



Assisi, i giovani e *CICATR/CI* Un nuovo *Cantico* contemporaneo

B. Niada, S. Commodaro, D. Zanni, P. Gurumendi, M. De Marco e illustrazione di **Giorgio Maria Romanelli** da pag. 15 a pag. 26



PACE

I nostri corpi in marcia dove si respira il mondo

Una visione della manifestazione Perugia-Assisi con dentro tutti noi di Fondazione Bullone.
F. C. Invernizzi a pag. 16-17

IL BULLONESI È IMPEGNATO AD ALLARGARE E RAFFORZARE SEMPRE PIÙ LA NOSTRA COMUNITÀ. CI SIAMO INTERROGATI SU DOVE È FINITO IL DOMANI

Futuro, fatti avanti



Incominciamo a riconoscere l'umanità dell'altro. Abitiamo insieme la Terra

Riempiamo oggi il nostro domani con i pensieri e le azioni per il bene comune.

P. Lenzi, A. Morelli, S. C. Misasi, L. Roffeni, C. e F. Berticelli, P. Gurumendi, L. Sabatino, F. M. Corpina da pag. 3 a pag. 13

MATTEO LANCINI

Bisogna saper ascoltare bene le voci del disagio

Il Bullone intervista lo psicoterapeuta Presidente dell'Istituto Minotauro di Milano.

E. Tomassoli a pag. 4-5

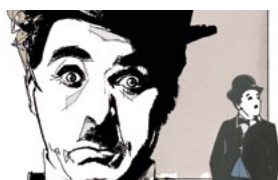
MARTIN L. KING

I have a dream: l'inno che unisce l'umanità

Ricordiamo le parole che hanno fatto la storia dell'attivista e pastore protestante statunitense.

a pag. 8-9

L'INTERVISTA IMPOSSIBILE

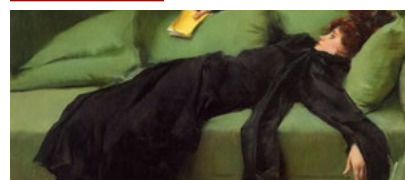


Chaplin: come Charlot per sorridere sempre

A colloquio con il protagonista del cinema muto.

V. Velluzzi a pag. 14

LA NOIA



Provare a guardare in modo diverso le nostre giornate

G. Scoppetta, A. Scagno, M. Nalin, A. Guglielmini, G. Maltagliati, I. Lenzi, V. Sirbu e R. Russo da pag. 27 a pag. 32

Il mensile dei B.Liver, ragazzi che vivono la malattia, e che con forza cercano di andare oltre. Il Bullone porta un nuovo punto di vista che supera pregiudizi e tabù.

LA MANIFESTAZIONE VISTA DA UNA GIOVANISSIMA STUDENTESSA



Una foto della manifestazione del 22 settembre a Milano.

Io, quindicenne, in piazza a Milano per Gaza e il futuro

di Amy El Kamli, B.Liver

È il 22 settembre 2025. Una mattinata uggiosa avvolge Milano, già caotica di per sé e resa ancor più congestionata dallo sciopero dei mezzi. I cittadini, impazienti di tornare alla loro quotidianità, si muovono tra fermate deserte e corse sopresse, costretti a cercare soluzioni alternative per raggiungere lavoro, scuola, o impegni personali. Nelle strade del centro il traffico è paralizzato: auto in coda, clacson che suonano senza tregua e tram bloccati che non riescono ad avanzare. A rendere la situazione così complessa, oltre allo sciopero, c'è la manifestazione pro Palestina, che ha riempito le vie principali di cartelli, bandiere e cori. Centinaia di persone, tra famiglie, studenti e giovani attivisti, hanno scelto di scendere in piazza per far sentire la propria voce, rallentando ulteriormente il normale scorrere della vita nella città. Io, assieme ad altri giovani provenienti da diverse scuole, ho deciso di fare la medesima cosa: rinunciare a una giornata di lezione per partecipare al corteo pro Gaza e far sentire la mia voce. Una voce collettiva che non mirava ad essere rumore fine a sé stesso, ma un richiamo alla coscienza, un invito a riflettere su un tema tanto delicato quanto urgente. Per le vie del centro si è levato un coro

variegato e compatto formato da famiglie, bambini, studenti e lavoratori, uniti da un unico messaggio: pace. Con cartelli, bandiere e slogan marcati a gran voce, i manifestanti hanno riempito le strade di parole che si ripetevano: «Free Palestine», «Stop al genocidio», «From the river to the sea, Palestine will be free». Centinaia di persone hanno gridato queste frasi senza secondi fini, senza la volontà di strumentalizzare l'iniziativa, o di farla degenerare in altro. Il loro obiettivo era chiaro: partecipare attivamente per esercitare un diritto fondamentale, ovvero quello di manifestare per la giustizia, per la pace e contro la violenza. La protesta contro la collaborazione militare e politica del nostro governo con le forze israeliane è stata in gran parte pacifica, ma c'è da dire che sono intervenuti gruppi violenti nella zona della Stazione Centrale. Cinque, secondo alcune fonti, sono stati gli arresti. Due ragazze in direttissima, due minori e un giovane. Quest'ultimo pagherà una pena aggravata dal nuovo decreto sicurezza per l'accusa di resistenza e lesioni aggravate contro un agente di polizia. Nel complesso, però, la manifestazione è stata pacifica, infatti, in una città bloccata dal traffico e dallo sciopero dei mezzi, il corteo ha voluto rappresentare non un ostacolo, ma un segnale forte: la dimostrazione che, nonostante le dif-

ficoltà quotidiane, c'è chi sceglie di rinunciare a un pezzo della propria normalità pur di prendere posizione e far emergere una voce che chiede di essere ascoltata. Come sostiene l'articolo 21 della Costituzione Italiana, «tutti hanno diritto di manifestare liberamente il proprio pensiero con la parola, lo scritto e ogni altro mezzo di diffusione». A patto che il nostro manifestare non sia una forma contraria al buon costume, siamo tutti invitati ad usufruire di questo sacrosanto diritto, poiché il silenzio, l'atto di non prendere alcuna posizione, rifiutarsi di far sentire la propria voce è mancanza di rispetto verso coloro che non hanno la nostra stessa fortuna, e un segno di complicità nei confronti di uno Stato che sta contribuendo a quello che è diventato un vero e proprio genocidio. Non si tratta più di avere tatto e di saper dosare le parole per una causa politica o religiosa, ma si tratta di esprimere i fatti per la loro veridicità a

Prendere posizione per non essere complici di un genocidio

fronte di un evento che è riuscito anche a testare il nostro livello di umanità, di testare fin dove si spinge l'astio e la cattiveria dell'essere umano. Perché è crudele scegliere di chiudere gli occhi e fingersi ciechi quando si hanno davanti scene di bambini uccisi, figli strappati alle proprie famiglie, civili che muoiono di fame, malati senza la possibilità di cure, ospedali e scuole in fiamme. E crudele ignorare il fatto che dall'altra parte del mondo dei diritti che dovrebbero essere tutelati sono invece strappati violentemente senza alcuna giustificazione fondata e credibile. Perché assolutamente nulla deve giustificare ciò che sta succedendo nella striscia di Gaza. Nulla può giustificare la morte di tanti civili in così poco tempo. Nulla può giustificare la volontà di radere al suolo un'intera popolazione, perché se mai dovesse accadere che il popolo palestinese venisse completamente distrutto, noi avremmo fallito come esseri umani. Se succederà questo dovremo portare un grande peso sulla coscienza per non aver potuto fare nulla. Perché prendere posizione non è più una scelta politica, ma una delle poche possibilità che abbiamo per non essere ricordati nei libri di storia e dai nostri discendenti come complici di un genocidio.

LE SPERANZE PER IL DOMANI, SECONDO I B.LIVER

di Pietro Lenzi, B.Liver

La nostra percezione del tempo è condizionata in maniera inevitabile da ciò che proviamo e a cui siamo esposti. Ne è un esempio l'esperimento carcerario di Stanford del 1971.

Un discreto numero di studenti volontari in veste di prigionieri e guardie hanno dimostrato, infatti, come durante la reclusione lo sfasamento dello scorrimento delle ore e dei giorni sia spesso premessa di conseguenze tragiche.

Gli effetti di esperimenti di questo genere sono spesso così deleteri da forzare la conclusione anticipata della prova per non incorrere in fenomeni di estrema violenza o aggressività.

Nel caso di Stanford la durata registrata fu di soli cinque giorni rispetto alle due settimane previste inizialmente.

Non avere rapporti con altre persone, vivere soli e in condizione di forte stress altera, e marcatamente, la nostra idea di futuro, presente e passato.

L'effetto scatenato appare paragonabile a quello provocato da sostanze allucinogene o psicotrope.

Soprattutto quando non si è soliti a condizioni così estreme, il cervello è come se cambiasse configurazione e ci costringesse a insediare dentro il nostro sistema una nuova idea di tempo.

Scopo? Adattarsi al repentino cambiamento e scandire i secondi per trovare il modo più efficiente di sopravvivere.

E cosa succede durante i conflitti? Come percepiamo l'avanzamento dei giorni quando siamo sotto attacco in condizioni belliche?

Mi chiedo se ciò che si vive, in fasi di tremenda brutalità e crudeltà, non annulli completamente l'idea del futuro.

Non mi spiego come sia possibile avere la forza di proiettarsi in una fase della vita che non sussiste quando, probabilmente, non ci si rende neanche conto fino in fondo della propria situazione presente. Come figurare il futuro?

Forse, se si raggiungesse un pieno stato di consapevolezza quando si è catapultati in un contesto di caducità e fragilità, le nostre chance di sopravvivere diminuirebbero vertiginosamente.

Penso che ci sia un forte legame tra presa di coscienza della precarietà dell'essere umano e la sua conseguente concezione del tempo, anche nella vita quotidiana.

Non serve che vi siano per forza conflitti a fuoco impellenti per testimoniare.

Ma ora la guerra ci tocca sempre più da vicino e forse conviene porsi la questione, cercare di immedesimarsi nelle persone che subiscono continuamente gli atti di violenza durante stermini e conflitti.

Un modo per cercare di comprendere, per quanto sia possibile, lo stravolgimento nella vita delle persone durante la guerra, anche per quanto riguarda qualcosa di fondante come il futuro e il tempo, è cercare di avere sottomano più testimonianze possibili.

Durante la visione del film *La voce di Hind Rajab*, presentato al Festival di Venezia 2025 e uscito da poco nelle sale, il tempo viene scandito dalle registrazioni di alcuni operatori umanitari e dall'angoscia e paura di una bambina costretta ad assistere allo spettacolo osceno dei carri armati e della morte dell'intera famiglia.

Tutte prove reali di persone in pericolo sotto le bombe a Gaza. Durante la visione viene presentato il tentativo di coordinamento di un'azione di soccorso da parte di un'organizzazione umanitaria attiva nella striscia di Gaza, la Mezzaluna Rossa Palestinese.

Il passaggio del tempo è lacerante, si divide tra l'attesa della bambina bloccata in auto e circondata da persone senza vita e la corsa degli operatori.

Questi ultimi cercano di salvarla tramite un più che difficoltoso piano di salvataggio.

Ci vorrebbero solo otto minuti, ripete spesso il soccorritore che dialoga con la bimba e, invece le continue limitazioni di transito imposte dall'esercito israeliano e il continuo rinvio della «green flag» la condannano a un'attesa di molteplici ore.

Lo scorrere interminabile del tempo viene riportato con un pennarello rosso sul vetro dell'ufficio del responsabile da uno dei soccorritori e aumenta irrimediabilmente e in maniera esponenziale; il clima è angosciante e le speranze per la bambina diminuiscono sempre di più.

Il finale è tragico e il fatto che la storia sia del tutto vera, senza alcuna edulcorazione, è ancora più impattante e straziante.

Quello che è successo a Hind si è ripetuto molte volte da quel 29 gennaio del 2024, data a cui risalgono le registrazioni e giorno della drammatica scomparsa della bimba.

Chissà quanti vuoti si sono creati: la vita della piccola, tutte le storie e i sogni che portava con sé e quelli di tutta la sua famiglia.

Ma come può esserci futuro se in un intero territorio scompaiono le persone, i loro pensieri, le relazioni umane. Può esistere futuro dove rimangono solo macerie?

Ma che fine ha fatto il futuro?

FUTURO

LO PSICOTERAPEUTA, PRESIDENTE DELL'ISTITUTO MINOTAURO DI MILANO, CRITICA I DIVIETI NELLE SCUOLE CHE LIMITANO I BISOGNI DI SOCIALITÀ E LE RELAZIONI TRA I GIOVANI. SI RIPARTE DALLA SOCIETÀ «ONLIFE»

di Elisa Tomassoli, B.Liver

Matteo Lancini è uno psicologo e psicoterapeuta e Presidente della Fondazione Minotauro di Milano, un Centro clinico di consultazione e psicoterapia e una Scuola di specializzazione in psicoterapia psicoanalitica per l'adolescente e il giovane adulto. Tra i più autorevoli esperti di adolescenza e relazioni educative in Italia, al *Bullone* racconta il complicato rapporto tra fragilità e futuro.

A destra una scena della serie Netflix *Skam Italia*.



MATTEO LANCINI

Bisogna saper ascoltare le voci del disagio e il dolore dei ragazzi

In questa edizione del nostro mensile, ci siamo confrontati con le nostre aspirazioni e i nostri desideri, ma una domanda sorge spontanea: i giovani credono ancora nel futuro?

«Adesso la vicenda è complicata dal fatto che questo tema del futuro è aggravato sia dai comportamenti degli adulti – che hanno disboscato il pianeta, plattificato i mari e li hanno resi più poveri – sia dal modo in cui gli adulti non solo non si preoccupano di preservare la Terra, ma faticano enormemente a costruire strumenti adeguati per le nuove generazioni. Penso, ad esempio, alla scuola o al modo di crescere i ragazzi in questa complessità: spesso non sono adatti a loro. Quindi non è che tutti i ragazzi abbiano perso speranza nel futuro. Gli adulti, con le loro scelte degli ultimi anni non li stanno certo aiutando o rassicurando sul fatto che un futuro ci sarà per loro. Basta pensare alle guerre, al pianeta, o a una scuola che, invece di essere organizzata per i ragazzi, è strutturata sulle ansie degli adulti e serve soprattutto a far sentire adatti gli adulti stessi».

In un'intervista lei ha raccontato: «Il vero tema è come mai questi adolescenti si sentono così soli in mezzo agli adulti. (...)Io cre-

Matteo Lancini, psicologo e psicoterapeuta, è Presidente della Fondazione Minotauro di Milano. Insegna presso il dipartimento di Psicologia dell'Università degli Studi di Milano-Bicocca e presso la facoltà di Scienze della formazione dell'Università Cattolica di Milano. È autore di diversi libri.

do che anche a scuola i ragazzi dovrebbero avere il cellulare sempre acceso e fare le lezioni con questo strumento». Ma i giovani, tra di loro, come si sentono? Le loro identità digitali come coesistono con le loro identità reali?

«Sono la stessa cosa. Oggi non c'è più distinzione. Chi non si accorge che ogni giorno vive ogni ruolo, ogni identità e ogni azione lavorativa in integrazione tra la vita reale e la vita virtuale, semplicemente non vede ciò che accade. Gli adulti vivono ogni giorno in questa società "onlife", ma spesso non se ne accorgono. Dire a un ragazzo di 17 anni che deve lasciare il telefono fuori dall'aula per dimo-

strare di essere un bravo insegnante non ha senso: tutto il mondo vive online. Esistono insegnanti che sono diventati tra i più importanti influencer in Italia, guadagnano, vendono libri, raccontano pubblicamente la propria vita e identità, e fin a qui va tutto bene. Poi però non dovrebbero permettersi di andare in televisione o in radio a sostenere che bisogna vietare i social e lo smartphone ai ragazzi e alle ragazze. Questa è la testimonianza di adulti che vogliono tutto, ma non si identificano con i bisogni delle nuove generazioni, dei bisogni attuali e futuri dei loro studenti, si tratta di una dissociazione. E il livello è ancora più grave se si pensa che mentre i giovani sono esposti ogni giorno a guerre, morti, bambini feriti, immagini di distruzione, si sostiene che la violenza giovanile dipende dai videogiochi. Internet non è un vizio: è la vita, è l'identità delle nuove generazioni. Basta guardare a chi governa il mondo, a come si muovono i genitori, al fatto che oggi conta essere in qualsiasi campo un influencer. La scuola vieta il cellulare, ma poi usa WhatsApp per i compiti e il registro elettronico».

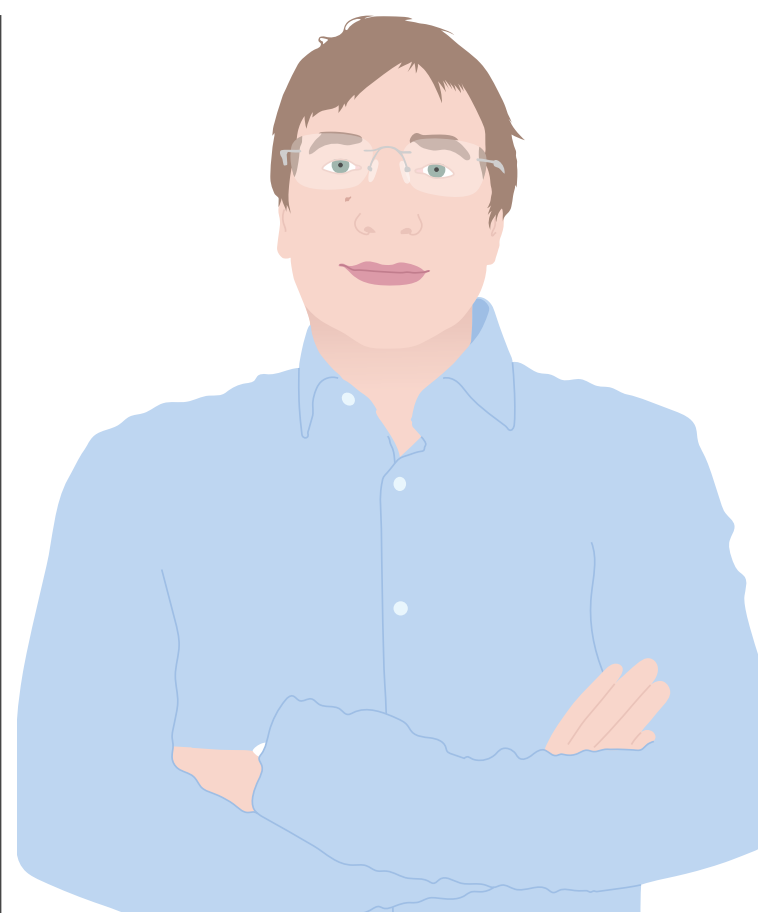
In Italia oggi si vive soli sempre più spesso. Ma dunque, quando si smette di essere adolescenti e si inizia ad essere adulti? Quando,

anche la Generazione Z, potrà avere un suo posto al «tavolo dei grandi»?

«Non so quando gli adolescenti o i giovani si siederanno al tavolo degli adulti, bisognerebbe chiederlo agli stessi ragazzi. Se aspettano che gli adulti lascino loro uno spazio, sarà difficile. Agli adulti non piace invecchiare: molte istituzioni in Italia sono governate da persone che si sostituiscono l'un l'altra senza grande ricambio generazionale. Questo lascia poco spazio ai giovani. Forse la domanda giusta è: perché le nuove generazioni non si riuniscono e non dicono chiaramente "guardate, noi non veniamo più a scuola finché non ce ne fate una per noi e non per voi"? Immaginate se due milioni di ragazzi non andassero più a scuola: le istituzioni reagirebbero, perché le istituzioni cambiano quando non hanno più clienti. Prendiamo un episodio recente: tre ragazzi che alla maturità hanno scelto di non rispondere alle domande perché stavano male — non perché volessero "scandalizzare", ma perché la scuola li aveva feriti. Invece di capirli, molti adulti li hanno trattati come delinquenti. Come può un giovane esprimere dissenso se viene subito criminalizzato?».

Ma allora quale può essere la soluzione?

«La soluzione non è vietare: è costruire una scuola pensata per loro, dove contino le loro domande, dove si possano svolgere prove aperte su internet e si usino gli strumenti digitali in modo coerente con la realtà esterna. Ci sono insegnanti e dirigenti che provano a cambiare, ma servirebbe una ristrutturazione profonda: ruolo docente, metodi di insegnamento, criteri di valutazione. Infine, voglio essere chiaro: io sono contrario a internet e ai social. La mia non sarà mai una difesa di internet, ma è una critica alla dissociazione degli adulti, alla contraddizione tra l'uso che loro stessi fanno della rete e ciò che impongono ai giovani. Il punto è che gli adulti ascoltano molto, ma non stanno costruendo idee o istituzioni a sostegno dei giovani e del loro futuro. Così i ragazzi e le ragazze se ne vanno, o abbandonano la scuola per sopravvivere psicologicamente. Questo è il vero problema da affrontare».



» **Gli adulti ascoltano molto, ma non stanno costruendo idee o istituzioni a sostegno dei giovani e del loro futuro**

«Abbiamo paura di fallire, di sbagliare, il futuro ci spaventa, e allora non facciamo niente», raccontano i nostri ragazzi. È un sentimento diffuso? E come possiamo aiutarli, stabilendo una nuova relazione con la paura e il fallimento?

«Se parliamo del fallimento tra i giovani, bisogna prima chiarire che il problema non risiede solo nella loro paura del futuro o nel fatto che non siano abituati alle frustrazioni, come si tende a raccontare. Oggi i giovani e i giovanissimi se esprimono i propri pensieri o le proprie emozioni rischiano di essere percepiti come "falliti" dagli adulti. Questo accade perché ogni loro scelta o emozione che non si allinei alle aspettative di genitori, insegnanti o educatori viene giudicata sbagliata. Di conseguenza, cresce in loro una paura profonda di mostrarsi autentici e di seguire i propri desideri, perché sanno che questo li esporrebbe a critiche e disapprovazione. Stiamo parlando di adolescenti che si trovano ancora in una forte dipendenza economica e affettiva dai genitori. Frequentano una scuola che spesso premia l'adattamento e la ripetizione delle informazioni, piuttosto che la creatività o l'autenticità. La scuola alimenta la competizione e la usa come forma di potere e valutazione numerica, non è un ambiente che favorisce l'apprendimento ma promuove la raccolta di voti. In questo contesto, è comprensibile che molti ragazzi sperimentino ansia e paura del fallimento. Finché gli adulti ti tratteranno come falliti quando sono loro stessi, avranno paura di fare qualsiasi cosa. L'altra opzione è ammalarsi, impazzire, diventare come vogliono gli altri. Dobbiamo cambiare il modo in cui osserviamo e supportiamo i giovani: non come individui da controllare o misurare numericamente, ma come persone da guidare, valorizzare e ascoltare».

