

Rivista della Clinica Psichiatrica

Anno 3 numero 2

Sede S.C. Psichiatria - A.O.U. Maggiore della Carità
Padiglione G
C.so Mazzini 18 – 28100 Novara



E IL GIORNALE CONTINUA...

La Redazione

INDICE

Nel chiuso della tua cameretta	pag. 3
1 Maggio: festa dei lavoratori	pag. 4
Per tutti gli altri giorni: Parliamone	pag. 6
Il diario di Randal	pag. 7
Viaggio: lavoro o piacere?	pag. 9
Inno di Mameli	pag. 12
La redazione consiglia:	
Un libro da leggere	pag. 15
Una fiaba da raccontare	pag. 16
Un detto popolare	pag. 17
Un film da vedere	pag. 19
Una poesia da ascoltare	pag. 20
Una ricetta da provare	pag. 21
Un disco da ascoltare	pag. 22
L'angolo dell'arte – Artisti “dilettanti”	pag. 24
La barzelletta	pag. 25

Nel chiuso della tua cameretta

A circa due mesi di distanza dalla Lectio Magistralis, il 18 maggio 2015, il Professor Eugenio Torre ha tenuto ancora una lezione: questa volta per quegli studenti (ed alcuni attempati studenti: onorati di essere lì!) che hanno voluto fortemente sentirlo parlare di un argomento sempre delicato: la malattia e l'esperienza del dolore.

Ha scritto tanto, Eugenio Torre, sulla malattia e dell'esperienza del dolore.

In questo spazio se n'è già parlato.

Ma eccoci ancora qua, con le Sue parole.

Torre ci ha ricordato che le conoscenze più che nella medicina hanno le loro radici nella filosofia, nell'arte, nella mitologia, nelle religioni ... dove sono meglio espresse, e anche più comprensibili.

Egli ha anche sottolineato che tra *informare* il paziente e *comunicare* con il paziente c'è una profonda differenza. *Comunicare vuol dire mettere in comune, in comunione, in comunità. È molto di più che semplicemente informare.*

E poi ha ammonito, con le parole di Ronald Laing: *... come può un medico comprendere il paziente e farsi intendere da lui ... se il vocabolario a sua disposizione serve solo per tenerlo a distanza?*

A causa di questo vocabolario che tiene a distanza può accadere, allora, che il medico faccia l'errore di dare per scontato che quello che dice sia compreso dall'Altro.

Per questo le parole del medico devono contenere la verità: *per poter dire la verità, noi dobbiamo essere nella verità ...*

Per questo non bisogna cadere in quella che è definita la “congiura del silenzio”: ovvero quando *tutti sanno, anche il malato ... che è caricato del peso di quello che sa e che sa che gli altri sanno e di cui nessuno parla.*

In quella lezione il Professore Torre ci ha portato ancora una volta a riflettere e ad interrogarci.

E lo facciamo, come Egli ci ha insegnato, nel chiuso della nostra cameretta di studenti di ieri e di oggi.

1 Maggio: festa dei lavoratori

L'origine di questa festa risale ad una manifestazione organizzata negli Stati Uniti dai Cavalieri del lavoro a New York il 5 Settembre 1882.

Dopo due anni, in una analoga manifestazione, la stessa organizzazione decise che l'evento avesse una cadenza annuale, quindi fu proposto il 1 Maggio. A determinare la scelta di questa data furono i gravi incidenti accaduti nel Maggio del 1886 a Chicago: il 3 Maggio i lavoratori di Chicago si trovarono all'ingresso della fabbrica di macchine agricole McCormick. La polizia per reprimere l'assembramento, sparò sui manifestanti: alcuni furono feriti e un paio morirono. Per protestare contro la brutalità della polizia gli anarchici locali organizzarono una manifestazione che si tenne nell' HAYMARKET square, la stessa piazza dove si svolgeva il mercato delle macchine agricole. Anche in quella occasione la polizia provocò molte vittime, anche tra i suoi. L'11 Novembre del 1887, poi, a Chicago 4 operai furono impiccati per aver organizzato il 1 Maggio dell'anno precedente, lo sciopero per la riduzione dell'orario di lavoro a 8 ore. Appena si diffuse la notizia dell'assassinio, nel 1888, il popolo livornese si rivoltò prima contro le navi statunitensi ancorate nel porto e poi contro la questura, dove si diceva che si fosse rifugiato il console americano.

La festa del 1 maggio è una festa mondiale. In Italia fu istituita nel 1901, soppressa nel 1925 e restituita nel 1945 dopo il conflitto mondiale.

Nel 1947 la ricorrenza venne funestata, a Portella della Ginestra (Palermo), quando la banda di Salvatore Giuliano sparò su un corteo di circa 2000 lavoratori: ci furono diversi morti e feriti.

A questo punto vorrei citare una pagina sanguinosa della storia italiana del movimento operaio di circa 20 anni antecedente i fatti di Chicago.

È la storia di Pietrarsa e dei primi operai morti nel nostro Paese durante una manifestazione sindacale. A Portici (Napoli) lo stabilimento di Pietrarsa produceva locomotive e riparava materiale ferroviario. Gli operai dell'ex regio opificio borbonico, di fronte al ridimensionamento dello stabilimento voluto dopo la costituzione del Regno di Italia, che portava alla riduzione dei posti di lavoro, scioperarono e protestarono nel cortile dello stabilimento per difendere l'occupazione: il 6 Agosto 1863 i bersaglieri, inviati per bloccare la protesta spararono sulla folla.

