festa metta l'accento sulla solidarietà e la pace e non piuttosto sulla guerra oscura e inevitabile che affligge l'umanità in ogni sua manifestazione (anche virtuale)?

E dunque, chi posso abbracciare, il 4 maggio?

Che festa è se, per equilibrare, devo aspettare la Giornata mondiale degli abbracci, il 21 gennaio del prossimo anno?

*Pablita*