Lei, che rapporto ha con il suo futuro?

«Quello che ho imparato nella vita è che bisogna avere sempre un progetto. Per questo motivo, al momento investo in quelli che considero progetti significativi, è un modo per dare senso alla vita. Siamo immersi in una società che ha continuato a raccontare ai ragazzi di aver dato loro tutto, ma che ha rimosso il dolore. Il rapporto con il futuro dovrebbe includere la capacità di tollerare tristezza, dolore e paura, che fanno parte dell'essere umano. Nemmeno durante la pandemia abbiamo parlato della morte a scuola o con i figli a tavola. Quando i ragazzi tornavano a scuola non c'era spazio per affrontare emozioni profonde. Negli ultimi anni, adolescenti e giovani adulti hanno assunto un senso di disperazione e profondità emotiva enorme. Si ignora il fatto che il problema riguarda la difficoltà dell'adulto di comprendere e supportare i giovani. Ogni giorno il comportamento di genitori, insegnanti e politici ha un impatto enorme, ma spesso non viene considerato».

FUTURO

RIEMPIAMO FIN DA SUBITO IL TEMPO CHE VERRÀ CON SCELTE E RESPONSABILITÀ

Tutti gli strumenti per dare forma a ciò che è ignoto

di Arianna Morelli, B.Liver

Che fine fa il futuro quando lo si pensa, o meglio, quando si cerca di dargli una forma progettandolo? Diventa parte del presente, mescolandosi con esso? O i due tempi esistono distintamente, senza intaccarsi? Credo tutte e due le cose, vi è una contaminazione di entrambi i fattori. Si può parlare sia di perdita che di trasformazione: l'uomo che ero e non sono più, ora è altro, si è evoluto; perdendosi e ricomponendosi, diversamente, ora non è più me. Entrambi i termini vengono accostati da Haruki Murakami, riflettendo sul concetto di futuro.

L'autore porta avanti tesi complesse e al contempo malinconiche e sottolinea che l'evoluzione rappresentata dal termine, al tempo stesso, accoglie, trasformando il soggetto coinvolto e diminuisce. Così l'uomo si ritrova al centro fra due forze che tirano in direzioni opposte. Gli aspetti più interessanti affrontati fanno riferimento anche ad un senso di incertezza, con conseguente vuoto, alla crescita personale, al contesto presente. Questo è un filo continuo che unisce, nel tempo, aspetti che sembrano distinti.

Infine, è interessante il concetto di «pecora di tempo», presentato nel suo libro *Nel segno della pecora*. Si considera l'incertezza dell'orizzonte futuro e questo genera un senso di vuoto che si accumula.

Per Murakami, dunque, il futuro non promette felicità e speranza, ma è un processo multiforme di perdita e crescita, unito al concetto di trasformazione.

L'uomo che ero e non sono più, ora è altro, si è evoluto; prima si è perso e poi si è ricomposto diversamente

È una tesi molto complessa che si richiama alla visione filosofica secondo la quale il futuro include necessariamente una dimensione di responsabilità etica e anche decisionale. Questo, dal punto di vista della scelta, complica le cose. Un uomo che deve affrontare una scelta si ritrova davanti a più insiemi di scelte ed opzioni che si distinguono nel tempo presente, dal presente stesso. Solo uno di questi si realizzerà, portandosi anche nel futuro,

prevalendo sugli altri.

Dunque, il futuro è prima di tutto vittima e scarto di una continua e repentina evoluzione, nata nell'incertezza, frutto di un dubbio. Ontologicamente può essere considerato sia entità reale che costruito logico: questo rappresenta uno dei più grandi dilemmi filosofici.

Consideriamo ora il tempo come concetto, ne esistono diverse concezioni: alcuni pensatori lo considerano illusione e credono che la distinzione fra passato, presente e futuro sia solo un'illusione, ma è da ricordare che la percezione umana della realtà rende impensabile concepire un universo senza tempo e al di fuori di esso.

Il mondo vive di tempo, ne è totalmente immerso. Il futuro scuote anticipando, mentre il presente scorre veloce già mostrandosi passato.

Il primo dà pizzichi lievi che portano ad agire, oppure paralizza e da questa paralisi, spesso, nasce la reazione. Si torna all'agire, al movimento, a quella scossa di cui tanto si va alla ricerca.

Fluisce il tempo, scorrendo, perdendosi fra presente e passato, in attesa di un futuro che spesso arriva con tempistiche non immaginate.

Arriva sempre troppo presto, oppure tardi.

A volte, arriva senza avvisare e senza seguire lo schema immaginato su cui si erano basate tutte le aspettative a riguardo.

Così, quelle vanno in frantumi e ci si crede vittima di una realtà silente.

Bisogna solo osservare e ascoltare, bisogna cambiare sguardo e permettere a quello di entrare un po' di più nel nostro tempo, nel nostro spazio presente, senza caricarlo eccessivamente di aspettative e paure.

Quelle fregano, sempre.



PER LA CRESCITA INDIVIDUALE E COLLETTIVA

Attenzione a dire: «Houston ho un problema»

di Salvatore Cristiano Misasi, B.Liver

Cos'è il futuro? Un tempo dove tutti i nostri sogni possono divenire realtà, o la casa nella quale trovano rifugio tutte le paranoie, ansie e preoccupazioni?

L'uomo sin dalla sua apparizione sulla Terra, ha sempre temuto l'ignoto: ciò che non conosceva e di conseguenza non sapeva affrontare, diventava per lui l'avversario più temuto. Mentre il passato è una banca dati dalla quale trarre competenze e il presente è un campo d'allenamento dove testarle, il futuro per molti è la realtà in cui potrebbero essere necessarie altre esperienze per superare determinate sfide o difficoltà, per tal motivo il futuro angoscia, logora e in molti casi ruba l'ossigeno all'oggi.

Personalmente ho sempre avuto un rapporto molto controverso con il futuro, per molto tempo l'ho temuto, ricordo i primi incubi da bambino: mentre gli altri miei coetanei erano perseguitati da streghe, orchi e mostri di ogni tipo, nei miei incubi c'erano fobie ambientate in un futuro non così vicino, che non sapevo come combattere, come il surriscaldamento globale e le sue conseguenze e vari cataclismi come terremoti e tsunami; crescendo poi, ho rivoltato le preoccupazioni verso un'apocalisse nucleare e le pandemie sconosciute.

Quando ero avvolto da queste preoccupazioni, mi rendevo conto di dar loro un'importanza primaria, ogni due pensieri ce n'era sempre uno pronto a turbarmi nel vero senso della parola, avevo paura di non sapere come sarebbero andate le cose,

fin quando poi ho compreso che stavo togliendo energie al mio potenziale presente.

Quando sei in compagnia di pensieri diversamente positivi che non trovano risposta, quando ricerchi inconsapevolmente soluzioni logiche che purtroppo non esistono, in realtà stai bruciando il tuo presente e lentamente anche il tuo futuro.

Consumando fortunatamente una piccolissima parte della mia esistenza «errando», ho

capito che la vita appartiene a colui che la conquista ogni giorno.

Le uniche persone che non temeranno mai lo scorrere del tempo, sono coloro che colgono ogni singolo istante del presente, valorizzandolo, buttandosi a capofitto in avventure, progetti e sogni più grandi di loro senza mai pensare alle possibili conseguenze.

Se solo Cristoforo Colombo avesse pensato alle possibili difficoltà del suo viaggio non avrebbe scoperto l'America, se solo Armstrong avesse detto: «Houston, avremo problemi» coniugando quell'epica frase al futuro e non al presente, non sarebbe mai sbarcato sul nostro satellite.

Col tempo ho capito che non puoi prepararti al futuro, non puoi stare fermo per paura di fallire, perché i fallimenti, i dolori, i cuori spezzati e le strade sbagliate ci saranno sempre e forse è proprio quello il bello del cosmo, cioè guardare un uomo sorridere mentre sanguinante si rialza e dice: «Sono più forte io», in fin dei conti anche alcuni mattoni scheggiati riescono a sorreggere il peso di una casa, anzi, le donano una storia interessante da raccontare.

Come vivo dunque il futuro?

Come se non esistesse, mi impegno al massimo per migliorare il mio presente, non mi sottraggo di fronte a nessuna sfida gettandomi in ogni avventura a occhi aperti perché io voglio vivere l'oggi, se poi il futuro deciderà di riservarmi qualcosa di positivo, ne sarò più che felice.

Il mio unico obiettivo è quello di arrivare a poter dire da anziano: «Ho conquistato tutto quel che potevo».

Apriamoci sempre a tutte le possibilità che la vita ci offre

di Lisa Roffeni, B.Liver

Il futuro: argomento per me talmente buio da esser stata obbligata a sconvolgere la scaletta almeno tre volte per riuscire ad esprimere al meglio il mio pensiero a riguardo. Strano a dirsi, solo da poco ho voluto tentare di focalizzarlo per rendermi il più partecipe e attiva possibile nel frenetico mondo in cui viviamo.

Cos'è davvero il futuro? A dover formulare un'opinione del tutto personale, ritengo che il futuro sia inesistente; perlomeno, non come dimensione dettata da elementi concreti, afferrabili, bensì una proiezione costruita a partire dal presente.

È una speranza plasmata dagli eventi e dalle esperienze che abbiamo vissuto fino a questo momento, non qualcosa che possiamo afferrare senza aver prima agito e vissuto nel qui e ora. Sul piano collettivo è difficile nutrire speranze se non si è direttamente coinvolti nel cambiamento, intrappolati nell'illusione di non avere nessun potere o rilevanza, o di non fare mai abbastanza.

La sensazione di impotenza può soffocare fino a non vedere altro che oscurità, invece dell'eventuale luce creata da movimento ed energia.

Il desiderio iniziale spesso dovrebbe essere scavalcare le barriere e contribuire con i propri valori e capacità a costruire un principio di mondo migliore. Ognuno ha la responsabilità di essere, e costruire, quella parte di realtà che vorrebbe vedere esternamente.

È difficile nutrire speranze se non si è direttamente coinvolti nel cambiamento. Siamo intrappolati nell'illusione di non avere alcun potere

Va bene, ammetto di non avere speranze neanche sulla sfera individuale.

Ho obiettivi da raggiungere, con tenacia sì, tralasciando però ambizione o testardaggine. Sono aperta alle possibilità della vita e alla certezza che non c'è mai una strada unica, o al contrario, sbagliata.

Ogni apparente deviazione può essere presa come un insegnamento verso la propria vera via.

Fino a qualche anno fa avevo

le idee chiare: avrei finito il liceo, intrapreso la carriera universitaria, ed entro i venticinque anni mi sarei trasferita in qualche parco nazionale a lavorare con gli animali. La malattia, poi, ha sconvolto qualsiasi mio piano, e non perché non avessi più prospettive future, avevo semplicemente iniziato a guardare le cose da un nuovo punto di vista.

Il mio desiderio di stare a contatto con gli animali era una mascherata speranza di fuggire dalla mia sensibilità nei confronti delle persone.

Ne avevo talmente paura da rinnegare una parte di me che desiderava invece renderla una risorsa, e così ho fatto. Essa quindi, è stata affiancata alla passione per la scrittura, scoperta in primo luogo come passatempo, e solo dopo come elemento fondamentale di rinascita, a cui ho intenzione di dare spazio in un'ipotetica carriera professionale.

Però non temo il dolore o il fallimento: li considero, sono, nella giusta dose, gli indicatori più diretti ed efficaci per chiarire ciò che non vogliamo nella nostra vita.

Ciò ci permette di limitare il campo a quello che davvero reputiamo debba farne parte: che si tratti di persone, emozioni, abitudini, hobby, campi professionali, prospettive e ideali. In questo processo, la chiave è l'ascolto di sé e una costante consapevolezza del mondo che ci circonda.

Il futuro non è un traguardo lontano e immutabile da aspettare passivamente, ma qualcosa che si costruisce ogni giorno con le nostre scelte e azioni.

Sta a noi essere protagonisti attivi della realtà che vorremmo vedere, partendo dalla nostra responsabilità individuale fino all'impegno collettivo.

Solo così il futuro, pur nella sua natura incerta, può prendere forma e significato.

RIVOLGIAMO LO SGUARDO DAL DISUMANO ALL'UMANO. UNA NUOVA STAGIONE DI PACE È POSSIBILE. EVITIAMO LE DERIVE DELLA VIOLENZA

I have a dream: l'inno dell'umanità



28 agosto 1963

Oggi sono felice di essere con voi in quella che nella storia sarà ricordata come la più grande manifestazione per la libertà nella storia del nostro Paese.

Un secolo fa, un grande americano, che oggi getta su di noi la sua ombra simbolica, firmò il Proclama dell'emancipazione. Si trattava di una legge epocale, che accese un grande faro di speranza per milioni di schiavi neri, marchiati dal fuoco di una bruciante ingiustizia. Il proclama giunse come un'aurora di gioia, che metteva fine alla lunga notte della loro cattività. Ma oggi, e sono passati cento anni, i neri non sono ancora liberi. Sono passati cento anni, e la vita dei neri è ancora paralizzata dalle pastoie della segregazione e dalle catene della discriminazione.

Sono passati cento anni, e i neri vivono in un'isola solitaria di povertà, in mezzo a un immenso oceano di benessere materiale. Sono passati cento anni, e i neri ancora languiscono negli angoli della società americana, si ritrovano esuli nella propria terra. Quindi oggi siamo venuti qui per tratteggiare a tinte forti una situazione vergognosa. In un certo senso, siamo venuti nella capitale del nostro paese per incassare un assegno. Quando gli architetti della nostra repubblica hanno scritto le magnifiche parole della Costituzione e della Dichiarazione d'indipendenza, hanno firmato un "pagherò" di cui ciascun americano era destinato a ereditare la titolarità.

Martin Luther King Jr. (1929-1968) è stato un attivista, un politico e un pastore protestante statunitense, leader del movimento per i diritti civili degli afroamericani.

Il "pagherò" conteneva la promessa che a tutti gli uomini, sì, ai neri come ai bianchi, sarebbero stati garantiti questi diritti inalienabili: "Vita, libertà e ricerca della felicità". Oggi appare evidente che per quanto riguarda i cittadini americani di colore, l'America ha man-

cato di onorare il suo impegno debitorio. Invece di adempiere a questo sacro dovere, l'America ha dato al popolo nero un assegno a vuoto, un assegno che è tornato indietro, con la scritta "copertura insufficiente". Ma noi ci rifiutiamo di credere che la banca della giustizia sia in fallimento. Ci rifiutiamo di credere che nei grandi caveau di opportunità di questo paese non vi siano fondi sufficienti. E quindi siamo venuti a incassarlo, questo assegno, l'assegno che offre, a chi le richiede, la ricchezza della libertà e la garanzia della giustizia. Siamo venuti in questo luogo consacrato anche per ricordare all'America l'infuocata urgenza dell'oggi. Quest'ora non è fatta per abbandonarsi al lusso di prendersela calma o di assumere la droga tranquillante del gradualismo.

Adesso è il momento di tradurre in realtà le promesse della democrazia. Adesso è il momento di risollevarci dalla valle buia e desolata della segregazione fino al sentiero soleggiato della giustizia razziale. Adesso è il momento di sollevare la nostra nazione dalle sabbie mobili dell'ingiustizia razziale per collocarla sulla roccia compatta della fraternità. Adesso è il momento di tradurre la giustizia in una realtà per tutti i figli di Dio. Se la nazione non cogliesse l'urgenza del presente, le conseguenze sarebbero funeste. L'afosa estate della legittima insoddisfazione dei negri non finirà finché non saremo entrati nel frizzante autunno della libertà e dell'uguaglianza.

za. Il 1963 non è una fine, è un principio. Se la nazione tornerà all'ordinaria amministrazione come se niente fosse accaduto, chi sperava che i neri avessero solo bisogno di sfogarsi un po' e poi se ne sarebbero rimasti tranquilli rischia di avere una brutta sorpresa. In America non ci sarà né riposo né pace finché i neri non vedranno garantiti i loro diritti di cittadinanza. I turbini della rivolta continueranno a scuotere le fondamenta della nostra nazione finché non spunterà il giorno luminoso della giustizia. Ma c'è qualcosa che devo dire al mio popolo, fermo su una soglia rischiosa, alle porte del palazzo della giustizia: durante il processo che ci porterà a ottenere il posto che ci spetta di diritto, non dobbiamo commettere torti. Non cerchiamo di placare la sete di libertà bevendo alla coppa del rancore e dell'odio. Dobbiamo sempre condurre la nostra lotta su un piano elevato di dignità e disciplina. Non dobbiamo permettere che la nostra protesta creativa degeneri in violenza fisica.

Sempre, e ancora e ancora, dobbiamo innalzarci fino alle vette maestose in cui la forza fisica s'incontra con la forza dell'anima. Il nuovo e meraviglioso clima di combattività di cui oggi è impregnata l'intera comunità nera non deve indurci a diffidare di tutti i bianchi, perché molti nostri fratelli bianchi, come attesta oggi la loro presenza qui, hanno capito che il loro destino è legato al nostro.

Hanno capito che la loro libertà si lega con un nodo inestricabile alla nostra. Non possiamo camminare da soli. E mentre camminiamo, dobbiamo impegnarci con un giuramento: di proseguire sempre avanti. Non possiamo voltarci indietro. C'è chi domanda ai seguaci dei diritti civili: "Quando sarete soddisfatti?". Non potremo mai essere soddisfatti, finché i neri continueranno a subire gli indescribibili orrori della brutalità poliziesca. Non potremo mai essere soddisfatti, finché non riusciremo a trovare alloggio nei motel delle autostrade e negli alberghi delle città, per dare riposo al nostro corpo affaticato dal viaggio.

Non potremo mai essere soddisfatti, finché tutta la facoltà di movimento dei neri resterà limitata alla possibilità di trasferirsi da un piccolo ghetto a uno più grande. Non potremo mai essere soddisfatti, finché i nostri figli continueranno a essere spogliati dell'identità e derubati della dignità dai cartelli su cui sta scritto "Riservato ai bianchi". Non potremo mai essere soddisfatti, finché i neri del Mississippi non potranno votare e i neri di New York crederanno di non avere niente per cui votare.

No, no, non siamo soddisfatti e non saremo mai soddisfatti, finché la giustizia non scorrerà come l'acqua, e la rettitudine come un fiume in piena. Io non dimentico che alcuni fra voi sono venuti qui dopo grandi prove e tribolazioni. Alcuni di voi hanno lasciato da poco anguste celle di prigione. Alcuni di voi sono venuti da zone dove ricercando la libertà sono stati colpiti dalle tempeste della persecuzione e travolti dai venti della brutalità poliziesca. Siete i reduci della sofferenza creativa. Continuate il vostro lavoro, nella fede che la sofferenza immeritata ha per frutto la redenzione. Tornate nel Mississippi, tornate nell'Alabama, tornate nella Carolina del Sud, tornate in Georgia, tornate in Louisiana, tornate alle baracopoli e ai ghetti delle nostre città del Nord, sapendo che in qualche modo questa situazione può cambiare e cambierà. Non indugiamo nella valle della disperazione. Oggi, amici miei, vi dico: anche se dobbiamo affrontare le difficoltà di oggi e di domani, io continuo ad avere un sogno. È un sogno che ha radici profonde nel sogno americano.

Una poesia per credere ancora nel futuro

Puoi svalutarmi nella storia
Con le tue amare, contorte bugie,
Puoi calpestarci nella più fonda sporcizia
Ma ancora, come la polvere, mi solleverò

La mia sfacciataggine ti infastidisce?
Perché sei così oscurato dalla malinconia?
Perché io cammino come se avessi pozzi di petrolio
Che sgorgano nel mio soggiorno.

Proprio come le lune e i soli,
Con la certezza delle maree,
Proprio come le speranze che si librano alte,
Ancora mi solleverò.

Volevi vedermi distrutta?
Testa china ed occhi bassi?
Spalle che cadono come lacrime,
Indebolita dai miei pianti di dolore.

La mia superbia ti offende?
Non prenderla troppo male
Perché io rido come se avessi miniere d'oro
Scavate nel mio giardino

Puoi spararmi con le tue parole,
Puoi tagliarmi coi tuoi occhi,
Puoi uccidermi con il tuo odio,
Ma ancora, come l'aria, mi solleverò.

La mia sensualità ti disturba?
Ti giunge come una sorpresa
Che io balli come se avessi diamanti
Al congiungersi delle mie cosce?

Fuori dalle capanne della vergogna della storia
Io mi sollevo
sopra un passato che ha radici nel dolore
Io mi sollevo
Sono un oceano nero, agitato e vasto,
Sgorgando e gonfiandomi io genero la marea.
Lasciando alle spalle notti di terrore e paura
Io mi sollevo
In un nuovo giorno che è meravigliosamente limpido
Io mi sollevo
Portando i doni che i miei antenati hanno dato,
Io sono il sogno e la speranza dello schiavo.
Io mi sollevo
Io mi sollevo
Io mi sollevo

Still I rise di Maya Angelou

Ho un sogno, che un giorno questa nazione sorgerà e vivrà il significato vero del suo credo: noi riteniamo queste verità evidenti di per sé, che tutti gli uomini sono creati uguali. Ho un sogno, che un giorno sulle rosse montagne della Georgia i figli degli ex schiavi e i figli degli ex padroni di schiavi potranno sedersi insieme alla tavola della fraternità.

Ho un sogno, che un giorno perfino lo stato del Mississippi, dove si patisce il caldo afoso dell'ingiustizia, il caldo afoso dell'oppressione, si trasformerà in un'oasi di libertà e di giustizia. Ho un sogno, che i miei quattro bambini un giorno vivranno in una nazione in cui non saranno giudicati per il colore della pelle, ma per l'essenza della loro personalità. Oggi ho un sogno.