Il governo dell'epoca doveva operare una scelta nel campo della siderurgia di stato, e Pietrarsa entrò in concorrenza con l'ANSALDO di Genova. La scelta cadde

sull'ANSALDO, che fu ritenuto impianto "più flessibile per i futuri ampliamenti". Questa fu una scelta politica che avrebbe penalizzato l'occupazione al Sud.

L'impianto di Pietrarsa fu definito "costoso e con personale eccessivo" e lo Stato italiano decise una rapida dismissione.

Lo stabilimento napoletano fu accaparrato, per un canone irrisorio, da un certo Jacopo Bozza, ex impiegato dei Borboni che pensò subito di aumentare le ore di lavoro e iniziò a licenziare molti operai e, come se non bastasse, decurtò anche gli stipendi che venivano, oltretutto, pagati in ritardo.

Il 6 Agosto 1863 gli operai decisero di incrociare le braccia: sui muri comparvero i primi manifesti di protesta. La polizia non esitò ad intervenire colpendo gli operai alla schiena quando questi cercarono di ripararsi fuggendo dalle baionette. Il questore Nicola Amore, futuro sindaco di Napoli, parlò di "fatali e irresistibili circostanze".

I giornali ufficiali ignorarono o minimizzarono questo episodio.

Ecco: questa fu la prima protesta dinnanzi ad una fabbrica nell'Italia unita.

Quelli furono i primi morti. Iniziò la lenta agonia di Pietrarsa.

Nel 1875 il numero degli operai era ridotto ai minimi termini. Pietrarsa venne declassata dapprima ad officina di riparazione e poi chiusa definitivamente, per assenza di investimenti e abbandono, 70 anni dopo.

Dopo circa 150 anni, quest'anno è stato ricordato per la prima volta l'eccidio di Pietrarsa.



Parliamone

Giunti a questo punto è quindi doverosa una riflessione che consideri il fenomeno della resilienza osservato dal punto di vista dei pazienti. Nella nostra pratica clinica presso la Psichiatria della AOU Maggiore della Carità di Novara, abbiamo la fortuna di poter dedicare un appuntamento settimanale alla stesura della Rivista della Clinica Psichiatrica. Fra tutte le attività di riabilitazione precoce proposte nel nostro Reparto (gruppo lettura giornale, gruppo ascolto musica, gruppo cinema, gruppo fiaba) (Zeppegho et al, 2006), credo che il gruppo Redazione sia quello che in maniera più tangibile ci consente di vivere e sentire ciò che i pazienti hanno da dire, da comunicare: senza pretese o aspirazioni giornalistiche, ma con sincerità, estrema dedizione e grandissimo affetto. Nel contesto di questa attività, è da segnalare che nel numero 4 dell'anno 2014, i pazienti abbiano scelto di dedicare un articolo proprio a questo argomento. Una pubblicazione di questo tipo non poteva certo esimersi dall'essere una delle note bibliografiche di questa tesi di specialità, essendo esempio lampante e concreto di approccio resiliente alla patologia. (Rivista della Clinica Psichiatrica, 2014).



Alessandro

Il diario di Randal

La giornata fu lenta e non passava mai, le ore scorrevano come fossero giorni, il tempo si dilatava e la noia faceva avvertire un senso di inutilità che si accompagnava ad ansie ed angosce. La notte fu lunga e tormentata, rigirandosi nel letto pensava a cosa ne sarebbe stato del domani. Questo è il riassunto di ciò che provava ogni giorno Randal. Giornate piene di dolore, prive di senso: Randal era un giovane che aveva avuto un'adolescenza difficile, tra problemi di droga e problemi psichici aveva raggiunto l'età adulta con qualche problema nella formazione del carattere:era molto schivo, comunicava con le persone quando era strettamente necessario ed era molto impacciato. Randal aveva molte passioni: amava leggere, scrivere, dipingere e cercava sempre, per quanto riusciva, di migliorarsi ma non era mai soddisfatto di sé. Si sentiva sempre inferiore agli altri, ed anche se date le precedenti delusioni sul lavoro e sul piano sentimentale, sentiva di non dover sbattersi più per nessuno; era sempre tentato di dare il centoventi per cento per non sentirsi meno degli altri. Odiava tutte le convenzioni, voleva essere unico, ma non appariscente, unico senza dare nell'occhio, unico in incognito. Ogni volta che gli mancavano di rispetto era tentato di spaccare la faccia a chi lo insultava ma poi si diceva sempre che non ne valeva la pena e quasi per dispetto faceva o parlava con ancor più menefreghismo. Randal era affetto da una sorta di super-eroismo, cioè tifava sempre per i più deboli e sognava il loro riscatto, o almeno mettersi alla pari con gli altri per sapersi difendere, sognava di essere in qualche modo determinante per il rovesciamento dell'attuale situazione. Pensava spesso, spesso a cose stupide, spesso faceva cose stupide per non pensare ma il cervello non gli dava pace. Nonostante il suo super-eroismo affiorasse di tanto in tanto era comunque un idealista deluso, gli stessi ideali per cui avrebbe dato la vita durante i suoi anni travagliati dell'adolescenza adesso gli recavano un tale fastidio che li disprezzava, le stesse persone che incarnavano per lui quegli ideali ora lo facevano soffrire. Era diventato cinico. Non pensava più che l'uomo fosse un essere con una parte nobile ed ora vedeva in ogni singola azione degli altri un secondo fine, un puro utilitarismo, Ossia lo faccio perché mi tornerà utile in qualche modo. Il mondo gli sembrava più falso che mai, odiava le ipocrisie, gli piaceva essere diretto ma con garbo, ma aveva sperimentato lui stesso come era difficile. Tutto ciò che contava nel mondo era come apparivi e Randal si incazzava come una iena, rifletteva e diceva “ma quando si fa l'amore si è vestiti firmati? La mattina la donna della tua vita la vedi truccata?”Ovviamente no. L'apparenza ti poteva portare ovunque, ed avere quello che volevi.