Ho un sogno, che un giorno, laggiù nell'Alabama, dove i razzisti sono più che mai accaniti, dove il governatore non parla d'altro che di potere di compromesso interlocutorio e di nullification delle leggi federali, un giorno, proprio là nell'Alabama, i bambini neri e le bambine nere potranno prendere per mano bambini bianchi e bambine bianche, come fratelli e sorelle.

Oggi ho un sogno. Ho un sogno, che un giorno ogni valle sarà innalzata, ogni monte e ogni collina saranno abbassati, i luoghi scoscesi diventeranno piani, e i luoghi tortuosi diventeranno diritti, e la gloria del Signore sarà rivelata, e tutte le creature la vedranno insieme.

Questa è la nostra speranza. Questa è la fede che porterò con me tornan-do nel Sud. Con questa fede potremo cavare dalla montagna della disperazione una pietra di speranza. Con questa fede potremo trasformare le stridenti discordanze della nostra nazione in una bellissima sinfonia di fraternità. Con questa fede potremo lavorare insieme, pregare insieme, lottare insieme, andare in prigione insieme, schierarsi insieme per la libertà, sapendo che un giorno saremo liberi.

Quel giorno verrà, quel giorno verrà quando tutti i figli di Dio potranno cantare con un significato nuovo: "Patria mia, è di te, dolce terra di libertà, è di te che io canto. Terra dove sono morti i miei padri, terra dell'orgoglio dei Pelligrini, da ogni vetta riecheggi libertà".

E se l'America vuol essere una grande nazione, bisogna che questo diventi vero. E dunque, che la libertà riecheggi dalle straordinarie colline del New Hampshire. Che la libertà riecheggi dalle possenti montagne di New York.

Che la libertà riecheggi dagli elevati Allegheny della Pennsylvania.

Che la libertà riecheggi dalle innevate Montagne Rocciose del Colorado.

Che la libertà riecheggi dai pendii sinuosi della California. Ma non soltanto.

Che la libertà riecheggi dalla Stone Mountain della Georgia.

Che la libertà riecheggi dalla Lookout Mountain del Tennessee.

Che la libertà riecheggi da ogni collina e da ogni formicaio del Mississippi, da ogni vetta, che riecheggi la libertà.

E quando questo avverrà, quando faremo riecheggiare la libertà, quando la lasceremo riecheggiare da ogni villaggio e da ogni Paese, da ogni stato e da ogni città, saremo riusciti ad avvicinare quel giorno in cui tutti i figli di Dio, neri e bianchi, ebrei e gentili, protestanti e cattolici, potranno prendersi per mano e cantare le parole dell'antico inno: "Liberi finalmente, liberi finalmente. Grazie a Dio Onnipotente, siamo liberi finalmente".

FUTURO

RIEMPIAMO FIN DA SUBITO IL TEMPO CHE VERRÀ CON SCELTE E RESPONSABILITÀ

Il nostro futuro si costruisce stando insieme

di Carlotta e Federica Berticelli, Exodus

Quando si arriva alla Mammoletta l'aria si fa più densa, ricca di profumi e di significato. È come se si attraversasse una soglia invisibile: il rumore del mondo esterno resta alle spalle e ci si trova immersi in un'atmosfera diversa, sospesa, quasi più vera. La prima impressione è importante, anche se può sembrare un dettaglio marginale in un contesto del genere. Eppure, essere accolti da ragazzi che sorridono, sinceramente felici che tu sia lì, non è un gesto banale: è un elemento cruciale dell'approccio iniziale, un invito silenzioso a lasciar cadere ogni difesa.

All'inizio ci si muove in punta di piedi, con rispetto e curiosità, ma subito ci si accorge che non esistono barriere. I cuori sono aperti, e questa apertura permette la creazione immediata di un legame invisibile, fatto di sguardi, di piccoli gesti, di parole semplici ma autentiche. In brevissimo tempo si formano piccoli gruppi, un mix spontaneo tra visitatori e chi vive lì. Questa «divisione» iniziale, apparentemente casuale, persiste non per distanza ma per consapevolezza: il tempo è limitato, e per toccare argomenti più intimi serve costruire una base solida. Così la chiacchiera si trasforma lentamente in dialogo profondo, in uno scambio reciproco magnetico.

Alla Mammoletta si incontrano occhi profondi, occhi che spesso hanno visto troppo e troppo presto. Ragazzi giovanissimi e adulti convivono, tutti lucidi nel raccontarsi e al tempo stesso persi nelle ferite della dipendenza. Si vedono giovani che

Si vedono giovani che portano sulle spalle errori più grandi della loro età, ma quando parlano lo fanno con una lucidità che spiazza

portano sulle spalle errori più grandi della loro età, ma quando parlano lo fanno con una lucidità e un'intelligenza che spiazzano. Le loro parole, spesso semplici, arrivano dritte al cuore. Raccontano frammenti delle loro vite, descrivono la quotidianità e il modo in cui trascorrono il tempo alla Mammoletta. È evidente che si tratta di un tempo diverso: un tempo di qualità, che permette loro di affrontare i punti più oscuri dell'anima e di por-

tarvi luce. Lo rivelano i loro sguardi, le pause nei discorsi, la sincerità disarmante dei loro racconti.

Nelle loro parole c'è una forza che commuove, la voglia di rialzarsi, di riscattarsi, di immaginare un'esistenza nuova. Dentro questi ragazzi convivono maturità e smarrimento, desiderio di rinascere e paura di non farcela. Da un lato c'è la spinta a ricominciare, dall'altro il timore di affrontare un mondo che, fuori, spesso non è pronto ad accoglierli. È un equilibrio delicato, fatto di piccoli passi, di ricadute e ripartenze.

Le conversazioni vertono quasi sempre sul presente. Raramente si parla di futuro, e quando accade lo si fa con cautela. Chi è lì da più tempo coltiva sogni e progetti per il «dopo», ma nel tono delle voci si percepisce una saggezza comune: il futuro si costruisce solo stando meglio nel presente. Prima viene la ricostruzione interiore, la riconquista di sé stessi. Solo allora si può immaginare davvero un domani.

La speranza vive nei loro occhi e nei loro sorrisi, ma ha bisogno di essere nutrita. Servono fiducia, sostegno, opportunità concrete. Guardandoli, ci si interroga sul loro futuro e anche sul nostro: quale ruolo abbiamo, come comunità, nel loro cammino? Siamo parte di una società che può scegliere di accompagnarli oppure di lasciarli soli, di aprire strade o alzare muri. La Mammoletta è la prova concreta che una persona smarrita, se inserita nel contesto giusto, può ritrovarsi e darsi una seconda opportunità. È un luogo in cui l'umanità si manifesta nella sua forma più autentica, dove la fragilità diventa forza e la condivisione cura. Forse il nostro compito, come società, è proprio questo: trasformare la compassione in presenza reale, il giudizio in sostegno, e non smettere mai di credere che ogni vita possa rinascere anche quando sembra tutto perduto.



PER LA CRESCITA INDIVIDUALE E COLLETTIVA

«Il simpaticone che regala sogni alle persone»

di Paola Gurumendi, B.Liver

Vorrei iniziare questo articolo regalandovi una stupenda poesia di Gianni Rodari: «Il futuro, credetemi, è un gran simpaticone, regala sogni facili a tutte le persone.

«Sarai certo promosso»

giura lo scolareto.

«Avrai voti lodevoli,

vedrai, te lo prometto»

Che gli costa promettere?

«Oh, caro ragioniere,

di cuore mi congratulo;

lei sarà cavaliere!»

«Lei che viaggia in filobus,

e suda e si dispera:

guiderà un'automobile

entro domani sera».

«Lei sogna di... far tredici?»

Ma lo farà sicuro!

Sogni, promesse volano...

Ma poi cosa accadrà?

Che ognuno avrà il futuro

che si conquisterà».

Quante parole vere che ci fanno pensare a un futuro che di certo non ha niente di sognato. Rendiamo il pensiero più profondo e mettiamo in discussione questo tema complicato, ma essenziale: quanto davvero il nostro futuro dipenda dalle nostre azioni, e quanto invece sia frutto di circostanze al di fuori del nostro controllo. Da un lato, crediamo che il futuro sia il risultato dei nostri sforzi come sostiene il «nostro autore» dandoci forza, motivazione e senso di responsabilità. Ci permette di sentirci protagonisti della nostra vita, non spettatori. È un pensiero che ci

Il futuro non c'è ancora, ma condiziona ogni nostra scelta. È proprio questa sua natura indefinita che lo rende così potente...

sprona all'azione, alla disciplina, alla speranza. Dall'altro lato, però, c'è la consapevolezza che non tutto dipende da noi. Ci sono variabili che non possiamo controllare, piccoli dettagli che fanno la differenza, come i contesti economici, sociali, eventi imprevedibili, o semplicemente «il caso».

Allora mi sorge questa domanda: possiamo pensare che il domani sarà il «premio» per ciò che abbiamo fatto, o diventa un atto di fede? Una consolazione? Un modo per dare senso alla fatica, anche quando i risultati non arrivano? Forse la verità è che possiamo influenzare molto del nostro futuro con impegno, visione e coraggio, ma non possiamo garantirlo. Eppure, anche se non possiamo controllare tutto, stranamente abbiamo il potere di scegliere come affrontarlo, con quale spirito, con quali valori. In fondo, forse non si tratta tanto di sapere se il futuro ci premierà, ma di sapere se guardandoci indietro, saremo fieri di come abbiamo camminato verso di esso. Quanto risulta complicata una sola parola che in fondo mette in gioco tutto ciò che ci resta di tempo in questa vita.

Con «futuro» non ci riferiamo solo a un concetto temporale: diventa speranza, paura e possibilità. Promessa mai certa, ma sempre presente.

È qualcosa che non c'è ancora, ma che condiziona ogni nostra scelta, ogni nostro pensiero. Ed è proprio questa sua natura indefinita che lo rende così potente... e così complicato. Vi proiettiamo noi stessi, i nostri sogni, le ambizioni, le ansie. Lo rendiamo il contenitore di ciò che vogliamo essere, ma anche lo specchio di ciò che temiamo di diventare. Ogni decisione, piccola o grande, si lega a quel tempo che ancora non esiste, ma che già ci pesa addosso.

Forse la domanda non è tanto cos'è il futuro, ma come scegliamo di viverlo, prima ancora che arrivi.

Cure, attenzioni e affetti ci rendono tutti migliori

di Lorenzo Sabatino, Exodus

Credevo che il futuro sia un tema profondo che racchiude molteplici complessità, causate anche dall'ampiezza concettuale del termine.

Il futuro riguarda diversi aspetti della realtà, che vanno a volte ad intersecarsi tra loro, creando una fitta rete di possibilità. Si può parlare del futuro ponendo la propria attenzione sulla soggettività, così come su ciò che rappresenta l'interesse collettivo.

Penso che a livello sociale il futuro sia spesso filtrato attraverso una luce pessimista, in quanto ciò che accade nel presente può far riflettere molto sulle ipotetiche conseguenze di certi eventi, azioni e tipi di mentalità. Basti pensare, ad esempio, alla guerra e a ciò che offre come spunti di riflessione: non è semplice avere una visione ottimista del futuro quando la tensione nel mondo è così intensa, quando la fame e la sofferenza altrui vengono viste con indifferenza, o addirittura sfruttate per un tornaconto personale. Quando la cattiveria è all'ordine del giorno e il buonsenso viene messo da parte.

Penso che sia facile credere che il futuro della nostra società e delle persone che la compongono sia in qualche modo compromesso, questo pensiero scaturisce dall'apparente passività del ruolo che ogni persona può avere nel contesto in cui è inserita, penso alla scarsa o addirittura assente premura di molti individui nei confronti di ciò che accade quotidianamente e all'incu-

Una persona presa nel suo piccolo è niente, ma quando lavora insieme agli altri ecco che il suo potere aumenta

ria che questi possono avere nei confronti delle situazioni problematiche, come il cambiamento climatico o l'inquinamento ambientale; succede che si ignorino le conseguenze dei nostri comportamenti fino a quando queste non ci toccano direttamente. Questo è un problema di notevole grandezza, in quanto siamo proprio noi e la nostra determinazione a impegnarci in ciò in cui crediamo veramente a costituire le fondamenta per la costruzione di un futuro migliore per tutti. Se non agiamo nella pratica quotidiana è molto più probabile che il futuro sia prevedibile in senso negativo. Si può anche affermare di essere interessati a un esito positivo dell'avvenire, ma credo che non lo si sia veramente fino a quando le nostre azioni non confermino questo.

Penso che siano le piccole cure e i piccoli riguardi a fornire un ausilio non indifferente al futuro del singolo e del collettivo. Una persona presa nel suo piccolo è niente, ma è proprio quando più soggetti lavorano insieme che il nostro potere d'influenza aumenta considerevolmente.

Anche l'ignoranza sempre più diffusa ha un impatto significativo sul seguire un'impronta erronea che non può che portare al peggioramento. È per questo che credo che la sensibilizzazione sulle minacce verso il futuro sia una delle priorità, così come devono esserlo le giuste problematiche su cui bisogna lavorare per una risoluzione.

Un atteggiamento di fondamentale sostegno, nonostante la sua difficile realizzazione, potrebbe essere lo stabilire un obiettivo collettivo da perseguire con costanza da parte di tutti, ma questo resta troppo generico fino a quando le persone non saranno più collaborative.

Credevo che si sia diffusa anche una mentalità di rassegnazione nei confronti del futuro, a volte si pensa che sia inevitabile che le cose vadano a finire male e che non ci possiamo fare niente; si tende a dimenticarsi del nostro potere decisionale e dell'influenza che abbiamo tutti su ciò che accadrà.

Da soli si può costruire qualcosa, ma è insieme che si è più forti, le cose possono cambiare, ma dipende da noi quello che succederà, non bisogna vivere il presente passivamente e con sconforto, ma ricordarsi invece che il futuro può essere positivo se le persone si impegnano a renderlo tale.

FUTURO

RIEMPIAMO FIN DA SUBITO IL TEMPO CHE VERRÀ CON SCELTE E RESPONSABILITÀ

PER LA CRESCITA INDIVIDUALE E COLLETTIVA

Come un bimbo sulle spalle:
oltre le barriere del tempo

Rappresentazione di Michelangelo della Sibilla delica, a volte identificata con Cassandra. Affresco della Cappella Sistina. 1509

di Federica Margherita Corpina,
B.Liver

Il futuro, da che mondo è mondo, o meglio, da che mondo è tempo, ha sempre avuto un prezzo. Spesso anche piuttosto alto. In certi casi si tratta di costi lampanti: pensiamo a Cassandra, cui nessuno credeva, o al cieco Tiresia, condannato, nella versione danzese, insieme ad altri indovini, a camminare col viso rivolto indietro. In altri, ma poi in effetti in tutti, il peso è dato in fondo dalla stessa inumana mole di quella innaturale conoscenza. Invidiabile? Questo è, non a caso, da vedere.

Interi mondi sono stati costruiti su e intorno al desiderio dell'uomo di conoscere il futuro, proprio o universale che sia: miti, arti, riti, religioni, professioni, pratiche più o meno bizzarre. E come ogni desiderio, nel senso letterale del termine, anche questo è nato con e dalla frustrazione data da ciò che non è dato raggiungere. Non solo: pure in questo caso l'oggetto del desiderio sembra essere appunto molto più desiderato fintantoché fuori dalla propria portata, o dalla convinzione di averlo finalmente tra le mani. Forse anche perché, una volta acquisita questa anelata eppur gravosa conoscenza, ci si rende davvero conto del poco che ce ne

si può fare. E a confermarlo, spesso, è chi non l'ha nemmeno richiesta: «Cassandra vedeva troppo. Non c'era un istante che non fosse popolato da ciò che stava per accadere. Nessuno la ascoltava, e questo era il meno. La sua condanna era sapere che la conoscenza non salva, non ferma, non cambia nulla» (Roberto Calasso, *Le nozze di Cadmo e Armonia*, 1988).

Ora, nel tempo, le arti divinatorie si sono – potremmo dire – professionalizzate, e proprio sulla base di un assunto opposto, e cioè che la consapevolezza, per quanto parziale e approssimativa, di quel che sarà o potrebbe essere, ha effettivamente un certo potenziale di condizionamento di ciò che decidiamo che sia. Oggi, non a caso, al di là di letture astrologiche e tarocchi (che vincono però, a mia perso-

Una volta acquisita questa conoscenza ci si rende conto che non ci serve a molto

nale discrezione, se non il premio di affidabilità, di certo quello del fascino narrativo), le previsioni pertengono per lo più all'ambito della scienza: si basano cioè su dati, frutto di statistiche e calcoli probabilistici, e puntano, pur con un margine di errore più o meno ampio a seconda delle circostanze, al maggior grado di attendibilità possibile.

Basti pensare al meteo, ai mercati, agli studi sulle probabilità che si verifichino terremoti o eruzioni vulcaniche, al calcolo delle orbite di pianeti, asteroidi e comete, alle previsioni riguardanti i cambiamenti demografici, urbanistici, climatici. Gli scienziati, potremmo dire, sono i nuovi indovini.

Tuttavia, se da una parte sono cambiati i metodi adoperati per cercare di aprire

Ogni previsione trova le sue radici nel tempo che le sta alle spalle e perciò al nuovo si torna sempre

spiragli di conoscenza sul futuro (non si guarda più al volo degli uccelli per interpretare una volontà divina, per intenderci), non molto diverse sono le sorti di coloro che condividono col resto del mondo ciò che dalla loro posizione gli è dato vedere: non perché vengano arsi vivi su roghi medievali, bensì perché spesso costretti a farsi ambasciatori di cattive notizie, al ritorno da quel tempo a cui, prima del tempo appunto, non a tutti è possibile arrivare; e non a tutti – quasi a nessuno – piace riceverne. Che ambasciator non porti pena, infatti, può essere un detto rassicurante, ma non sempre veritiero. Tutt'altro che penoso deve essere d'altronde venire accusati di aver diffuso una bugia quando la propria previsione, per qualche motivo si rivela errata (mentre chi punta il dito fatica a capire che il tempo è testimone, non giudice); così come dev'essere frustrante e angoscioso vedere il mondo correre presuntuosamente incontro a un destino che potrebbe, se non del tutto risparmiarsi, quantomeno prorogare, tentando, con i mezzi e le previsioni a disposizione, di invertire rotta. Perché vero è che la conoscenza da sola non salva, non ferma, non cambia nulla; ma è altrettanto vero che, chi sa, qualcosa la può pur fare, a partire dal non ostinarsi a negare ciò che non si

vuol sentire.

Vale per le verità collettive, vale per le verità personali. Le quali, se ha ragione Pavese ad affermare che «tutto è nell'infanzia, anche il fascino che sarà avvenire, che soltanto allora si sente come un urlo meraviglioso», sono allora da rintracciare, anch'esse, in ciò che siamo già stati. Perché ogni previsione trova le sue radici nel tempo che le sta alle spalle, e perciò anche al nuovo, in fondo, in qualche modo sempre si torna. Forse non potranno definirsi scientifiche, ma cosa rappresentano, d'altronde, le sedute di psicoterapia ogni volta che decidiamo di intraprendere un percorso di tal genere, se non inchieste (e ri-chieste) al nostro più infante passato volte a chiarire le scelte che facciamo, o è più probabile faremo, sulla base di quanto abbiamo fino ad allora vissuto, e scelto? Pure questo, chiaramente, ha un suo costo e altrettanto elevato: perché nessuno è mai davvero pronto a fare storia dei propri miti bambini e a tornarci quando bambini non lo si è più, si rischia di dover piangere l'antica meraviglia. Ma è forse un lutto necessario per tornare – e andare – finalmente a sé.

Concludo con una poesia tratta dal libro *Blues in sedici*, di Stefano Benni, un po' forse per spiegarmi meglio, un po' per farlo tornare qui, o meglio, ora.

L'indovino cieco

Per quali prodigi e qual disegno un albero cresca ramo dopo ramo prendendosi il cielo, non so né so perché i miei occhi di bambino guardino ora dal volto di un vecchio. Forse so la data della fine del mondo e il primo palpito dell'inizio. Ma non so cosa unisce il Padre al Figlio e il Figlio alla ragazza dei profumi e quella all'Assassino, al Teschio e a Raiden il luminoso e cosa li tiene sospesi sul filo tra il primo e l'ultimo giorno della loro vita preziosa.

Quando morirò, io posso saperlo: morirò un giorno come tutti gli altri ma perché tanta pietà io sento per la morte di ognuno non so. Non so perché un bambino a me uguale dà nome agli alberi del giardino e ad amici immaginari parla mentre gli eserciti muovono e lenzuola avvolgono i morti. Non lo so, e sanguino.

Io non ho paura della città né delle sue mille voci ho imparato tra loro a conoscere quella che chiama il mio nome. Io non posso chiudere gli occhi e le storie vengono a me come odori dal giardino o il ramo spinoso che trascina il fiume da lontano. Rane, grilli e fumo di ciminiera rottami d'auto bagnati di luna gente che riempie le strade e sola si riaddormenta cecità che accende i sogni il cuore indifeso il segreto fiorire.

Io che leggi non cerco ma l'anima mia ascolto. Io vedo un uomo che si prepara ad uccidere e un altro che cerca lavoro un ragazzo innamorato, una ragazza fiera un teschio tatuato su un braccio un burattino di luce su un monitor e una donna in riva a un mare così chiaro da sembrare invisibile.

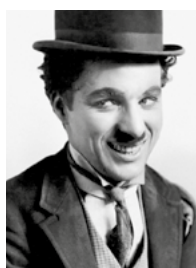
Io vecchio e cieco, vedo che i destini si muovono sento che sto sulla terra come una foglia, volando e gli universi precipitano nel mio bicchiere vuoto, che trema. Corri, corri, piccola mano che sposti il sipario dei giorni fino alla scena dove più non vedo e dove tutti mi vedono.

Amore che hai sulla bocca un segno amaro di lotta io vedo vite che la speranza tocca pulsare, vibrare, rivivere come fa il pesce restituito all'acqua.

poesia tratta dal libro *Blues in sedici* di Stefano Benni

L'INTERVISTA IMPOSSIBILE

Chaplin: come Charlot per ritornare a essere umani



Charles Spencer Chaplin
(Londra, 16 aprile 1889 - Corsier-sur-Vevey - 25 dicembre 1977) è stato un attore, regista, sceneggiatore, compositore e produttore cinematografico, tra i più importanti e influenti cineasti del XX secolo. È il creatore del celebre personaggio Charlot.

Lei, signor Chaplin, ha vissuto in un'epoca segnata da guerre e crisi economiche parallela a quella di oggi, dove ci sono conflitti e Paesi sull'orlo del collasso finanziario. Come immagina il futuro? Immagina un piano per la pace?
«Ho vissuto in un'epoca segnata da uomini che avevano perso la loro umanità: le guerre, le carestie hanno sempre dato l'idea di spegnere la pace e la speranza, distruggendo vite e sogni. Tuttavia, come ho mostrato ne *Il grande dittatore*, il male è potente ma non invincibile. Vi ho rivelato un barbiere che sostituisce un dittatore per dimostrarvi che tutti possiamo fare la differenza, c'è un potenziale in tutti noi, bisogna riuscire a essere uniti per la pace».

Nelle sue opere, mi riferisco in particolare a *Tempi moderni*, lei utilizza la satira per dimostrare come i

In un'occasione più unica che rara mi è stata data la possibilità di intervistare un uomo geniale, umanista e visionario come Charlie Chaplin. Il protagonista del cinema muto ha illuminato parte del XX secolo con performance capaci di far ridere il grande pubblico e pure di farlo riflettere; il suo era un approccio alternativo che riusciva a coinvolgere le persone in tematiche attuali come povertà, ingiustizie sociali e politiche, alienazione del lavoro, guerre e relazioni. Così, in questo momento storico dettato da incertezza e frustrazione, ho pensato che un simpatico personaggio come l'operaio del film *Tempi moderni* potesse, parlando di futuro, riaccendere una luce di speranza a chi l'avesse persa per strada.

macchinari che servono a rendere la vita più semplice privano di umanità l'uomo, portandolo all'alienazione. Oggi siamo circondati da nuovi macchinari e tecnologie. Cosa ne pensa? Cosa pensa possa accadere alla mentalità delle persone per effetto di questo incessante sviluppo tecnologico?

«Ho sempre visto i macchinari come dei portatori di un finto benessere, il mondo continua a cambiare e noi rimaniamo sempre uguali; dietro ai macchinari della seconda rivoluzione industriale c'erano persone che lavoravano troppo, spesso perdevano la vita, sempre la testa. Ora vedo la stessa situazione, vi dimenticate che il vostro giocattolo più grande è il cervello, vi dimenticate del vostro cuore. Credo che la tecnologia possa arrivare a conseguenze spiacevoli, forse però in quel momento vi ricorderete che un giorno senza sorriso è un giorno perso. Riprenderete a vivere e ad amare. Riprenderete a essere umani».

Oggi le discriminazioni sono all'ordine del giorno: colore della pelle, religione, orientamento sessuale, la gente viene esclusa perché non sempre esiste l'unità nella diversità. I motivi sono disparati. C'è futuro per le minoranze? C'è modo di farli entrare a far parte di una comunità che costruisca un mondo migliore?

«In questa domanda mi viene facile citare il "Trump" che ho interpretato, lui non è un uomo perfetto, ma ha un grande cuore e lotta contro le ingiustizie. Io trovo che le discriminazioni siano una profonda ingiustizia e che tale ingiustizia sia dettata dall'ignoranza, forse bisognerebbe acculturarsi di empatia, cercare di guardare solo al cuore delle persone e così che si formerà una comunità in grado di sconfiggere il male».

Charlie Chaplin: un attore, comico, regista, sceneggiatore, compositore e produttore cinematografico. Che effetti ha notato in chi pratica l'arte dello spettacolo? Potrebbe questa essere anche nel XXI secolo un'oasi per ritrovare la serenità e portare a grandi rivoluzioni?

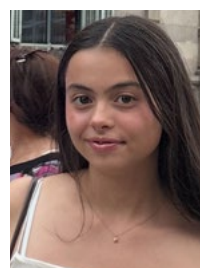
«Io penso che il teatro sia un'oasi di serenità soprattutto in mezzo alla vita frenetica e digitale, credo che gli effetti siano positivi, a me piace l'idea della comicità; ridere fa bene, ti purifica e porta via i brutti pensieri, poi si apprende l'arte dell'osservazione. Credo che il teatro sia, per via dei ruoli e del dare potere a chi non ne ha, un percorso che porta prima a una rivoluzione interiore personale e poi può donare pace».

Lei è un personaggio che ha donato tanto, sia artisticamente che umanamente. Che cosa si sente di dire ai giovani di oggi?

«Mi sento semplicemente di sorridere».



Charlie Chaplin interpretato da **Max Ramezzana**. In alto il logo della rubrica disegnato da **Emanuele Lamedica**.



Vittoria Velluzzi
18 anni. Frequenta l'ultimo anno del liceo delle scienze umane economico sociale a Milano. Appassionata di arte e spettacolo.

LE NOSTRE CICATRICI ARRIVATE VICINO AL CIELO

Un Cantico contemporaneo

di Bill Niada, B.Liver

Quando i Frati del Sacro Convento e della Basilica di san Francesco in Assisi ci hanno chiesto di portare la Mostra in occasione del loro Festival de Il Cortile di Francesco e dell'ottavo centenario del *Cantico delle Creature*, ci è sembrata una cosa immensa. In qualche modo arrivavamo con le nostre *CICATR/CI* vicino al cielo, in un luogo bellissimo, profondo, ma altissimo, dove avremmo potuto farle brillare. Poi abbiamo iniziato a pensare a cose materiali, concrete, economiche... e a come affrontarle, per superarle e, se possibile, farle rendere. È stato un lavoro coinvolgente, emozionante, a tratti duro e avvilente (come quando alcune aziende che con noi avevano fatto la propria statua e avrebbero avuto la possibilità di portarla ad Assisi, davanti a 3/4.000 euro richiesti per spostamenti, allestimento, security e organizzazione, ci hanno risposto: «non abbiamo budget»). Anche e case farmaceutiche, grandi come una casa e ricche come Cresco, che non si sono vergognate e rese conto della loro drammatica ipocrisia...).

Non ci siamo arrestati e alla fine abbiamo allestito una mostra straordinaria nel sagrato della Basilica e nella sala dei congressi, dove scuole, amici e persone ci sono venuti a trovare provando emozioni potenti, lacrime di commozione e abbracci di fratellanza, spostando per un attimo lo sguardo dal disumano dei tempi che viviamo, all'umano delle persone che siamo. Con la bellezza della nostra fragilità e l'intensità della nostra vicinanza.

Abbiamo mangiato il cibo dei Frati, in luoghi sontuosi, ma umili. Abbiamo visitato posti unici, vicino ai Santi e alla straordinaria architettura dell'Uomo e a quella ancora più straordinaria della Natura. Abbiamo organizzato incontri e panel dove persone sensibili e intelligenti hanno portato la loro voce e quella delle organizzazioni per cui lavorano e in cui credono (non c'erano solo banche e industrie farmaceutiche, perché forse non ci credono abbastanza). Abbiamo lavorato sodo e ci siamo divertiti molto, stando insieme, ascoltando racconti e vedendo come le fragilità dei nostri ragazzi siano fiorite in storie che volano alte, sopra le teste delle migliaia di pellegrini che ad Assisi hanno toccato la bellezza del *Cantico*, l'umanità e l'ironia dei Frati e la voce dei ragazzi sopra le nuvole che ci guidano con orgoglio, ironia e saggezza. Grazie a Fra Giulio, Fra Marco, Andrea, Greta e a tutti coloro che hanno reso possibile questo «miracolo» di umanità, fragilità e bellezza. Grazie a tutte le persone, aziende e realtà del terzo settore che hanno deciso di metterci faccia e aiuti. Ma soprattutto grazie a noi, per quello che facciamo e per chi lo facciamo.



ASSISI

COME UNA B.LIVER VEDE LA CITTÀ DI SAN FRANCESCO DURANTE

I nostri corpi in marcia per la pace nel luogo che unisce tutti

di Fiamma C. Invernizzi, B.Liver

È il 23 settembre 1961. Ore 21.00. Suona il telefono. «Pronto?», «Allora? L'hai finito?», «Sì. La vernice si è asciugata ed è tutto pronto. Aldo sarà contento». «Ma secondo te ci sarà tanta gente?», «Di sicuro. E sarà bellissimo». Me la immagino così, la conversazione tra due militanti non violenti, alla vigilia della prima Marcia per la Pace, la neonata Perugia-Assisi. Due ignoti che verranno poi immortalati il giorno successivo, il 24 settembre 1961, in testa alla manifestazione, gli occhiali l'uno e la giacca l'altro, ad aprire la strada a un piccolo e gracile uomo in difficili condizioni di salute chiamato Aldo Capitini. Il lenzuolo inchiodato a due bastoni di legno, scritto a mano, urla a gran voce la «Fratellanza dei Popoli». Un passo più indietro il fondatore dell'iniziativa: occhiali spessi, cappello e cravatta, un ometto di umili origini ma di nobili vedute. Dimenticato dai più, ma definito il «Gandhi italiano», Aldo Capitini ci aveva visto lungo: all'Italia degli anni 60 serviva una manifestazione pubblica di Pace. Descriverà successivamente, nel libro *Opposizione e liberazione*, l'esperienza della marcia come un «aver mostrato che il pacifismo, che la nonviolenza, non sono inerte e passiva accettazione dei mali esistenti, ma sono attivi e in lotta, con un proprio metodo». A fianco a lui, tra gli altri, si erano messi in marcia Renato Guttuso - pittore e politico italiano, tra i più importanti artisti del XX secolo - e Italo Calvino - scrittore e paroliere italiano di fama internazionale.



Nelle foto, da sinistra: la Basilica di San Francesco in Assisi con la scritta «Pax»; Quarto Stato di Pellizza da Volpedo; la prima Marcia della Pace Perugia-Assisi del 1961 e quella del 2024.

tratti maliani, con arti lunghi e dinoccolati per la rapida crescita, gli occhi luminosi di gioia. Sorride con fierezza, lo sguardo dritto verso l'orizzonte. La sua pelle scura contrasta con la maglietta candida che indossa, su cui si legge una scritta: «La Pace avrei dovuto trovarla sulla terra, e non in fondo al Mediterraneo». Nella mano destra stringe una pagella ancora umida. I bambini accanto a lui, che giocano divertiti e si distraggono solo come i bambini sanno fare, si distinguono per una coroncina di margherite sui capelli, lei, e una maglietta rossa scarlatta, lui. Sono Hind Rajab e Alan Kurdi, in un Mondo che rispettivamente non li ha visti vittime di proiettili israeliani e di una disperata traversata del Mar Egeo. Alle loro spalle, poco distante, avanza un giovane dalla testa rasata e dal viso coperto da una maschera antipolvere professionale. Porta tra le braccia un cesto che tanto assomiglia alla *Natura Morta* di Caravaggio, ma che con

le sue forme perfette di marmo bianco trasforma il linguaggio della tradizione in una riflessione cruda e attuale: la canestra è colma non di frutta, ma di armi. Pistole, fucili, mitragliatori si ammassano nel cesto, simbolo di una «matura» ormai contaminata dalla violenza e dalla serialità della produzione umana.

Al fianco destro di Jago, due figure in abito talare dialogano animatamente: sono Jorge Mario Bergoglio - futuro

Chi vorremmo veder partecipare alla Marcia della Pace? Io la vedo come un contemporaneo Quarto Stato

Papa Francesco - e Frate Elia - primo costruttore della Basilica di San Francesco di Assisi. Di che cosa staranno discutendo? Di povertà? Di giustizia? Del ruolo del papato, a distanza di secoli? Oppure di quanto sia ancora contemporaneo il verbo di Francesco? Al margine opposto di questo eterogeneo gruppo di esseri umani, possiamo scorgere una figura femminile con un grande cartellone in mano, scritto di suo pugno. È Mariangela Gualtieri, che porta in corteo uno stralcio di una sua poesia, *Adesso*: «Adesso è forse il tempo della cura. Dell'aver cura di noi, di dire noi. Un molto largo pronome in cui tenere insieme i vivi, tutti: quelli che hanno occhi, quelli che hanno ali, quelli con le radici e con le foglie, quelli dentro i mari, e poi tutta l'acqua, averla cara, e l'aria e più di tutto lei, la feconda, la misteriosa terra. (...) Diremo io o noi? E quanto grande il



LA GRANDE CAMMINATA PERUGIA-ASSISI



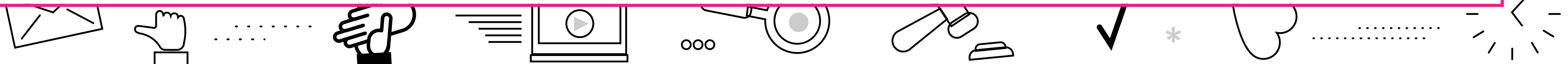
noi quanto popolato? Che delicata mano ci vuole ora, e che passo leggero, e mente acuta, pensiero spalancato al bene. Studiamo. Impariamo dal fiore, dall'albero piantato, da chi vola. Hanno una grazia che noi dimentichiamo. Cura d'ogni cosa, non solo dell'umano. Tutto ci tiene in vita. Tutto fa di noi quello che siamo». Poco distante scorgiamo anche un uomo distinto, in giacca e cravatta, con un libricino colorato in mano: ecco Gianni Rodari. Pare che stia leggendo ad alta voce uno dei suoi racconti, perché chi gli sta accanto lo guarda con divertita curiosità. «Vi racconto la storia del Paese con la S davanti», gli sentiamo dire. «Giovannino Perdigiorno era un grande viaggiatore. Viaggia e viaggia, capitò nel paese con l'esse davanti. - Ma che razza di paese è?, domandò

a un cittadino che prendeva il fresco sotto un albero. Il cittadino, per tutta risposta, cavò di tasca un temperino e lo mostrò bene aperto sul palmo della mano. - Vede questo? - È un temperino - Tutto sbagliato. Invece è uno stemperino, cioè un temperino con l'esse davanti. Serve a far ricrescere le matite, quando sono consumate, ed è molto utile nelle scuole. - Magnifico, disse Giovannino. - E poi? (...) - Poi abbiamo lo scannone. - Brr, che paura! - Tutt'altro. Lo scannone è il contrario del cannone e serve per disfare la guerra. - E come funziona? - È facilissimo, può adoperarlo anche un bambino. Se c'è la guerra, suoniamo la stromba, spariamo lo scannone e la guerra è subito disfatta. Che meraviglia il paese con l'esse davanti». Molti ridono.

Adesso è il tempo della cura di noi, di dire «noi»: un pronome «largo» che tiene insieme i vivi

Guardando un quadro così si sentono i suoni dei passi sull'asfalto battere in accordo con i cuori. Qualcuno canta, qualche fila più in là. Si intravede il profilo di Assisi, con la sua splendida Basilica. Si respira una spiritualità varia e condivisa. Il corteo prosegue e a guardar bene si scorgono i capelli rossi di Marinella Levi e la chioma bianchissima di Giancarlo Perego, il profilo pensoso di Bill Niada e un gruppo rumoroso di ragazzi che tengono al

collo un piccolo ciondolo a forma di Bullone. C'è Gilli, con in mano una delle statue di Cicatrici. Nel corteo c'è anche lui, c'è anche lei. Nel corteo ci sei anche tu. Ci sono le persone e le aziende. Ci sono tutti loro. Chi è sulle nuvole e chi ha i piedi sulla terra. Nel corteo ci sono anche io. E per ultimo, a chiudere questo fiume multicolore di attivisti per la Pace, immagino di vedere un giovane uomo, vestito di sandali e saio. Un pastore di anime che camminano nella giusta direzione. La testa rasata, il sorriso sulle labbra. Lo sento cantare in quella sua lingua antica e contemporanea, che è volgare ma che è già italiano; lo vedo ballare di gioia, con movenze sciolte e allegre, al ritmo di una musica che parla di libertà. Perché la Pace va fatta, coltivata e azannata come la vita. Perché la Pace è come la felicità: bisogna aggrapparvisi con i denti e le unghie, perché non sfugga via, inghiottita da una quotidianità troppo arida.



ASSISI

La creatività è scoprire la bellezza nascosta nella realtà

LA SPIRITUALITÀ SI INTRECCIA CON L'ESPERIENZA ARTISTICA E GENERA NUOVI SIGNIFICATI

di Silvia Comodoro, B.Liver

Per parlare di *Cortile di Francesco*, di *CICATR/CI*, di umanità e fragilità ci siamo rivolti a Frate Giulio Cesareo, Direttore Ufficio comunicazione Sacro Convento Assisi. Frate minore conventuale dal 1996, presbitero dal 2005, laureato in teologia morale presso l'università di Fribourg (CH) con una tesi di etica sociale circa riflessione cattolica sulla guerra e la pace. Docente di teologia morale la Pontificia Facoltà San Bonaventura in Roma, dal 2021 è direttore dell'ufficio comunicazione della Basilica di San Francesco in Assisi, e da maggio 2025 direttore del mensile *San Francesco Patrono d'Italia*.

Il Cortile di Francesco, uno spazio di arricchimento reciproco ed espressione culturale, che entra in un dialogo fecondo con ogni sapere e competenza, con ogni cultura e sensibilità, è giunto all'undicesima edizione. Fra Giulio, qual è la motivazione profonda che l'ha spinto ad invitare a testimoniare Fondazione Bullone mediante la mostra *CI-CATR/CI*?

«Quest'anno il *Cortile di Francesco*, inserito nel contesto delle celebrazioni per gli 800 anni del *Cantico delle Creature*, si è focalizzato sul tema della creatività, racchiuso nel titolo *CreAzione*. La creatività, per me, è l'arte profondamente umana di scoprire, attraverso l'amore e la cura, la bellezza nascosta nella realtà. In questo senso, *CICATR/CI* si inserisce perfettamente: è un'esperienza che ci invita a riscoprire, proprio nelle ferite, una luce capace di rivelare una bellezza autentica, non scontata, ma profondamente vera».

Il festival di quest'anno ha un focus sulla relazione tra creatività umana, responsabilità ecologica e cura del Creato. Fondazione Bullone con la mostra *CICATR/CI*, ha portato un'esperienza artistica, percettiva e partecipativa, un incontro attivo per indagare sé stessi e il mondo che ci circonda. Qual è per lei la funzione sociale della creatività oggi?

«Come accennavo, la creatività non è semplicemente sinonimo di fantasia, ma uno sguardo, una visione. È la capacità, affinata dall'attenzione, dall'amore e dalla cura di vedere oltre ciò che appare. Come diceva il Piccolo Principe, "l'essenziale è invisibile agli occhi". La banalità e la superficialità ci rendono ciechi alla ricchezza del nostro mondo. Un maglione, ad esempio, non è solo un insieme di fibre per scaldarsi: se donato con amore, acquista un significato nuovo, rivelando una bellezza che solo la relazione sa svelare. La creatività,



Frate Giulio Cesareo, Direttore Ufficio comunicazione Sacro Convento Assisi.

gica di relazioni e apertura verso l'Altro e gli altri, nulla può spegnere la gioia, nemmeno il dolore. La lode, infatti, è l'espressione di una gioia che coesiste con le difficoltà. San Francesco ci insegna che si può essere felici dentro relazioni autentiche, anche quando il dolore bussa alla porta. Questo è un messaggio potente: la gioia e l'amore possono accompagnarci sempre, anche nei momenti più difficili».

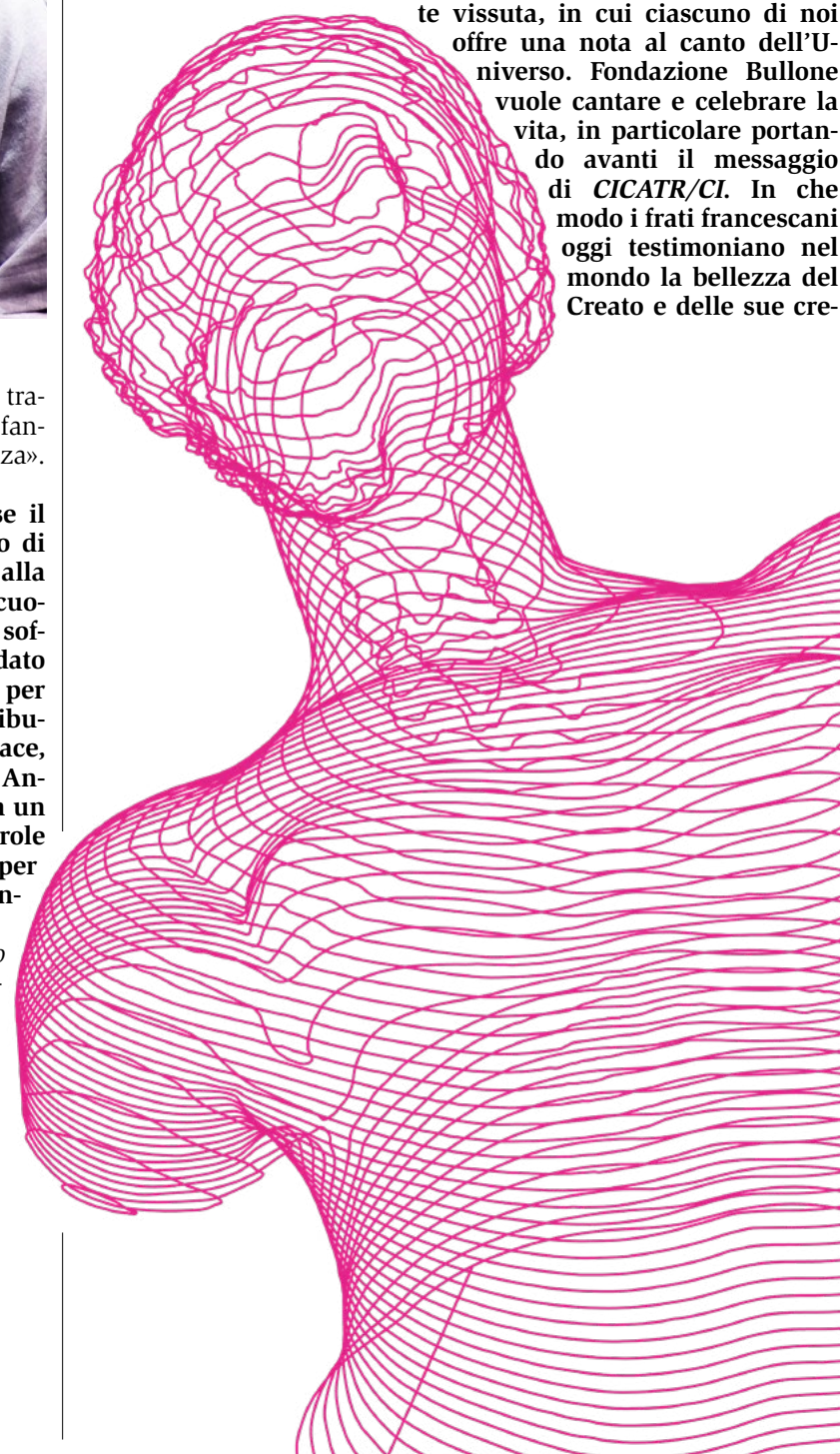
Dietro la fragilità di ogni creatura si cela un sussurro di bellezza, fonte di vita pienamente vissuta, in cui ciascuno di noi offre una nota al canto dell'Universo. Fondazione Bullone vuole cantare e celebrare la vita, in particolare portando avanti il messaggio di *CICATR/CI*. In che modo i frati francescani oggi testimoniano nel mondo la bellezza del Creato e delle sue cre-

«... dunque, è questo: un atto di amore che trasforma e dà senso. Tutto il resto - estro, fantasia, stili personali - ne è una conseguenza».