A tutto ciò Randal non poteva piegarsi, i suoi ideali si erano sì infranti, ma i suoi principi gli impedivano di svendere la sua dignità ed l'identità per correre dietro ad un gregge di pecore che vanno a bussare alla porta del lupo (e per giunta si divertivano a farlo). Ogni tanto aveva provato ad entrare nel gregge, per capire cosa le persone ci trovassero di così divertente nel seguirlo, ma ogni volta aveva avuto conferma di ciò che pensava: le persone hanno paura di stare sole, e quindi pur di non rimanerci scendono a questi compromessi sociali per entrare a far parte di un gruppo e sentirsi importanti almeno per qualcuno. Randal lo aveva sperimentato in prima persona e col senno di poi si rese conto di quanto fosse stupido questo modo di agire. Così scelse la solitudine, che non era facile da sopportare ma lo aiutava almeno a riuscire a guardarsi allo specchio. Non amava molto le relazioni con altre persone, aveva paura, molta paura di venire ferito, ed aveva già sofferto molto per gli altri come già detto. La tv ed in particolar modo il telegiornale lo facevano star male: non riusciva più a guardarla. I programmi gli sembravano sciocchi o ancora peggio, trattavano argomenti seri o di cronaca solo per fare audience, anche qui un po' di utilitarismo. La tv è un filtro importante tra le persone e la realtà, se si abusa di questo strumento l'immagine della realtà può divenire storpiata e perde parecchie delle sue sfumature, cancellate dalla voce recitante del giornalista di turno. È difficile; pensava Randal, mantenere integra la propria individualità quando tutto tende ad amalgamare ed omologare le persone, inglobandole in pseudo-comunità che abbiano qualcosa in comune. Ci sguazzava spesso, in queste riflessioni e più aveva sotto gli occhi la realtà più la trovava assurda.

Rosario



Viaggio: lavoro o piacere?

Alla fine del viaggio a Vienna, durato solo 4 giorni, il nostro Runmeter Pedometro GPS (ovvero il banale segnapassi, per i non apple addict) segnava 80000 passi: questa città abbiamo voluto vivercela fino in fondo, ma alla vecchia maniera, nonostante i mezzi tecnologici più avanzati, armati di scarpe da ginnastica (tranne qualche eccezione!) e voglia di scoprire una realtà nuova. Tutti quanti siamo tornati a casa con uno splendido ricordo del periodo trascorso a Vienna, forse un po' meno del viaggio, soprattutto per coloro i quali, partiti dall'Aeroporto Malpensa, sono stati dirottati in diversi aeroporti europei (Monaco, Francoforte, Roma) causa eccessivo traffico aereo.



Ci siamo ambientati però subito nel bel capoluogo asburgico e sentiti imperatori anche noi per una sera: la prima cena infatti ha avuto come scenario il maestoso Rathaus L'edificio, costruito nel 1883 su progetto di F. von Schmidt in una commistione di stili, gotico e rinascimentale, è la sede del Sindaco della

città e si sviluppa su quasi 20.000 mq in pianta e la sola facciata supera la lunghezza di 150 m. Nell'interno si ammira l'ampio scalone e la grandiosa Sala delle Feste, dove in estate si svolge il Concordia-Ball con la partecipazione di oltre 10.000 coppie di ballerini, mentre il 28 marzo 2015 erano molti i piatti tipicamente austriaci e i numerosi partecipanti al congresso provenienti da tutti paesi del mondo ad attenderci. La seconda giornata è stata dedicata al congresso, la nostra collega Eleonora ha splendidamente rappresentato il nostro reparto con un lavoro premiato dai membri del congresso come uno dei migliori! Ma il pomeriggio, seppur piovoso, è stata occasione di conoscere il centro della città, visitando la cattedrale di Santo Stefano, centro e simbolo della città, capolavoro gotico il cui tetto è rivestito da tegole policrome. Vicino l'omonima piazza si trova Graben, il cuore commerciale di Vienna, con molte boutique chic e lo storico Sacher. L'hotel, fondato nel 1876 da Eduard Sacher, in passato è stato frequentato da diplomatici ed aristocrazia, tra cui spiccano i nomi di John F. Kennedy, Indira Gandhi e la regina Elisabetta II ed è sede di produzione dell'omonima torta Sacher, famosa in tutto il mondo. Proseguendo siamo giunti alla più antica piazza viennese, Hoher Markt, meta turistica per via dell'orologio nel quale, ogni ora, sfila una statuina di un personaggio storico, mentre a mezzogiorno le statue sfilano tutte insieme in un corteo musicale. Passeggiando per le