San Francesco ottocento anni fa scrisse il *Cantico delle Creature*, in un momento di grande fragilità, ormai cieco e prossimo alla morte corporale. Eppure, ciò che il suo cuore suggerisce è un canto di lode. Vorrei soffermarmi in particolare sul passo «Laudato si', mi' Signore, per quelli ke perdonano per lo Tuo amore, e sostengo infirmitate e tribulatione. Beati quelli ke 'l sosterrano in pace, ka da Te, Altissimo, sirano incoronati». Anche se sofferente, San Francesco innalza un inno alla vita. In che modo queste parole possono essere portatrici di speranza per un'umanità più che mai afflitta e poco incline all'accettazione della mortalità?

«La bellezza di questa strofa del *Cantico* sta nel ricordarci che, vivendo in una lo-

“ Sentirsi parte di una fragilità significa ricordare che non siamo mai soli, ma esistiamo grazie agli altri



FRATE GIULIO CESAREO



ature, in una realtà in apparenza dominata dal disvalore e dalla disarmonia?

«Uno dei modi più semplici, ma profondamente significativi, è attraverso il perdono. Donare e condividere il perdono significa riconoscere che ogni persona è viva, capace di ripartire, e che nessuno è definito dal male che ha fatto o subito. Il perdono, pur essendo un primo passo spesso difficile, è fondamentale per grandi guarigioni, sia interiori che esteriori. È un atto che testimonia la bellezza della vita e delle relazioni».

San Francesco, uomo umile che si è fatto «piccolino», ha vissuto la sua esistenza nella piena accoglienza e accettazione delle proprie e altrui fragilità, rimanendo in intima connessione con il Creato tutto. Trasformava letteralmente in un dolce dono della vita ciò che era amaro e difficile da gradire. Qual è l'eredità lasciata a voi Frati Minori da fratello Frate Francesco?

«L'eredità più grande è il senso di fraternità universale, che per noi ha una radice religiosa - Dio, Padre di tutti - ma che si traduce anche in conseguenze culturali e sociali. Sentirsi parte di una fraternità significa ricordare, con coraggio e costanza, che non siamo mai soli, ma esistiamo grazie agli altri. Anche quando le relazioni diventano difficili è importante lottare per l'unità, perché solo così si favoriscono la vita, la gioia, la benedizione e la crescita».

In questi giorni di presenza ad Assisi Fondazione Bullone ha desiderato, forte delle voci dei suoi tanti ragazzi e ragazze che hanno sperimentato il dolore fisico ed emotivo, lodare le cicatrici, sia quelle della Terra che quelle del corpo, ferite che diventano preghiera, segni tangibili che la sofferenza non si oppone alla vita, ma dà urgenza all'attesa del giorno. Una lode accorata

per chi ha perso tutto, per chi cerca aiuto e abita al margine, per chi ama con generosità e sperimenta la ricchezza dell'essenzialità. Nelle persone fragili dimora e continua a parlare l'«Altissimo, onnipotente, bon Signore». In che modo concretamente i Frati Francescani si mettono al servizio delle sorelle e dei fratelli più bisognosi di supporto materiale e spirituale?

«I frati francescani non sono un monolite: siamo decine di migliaia nel mondo, ognuno con sensibilità e contesti diversi. C'è chi si dedica ai malati o alle persone con disabilità, chi offre ascolto spirituale, chi lavora nelle Nazioni Unite per sostenere gli ultimi, chi educa i giovani, chi supporta gli anziani, e chi si dedica alla preghiera per chiedere aiuto e sostegno. Tanti modi diversi, ma un unico desiderio: accompagnare concretamente chi ha più bisogno, con amore e dedizione».

Al di là di tutto ciò che ciascuno di noi può pensare sia importante, in questi giorni, accolti nella casa del *Cortile di Francesco*, noi di Fondazione Bullone abbiamo rafforzato la consapevolezza dell'importanza di avere e condividere un pensiero di trasformazione.

Crediamo nel fare squadra per testimoniare con degli esempi concreti, nell'importanza di ribellarci ai concetti distruttivi. Vogliamo e dobbiamo diffondere dei pensieri costruttivi, che sono fatti di valori semplici, come la gentilezza, l'empatia, l'ascolto, il servizio, la gratuità, qualità che ci uniscono e ci fanno vivere meglio. Qual è il suo pensiero a riguardo? «La forza del pensiero è fondamentale: la vita spirituale è, prima di tutto, una vigilanza sui propri pensieri. Esistono pensieri che ci fanno crescere e ci avvicinano agli altri e altri che ci sabotano. La consapevolezza che avete raggiunto è preziosa, perché molti adulti sono vittime di pensieri emotivi e non gestiti, che li rendono vulnerabili. Coltivare pensieri costruttivi, basati su valori semplici come gentilezza, empatia e ascolto, è un atto rivoluzionario che ci unisce e ci fa vivere meglio. Complimenti per il vostro impegno!».

ASSISI

UN DIALOGO TRA IL MONDO PROFIT E QUELLO NON PROFIT E UNA

Crisi? No, opportunità Un dibattito per parlare di lavoro sociale e fragilità

CONVERSAZIONE TRA GIADA LONATI E MARINELLA LEVI

Il sapere e l'esperienza Confronto su sogni e idee senza dimenticare la morte



Sarah Varetto, Sky Italia.



Andrea Belli, Gruppo Barilla.



Martina De Marco, Fondazione Bullone.



Francesca Manili Pessina, Sky Italia.

di Debora Zanni, B.Liver
Nonostante fosse metà settembre, il sole era ancora intenso. È stato questo il benvenuto che ci ha riservato Assisi, come se volesse stringerci in un caldo abbraccio. La città ci ha accolti per una settimana, dal 14 al 21, su invito dei frati del Sacro Convento di Assisi, in occasione del loro evento culturale «Cortile di Francesco». Per celebrare gli ottocento anni dalla creazione del *Cantico delle Creature* di San Francesco, Fondazione Bullone ha pensato di contribuire all'evento portando l'esperienza *CICATR/CI*, per invitare le persone a interrogarsi sul tema, tanto delicato quanto importante, della fragilità. Ma non solo: la voglia di confrontarsi su questa tematica ha coinvolto anche alcune grandi aziende. Proprio per questo motivo, il 19 settembre si è tenuta una tavola rotonda, il cui scopo era quello di discutere sulla

“**L'etimologia della parola crisi identifica la parola opportunità**”

confezione tra fragilità e valore, in un clima lavorativo più attento all'essere umano. «[...] Sii lodato per le cicatrici / quelle della terra e quelle del corpo / ferite che diventano preghiera / segni che il dolore non si oppone alla vita / ma dà urgenza all'attesa del giorno [...]». Queste parole, nate dalla penna di suor Grazia Pizzarello come riscrittura del *Cantico delle Creature*, hanno aperto il panel, immergendo da subito ospiti e pubblico nel vivo del dibattito. Ad avviare l'incontro è stato fra Giulio Cesareo, direttore dell'ufficio comunicazione del Sacro Convento di Assisi, svelando la riflessione che lo ha spinto a mettersi in contatto con la fondazione: «La creatività è la capacità che soltanto noi esseri umani abbiamo, [...] cioè il fatto che noi prendiamo la realtà e scopriamo dentro la realtà un tesoro prezioso, che spesso è nascosto agli occhi superficiali [...]». Dopodiché, Bill Niada, presidente di Fondazione Bullone, ha colto l'occasione per sottolineare l'importanza dell'essere umano, anche grazie a un pensiero di trasformazione delle fragilità in valore, in potenzialità. Una volta concluso il momento introduttivo, i cronisti del *Bullone*, Giusy Scoppetta e Riccardo Russo, hanno presentato e accolto gli ospiti della tavola rotonda: Sarah Varetto e Francesca Manili Pessina per Sky Italia, Andrea Belli per Gruppo Barilla, Luigi Rossi per Pane Quotidiano, Rita Santaniello per Rödl & Partner, e Roberto Cairoli per Fondazione Malattie del Sangue.

Ognuno ha ricevuto una prima domanda personalizzata, con l'obiettivo di evidenziare l'attenzione che l'azienda pone nei confronti dell'essere umano e delle sue fragilità. Dalla creazione di contesti e progetti alla gestione dell'errore, dal rapporto tra produttività e imperfezione alla fragilità del futuro, ma anche i valori, i giovani, la cura e il supporto. «L'etimologia della parola *crisi* identifica la parola *opportunità*: da una fragilità, da un errore, anche a livello etimologico, si ha quella spinta legata all'opportunità», ha affermato Andrea Belli. Ciascun invitato ha, inoltre, condiviso un'immagine concreta della propria testimonianza, come una lunga fila di persone in attesa

di un pasto, o la brezza che scompiglia i capelli, sulla scia di quelle raccontate da San Francesco che, ancora oggi, riescono ad evocare bellezza e poesia. Dopo aver discusso abbondantemente di tutto ciò che è tangibile, il dialogo si è spostato nella direzione opposta,

portando le persone a una riflessione su ciò che è invisibile. È un argomento difficile, come ammesso da tutti gli ospiti, eppure qualche pensiero è stato condiviso. L'invisibile può essere qualcosa, qualcuno, che ci spinge o ci tira, che ci muove, come i «ragazzi sopra le nuvole» che ci guidano dall'alto, oppure i parenti che hanno perso una persona cara a causa di una malattia o di un incidente, che non si lasciano sopraffare dal dolore e si fanno portavoce di storie da raccontare. L'invisibile, però, è anche un desiderio, come quello che ha espresso Luigi Rossi: «A me piacerebbe vedere, quanto prima, sulla prima pagina del *Bullone* il titolo: il Pane Quotidiano ha chiuso!». Un augurio, questo, di aver compiuto la propria missione, nella speranza che la gente non abbia più bisogno del servizio offerto. «Per quanto mi riguarda», ha condiviso, invece, Sarah Varetto, «il rapporto con l'invisibile passa da una profonda gratitudine per tutto ciò che mi circonda». Prima di ringraziare tutti i partecipanti e terminare l'evento, è stato fatto un piccolo sunto dal quale sono emerse le parole chiave che hanno tenuto insieme il *Cantico* di Francesco, le parole degli ospiti e l'esperienza artistica di *CICATR/CI*: l'ascolto di sé e degli altri, e la gratitudine per la vita e per tutto quello che ci circonda, visibile o invisibile. «Sii lodato mio Signore, perché anche oggi dentro la fragilità di ogni creatura, tu sussurri la bellezza, sete di vita», (suor Grazia Pizzarello).



Rita Santaniello, Rödl & Partner.



Bill Niada, Fondazione Bullone.



Roberto Cairoli, Fondazione Malattie Sangue.



Luigi Rossi, Pane Quotidiano.

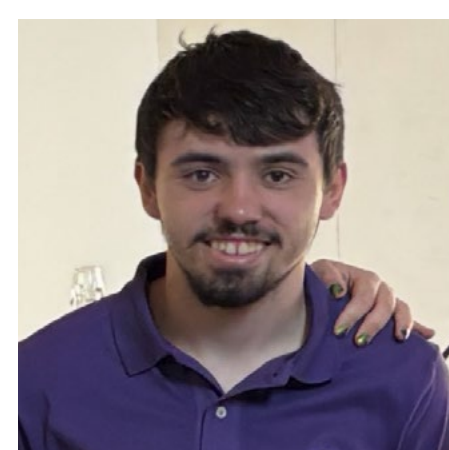


di Debora Zanni, B.Liver

Il 20 settembre si è tenuta una seconda tavola rotonda, nella sala Stampa del Sacro Convento di Assisi, sempre all'interno dell'evento culturale *Cortile di Francesco*. La struttura del dibattito era la stessa del giorno precedente ad eccezione di parte degli ospiti invitati. Il primo ad aver parlato è stato fra Giulio Cesareo, che ha ripreso il significato del tema dell'evento, *Creazione*: «la creatività è la capacità di prendere la realtà così com'è e di mostrare che dentro di essa c'è una bellezza che attende di essere



Giada Lonati, Vidas.



Riccardo Russo, Fondazione Bullone.



Frate Giulio Cesareo, ufficio comunicazione.

“**Il dolore e la sofferenza degli altri ti cambiano. E non sei più la stessa**”

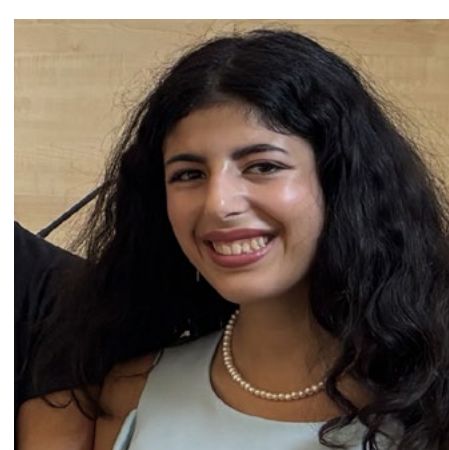
po, se faccio il medico o se sono il medico», ha confidato verso la fine del suo intervento, rivelando che ha scelto di «essere» medico perché incontrare il dolore dell'altro, incontrare la sofferenza dell'altro non ti lascia uguale». Una volta terminata questa prima parte individuale, è stato proposto agli ospiti di dialogare partendo dal tema dell'invisibile. Ha cominciato Marinella Levi affermando che «il progetto di *CICATR/CI* è nato in un laboratorio di ricerca [...] e non sapevamo dove saremmo arrivati, però cercavamo; quindi, l'invisibile nasce tramite lei [la Venerabile]». Per la professoressa Levi il senso dell'invisibile comprende una dimensione di ricerca, in cui lei si riconosce e che rappresenta «uno dei motivi per cui mi alzo ogni mattina e faccio piccole cose». Ha poi preso la parola Giada Lonati, dicendo come, secondo lei, l'invisibile sia rappresentato dal mistero della morte, e raccontando alcuni momenti vissuti mentre lavorava. Dopodiché è intervenuto fra Giulio Cesareo che ha espresso gratitudine per i racconti condivisi fino a quel momento e ha esposto la propria idea di invisibile: «Io credo che Dio c'è, che l'invisibile non è una cosa, ma una persona che è sempre presente», sottolineandone l'accoglienza verso tutto e tutti. A seguire, anche Bill Niada ha condiviso il suo pensiero di invisibile, collegandolo a morte e futuro, confessando che «quello che mi spaventa è la vita che mi rimane da vivere»: le energie e le capacità sono sempre meno e, dopo una vita passata a «fare», la comparsa di un termine lo mette in difficoltà, difficoltà a cui si aggiunge il terrore della noia. Al termine della tavola rotonda sono state individuate delle parole chiave che riassumono i concetti principali emersi durante il dialogo: dalla cicatrice, al futuro, la trasformazione, la fragilità, le generazioni, la cura, la morte, la condivisione, il fare e il generare, e, come un cerchio che si chiude, la creAzione.

A seguire, anche Bill Niada ha raccontato come l'esperienza *CICATR/CI* è arrivata ad Assisi, soffermandosi sulle possibili conseguenze, tra cui la sofferenza, che l'incontro con le statue può generare nelle persone e condividendone alcuni episodi della sua vita. Una volta concluso questo momento iniziale, i cronisti de *Il Bullone* hanno presentato le ospiti: Marinella Levi, per Politecnico di Milano, e Giada Lonati, per VIDAS. La prima domanda è stata posta alla professoressa Levi e riguardava le cicatrici dei ragazzi delle nuove generazioni: «Ho avuto un punto di vista molto privilegiato che è quello di vedere le cicatrici di questi nostri fratelli, figli, nipoti, cambiare», ha raccontato Marinella Levi, «[...] sono visibili, a volte ostentate o a volte, a causa di questo, diventano forzatamente pesanti». Durante il suo intervento sono emersi temi importanti, come l'eredità sul futuro lasciata alle nuove generazioni, i sogni, la speranza.

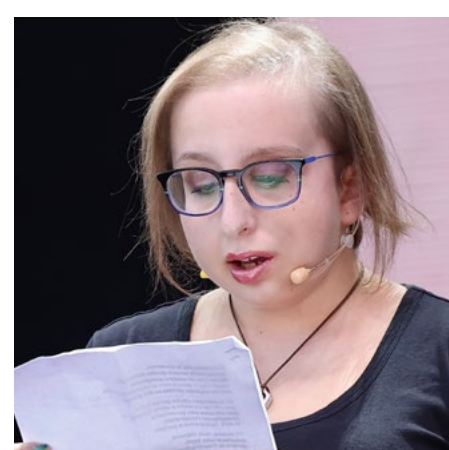
La seconda domanda, invece, rivolta a Giada Lonati, riguardava la trasformazione di un momento di fragilità in un momento di cura e di umanità, e il modo in cui si può stare accanto a chi è fragile: «Il primo passo è riconoscere l'individualità, la persona che c'è al di là della malattia», perché è la persona che acquista importanza. Sul tema della trasformazione ha raccontato che, secondo lei, «noi ci dimentichiamo che non siamo mai uguali, [...] siamo continuamente un'altra cosa» e con il passare del tempo diventa più evidente, «Io mi sono chiesta tanto, in questo tem-



Marinella Levi, Politecnico di Milano.



Giusy Scoppetta, Fondazione Bullone.



Gemma Rutherford, Fondazione Bullone.

120
335
CDEAT DE
CANTE
CO

Di...



CICATR / CI

**CORTILE DI
FRANCESCO**

francescanesimo è cultura

ASSISI

UN INCONTRO DI AMICIZIA E SOLIDARIETÀ CHE AIUTA I B.LIVER AD

ANDARE OLTRE LE FRAGILITÀ

E se ti dicessi che una cicatrice può cambiarti la vita?

La Fondazione Bullone si racconta nella città di San Francesco

di Paola Gurumendi, B.Liver

L'iniziativa *CICATR/CI* è una proposta interessante e profondamente significativa che è arrivata al *Cortile di Francesco* con l'idea di esplorare la convivenza tra fragilità e risorse. Il contesto così evocativo come gli spazi della Basilica di San Francesco ad Assisi, aggiunge un elemento spirituale e simbolico che rende il progetto ancora più forte.

Le cicatrici, fisiche o emotive, sono spesso viste come segni di un passato doloroso, ma la riflessione che abbiamo proposto è davvero potente. Le cicatrici possono certamente cambiare una persona, ma non necessariamente in modo negativo.

Anzi, a volte sono proprio quei segni che ci aiutano a crescere, a scoprire una forza che non sapevamo di avere.

Durante la nostra permanenza ad Assisi abbiamo incontrato diverse scolaresche, parlando con studentesse e studenti di istituti superiori, accompagnandoli nell'esperienza di *CICATR/CI*: a partire dalla visita guidata attraverso la mostra, fino alla realizzazione del proprio bozzetto su cui imprimere le proprie, di cicatrici, per essere parte di una grande esperienza collettiva, in cui tutte le fragilità si trasformano in bellezza.

«Una cicatrice può cambiarti la vita?»: questa domanda posta ai ragazzi è molto stimolante, perché invita a riflettere non solo su ciò che li ha feriti, ma anche su come questo possa diventare un'opportunità di cambiamento e di riscoperta.

Affrontare la vulnerabilità e riconoscere i propri punti deboli è il primo passo per costruire qualcosa di nuovo. Se con questo progetto sono riusciti a toccare i punti fragili, forse stanno già iniziando un percorso di crescita che li porterà a sfidare sé stessi e a fare proprio ciò che una cicatrice rappresenta: un cambiamento, una resistenza, una nuova forza. Iniziative come questa, che permettono ai ragazzi di esplorare le loro emozioni in modo aperto e sicuro, sono fondamentali.

È bello pensare che, seppur non conoscendoli, siamo riusciti a creare uno spazio dove hanno potuto essere autentici, sperimentare la vulnerabilità e trovare un modo di crescere insieme.

Quando mi è stato chiesto che tipo di reazioni ho visto da parte dei ragazzi non ho trovato facilmente le parole perché in loro ho notato occhi pronti a raccontare davvero tanto.

La paura, la vergogna, l'inadegua-



Sopra le scolaresche in visita alla mostra.

tezza sono emozioni che molti di noi conoscono bene, soprattutto in un'età in cui ci si confronta continuamente con le proprie insicurezze. Il fatto che abbia visto quelle sensazioni nei loro occhi è un segno di quanto sia stato potente il pathos che si era creato in quel momento, anche se forse non sono riusciti ad esprimerlo completamente.

Il messaggio che vorrei dare loro è profondamente importante: «La paura e il sentirsi diversi non sono cose da nascondere o da giudicare, ma sono esperienze che ci fanno sentire vivi, ci fanno crescere. Essere umano significa proprio questo: avere emozioni contrastanti, sperimentare la vulnerabilità, affrontare sfide.

Non è mai facile accettare certe cose di sé, soprattutto quando si è giovani e si è in cerca di identità, ma sapere che quei sentimenti non ci definiscono può essere un enorme conforto. Avere paura è normale, sentirsi strani, diversi, non compresi non ti rende peggiore o migliore, ti rende semplicemente umano, prendi queste parole come un invito ad abbracciare la tua umanità.

Guardati con un po' più di gentilezza, senza giudicarti troppo duramente: ecco la chiave per sentirti accettato in un mondo che raramente accetta il diverso.

Le parole hanno una forza silenziosa ma profonda, e il modo in cui si sceglie di raccontare un'esperienza non si può spiegare, perché ciò che succede dentro in pochi minuti può stravolgere, aprire, ferire e guarire tutto insieme.

Per concludere ho scelto una frase di Carlo Acutis: «Tutti nascono come originali, ma molti muoiono come fotocopia».

È un colpo al cuore lo so, ma anche un invito a resistere, a non conformarsi, a non perdere di vista chi siamo davvero. È un monito a restare fedeli alla propria essenza, anche quando il mondo ci spinge ad assomigliare a qualcosa o a qualcuno che non siamo.

Portarvi questa riflessione soprattutto in un'età in cui la pressione per «essere come gli altri» è fortissima, può piantare un seme importante. Forse non germoglierà subito, ma resterà lì, pronto a crescere quando sarà il momento.

di Martina De Marco, B.Liver

Un frate con un sorriso luminoso, dall'altra parte di uno schermo, ci racconta che lui e la piccola comunità che si occupa dell'organizzazione del festival *Il Cortile di Francesco* avevano sentito una corrispondenza fra il *Cantico delle Creature* - di cui si celebra quest'anno l'ottocentenario - e *CICATR/CI*: se penso ad Assisi è questa ormai la prima immagine che visualizzo.

Un frate, che poi scopriremo chiamarsi Fra Giulio Cesareo ed essere il direttore artistico del festival ecumenico e culturale che si svolge proprio nella città umbra: è lui che ci invita ad esserne parte e a costruire insieme quello che oggi potrebbe essere un *Cantico* nuovo, contemporaneo, una nuova *Creazione*.

Ci è venuto un «brivido», ed è stato un riconoscimento prezioso a qualcosa che appartiene al DNA de *Il Bullone*, iniziato tanti anni fa durante le riunioni di redazione, con i primi racconti sulle cicatrici di Anna Maria e di tutti gli altri, e sviluppato in questi anni attraverso incontri - a partire dalla prof. Levi e il Politecnico, e dall'artista Giuditta Ravalli - esperienze, scatti di crescita e connessioni: una riflessione artistica e partecipativa sul valore delle cicatrici, il mondo dei tabù e delle controverse sensazioni che esse rappresentano.

Siamo arrivati nel 2025 a sentirci dire che la minima e autentica intuizione di *CICATR/CI* - che le storie di fragilità potessero svelare la bellezza e la forza dell'essere «umani» - ha qualche cosa a che fare con una grande storia, quella di Francesco che, proprio nel momento di massima fragilità, ormai quasi cieco e verso la fine della sua vita, sceglie di scrivere una lode di ringraziamento per tutte le creature, avendo l'intuizione profonda della fraternità con il Sole, la Luna e tutti gli altri elementi del Creato.

Per questo abbiamo buttato il cuore oltre l'ostacolo e siamo partiti. Andare con un nostro progetto ad Assisi, nel centro dell'Italia, uscire dai nostri confini e dalle zone in cui stanno le persone che più ci conoscono, è stata una sfida.

Portare una mostra laica, in cui modelli classici sono stravolti e trasformati, in una cittadina che è praticamente un libro di storia dell'arte religiosa medievale e un luogo di culto internazionale: anche questa è stata una sfida.

Allargare l'esperienza anche all'ope-



Alcune immagini della mostra *CICATR/CI* ad Assisi.

ra collettiva, ai laboratori in cui incontrare le scuole, e alla possibilità di portare sul palco in piazza San Francesco - un luogo unico nel mondo per iconografia e per vibrazione - un confronto fra aziende, istituzioni, terzo settore, cercando anche di creare un equilibrio armonico ed ispirante: questo decisamente è stata un'altra sfida.

Ci siamo giocati la carta della presenza: tante persone di staff, ma anche volontari e soprattutto un gruppo di B.Liver, motore di Fondazione Bullone, che sono stati protagonisti di tante attività.

Essere ad Assisi in gruppo per noi significava creare un centro magnetico che raccontasse l'energia della Fondazione e provare ad essere un esempio di quello che cerchiamo di portare nel mondo.

In dieci giorni abbiamo stretto rapporti con le comunità locali che ci hanno aiutato e ospitato, in primo luogo la fraternità del Sacro Convento di Assisi e la Sala Stampa con redazione della rivista *San Francesco*, ma anche tecnici, professori, turisti, proprietari di bar e hotel in cui abbiamo preso innumerevoli caffè e qualche aperitivo, oltre a tutto il mondo del festival *Il Cortile di Francesco*.

Prima di partire, Suor Grazia ci aveva donato una scrittura, un nuovo cantico in cui la lode andasse anche alle cicatrici e a tutte le situazioni di margine: con umiltà e giusta misura, abbiamo cercato di essere riflesso di alcuni dei valori dell'opera di Francesco, e di ricordarci e raccontare che la radice di quanto portiamo affonda nel saper stare nel dialogo fra dolore e gioia, limiti e risorse, fragilità e potenzialità.

Questo mix - che a volte risulta così commovente perché così tanto umano - racconta la via attraverso cui anche una piccola fondazione di Milano può accostarsi a una figura che da ottocento anni insegna l'amore con la «a» maiuscola e dire la propria con entusiasmo, gratitudine e speranza.

Grazie ai B.Liver, ai volontari, a Giuditta Ravalli e allo staff di Fondazione Bullone senza i quali tutto questo non sarebbe stato possibile.

Con il supporto di:



PROVIAMO A VIVERLA IN MODO DIVERSO

La noia... mi annoia

di Giusy Scoppetta, B.Liver

Mi trovo sul treno. Per l'ennesima volta è in ritardo, un tempo che mi costringe ancor di più a fermarmi qui, in questo *non-luogo*, sospesa tra ciò che ho lasciato alla mia partenza e ciò che mi aspetterà all'arrivo.

Riempio questa attesa scrivendo, ascoltando musica, scorro i social, tutto pur di non guardare in faccia la mia compagnia indesiderata, la noia.

Scappo da lei come da un nemico a cui non avvicinarmi, nonostante la conosca bene. Non le sto vicino per paura di non essere, di nascondermi da ciò che il mondo mi propone; così cado, anch'io, nel doppio paradosso della «noia che mi annoia»: non mi limito a provarla, mi infastidisce anche il fatto stesso di incontrarla nella vita.

Eppure, guardando alla nostra quotidianità, è evidente il doppio volto del nostro vivere: passiamo mesi a correre, tra liste infinite di impegni, mezzi affollati, liste da spuntare. Trascorriamo la nostra quotidianità nel desiderio di fuggire, desiderosi di una vita lenta, in cui fermarsi diventa possibile, ma quando si presenta il momento del riposo, sia esso una vacanza o dei giorni a casa, non sappiamo abitarlo. Ci rifugiamo nel pensiero di dover anche programmare dettagliatamente, per non perdere tempo, come se non ce ne fosse.

La noia ci fa paura perché ci espone e ci costringe a guardare negli occhi un tempo che scorre, mentre noi ci fermiamo. Così ci sentiamo spogli di fronte a lei e cerchiamo di coprirci, come avessimo un vuoto da colmare, per paura di

vedere la vera essenza dei nostri pensieri più intimi.

Non a caso, analizzando l'etimologia della parola, noia dal latino *in odium*, porta con sé un senso di disgusto e di repulsione, tanto da spingerci a reprimerla e rifiutarla. Ma cosa rifiutiamo in realtà? La noia stessa o la lentezza e la vulnerabilità che ci impone?

Proviamo a vedere questa sensazione da un punto di vista diverso, quello dell'opportunità. La filosofia, l'arte, la letteratura ci ricordano quanto da questi momenti in cui ci troviamo sospesi possa aprirsi uno spazio per riflettere, terreno fertile per dare spazio ai nostri pensieri in maniera più autentica. E come se il vuoto ci costringesse a guardarci dentro, a prendere atto di ciò che occupa la nostra mente. In questo senso la sospensione non è solo assenza, ma è opportunità di osservare ciò che normalmente sfugge alla nostra attenzione.

La noia, allora si mostra come una compagna silenziosa, ma non invadente, che ci fa scorgere un nostro tempo, non per forza riempito con gesti o parole.

So che voi mi direte che tutto ciò è semplicemente filosofico, utopico, in una società in cui è proibito fermarsi.

Forse dovremmo iniziare a cambiare la nostra prospettiva, concretamente, cercando di trovare in quei momenti di pausa un momento non da riempire ma da attraversare. Dovremmo cercare di cambiare una società che ci impone di produrre, cercando di ritagliarci quel tempo nostro per essere, perché per quanto continuiamo a pretendere da noi, la vita non è solo questa e forse quel desiderio di vita lenta nasconde una necessità di pausa, che va accolta e ascoltata. Penso sia questa una delle nuove sfide dei nostri tempi, non trovare una soluzione ai problemi del mondo, ma trovare una soluzione che aiuti il nostro io, che ci aiuti a fermarci per farci del bene.

Come farlo concretamente? Penso che non lo sappia nessuno, ma penso che possa essere utile iniziare ad agire ognuno nel singolo, accogliendo la noia, non rifiutandola. Dandosi il tempo sui mezzi per osservare, annoiarsi, non scrollare su TikTok. Sedendosi sul divano e per una volta non accendendo la televisione, semplicemente lasciandosi travolgere dai pensieri.

La noia mi annoia sì, ma forse può essere una bussola silenziosa che ci può orientare ricordandoci quanto è importante esserci piuttosto che dover essere. Non porta soluzioni immediate né risposte, ma ci può dare una possibilità: quella di abitare il tempo in maniera diversa almeno per un po'.

Forse solo così possiamo cogliere qualcosa di positivo da questa esperienza che tante volte ci appare negativa: la possibilità di vivere senza la pressione di fare.



NOIA

ABBIAMO UNA SBAGLIATA CONSIDERAZIONE DELLA NOIA. EPPURE DOBBIAMO

È importante trovare del tempo per non fare nulla

di Angela Scagno, B.Liver

Trovare del tempo per non fare nulla è importante. Secondo me quando ci annoiamo o non facciamo nulla, la nostra mente per scappare dal momento noioso che stiamo vivendo cerca di farci ricordare o immaginare attimi successi o crearne di nuovi. Dopo una lunga giornata di studio, lavoro o altre attività è fondamentale trovare anche un piccolo spazio per non fare nulla, per riflettere sul giorno trascorso, sui momenti che abbiamo vissuto, per realizzare ciò che è successo.

Questo momento di pausa si deve prendere anche dopo una vacanza, un viaggio, un pomeriggio: è importante riflettere su cosa è successo, se abbiamo fatto tutto quello che potevamo, se avremmo potuto migliorare qualcosa, su come eventualmente comportarci la prossima volta che dovesse succedere una cosa del genere. Bisogna pensare, ma non dobbiamo ossessionarci su come sarebbe potuta andare se avessimo detto un sì, oppure un no, perché tanto è inutile: non si può tornare indietro e non si potrà mai sapere come sarebbe andata. Dopo tutto è inutile vivere di rimorsi o di rimpianti, ogni fatto che accade nella nostra vita ci fa capire una determinata cosa, i momenti tristi vengono per insegnarci, cambiare qualche cosa del nostro passato vorrebbe dire cambiare qualche cosa di noi stessi, tutta la nostra vita ci ha portato ad essere chi siamo oggi.

Una cosa che succede spesso mentre ci annoiamo, sono delle idee strane o anche sorprendenti che potrebbero cambiare qualcosa,

Dopo una lunga giornata di studio, lavoro o altre attività è fondamentale ritagliarsi anche un piccolo spazio «vuoto»

effettivamente la noia non viene sempre per nuocere, anzi, secondo me annoiarsi è importante, è giusto dare valore alla noia, perché è una sensazione che ci porteremo avanti per sempre, e farci l'abitudine alla fine non è così male. Una rivelazione molto importante arrivata durante un momento di noia, fu proprio la scoperta della gravità di Isaac Newton. Newton era in un periodo di isolamento a causa della peste ed ebbe l'illuminazione proprio quando gli cadde una mela vicino e si mise a pensare.

Durante la noia si possono anche creare cose magnifiche, molti quadri come i semplici schizzi di Leonardo Da Vinci, la *Doodle Art* di Keith Haring (molte delle sue opere più famose sono nate mentre scarabocchiava per passare il tempo nella metropolitana di New York), gli autoritratti di Van Gogh durante il suo periodo di isolamento, le opere di Paul Klee (spesso nate da sperimentazioni casuali e giochi con forme e colori, che lui stesso descriveva come momenti di puro divertimento), i disegni automatici surrealisti (nati come esercizio per liberare la mente, fatti senza pensare, durante attimi di noia creativa). Questi sono solo alcuni esempi che ci fanno capire che dalla noia può nascere qualcosa di davvero sorprendente, senza la noia queste cose non esisterebbero.

Il mio consiglio personale sarebbe quello di sperimentare durante la noia: una nuova ricetta, un nuovo stile di disegno, imparare una nuova lingua, oppure a suonare uno strumento musicale, sono cose che in futuro potrebbero esserci utili, ma dobbiamo prima sperimentare.

La Giovane decadente di Ramón Casas, 1899, olio su tela.



CONVIVERCI E IN QUALCHE CASO PUÒ FARCI UN GRAN BENE

Impariamo a non fare più le cose di corsa

di Alessia Guglielmini, Casa di Deborah

«**S**tai ferma, non far scelte, resisti... Poi sarà il tempo di reagire, di ricostruire. Ma "dopo"»...

Per ora, non ti muovere, resta lì dove la vita ti ha portato e avevi scelto di stare».

Queste parole, che mi ha scritto una persona importante, risuonano nella mia testa ormai da dieci mesi.

Le porto addosso come un vecchio indumento che sa di conforto: morbido, protettivo, necessario. All'inizio mi hanno sorpresa, poi mi hanno salvata. Sono arrivate in una notte buia, quando tutto sembrava frantumato, e si sono messe a vegliare su di me. Sono diventate parte di me.

Il buio. Ne abbiamo parlato i primi giorni in Calabria con i ragazzi e i volontari di Casa di Deborah. «Da dove viene il buio per te?», ci viene chiesto.

«Dal troppo, dal pieno che non ci sta più».

Per anni la frenesia è stata parte di me, un ritmo meccanico che ha generato vortici sempre più veloci e la ruota del criceto non smetteva di girare. Fare tutto di corsa è diventato una specie di mio talento malato, ho imparato a fare più cose insieme, a trasformare il presente in una lista in cui si inserivano già le cose da fare il giorno dopo, la settimana dopo, il mese successivo. La lista non finiva mai. Persino le cose che amo si trasformavano in caselle da spuntare, negli avanzi della giornata. Il pieno non ci stava più.

E allora? Stai ferma.

E durante le due settimane di vacanze estive ho fatto quello che queste parole mi hanno suggerito. Non ho programmato nulla. Strano per me, abituata ad avere tutto sotto controllo, a dare il contenitore giusto ad ogni cosa, il colore adatto, la forma perfetta. Ogni cosa al suo posto. Ma più riempivo, più avvertivo una pressione sottile. Ho deciso di lasciare spazio al vuoto. Un vuoto che non spaventa ma che accoglie,

Nella lentezza, nel silenzio, nel non fare tutto e subito mi sono ascoltata, mi sono riappropriata dei miei tempi, ho respirato

il vuoto che ti fa respirare, il vuoto che ti salva come quando all'improvviso una bolla d'aria sotto una valanga ti protegge.

Stai ferma.

E no, non mi sono annoiata. Nella lentezza, nel silenzio, nel non fare tutto e subito mi sono ascoltata, mi sono riappropriata dei miei tempi, ho respirato, ho osservato le albe e i tramonti, ho cucinato delle torte, ho trascorso del tempo calmo con mio marito, ho letto libri, ho fotografato fiori, ho passeggiato da sola, lentamente. La lentezza rimette i pezzi al loro posto: ti restituisce il respiro, ti ricorda che le relazioni hanno bisogno di spazio per crescere, che il lavoro non può inghiottire tutto, che tu stessa non puoi continuare a correre senza perderti.

Stai ferma.

Non è arrendersi, non è rinunciare: è restituirti il tempo per sé, per curarsi, per scegliere quando davvero muoversi. È capire quando è il momento di reagire, di ricostruire, di fare scelte piene e consapevoli.

Settembre è arrivato, con i suoi impegni e nuovi progetti all'orizzonte, ma per ora resto ancora un po' qui, con le mani che odorano di torta e gli occhi pieni di albe.

Stai ferma. Non per sempre, ma finché serve. E se questa è noia, allora voglio vivere di noia, perché porta con sé una possibilità preziosa: quella della creatività, della libertà. È nello spazio vuoto che nascono le idee più originali, che emergono le priorità più autentiche, che trovi il coraggio di scegliere davvero, senza riempire il tempo con qualsiasi cosa solo per paura del silenzio.

La noia non è un nemico, è un dono. È una pausa che ti restituisce a te stessa. È un abbraccio invisibile che ti ricorda che non devi sempre correre, non devi sempre produrre, non devi sempre dimostrare.

Ho vissuto, davvero.

Perché mai dovrei fare qualcosa... Penso e non è poco

di Giulia Maltagliati, Casa di Deborah

La scuola è ricominciata da qualche giorno. È ora di pranzo e siamo nella cucina di Casa di Deborah. Alla spicciolata arrivano i ragazzi con il loro pasto gelosamente custodito in contenitori di plastica da svuotare nei piatti colorati e scaldare al microonde. Mangiando i primi bocconi si recuperano le forze, ci si rilassa e la voglia di chiacchiere fa nuovamente capolino in questa stanza che contiene tanti segreti, confessioni, parole.

«Com'è andata oggi? Quanti supplenti avevi?», «Due, mancano i prof...», «E quindi cosa fate? Non so, leggete, preparate altre materie, giocate?», «No, no, poi il telefono non si può usare, mi annoio», «E cosa fai quando ti annoi?», «Penso. Io quando mi annoio penso», «A cosa?», «Penso e basta».

Mi fermo a pensare tutta la sera a queste parole e mi domando: ma io ce l'ho il tempo di annoiarmi?

Ci penso un po' su. È raro, ma qualche volta capita anche a me: mi tornano alla mente, ad esempio, quei pomeriggi d'estate, poco prima del tramonto, in cui hai già fatto un pisolino, hai letto, hai già incontrato le onde più e più volte, la passeggiata fatta e hai pure raccolto delle conchiglie.

Ecco, a quell'ora - quella che i ragazzi ora definirebbero come essere nel *chill* - mi è capitato di non sapere cosa fare. Cosa fare. Ma perché mai dovrei fare qualcosa?

Insomma, è necessario saturarlo con delle azioni questo tempo morbidamente vuoto? O, forse, si potrebbe pensare di frequen-

Si dice che una delle qualità di uno psicoterapeuta sia disporsi nei confronti dei suoi pazienti con attenzione liberamente fluttuante

tare con *stupida meraviglia* questo spazio-tempo e lasciare che il flusso dei pensieri e del sentire ci porti via per un po'?

Vi racconterò una storia: sono stata figlia unica per sette anni. I miei genitori lavoravano entrambi e molto.

Passavo il tempo con la nonna paterna che mi ha cresciuta e amata moltissimo.

Era inevitabile che ci fossero dei momenti vuoti e che il loro sguardo non fosse costantemente su di me. E così ho

iniziato a giocare. Giocavo sempre, in tanti modi e perlopiù da sola.

Quando c'era la nonna, ricordo interi pomeriggi a giocare con le Barbie: l'ultimo ripiano in basso della libreria di camera mia era adibita a casa per lei e Ken.

Erano una famiglia e Barbie aveva sempre un fazzoletto di carta appallottolato sotto i vestiti, in corrispondenza della pancia, a simulare una gravidanza.

Giocavo in religioso silenzio, non ero di quei bambini che usano la voce per tenersi compagnia.

Durante il fine settimana, invece, nei lunghi pomeriggi impregnati di silenzio in cui la mamma e il papà riposavano per recuperare le fatiche della settimana, giocavo a fare la scrittrice e inventavo poesie e racconti e poi mettevo in cerchio i miei pupazzi e mi fingeva una maestra pronta a interrogare.

Ora e allora. Quale legame? La creatività.

La noia poteva e può ancora, forse, essere tollerata e gestita in modo creativo senza per questo intenderlo come un tempo perso e improduttivo.

Si dice che una delle qualità di uno psicoterapeuta sufficientemente buono è disporsi nei confronti dei suoi pazienti con quella che viene definita *attenzione liberamente fluttuante*: ecco, io credo che essermi esercitata a «surfare» sulla noia mi abbia permesso di compiere questa piccola magia che viene da un allenamento prolungato e costante al lasciarsi guidare da quel sentire, a volte indistinto, che ci suscitano le relazioni, gli eventi, le persone, i pensieri.

Dunque la noia no, non mi annoia affatto. Credo altresì che ci sia in essa un potenziale altamente creativo che ha solo bisogno di essere liberato, magari durante le numerose ore di supplenza!

NOIA

ABBIAMO UNA SBAGLIATA CONSIDERAZIONE DELLA NOIA. EPPURE DOBBIAMO

Il tempo che passa non è da riempire ma da svuotare

di Monica Nalin, Casa di Deborah

Un tramonto che infiamma una distesa di campi in aperta campagna, la strada che scorre tra filari di alberi e i pioppi che formano foreste bislacche macchiando l'orizzonte...