vie del centro si arriva al teatro dell'Opera e poi a Karlsplatz, dove sorgono i due padiglioni della vecchia metropolitana firmati dall'architetto Otto Wagner. La sera, armati della nostra guida Lonely Planet, abbiamo voluto esplorare anche dal punto di vista culinario la città, spostandoci nel quartiere cool di Vienna, Naschmarkt, e riuscendo a degustare la specialità viennese per eccellenza, la Wiener schnitzel (cotoletta alla milanese), annaffiata da fresca birra viennese. La serata si è poi conclusa in un club Underground vicino al nostro albergo, hotel Crystall, nella zona del Prater, il parco giochi famoso nel mondo per la ruota panoramica. La terza giornata è iniziata con il congresso e si è conclusa con un'altra cena, in un quartiere più centrale, consumato in compagnia anche della Prof, in una Gasthaus (osteria, trattoria tipica viennese), dove un simpatico cameriere ha servito molti piatti austriaci (tra cui come sempre ha spiccato la cotoletta viennese) e una torta dalla consistenza bizzarra a base di semi di papavero (ribattezzata torta de tera!).

Il giorno successivo abbiamo deciso di dedicarci un po' di più alle meraviglie offerte dalla



città (tralasciando forse un po' l'aspetto culturale-congressuale) e ci siamo incamminati per visitare la casa di Freud (come psichiatri non potevamo esimerci dall'effettuare questa visita) e il museo di belle arti Leopold Museum. La Casa di Sigmund Freud, è il luogo in cui il padre di tutti i psicanalisti ha

abitato dal 1891 al 1938. Da qui il 4 giugno 1938 egli fuggì con la sua famiglia di fronte al montare della minaccia nazionalsocialista e si recò in esilio in Inghilterra. Divenne nel 1978, grazie al contributo della figlia Anna, la sede del museo, che oggi propone arredi originali, tra cui la sala d'attesa, nonché una selezione degli oggetti antichi facenti parte della raccolta di Freud, autografi e prime edizioni delle sue opere. Il Leopold Museum invece è sito all'interno del MuseumsQuartier, vicino alla Hofburg, ed espone centinaia di capolavori d'arte moderna austriaca collezionati da Rudolf Leopold, appassionato esperto d'arte. La piazza culturale più alla moda della città ospita la collezione di Egon Schiele più grande e più importante del mondo, oltre a capolavori del fondatore della Secessione Gustav Klimt. Il Leopold Museum presenta anche pezzi unici della Wiener Werkstätte da Josef Hofmann fino a Koloman Moser, considerati opere d'arte eccelse della storia del design internazionale. Le finestre panoramiche del museo offrono una vista straordinaria sul centro storico di Vienna con la Maria Theresien-Platz e il palazzo imperiale. Completa l'offerta un museum shop ben assortito e un caffè con



terrazza panoramica con vista sul cortile principale del MuseumsQuartier, dove ci siamo soffermati a sorseggiare un tè caldo con biscottini sotto la pioggia, abbondante ed improvvisa, tipica dei nostri giorni a Vienna. La sera è stata l'occasione per scoprire il quartiere vicino a quello dei musei, Neubau, e per consumare un aperitivo in un locale intimo e accogliente. Il quartiere di Neubau, un tempo popolato da croati e ungheresi, è oggi occupato da quartieri operai e case borghesi. Quattro vie formano il delizioso quartiere di Spittelberg, in passato frequentato dalla bohème viennese. Le sue graziose vie pedonali vantano moltissime boutique, caffè e ristoranti. L'ultimo giorno, il 31 marzo 2015, dopo la mattina trascorsa al congresso, abbiamo deciso di esplorare uno dei quartieri più autentici della città, Naschmarkt, sede del mercato più famoso di Vienna, con quasi 120 bancarelle e locali, con un'offerta alimentare variegata che spazia dalla cucina viennese a quella indiana, vietnamita e italiana. Il Naschmarkt è ormai diventato un luogo di incontro per giovani e anziani e il mercato delle pulci al sabato è un luogo cult. Dall'alba al tramonto, nel Naschmarkt un pubblico variegato e colorato acquista frutta, verdura o altre delizie provenienti da tutto il mondo. Era impossibile dunque, con tutto questo ben di Dio, non consumare il nostro pranzo presso il mercato. Qualcuno ha deciso di optare per piatti tipicamente orientali, quali kebab e falafel, altri per un più classico panino, consumato presso Urbanek, negozio piccolo e intimo, con la più grande selezione di prosciutti, formaggi e vini. Il servizio eccellente e la meravigliosa qualità del cibo fa in modo che vi sia sempre una folla di persone accalcata davanti alle vetrine e che il negozio sia stato protagonista di una puntata del famoso chef Anthony Bourdain. È stato bello, per una volta, ascoltare i venditori, provenienti dalle più disparate parti del mondo, ripetere che come si vive in Italia non si vive da nessuna altra parte e che non esiste altro popolo ospitale quanto quello italiano. Abbiamo infine completato gli ultimi acquisti, per i nostri cari e per medici ed infermieri del reparto, soprattutto a base di prodotti culinari quali torta Sacher e palle di Mozart, per poi incamminarci verso l'aeroporto di Vienna-Schwechat, con un po' di malinconia ma anche con la gioia di ritornare alle proprie case con le immagini ancora vive negli occhi e nel cuore di una città splendida e del prezioso tempo trascorso insieme!

Eleonora & C.

Inno di Mameli

Non tutti sanno che...

Dobbiamo alla città di Genova Il Canto degli Italiani, meglio conosciuto come Inno di Mameli. Scritto nell'autunno del 1847 dall'allora ventenne studente e patriota Goffredo Mameli, musicato poco dopo a Torino da un altro genovese, Michele Novaro, il Canto degli Italiani nacque in quel clima di fervore patriottico che già preludeva alla guerra contro l'Austria.

L'immediatezza dei versi e l'impeto della melodia ne fecero il più amato canto dell'unificazione, non solo durante la stagione risorgimentale, ma anche nei decenni successivi. Non a caso Giuseppe Verdi, nel suo Inno delle Nazioni del 1862, affidò proprio al Canto degli Italiani - e non alla Marcia Reale - il compito di simboleggiare la nostra Patria, ponendolo accanto a God Save the Queen e alla Marsigliese.

Fu quasi naturale, dunque, che il 12 ottobre 1946 l'Inno di Mameli divenisse l'inno nazionale della Repubblica Italiana.

Il poeta



Goffredo Mameli dei Mannelli nasce a Genova il 5 settembre 1827 (figlio di Adele - o Adelaide - Zoagli, discendente di una delle più insigni famiglie aristocratiche genovesi, e di Giorgio, cagliaritano, comandante di una squadra della flotta del Regno di Sardegna). Studente e poeta precocissimo, di sentimenti liberali e repubblicani, aderisce al mazzinianesimo nel 1847.

Si dedica interamente alla causa italiana: nel marzo del 1848, a capo di 300 volontari, raggiunge Milano insorta, per poi combattere gli Austriaci sul Mincio col grado di capitano dei bersaglieri.

Dopo l'armistizio Salasco, torna a Genova, collabora con Garibaldi e, in novembre, raggiunge Roma dove, il 9 febbraio 1849, viene proclamata la Repubblica. Nonostante la febbre, è sempre in prima linea nella difesa della città assediata dai Francesi: il 3 giugno è ferito alla gamba sinistra, che dovrà essere amputata per la sopraggiunta cancrena.

Muore d'infezione il 6 luglio, alle sette e mezza del mattino, a soli ventidue anni. Le sue spoglie riposano nel Mausoleo Ossario del Gianicolo.

Il musicista



Michele Novaro nacque il 23 ottobre 1818 a Genova, dove studiò composizione e canto. Nel 1847 è a Torino, con un contratto di secondo tenore e maestro dei cori dei Teatri Regio e Carignano.

Convinto liberale, offrì alla causa dell'indipendenza il suo talento compositivo, musicando decine di canti patriottici e organizzando spettacoli per la raccolta di fondi destinati alle imprese garibaldine.

Di indole modesta, non trasse alcun vantaggio dal suo inno più famoso, neanche dopo l'Unità.

Morì povero, il 21 ottobre 1885, e lo scorcio della sua vita fu segnato da difficoltà finanziarie e da problemi di salute. Per iniziativa dei suoi ex allievi, gli venne eretto un monumento funebre nel cimitero di Staglieno, dove oggi riposa vicino alla tomba di Mazzini.

Come nacque l'inno

La testimonianza più nota è quella resa, seppure molti anni più tardi, da Anton Giulio Barrili, patriota e poeta, amico e biografo di Mameli che così ha narrato come avvenne la nascita dell'inno: "To' gli disse; te lo manda Goffredo". Il Novaro apre il foglietto, legge, si commuove. Gli chiedono tutti cos'è; gli fan ressa d'attorno. "Una cosa stupenda!" ... "Io sentii dentro di me qualche cosa di straordinario, che non saprei definire adesso, con tutti i ventisette anni trascorsi. So che piansi, che ero agitato, e non potevo star fermo" ... "Vidi che non c'era rimedio, presi congedo e corsi a casa. Là, senza neppure levarmi il cappello, mi buttai al pianoforte" .. "Mi tornò alla memoria il motivo strimpellato in casa Valerio: lo scrissi su d'un foglio di carta, il primo che mi venne alle mani: nella mia agitazione rovesciai la lucerna sul cembalo e, per conseguenza, anche sul povero foglio; fu questo l'originale dell'inno Fratelli d'Italia."

Il testo dell'Inno nazionale

Fratelli d'Italia,
L'Italia s'è desta,
Dell'elmo di Scipio
S'è cinta la testa.
Dov'è la vittoria?
Le porga la chioma,
Ché schiava di Roma
Iddio la creò.

Fratelli d'Italia,
L'Italia s'è desta,
Dell'elmo di Scipio
S'è cinta la testa.
Dov'è la vittoria?
Le porga la chioma,
Ché schiava di Roma
Iddio la creò.

Stringiamoci a coorte,
Siam pronti alla morte.
Siam pronti alla morte,
L'Italia chiamò.

Stringiamoci a coorte,
Siam pronti alla morte.
Siam pronti alla morte,
L'Italia chiamò.

Noi fummo da secoli
Calpesti, derisi,
Perché non siam popoli,
Perché siam divisi.
Raccoglaci un'unica
Bandiera, una speme:
Di fonderci insieme
Già l'ora suonò.