Qualche casa sparsa qua e là. Se dovessi dipingere la noia mi verrebbe questa immagine. E se noia non fosse e fosse solo tempo che il tempo fa? Il ritmo della natura, del lavoro pesante, delle albe e dei tuoni, delle coltivazioni da seguire, degli animali da allevare. E se la noia fosse solo un pretesto per noi che corriamo e non ci fermiamo mai.

Una delle cose che amo fare, da sempre, è perdersi guardando i bambini che giocano, ma anche i gatti che con la zampetta vogliono afferrare qualcosa che si muove tra i fili d'erba. I bambini non si annoiano di certo girando intorno, scaldando per spingersi in alto sull'altalena.

Cosa succede poi? Cos'è che noi non riusciamo a concederci perché ci sentiamo in tremendo difetto se non abbiamo la casa in ordine, un lavoro wow e i capelli che a volte sembrano cespugli ci fanno sentire un filino fuori posto?

Cosa ci travolge in un continuo rincorrere il tempo come se il tempo non avesse una durata, come se si esaurisse nell'arco di subito?

Subito è il reale bisogno di una cura a chi soffre, subito è un aiuto nel momento di bisogno, subito è chiudere la finestra se la pioggia entra in casa.

E non significa non prendere impegni e avere progetti, perseguire il desiderio che è il motore della vita stessa, ma significa soffermarsi a guardare i covoni di fieno e immaginare e rispettare il lavoro dei contadini, ma non precludersi la possibilità di pensare a qualche bambino che su quelle matasse dorate fa le capriole.

Ognuno di noi ha una passione dentro, un fuoco che durante la frenesia delle giornate che diventano mesi e si trasformano in anni rimane soffocato e che invece bisognerebbe ascoltare.

Ci vuole allenamento, ci vuole coraggio e tenacia per sentirsi, ma quando ti concedi di meravigliarti davanti al silenzio, quando torni a spingere l'altalena è lì che tutto diventa armonia e i colori sono più lucenti.

La lentezza, il racconto, lo stare in silenzio. Il lavorare con le mani per creare, lo stupore del tempo che passa e che non è da riempire ma da svuotare.

Un sonnellino guardando di sottocchi la polvere sui mobili, accorgerti che tutto sommato su quella polvere ci potresti scrivere: il tempo è mio e i granelli di polvere riescono a comporre fantastici disegni.

È difficile quando la vita ti travolge con le sue montagne russe, con la costante rincorsa di obiettivi, sembra tutto un «devo». Probabilmente capire che il devo ha un limite, e che il devo è proiettato al di fuori di noi è il segreto per poter gustare la noia. Che noia non è.

Magari è vita. E ti ritrovi a seguire le formichine per vedere dove portano il cibo, oppure osservi in riva al lago il gabbiano antipatico che ruba le briciole alle anatre, mentre in campagna il tempo scorre così come da sempre è stato.

Ci sono tanti «tempi morti» che ci fanno paura

di Iris Lenzi, B.Liver

Ore 8:32, stazione Centrale di Milano, mi sto dirigendo verso l'università. Intorno a me sento passi veloci e un silenzio che sembra essere troppo lontano. L'atmosfera è un po' tesa, tutti cercano di prendere la metro che sarebbe arrivata dopo un minuto e mezzo, perché quella successiva (cinque minuti dopo) sembra essere troppo lontana. C'è chi corre, chi spinge, chi si affretta e chi sospira con un po' di ansia. Poi, finalmente, si sente quel rumore familiare e da lontano appare la metro.

La gente inizia a salire, l'ansia svanisce. Oggi siamo abituati a vivere in uno stato di stress e tensione costanti, che si tratti di prendere la metro, o di mettere via la spesa. Quando, però, questi momenti sono interrotti da un po' di calma e relax, tutto cambia e arriva la tranquillità, anche se solo per un attimo, perché il bisogno di adrenalina si fa sentire. Che sia dopo essere saliti sulla metro o in altre situazioni, ci sono momenti che sembrano noiosi, apparentemente vuoti e inutili agli occhi di tutti.

Ma facciamo un salto indietro... Sono davvero così irrilevanti quei «tempi morti» che temiamo così tanto di trascorrere?

Non dovrebbero essere visti in modo diverso da come pensiamo? Sì, perché anche dalla noia può nascere qualcosa: ve lo dimostro. Era il 14 agosto 2025, ero in vacanza con la mia famiglia in Perù. Erano le 10:22. Mi trovavo davanti a Machu Picchu, che lentamente si rivelava dalla nebbia del mattino. Mentre cambiavo l'obiettivo della fotocamera e mi alzavo, ho notato un uomo inginocchiato e una donna con le mani davanti alla bocca. Un ragazzo stava chiedendo la mano alla sua fidanzata. Lei ha detto sì, e si sono abbracciati con gioia. Per me, quello era un momento qualsiasi, stavo facendo un'azione casuale che non mi sarei mai ricordata di aver fatto in quel esatto istante.

Per quella giovane coppia invece era tutto diverso. Quel giorno e quell'ora sarebbero diventati un ricordo prezioso. Una data che, un anno prima forse sembrava banale, si era trasformata in un momento chiave delle loro vite.

Quante volte ci capita che piccoli momenti casuali diventino davvero significativi? Ci sono tanti esempi a cui pensare: dalla data di nascita dei figli, quell'orario che non si dimenticherà mai, al giorno del matrimonio e a tante altre occasioni speciali.

La noia, però, ha anche un altro lato, perché quei momenti che sembrano vuoti possono trasformarsi in attimi difficili che preferiremmo dimenticare. Per me, ad esempio, l'8 marzo 2024 rimarrà per sempre il giorno in cui ho perso il mio cane. Ci insegna così come dai momenti di noia possano essere scolpite date e orari che rimarranno sempre nel nostro cuore.

Possono quindi nascere ricordi belli, brutti, grandi ma anche piccoli. Sì, perché la noia può anche diventare molto altro. Basti pensare ad attimi vuoti che si trasformano in momenti in cui coltivare i propri hobby, le proprie passioni, o far nascere nuove idee per il futuro.

Quindi, anche dai momenti che sembrano apparentemente insignificanti può nascere qualcosa. Certo, in alcune occasioni siamo noi a deciderlo. In altre, fortunatamente o sfortunatamente, intervengono forze maggiori. Non bisogna sottovalutare quei momenti, ma provare a costruirci qualcosa, per fermarci e far nascere un'idea grande o piccola che sia.

8:34, Milano Centrale. La gente sale sulla metro e l'ansia svanisce. La noia, però, inizia a farsi sentire. Mi fermo, apro lo zaino e tiro fuori il mio uncinetto.

Inizio a creare per trasformare quei momenti che sembrano vuoti in qualcosa di significativo, come un po' di tempo per me, o una borsa che custodirò a lungo.

Dagli attimi vuoti possono nascere ricordi, grandi e piccoli. E da quei momenti scaturiscono nuove idee per il futuro



CONVIVERCI E IN QUALCHE CASO PUÒ FARCI UN GRAN BENE

Pensa che noia farsi bastare un telefonino

di Victoria Sirbu, Exodus

La noia va in due direzioni opposte e in qualche modo collegate tra loro: un'emozione o un'attitudine alla vita.

Nel primo caso il suo manifestarsi è sempre positivo, perché chi la incontra ha le capacità e uno stato di benessere che gli permette di sfruttarla e di andare oltre a questa.

Per farlo il soggetto mette in gioco la mente e la creatività, arrivando addirittura a conclusioni importanti per il suo percorso di vita, o semplicemente trovando un modo nuovo di affrontare il tempo libero, scoprendo così interessi e passioni.

Nel secondo caso, se l'emozione non trova sbocchi di sfogo diventa incontenibile, così si sedimenta in chi non trova soluzioni ad essa.

Diventa un'entità perenne, maligna, che ingloba e annebbia nella sua conosciuta foschia.

Le giornate sono infinite, pesanti e la monotonia diventa quotidianità che sembra invalicabile.

La sensazione è caratteristica del periodo «moderno» che l'essere umano sta vivendo.

Siamo una razza annoiata all'estremo, tutti gli agi e i vizi che l'evoluzione ci ha concesso non ci sponano a nulla di nuovo o eclatante, probabilmente l'uscita del nuovo modello di iPhone smuove e stupisce, ma dura troppo poco per gratificarci.

Forse per questo si aspira alla ricchezza quasi divinizzandola, perché permette di provare più esperienze adrenaliniche, di visitare più Paesi esotici, di avere la macchina più veloce, ma a quel punto tutto è a portata di mano e tutto diventa noioso.

Non andando neanche troppo lontano con il pensiero, anzi, avvicinandoci a una verità tangibile che accomuna tutti, si vede come la noia dilaga con ancora più evidenza al pari di un'epidemia che vede interessati soprattutto gli adolescenti.

È ormai normale vedere giovanissimi e non che, con uno strumento elettronico tra le mani, non prestano attenzione a chi hanno intorno

mondo adulto dal quale ci si aspetterebbe consapevolezza, viene dato in mano uno strumento diabolico che toglie lucidità.

Diventa spaventosamente sempre più comune vedere giovanissimi con qualche strumento elettronico tra le mani che per questo non fanno attenzione alle persone che hanno intorno, amici o parenti che siano.

Sappiamo inoltre che i social hanno lo scopo specifico di attrarci con video rapidi, qualche manciata di minuti, tipicamente con colori pulsanti che catturano l'occhio e rendono la mente desiderosa di continuare a nutrirsi di questo.

Quando si ritorna al mondo che ci circonda, quello normale, oltre a non accettarlo, non si riesce a trovarne interesse, non cattura come il cellulare e finiamo per annoiarci, perennemente.

La maggior parte dei miei coetanei non parla, non esprime esperienze, interessi o altro, non perché non sappia verbalizzarli, ma perché non ne ha di concreti, non ha prospettive per il futuro, tutto è di poco conto, senza distinzioni.

Penso che la soluzione alla noia sia andare a ritroso nella nostra storia evolutiva ed eliminare tutto ciò che ci ha resi troppo stabili, serve precarietà per andare a fondo nei problemi, produrre soluzioni con creatività e renderci appagati da queste.

Serve precarietà per non dare nulla per scontato, ma muoversi nello stupore di una novità che sia davvero mai vista.

La noia non la provo più da quando sono alla Mammoletta, mi ha reso libera da una pesantezza che costituiva ormai la mia vita, ora sono impegnata dentro e fuori di me.



La Giovane decadente di Ramón Casas, 1899, olio su tela.

MITO, LEGGENDA E STORIA DI UN EROE GRECO

Perseo e la noia: cronache dell'Argolide

di Riccardo Russo, B.Liver

Perseo vagava nell'Argolide. Vagava perché era convinto che avrebbe trovato il suo sudore su un ulivo maturo, e dai suoi frutti avrebbe tratto l'olio che si sarebbe sparsa su tutto il corpo.

Procedeva cavalcando Pegaso a briglie sciolte, libero di fendere l'aria e sentire l'eccitazione salire. Quando trovava l'ulivo adatto, legava il cavallo al tronco, raccoglieva un po' di olive e le macinava in un piccolo mortaio. Poi si toglieva la veste. Raccoglieva il preparato unto e se lo spalmava con le dita sul petto, sulle braccia... Una volta che la sua pelle era divenuta luccicante, stendeva la veste sopra l'erba bagnata e ci si sdraiava sopra. Così Perseo si addormentava, e trascorreva il pomeriggio.

Si svegliava all'imbrunire del cielo. Era in ritardo, ma non si destava mai in lui alcun senso di fretta. Legava la veste al ventre, saltava sulla cavalcatura e ripercorreva la strada di casa. Trenta minuti dopo era alle porte di Micene, città di cui era re e fondatore. Veniva accolto con tutti gli onori, la cosa lo lasciava indifferente. Quando entrava nel cortile reale, un paggio che voleva farsi notare soffiava un po' troppo forte nella sua tromba e cadeva all'indietro: Perseo rideva di gusto. Lasciava poi Pegaso nella stalla e rientrava a palazzo. Trovava Andromeda impegnata ad aiutare i servi nelle preparazioni per il banchetto, un gesto che dimostrava la sua nobiltà d'animo. Quando lei lo vedeva lasciava il coltello e le cipolle per gettargli le braccia al collo: «Oh, nobile Perseo! I miei occhi brillano di gioia ogni volta che riflettono la tua immagine!», «I miei versano lacrime quando sono catturati dalla tua bontà. Così forte d'animo, così nobile nello spirito, e umile nelle gesta», «Chi ha la possibilità di vestire seta e portare perle al collo non può tirarsi indietro davanti al compito di tagliare due cipolle». «Non dovresti iniziare a prepararti? Non manca molto al calare del sole», «Non preoccuparti. Il tempo che ho a disposizione è sufficiente».

Perseo trascorreva la cena a parlare con i re delle poleis vicine. Non era mai stato nei suoi sogni trattare di confini, dispute territoriali, feste del raccolto, organizzazione dei commerci. Così, dopo aver riempito nuovamente il bicchiere di vino, lasciava la tavola dei re ancora presi dal chiacchierico e scendeva nel cortile, dove i musicisti suonavano e cantavano melodie conosciute da millenni. E con le braccia, con le gambe, con il corpo Perseo cercava di riprodurre quel ritmo, tentava di inseguire le note attraverso movimenti concentrati del bacino, attraverso il libero fluire delle gambe, di far proprio lo spirito del tempo almeno per i secondi nei quali i passi sarebbero risuonati con il ritmo



Andromeda e Perseo, Pierre Mignard, Museo del Louvre (Parigi).

scandito dalla musica. E nell'estasi che ne derivava riusciva a scorgere Andromeda, anch'essa immersa nello stesso vortice. Si guardavano, ridevano, e... Ed era sempre lo stesso giorno. Il vino smise di parlargli, la quiete tornò nella sua testa. Attorno a lui, la gente ballava, Andromeda ballava. Un giorno aveva pensato di non voler null'altro, nella sua vita. Null'altro che lei, e lo pensava ancora.

Calò la notte, i due sposi si ritrovarono a letto, e si amarono come si erano già amati prima.

Perseo uscì da Micene il mattino presto. Portava, in groppa a Pegaso, l'arco di Filestone e le frecce nella faretra. Era deciso ad abbattere almeno tre cinghiali, così cavalcò a lungo per raggiungere l'Arcadia. In quella regione, i cinghiali erano meravigliosi.

Vide il primo sbucare da una roccia, e non sbagliò il colpo. Lo stesso accadde per il secondo, colpito alla testa, e per il terzo, che fu centrato al fianco e cadde agonizzante dopo una breve fuga.

Scuoiando il terzo cinghiale, si rese conto che questi animali non gli of-

frivano un vero stimolo: come poteva trovare sfidante la caccia al cinghiale, lui, che aveva sgozzato la temibile Medusa? E quasi desiderò che fosse Medusa stessa a uscire dalla boscaglia, con la sua testa sibilante e lo sguardo freddo come la morte. Ma non sarebbe mai sbucata, ed era

Era in ritardo, ma non si destava mai in lui alcun senso di fretta

Attorno all'eroe, la gente ballava, perfino Andromeda ballava

meglio così. Perseo lasciò la pelle dell'animale e avanzò a passi lenti. La luce solare gli arrivava filtrata dalle fronde dei pini, il vento muoveva ipnoticamente l'erba. Si avvicinò a un corso d'acqua che fluiva pulito. Nulla gli dava sollievo. I ricordi delle sue imprese lo tormentavano, e la natura rigogliosa ora sembrava i Campi Elisi. La gola gli si strinse e cadde in ginocchio, il viso si specchiò nel ruscello. Non si riconosceva più. Si rialzò e ispirò profondamente, le ciglia erano bagnate.

Pegaso emerse dalla radura con passo esitante. Perseo guardò il cavallo bianco stagliarsi contro lo sfondo, come una visione di gloria. Strinse allora l'arco con la mano sinistra, incocò una freccia con la destra. Le lacrime presero a solcargli le guance.

Quindi lo colpì al centro della testa, lungo una linea immaginaria che univa gli occhi.

Perseo si gettò a terra, piangendo e stringendo l'erba con i pugni, fino a quando non fu vinto dalla stanchezza e si addormentò.

Apriamo strade impossibili. Tremenda voglia di vivere.

La Mammoletta è la «sede del mare» della Fondazione Exodus di Don Mazzi. Fondata nel 1990 da Marta del Bono e Stanislao Pecchioli sull'Isola d'Elba, offre percorsi educativi di accoglienza, reinserimento e prevenzione per adolescenti e giovani adulti con problemi di dipendenza e altri disagi sociali, familiari e psicologici. La collaborazione tra la Mammoletta e *Il Bullone* nasce nel 2020

con l'obiettivo di far incontrare le comunità di riferimento per mettere al centro il dialogo, le riflessioni, le esperienze condivise di giovani che stanno attraversando, ciascuno a suo modo, periodi complicati e delicati, ma che non smettono di credere nella possibilità dell'oltre e dell'altro.

Anche noi in barca all'Elba per unirci alla Flottilla

di Lorenzo Rosina, Exodus

Il 15 settembre scorso Portoferraio ha ospitato una significativa manifestazione a sostegno della Palestina, un momento di forte condivisione e solidarietà organizzato dalla Mammoletta e da altre associazioni locali.

L'evento, caratterizzato da un'atmosfera coinvolgente e pacifica, ha attirato cittadini di diverse età desiderosi di esprimere il proprio dissenso e la propria vicinanza alle vittime di un conflitto che continua a mietere vittime e a suscitare dolore.

La manifestazione ha preso il via dal porto di Portoferraio, coinvolgendo sia persone a piedi che una flottiglia di barche issanti bandiere di solidarietà, tra cui una della lotta palestinese.

La presenza delle nostre barche ha rappresentato un simbolo di forte solidarietà internazionale e di solidarietà per la Global Sumud Flottiglia che in questo momento è diretta verso Gaza. La partenza del corteo è stata accompagnata da condivisioni di pensieri, interventi tramite megafono, canti e momenti di silenzio, creando un'atmosfera di unione e di impegno civile. Il coinvolgimento emotivo si è manifestato anche nel modo in cui le persone hanno espresso il proprio dissenso: alcuni con parole, altri suonando tamburi, altri semplicemente in silenzio, ma tutti con un obiettivo



comune: dire «BASTA!» a quella che molti considerano un'ingiustizia, un genocidio in atto a Gaza.

La presenza delle barche, che si avvicinavano lentamente alla Darsena Medicea rispondendo ai canti e ai suoni della manifestazione, ha dato ulteriore forza simbolica all'evento, alimentando la speranza di un cambiamento possibile.

Dopo aver seguito la flottiglia fino alla spiaggia delle Ghiaie, il corteo ha attraversato la via principale di Portoferraio, incontrando cittadini che, sorridenti e solidali, hanno mostrato apprezzamento per l'iniziativa.

Tuttavia, molti passanti hanno scelto di proseguire per la loro strada, lasciandomi spazio per delle riflessioni: quanto siamo disposti a mettere da parte i nostri interessi e ad affrontare

I tamburi e i canti hanno scandito una testimonianza di solidarietà

le vere emergenze umanitarie?

Fino a che punto l'indifferenza può diventare complicità?

Queste domande sono emerse con forza tra i partecipanti, preoccupati per il futuro e per il silenzio di molti di fronte alle immagini dei bambini uccisi, innocenti vittime di un conflitto che sembra non avere fine.

La conclusione della manifestazione è stata segnata da un momento di raccoglimento: un minuto di silenzio dedicato alle vittime di questa guerra atroce e unilaterale, seguito da un canto popolare palestinese e dagli interventi di associazioni impegnate nel sostegno della causa palestinese. I tamburi e i canti hanno scandito un'ulteriore testimonianza di solidarietà, rafforzando il messaggio di speranza e di richiesta di un'attenzione più grande da parte della comunità internazionale.

In un mondo spesso distratto e indifferente, questa manifestazione ha rappresentato un gesto di coraggio e di umanità.

Ha ricordato a tutti che la solidarietà e l'unione possono essere strumenti potenti per cambiare le cose, anche di fronte a tragedie così grandi.

La speranza è che momenti come questo possano spronare più persone a riflettere, ad agire e a non lasciar cadere nel silenzio le vittime di un dolore che riguarda tutti noi.

MAMMOLETTA

Un trekking di risate e abbracci sull'isola

di Lapo Longinotti, Exodus

Questa domenica, insieme ai miei compagni della Mammoletta, sede elbana di Exodus di don Antonio Mazzi, siamo stati coinvolti dall'associazione Vaganti in un'esperienza che mi ha fatto capire molte cose, ad esempio, che quando - molto spesso - ci lamentiamo, non sappiamo minimamente che cosa stiamo dicendo. Stamattina, insieme a tanti altri volontari, abbiamo accompagnato quattro persone con disabilità motorie in un trekking presso Capo Stella qui all'Isola d'Elba. Queste persone, come Alessandra, Mariastella, Maurizio, si muovevano su una particolare specie di sedia a rotelle chiamata Jollette. Con questo fantastico sistema e con l'aiuto di un individuo normodotato

anche chi vive questa condizione, può tranquillamente avventurarsi in sentieri tortuosi. Un'esperienza nuova per me che mi sono messo in gioco aiutando Mariastella in quest'impresa. Ci siamo divertiti tantissimo tra risate e un panorama mozzafiato sulle Isole di Monte Cristo e Pianosa.

Il trekking è durato tutta la mattina e verso l'ora di pranzo siamo tornati al punto di partenza per la conclusione dell'attività. Mariastella doveva passare dalla Jollette alla sua carrozzina, così mi ha ab-

bracciato ed io, con un po' di sforzo, l'ho alzata e aiutata a fare questo passaggio. In quel momento, durato al massimo due minuti, in quell'abbraccio, ho sentito un caldo potentissimo al cuore, al mio corpo intero. È stata una cosa semplice, ma allo stesso tempo una delle cose più belle che abbia mai fatto o provato, al pari di quando ti innamori di una persona e senti quel brivido anormale passarti dentro. Io sono un ex tossicodipendente, con un passato molto difficile, pieno di sofferenza, ma da quando vivo la comunità - e la vivo non perché ci abito - ho sposato i principi sulla quale essa si basa. Penso che anche la più grande delle difficoltà può essere alleggerita e debellata se mettiamo da parte l'io e diamo spazio al «noi», allo stare insieme e alla relazione, facendo svanire le lamentele sulle sfide della vita.