Uniamoci, uniamoci,
L'unione e l'amore
Rivelano ai popoli
Le vie del Signore.
Giuriamo far libero
Il suolo natio:
Uniti, per Dio,
Chi vincer ci può?

Stringiamoci a coorte,
Siam pronti alla morte.
Siam pronti alla morte,
L'Italia chiamò.

Stringiamoci a coorte,
Siam pronti alla morte.
Siam pronti alla morte,
L'Italia chiamò.

Dall'Alpe a Sicilia,
Dovunque è Legnano
Ogn'uom di Ferruccio
Ha il core e la mano,
I bimbi d'Italia
Si chiaman Balilla;
Il suon d'ogni squilla
I Vespri suonò.

Son giunchi che piegano
Le spade vendute;
Già l'Aquila d'Austria
Le penne ha perdute.
Il sangue d'Italia
E il sangue Polacco
Bevé col Cosacco,
Ma il cor le bruciò.

Stringiamoci a coorte,
Siam pronti alla morte.
Siam pronti alla morte,
L'Italia chiamò.

Stringiamoci a coorte,
Siam pronti alla morte.
Siam pronti alla morte,
L'Italia chiamò, sì!

Elia

Un libro da leggere (a cura di Elisa)

Se ti abbraccio non aver paura, di Fulvio Ervas



Se ti abbraccio non aver paura, è un libro del 2012 scritto da Fulvio Ervas, autore che ha voluto dare voce alla storia vera di una relazione padre-figlio, come non se ne sentono molto spesso. E' la storia di Andrea, un ragazzo autistico di diciassette anni, consapevole della propria malattia e incapace di rompere il muro invisibile che lo circonda.

E' la storia di Franco, suo padre, consapevole dei problemi del figlio ma che non vuole rassegnarsi all'idea di non riuscire a comprendere il suo "mondo". Per questo, dopo aver viaggiato per anni alla ricerca

di terapie, Franco decide, al termine dell'esame di maturità di Andrea, di intraprendere un lungo viaggio con lui, nonostante il parere contrario di medici ed amici, preoccupati per le difficoltà di gestione di un ragazzo fortemente legato alle proprie attività routinarie. Un viaggio on the road attraverso le Americhe, prima in moto da Miami a Los Angeles, e poi in auto dal Messico a Panama, fino in Brasile. Per tre mesi la normalità è abolita, e non si sa più chi è diverso.

Un viaggio ricco di incontri e di scoperte che servirà ad entrambi per conoscersi meglio e rafforzare, ancora di più, un legame più forte di qualsiasi muro.

Se ti abbraccio non aver paura è la storia di un ragazzo, e della sua voglia di libertà, soprattutto dai pregiudizi che il concetto di normalità porta con sé. E' la storia di un viaggio che un uomo compie con e verso il figlio, per riuscire a comprendere una "macchina imperfetta", un "mondo a parte"; le regole e i meccanismi che inducono il figlio a rifugiarsi dentro gesti ripetitivi e apparentemente incomprensibili.

E' la storia di un padre con un grande desiderio di non lasciare solo un figlio, costretto ad allontanarsi da un mondo ostile nei confronti della diversità; diversità che Andrea manifesta abbracciando o toccando la pancia di persone sconosciute, costringendo i genitori ad inventarsi delle magliette con la scritta "Se ti abbraccio non aver paura", per non spaventare gli estranei prescelti dalle attenzioni del figlio.



Una fiaba da raccontare (a cura di Giuseppina)



L'uomo scontento

Tanto tempo fa viveva un uomo molto scontento che si lamentava sempre della sua sfortuna e diceva: "Se mi capitasse la fortuna, sarei capace di fare qualsiasi cosa". Un giorno, camminando per la strada, trovò un sacchetto pieno di monete d'oro. L'uomo, tutto eccitato, esclamò: "Evviva, ora sono fortunato e ricco, però tenere le monete nel sacco non mi servirebbe a nulla". Decise allora di comprarsi una villa. Dopo pochi giorni, però, annoiato e triste disse: "Pensandoci bene, a cosa mi serve una villa?": la vendette ed in cambio si prese una casetta. Dopo pochi giorni, però, annoiato e triste disse: "Pensandoci bene, a cosa mi serve una casa?": e la vendette. Acquistò una barca, ma anche con quella fu lo stesso, perché venne cambiata con un cavallo; che a sua volta venne cambiato con una mucca, che venne cambiata con una capra che infine venne cambiata con un pollo. Quando l'uomo prese in mano il pollo, gli scappò e così si ritrovò di nuovo scontento e capì che i soldi non fanno la felicità.

Spunti di riflessione nati dalla lettura corale della Fiaba:

Quando uno è malato dentro i soldi non servono a niente

A volte servono, puoi fare del bene

I soldi sono il male del mondo

Ci vuole il giusto, con poco vivi, con niente no

Avere o essere di Erich Fromm

Chi ne ha tanti ne regala?

Sarebbe bello averne tanti per poter fare beneficenza, aiutare gli altri

Chi troppo vuole nulla stringe

È' meglio avere o essere?

Ognuno di noi dà un valore diverso alle cose

Non sembra malato ma non è mai contento

Il protagonista non è in grado di dare amore né a se stesso né agli altri.

Saper sfruttare l'occasione

Chi si accontenta gode.

I soldi non fanno la felicità, ma neanche la povertà

Un detto popolare (a cura di Anna)

VOCE DI POPOLO, VOCE DI DIO

Questo proverbio proclama la verità di una chiacchiera divenuta di dominio pubblico con cui si afferma che il popolo è concorde sul fatto.

Affermare “Voce di Popolo, Voce di Dio”, equivale a dire “è cosa certa! Non ci sono dubbi!”.

L’origine di questo detto è antichissima ed ha accompagnato l’uomo in varie epoche, infatti è ancora oggi utilizzato.

Questo detto napoletano è la traduzione popolare della locuzione latina “Vox Populi, Vox Dei”, che viene fatta risalire alla Bibbia, dove, però, assume un’altra sfumatura di significato.

Il passo biblico racconta:” Una voce! Un tumulto sale dalla città, una voce esce dal Tempio e la voce del Signore; Egli ricompensa i suoi nemici secondo le loro azioni.”

Quindi, il significato è di tipo invocativo molto diverso da quello che poi gli è stato attribuito col tempo.

L’espressione “Voce di Popolo, Voce di Dio” si riferisce a qualcosa che diventa verità solo perché sono molti uomini a volerlo.



Il detto popolare è citato, molto spesso anche nella letteratura, come ne “I Promessi Sposi” (Capitolo 38, periodo 41) : Alessandro Manzoni lo usa nel caso della folla in rivolta che mette a ferro e fuoco la città di Milano. Nelle adunanze, per esempio, si è soliti pronunciare queste parole, quando tutti sono d’accordo su una determinata questione.

Oppure le si utilizza con un’abbreviazione “vox populi”, per alludere a opinioni molto diffuse come ad esempio l’affermazione :” che lui sia una persona disonesta è vox populi”.

A questo punto ci si chiede: come mai un proverbio latino è diventato così popolare a Napoli, oscurandone addirittura, la vera paternità? Non c'è da stupirsi. Il legame tra la città partenopea e la cultura latina è più viscerale di quanto si pensi.

Basti già pensare a tutti quei “riti” scaramantici che ancora oggi pratica il popolo napoletano o a tutte le “credenze religiose”, reminescenze di antichi culti pagani, che a Napoli sono più forti e profondi rispetto ad altre realtà.

Per non parlare poi di alcune espressioni dialettali che non sono altro che la traduzione gergale di parole latine.

Un film da vedere (a cura di Alessandro)



TUTTE CONTRO LUI

Carly, interpretata da Cameron Diaz, è un avvocato di successo che prende i suoi rapporti amorosi in modo superficiale, fino a quando non incontra Mark, secondo lei la sua anima gemella, tanto da volerlo presentare al padre. Sfortunatamente il ragazzo annulla l'incontro dicendo che in una casa in suo possesso si erano rotte le tubature, e quindi doveva risolvere la situazione. Avvilita la ragazza, una volta scoperto l'indirizzo decide di fargli una sorpresa, e, vestita

da idraulico sexy bussa alla porta. Carly però rimane di stucco quando ad aprirgli la porta è la moglie di Mark. La ragazza senza dire una parola se ne va con la coda tra le gambe, senonché il giorno dopo la moglie si presenta nel suo studio, e dopo una lunga chiacchierata decidono di coalizzarsi contro l'uomo per fargliela pagare. Durante un viaggio di lavoro del marito, le due "quasi amiche" scoprono l'esistenza di una terza ragazza, Amber, anche lei presa in giro dall'uomo, la quale decide di aiutarle. All'oscuro di tutto Mark continua ad uscire con le tre che gli fanno passare l'inferno, ad es. la moglie a sua insaputa la mattina gli dà degli estrogeni che gli fanno crescere il seno, oppure dentro il flacone dello shampoo mette crema depilatoria per fargli perdere molti capelli. Carly invece durante una cena romantica riempie il suo piatto di lassativo, procurandogli dolori e imbarazzo. Alla fine le tre ragazze riescono a vendicarsi, ferendolo anche dal punto di vista lavorativo ed economico.

Il film è carino, certo non è di così alti contenuti, ma va benissimo per passare qualche ora in allegria. Ho scelto questo film per evidenziare la rivincita femminile su uno dei maggiori difetti dell'uomo, l'infedeltà, anche se nella realtà le donne non si coalizzerebbero ma si odierrebbero a morte.

Un film di Nick Cassavetes

Commedia USA 2014 Durata:110 minuti

Attori: Cameron Diaz, Kate Upton, Leslie Mann, Nikolaj Coster-Waldau, Don Johnson

Una poesia da sentire

PENSIERI E PAROLE DAGLI ANNI 90

Smarrita tra le ombre della notte e
confusa dai colori del mattino
vado vagando tra i sentieri infiniti
e misteriosi di un nuovo mondo.
Smarrita tra i ricordi del passato e
confusa dalle voci del presente
cammino carponi verso l'irraggiungibile orizzonte

1996



Mi prendo per mano
e mi immergo nel profondo
di me stessa

1996

Le lacrime non escono più dai miei occhi
Ma allagano il mio cuore

1996

L'io, invisibile
ma rumoroso fantasma notturno

1998

Anna

Una ricetta da provare (a cura di Fuffy)

PEPERONI ATTURRATI

Eh si.....la mia Sicilia bedda..... foriera di tante buone ricette tra cui questa che vi voglio proprio proporre.

La ricetta qui di seguito è per 4 persone ma nulla toglie di fare tutto ad occhio secondo il proprio gusto.

Ingredienti :

5 peperoni di diverso colore

50 gr di uva sultanina ammollata

50 gr di pinoli

4 rametti di basilico

50 gr di pangrattato

3 spicchi di aglio

5 filetti di acciughe

½ barattolo di pomodori pelati a pezzettini

Olio, sale e pepe q.b.



Preparazione

Preparare un sugo con i pomodori pelati facendo soffriggere uno spicchio di aglio nell'olio di oliva e aggiungendo quasi alla fine metà del basilico, sale e pepe. In un padellino fare tostare (atturrare) il pangrattato con un filo di olio di oliva sino a doratura. In una grande padella fate soffriggere in olio di oliva le e acciughe, il restante aglio a spicchi interi che poi andrà tolto. Aggiungere poi i peperoni tagliati a pezzetti non troppo piccoli prima a fuoco vivace e poi a fuoco moderato. Poco prima della fine cottura aggiungere il restante basilico, l'uvetta ammollata, i pinoli, il sugo di pomodoro preparato in precedenza ed il pangrattato atturrato.

Aggiustare di sale e di pepe e cuocere ancora per un paio di minuti.

BUONISSIMI..... BUON APPETITO!!!!

Una canzone da ascoltare di un cantante da ricordare – Napul'é di Pino Daniele (a cura della redazione)



*Napule è mille culure
Napule è mille paure
Napule è na carta sporca
e nisciuno se ne importa
e ognuno aspetta a 'ciorta*

Tra le canzoni di Pino Daniele quella che ricordiamo con maggiore affetto è Napule è. IL brano è inserito come traccia di apertura del suo album di esordio Terra mia (1977). Il testo della canzone parla delle contraddizioni e della difficile realtà di Napoli e della sensazione di indifferenza e di rassegnazione per questa situazione. Il brano ottenne grande successo nel corso degli anni seguenti, testimoniato dal fatto che è stato più volte riproposto dallo stesso autore sia in raccolte e in album live. Numerose anche le cover pubblicate da altri artisti come Mina, Gino Paoli e Laura Pausini. Napule è è in procinto di diventare l'inno ufficiale del Napoli: il brano infatti accompagna l'ingresso in campo delle squadre che si sfidano allo Stadio San Paolo, a partire dall' 11 gennaio 2015 (in occasione di Napoli-Juventus).

Nei nostri consueti incontri settimanali del mercoledì abbiamo ascoltato tutti insieme la canzone e queste sono le considerazioni che l'ascolto musicale ci ha evocato:

Il brano mi ha commosso, evocato nostalgia della mia città d'origine (Annamaria)

Il brano è orecchiabile (Elia)

Apprezzo il dialetto napoletano, perché mi affascina (Giuseppina)

Traspare l'amore per la propria terra da parte dell'autore (Fuffy)

Napoli non è una città facile in cui vivere (Redazione)



Pino Daniele, uno dei simboli della musica partenopea e italiana, nasce a Napoli il 19 marzo 1955. Si avvicina al mondo della musica molto presto. A soli 14 anni insieme ad altri amici coetanei imbraccia la sua prima chitarra.

Fin dai primissimi anni '70 segue con passione tutto il panorama musicale dell'epoca, cercando di fondere tra loro

diversi generi, per creare qualcosa di nuovo.

Dopo alcuni anni di gavetta e sacrifici, nel 1977 esce il suo primo disco "Terra mia" che include alcuni brani ancora oggi pietre miliari come "'Na tazzulella 'e cafè" e "Napule è".

La difficoltà iniziale di sfondare è data dall'uso del dialetto non per tutti comprensibile. Nel 1979, con l'uscita dell'album "Pino Daniele" con la famosissima "Je so pazzo", comincia però ad essere apprezzato da un pubblico più ampio.

Negli anni a seguire Pino Daniele gira l'Italia riempiendo piazze e stadi di numerose città e molte sono le collaborazioni con artisti nazionali ed internazionali.

Pino però deve affrontare gravi problemi di salute e nei momenti più difficili è Massimo Troisi ad essergli accanto, per il quale compone le colonne sonore per diversi film, tra cui "Le vie del signore sono finite"; "Ricomincio da tre", "Pensavo fosse amore invece era un calesse".

Nel 1995 Pino Daniele abbandona un po' il dialetto napoletano e collaborando anche con grandi artisti del panorama nazionale.

Nel 2001 festeggia l'uscita del suo ultimo lavoro "Medina" con un mega tour estivo che parte proprio dalla sua città. Con questo ritorna alle origini musicali: alcuni pezzi infatti, scritti in dialetto, mostrano la voglia che Pino ha di mantenersi legato alle sue radici ma di proiettarsi anche verso una musicalità futura.

Muore improvvisamente a causa di un infarto la notte del 4 gennaio 2015, nella sua casa di Magliano in Toscana. Ci siamo sorpresi che l'ultimo suo lavoro risalisse al 2001, perché la sua assenza dal panorama musicale non si è avvertita, grazie al fatto che i suoi brani sono sempre attuali, sono sempre stati riproposti, e rimangono vivi nella nostra memoria.

Ciao Pino!

L'angolo dell'arte – Artisti “dilettanti” (a cura di Rosario)



La barzelletta

CARL: "Sai perché in America fa freddo?"

BOB: "Perché?"

CARL: "Perché l'hanno scoperta!"