MAMMOLETTA
CON VOI

PENSIERI **S**CONNESSI

SI SONO RISVEGLIATI GLI UOMINI **C**ATTIVI?

di Bill Niada

Ho appena finito di leggere *Anna Karenina* di Tolstoj e alla fine, dopo che Anna si è tolta la vita, Levin ha cominciato a riflettere sul bene e sul male nella ricerca di benessere per la sua vita interiore, sostenendo che la ragione lo portava ad «*opprimere coloro che impedivano la soddisfazione dei miei desideri... Ma la ragione non poteva rivelarmi che devo amare il prossimo*» (per stare bene, ndr), perché ciò irragionevole (controintuitivo, ndr).

Mi chiedo: cosa sta succedendo ora?

Perché si sono risvegliati i cattivi?

Mi chiedo anche: cosa fa sì che la gente li segua senza tenere minimamente presente ciò a cui arriva Levin? Nei tempi successivi alla Prima guerra mondiale popoli interi inneggiavano folli criminali.

I potenti crudeli imponevano malvagità e violenza con la ragione di soddisfare frustrazioni personali, umiliazioni e desideri.

Dotati di un Ego patologico si sentivano onnipotentemente insigniti da un destino salvifico, attuando prepotenze e crudeltà e convinti di essere uniti da un mandato superiore, alimentavano le stesse percezioni nel popolo: paura, frustrazione, desiderio di riscatto per sconfiggere con la forza e la violenza chi consideravano nemico e il popolo per quieto vivere o per timore di perdere una qualità di vita apparentemente serena, non si ribellava.

Questi potenti crudeli erano incuranti di regole e rispetto e seguivano solo la loro ragione. Simile a ciò che sta succedendo oggi, dove accettiamo e avalliamo comportamenti fuori da regole e rispetto accogliendo ragioni economiche, di potere, politiche. Mi chiedo: perché accade?

Io, nel mio piccolo, vedo che nell'educazione dei giovani, o nella gestione delle persone nelle aziende, o all'interno di comunità ci devono essere regole chiare e reciproche che devono essere seguite in ogni modo. Poche, ma umane e di buon senso.

Se si accettano comportamenti disordinati, prepari-

Accettiamo comportamenti fuori dalle regole e dal rispetto a causa di ragioni economiche, di potere e politiche. Mi chiedo: perché accade?

canti, violenti, subendoli per paura, assistenzialismo, o quieto vivere si creerà un clima di caos e confusione.

Anzi, si arriverà a una situazione con conseguenze nefande, sia per i giovani, sia per le comunità.

Il faro deve essere l'etica reciproca e il benessere psico-fisico e con i nostri ragazzi cerchiamo di imporre regole di disciplina e rispetto, togliendo il focus da sé stessi e dalle proprie «ragioni» riversandolo su un bene comune, che diventa bene per ciascuno.

Quando qualcuno si sente in diritto di pretendere, in virtù di personali aspettative, di fare/non fare a modo proprio, viene rimproverato e ricondotto a un pensiero di beneficio comune e non personale.

Tutti siamo in grado di vedere negli altri difetti e mal funzionamento, il difficile è ricondurre le valutazioni a sé stessi, osservandosi dal di fuori.

Starci e percepire la realtà non è facoltà di tutti.

Solo un'educazione non protezionista e assistenzialista, ma di buon senso ed energica, può rimettere ordine a certi atteggiamenti.

E solo così, prescindendo da interessi, richieste, diritti personali, il singolo e la comunità possono progredire.

Bill, uno che non è sui social, non ha la televisione, ma che si sente ancora in mezzo agli uomini e al mondo.

RIFLESSIONI SULLA **V**ITA PER NON PERDERSI

Non correte sempre. Pensate e tirate il fiato

di Giulia Zangrandi, B.Liver

Personalmente reputo che vivere sia quello scoglio a metà del fare e del riposare. In poche parole, penso che la parte produttrice e sempre in movimento della nostra vita non possa esistere senza l'altra parte che la completa: non si può sempre correre finché le gambe urlano dalla stanchezza e si fa fatica a stare insieme, o continuare a fare e spingere senza una minima pausa. Purtroppo, esiste una cosa chiamata «burn out» e succede quando stiamo vivendo un grande livello di stress fisico e mentale e la nostra mente entra nella «survival mode», in queste condizioni il nostro corpo sembra mille volte più pesante. Siamo esseri umani e molto spesso impariamo il valore del riposo troppo tardi, impariamo che fare un passo indietro dal lavoro o dallo studio non ci rende dei falliti o ci fa perdere tempo, anzi, significa fare un passo avanti per il nostro benessere fisico e mentale, significa capire che non siamo macchine, capire che spingersi fino al limite dell'esaurimento non aiuterà. Giovani adulti e ragazzi fanno più fatica a riguardare, io personalmente faccio una fatica bestiale a bilanciare tutto lo studio e i miei impegni mentre cerco di essere gentile verso me stessa, quando qualcosa non va come pianificato. Se fate fatica come me, o avete fatto fatica in passato, allora questa lettera è dedicata a voi. «Caro lettore, voglio che tu sappia che la



Siamo esseri umani e molto spesso impariamo il valore del riposo quando è ormai troppo tardi

Fare del tuo meglio è sempre abbastanza, provarci è già abbastanza e dovresti esserne fiero

vita ha ancora tanta bellezza, tante cose buone e inaspettate, spero che non smetterai mai di andare avanti anche se devi fare un passo indietro a volte. Non siamo entità senz'anima ed emozione, siamo persone che sentono e hanno dei limiti, molti cercheranno di spingerti oltre i tuoi limiti, o di farti sentire come se dovessi superarli ed esaurirti per avere successo nella vita. Lascia che ti dica che fare del tuo meglio è sempre abbastanza, provarci è già abbastanza, e dovresti esserne fiero perché tanti, per paura, abbandonano ancora prima di provare; può essere spaventoso andare avanti a volte, lo capisco ed è esattamente il momento in cui devi andare avanti e lasciarti il resto alle spalle. Il cambiamento ci intimorisce, è terrificante pensare che le cose non saranno più come prima ed è valido sentirsi così, ma più vai avanti sul sentiero sbagliato e più tempo ci vorrà per tornare indietro e prendere un'altra strada. Da parte di qualcuno che ha passato tutto questo e ha finalmente trovato la luce alla fine del tunnel, ti vedo e non sei sola. Proprio come dopo una tempesta, non piovere troppo e lascia che la luce illumini ogni meravigliosa crepa, prenditi tempo per riposare quando senti che ne hai bisogno, non avere paura di prendere pause, sei umana e te lo meriti. Ricorda che la vita riesce sempre a trovare un modo per fiorire nel più meraviglioso dei modi, allora anche tu.

STORIA La vicenda di Vincent e un atto di generosità che gli ha salvato la vita

Come vivere con un rene che ti è stato donato Si rinasce e si ama di più

di Emanuela Niada, B.Liver

Buongiorno Vincent, mi parla della sua esperienza di trapianto renale. Può raccontarci meglio che cosa ha provato?

«Tutto è iniziato più di quindici anni fa, quando la mia insufficienza renale cronica venne diagnosticata e la mia salute iniziava a peggiorare. Nel tempo era diventata una nefropatia, che pian piano mi ha portato a diventare un malato molto grave, a rischio di vita. Ho dovuto sottopormi a emodialisi per sostituire la funzione renale».

In che cosa consiste?

«Il sangue viene prelevato da vene e arterie del braccio tramite una fistola confezionata chirurgicamente e viene filtrato attraverso un macchinario e reintrodotto nel corpo, eliminando scorie, tossine, acqua. Si rimane quattro ore fermi per effettuare questo processo che permette di sopravvivere, perché sostituisce la funzione renale, altrimenti l'organismo si avvelena. Pensi che un tempo ci volevano 10-12 ore. Ci sono però molti effetti collaterali. La dialisi si effettua 2 o 3 volte alla settimana. Tampona, ma non risolve. Io ho iniziato il trattamento ad aprile 2021. Quindi mi hanno proposto il trapianto e mia moglie si è proposta come donatrice, così si è sottoposta a una serie di esami e procedimenti complicati durati parecchio tempo, la cui trafila richiede di solito dai 6 ai 12 mesi».

Che difficoltà ci sono nel reperire un rene compatibile?

“

La malattia di cui soffro è silente e spesso viene diagnosticata troppo tardi

«Spesso i gruppi sanguigni sono incompatibili, inoltre non ci sono tanti donatori. Di solito i reni si espantano da cadaveri, oppure sono parenti che si prestano».

Quali sono gli organi che si trapiantano?

«Cuore, polmone, fegato, reni, utero, cornea, midollo, tessuti, pelle (in caso di ustioni)».

Come ci si accorge di avere problemi renali?

«È una malattia silente, che spesso viene diagnosticata troppo tardi. I sintomi, ad esempio, possono essere stanchezza, nausea, diarrea. Gli esami da fare sono quelli per la funzionalità renale».

Alla fine sua moglie le ha donato il rene?

«Silvia purtroppo non era compatibile al 100%. Sono stato fortunato a trovare un rene adatto di un signore deceduto e a febbraio 2022 e ho affrontato l'intervento. Io ero la seconda chiamata. La prima era per un signore malato di Covid che non ha potuto essere operato».



Sopra una foto di Vincent ad Assisi.

«Che coincidenza incredibile! Che cosa prova per questo sconosciuto?»

«Gli sono grato e prego tutti i giorni per lui, perché so che da un punto di vista energetico c'è un collegamento tra noi, mi ha salvato la vita. Se me lo avesse donato mia moglie, mi sarei sentito in colpa per farla vivere con un solo rene, anche se la mia gratitudine nei suoi confronti è immensa, perché comunque la sua intenzione era quella e si è sottoposta a tanti esami e procedure complesse. È stata una fortuna che non fosse compatibile. Io sono rimasto più sensibile dopo tutta questa avventura. Il mio ego è rimasto scappellato per i limiti e le privazioni che ha dovuto subire durante la malattia, si rimane più vulnerabili. Il rene non viene impiantato dietro, ma davanti».

Com'è la sua qualità di vita adesso?

«Riesco a condurre una vita normale, anche se prendo 15 pillole al giorno e soprattutto sono a rischio di rigetto in qualsiasi momento. Devo tenere il mio sistema immunitario basso perché non reagisca attivamente contro l'organo estraneo. Devo prendere il cortisone, che ha effetti collaterali sulle ossa. Il rene è anche un regolatore della pressione. Devo proteggere lo stomaco e l'esofago da gastriti ed esofagiti. Inoltre 3 anni fa ho avuto un tumore della pelle, per cui non posso prendere il sole. Purtroppo, possono subentrare infezioni e altre malattie, per il fatto che sono immunodepresso».

E come ha reagito a questa nuova problematica?

«Il mio modo di reagire è l'umorismo e

siccome mi piace disegnare, ho raccontato la mia storia a fumetti. Il primario di nefrologia sta lavorando affinché questo libro venga pubblicato e reso disponibile in reparto per aiutare gli altri ad affrontare queste prove difficili».

«Mi sembra una bellissima iniziativa. Mi diceva che fa volontariato al Policlinico per supportare persone che si trovano ad affrontare queste sfide complesse...»

«Sì, finalmente, dopo un anno e mezzo, io e gli operatori sanitari del reparto siamo riusciti a far aprire uno sportello di ascolto all'ANED (Associazione Nazionale Emodialisi e Trapianti) per infondere coraggio, portare esperienza e facilitare il rapporto medico-paziente riportando commenti, esigenze e difficoltà dei malati. Si rivolgono a noi le persone che devono affrontare questa malattia, diversi stranieri e persone di tutte le classi sociali».

Come la fa sentire tutto questo impegno?

«Nonostante la spada di Damocle che mi pende sulla testa per le infezioni e il rigetto, mi sento appagato nel poter essere utile ad altri nelle mie condizioni. Oggi sto bene. Vivo nel qui e ora. Riesco a trasmettere questa mia serenità a gente molto preoccupata, che teme il futuro e ha molti rimpianti, mentre io cerco di godermi ogni giorno, ogni settimana con gratitudine e considero il valore della vita che mi è stata nuovamente donata grazie al trapianto».

Crede che sia necessario sensibilizzare le persone sulla necessità di

“

Il mio modo di reagire è l'umorismo: ho raccontato la mia storia a fumetti

donare gli organi per salvare vite? Adesso quando si rinnova la carta d'identità ti chiedono se vuoi donare e secondo me molti sono impreparati e non sanno cosa rispondere. Credo bisognerebbe informare meglio per permettere di fare scelte più consapevoli.

«Sono d'accordo. Infatti io sono vivo grazie a un donatore. E il mio legame con mia moglie si è rinsaldato, perché l'offerta del suo rene è stata per me l'ulteriore prova del suo amore, che va oltre il suo stesso benessere. A parte l'intervento molto invasivo per asportarlo, avrebbe vissuto tutta la vita con un solo rene, che è comunque una menomazione. Chi dona un organo in vita compie un enorme sacrificio disinteressato, a scapito di sé stesso. Chi decide invece di donare un organo dopo morto ha comunque a cuore la salute degli altri, anche di perfetti estranei. Chi riceve un organo da un parente, oltre a una nuova vita, ottiene anche la sua protezione ed energia amorevole, che l'accompagnerà sempre».

CORSE Spettacolare bagno di folla per i piloti più importanti del mondo

In tribuna, a Monza, un weekend tutto dedicato alla Formula 1

di Michele Fagnani, B.Liver

Eccomi qui col primo articolo post vacanze estive e questo mese parlerò della mia esperienza a Monza nel venerdì del GP d'Italia di Formula 1. Faccio subito una premessa: non ero mai stato nel tempio della velocità durante il weekend di Formula 1. L'idea condivisa con mio papà è stata quella di essere lì nella giornata dedicata alle due sessioni di prove libere del venerdì.

Una spiegazione è doverosa, anche se tanti già la conoscono. Sono chiamate «prove libere» perché il pilota è libero di percorrere tutti i giri che vuole, alla velocità che vuole, modificando tipo di gomme e assetti. È l'occasione per mettere a punto le macchine per le qualifiche e poi per la gara e quindi sono veramente decisive per i team.

Con molto piacere ho ritrovato in tribuna Diego, un ragazzo romano e due ragazzi francesi che avevo conosciuto in occasione del GP a Montecarlo, così che una piccola comunità di appassionati si è ritrovata inaspettatamente, ma senz'altro, una sorpresa positiva. La tribuna si affacciava sulla Prima Variante, dalla quale si poteva ammirare la potenza delle vetture di qualsiasi categoria, Formula 2 e Formula 3 comprese, che anche in un giro lento sembrava che volassero, per non parlare dell'odore di benzina che ti entrava nel naso: veramente si è respirata l'essenza delle corse. Purtroppo Monza, per la sua velocità e per la conformazione dei luoghi, non permette una visione ampia del circuito. Lo



Sopra Michele Fagnani a Monza durante il GP d'Italia di Formula 1.

speaker italiano/inglese è sicuramente un aiuto, rumore di pista permettendo, i mastichermi sono piccoli e poco leggibili. Poi dipende dall'approccio dello spettatore: c'è chi si accontenta di vedere le monoposto sfrecciare e chi invece vuole capire nel dettaglio quello che accade in pista. Unica nota stonata è stata la poca chiarezza su dove parcheggiare e su come accedere alla tribuna disabili, con scarsa preparazione di qualche addetto alla sicurezza, ma non c'è da stupirsi visto che siamo in Italia e la burocrazia è sempre un ostacolo da superare.

Una nota stonata è stata la difficoltà di parcheggiare e di accedere alla tribuna disabili

Venendo ai temi legati alla pista, la Ferrari ha iniziato la settimana che porta al Gp di casa con un evento a Palazzo Reale di Milano: quella sera la piazza si è colorata tutta di rosso e i due piloti, Leclerc e Hamilton, si sono calati in un bagno di folla pazzesco, questo testimonia l'amore incondizionato per il Cavallino Rampante nonostante i risultati deludenti ottenuti fino ad ora in questa stagione 2025. Il weekend in pista sembrava partito con il piede giusto per le Rosse, i primi due posti nella prima sessione e i distacchi comunque contenuti nella seconda sessione facevano ben sperare per la qualifica del sabato.

Alle qualifiche del sabato Charles Leclerc si classifica quarto, con Hamilton fuori dai giochi per la pole position, dovendo scontare cinque posizioni di penalità in griglia. La gara della domenica non regala grandi risultati alle Rosse, che patiscono per un assetto in configurazione gara non efficace, che non ha permesso a Charles di lottare per la vittoria (finirà quarto), mentre Lewis conclude la gara in sesta posizione. Dominatore del weekend è stato invece Max Verstappen che ha conquistato pole position e vittoria di classe e talento dando 20 secondi alle McLaren di Norris e Piastri. Il pubblico di Monza è unico al mondo in quanto a passione e calore, ma disapprovo i fischi riservati a Lando Norris sotto al podio da parte di gente che dovrebbe essere bandita dalle piste: va bene il tifo, ma il rispetto per gli altri piloti e le altre scuderie non deve mai mancare. Grazie Monza, sei sempre una magia.

BASKET CAMPIONATO EUROPEO

Primi i tedeschi, gli azzurri in coda

di Michele Tedone, B.Liver

Il Campionato europeo maschile di pallacanestro 2025 si è svolto dal 27 agosto al 14 settembre con la vittoria della Germania che ha sconfitto la Turchia. Il terzo gradino del podio è stato conquistato dalla Grecia di Giannis Antetokounmpo, che ha superato la Finlandia, capitanata da Sasu Salin. Gli azzurri, inseriti nel gruppo C con Grecia, Georgia, Bosnia Erzegovina, Spagna e Cipro, hanno terminato questa competizione con la sconfitta subita agli ottavi di finale dalla Slovenia di Luka Doncic. Nel precedente europeo del 2022, la nazionale italiana aveva terminato la competizione dopo aver giocato una partita in più: infatti la nazionale di quell'anno veniva eliminata dai pari francesi ai quarti di finale. Un paragone che penso sia opportuno fare è che quell'anno agli ottavi i nostri connazionali erano riusciti a sconfiggere i pari della nazionale serba, quindi non proprio una nazionale che non sa giocare a pallacanestro! Quest'anno, oltretutto, c'è stato l'addio alla squadra di un grandissimo giocatore, Danilo Gallinari, che aveva comunicato la decisione prima di



Sopra una foto della Nazionale tedesca di basket.

iniziare il torneo, e giustamente dopo la partita i suoi compagni e l'allenatore Pozzetto gli hanno dato il meritissimo tributo. Coach Pozzetto, commuovendosi, ha dichiarato con queste parole che anche lui avrebbe lasciato il gruppo: «È stata la mia ultima partita, la decisione è mia. Ringrazio il presidente Petrucci che mi

ha dato l'onore di allenare la nazionale, è stato il più grande onore della mia vita avere questo ruolo. Ringrazio il general manager Salvatore Trainotti per aver creduto sempre in me. Ringrazio il mio staff, sono i miei fratelli. Amo tutti i miei giocatori». L'ultimo paragone, secondo me, opportuno da fare è quello tra le nazionali

maschile e femminile per come hanno affrontato la stessa competizione quest'anno. La nazionale femminile, capitanata da Laura Sprefico, nello stesso torneo è riuscita a conquistare la medaglia di bronzo, mentre i maschi l'hanno finito al decimo posto. Penso che non sia una questione di maggiore forza delle donne rispetto agli uomini, quanto di giocare la stessa competizione usando lo spirito giusto. Le donne non avendo nulla da perdere hanno giocato libere mentalmente e così facendo hanno raggiunto quel risultato, mentre gli uomini (probabilmente sbagliando) si sono imposti di raggiungere un traguardo preciso, quindi hanno giocato con una pressione mentale esagerata e hanno terminato il torneo prima di quanto previsto. Adesso sarà interessante scoprire chi guiderà nei prossimi impegni internazionali la nazionale azzurra, sperando che sia una persona che abbia il carisma giusto per poter essere seguito dagli azzurri che ancora sono convocabili nella squadra.

GIOCHI OLIMPICI Conferenza stampa del Presidente del CONI

Ultimo miglio per le Olimpiadi invernali con partenza da San Siro

di Luca Malaspina, B.Liver

«Noi del Comitato Organizzatore di Milano-Cortina 2026 e il CIO siamo una cosa sola», così Giovanni Malagò ha dichiarato alla fine della conferenza stampa congiunta tra la Commissione di Coordinamento del CIO e gli organizzatori dei prossimi giochi olimpici invernali del 2026 che si terranno dal 6 al 22 Febbraio tra Milano, Cortina e i territori adiacenti. Ma perché si è arrivati a tale affermazione da parte di Malagò?

Mercoledì 17 settembre si è conclusa l'ultima visita (la sesta precisamente) a Milano in presenza, da parte della IOC Coordination Commission insieme al comitato organizzatore, per fare il punto della situazione riguardo lo stato dell'arte delle infrastrutture e opere connesse. La prima cosa che Kristin Kloster - Presidente della CoCom del CIO per Milano-Cortina 2026 - ha detto durante la conferenza stampa è stata l'assoluta sorpresa positiva da parte sua e del suo team in merito alle infrastrutture che sono state realizzate da zero per questi prossimi Giochi Olimpici invernali. In particolare, il villaggio olimpico allo scalo di Porta Romana, praticamente già pronto per accogliere gli atleti, che verrà poi riconvertito come studentato con prezzi calmierati, e il nuovo Sliding Center di Cortina che ospiterà le gare del boccia. Nonostante all'inizio ci sia stato un pochino di scetticismo da parte del CIO per questa nuova costruzione, la presidente Kloster ha sottolineato che «i progressi sono stati davvero notevoli, sia-



Conferenza Stampa del Comitato Organizzatore e della Coordination Commission del CIO a margine dell'ultima visita a Milano per i Giochi invernali di MiCo 2026.

mo rimasti impressionati dallo stato dei lavori». In merito a questo tema, Giovanni Malagò - Presidente del Comitato Organizzatore dei Giochi Olimpici e Paralimpici Invernali Milano Cortina 2026 - non è assolutamente preoccupato dall'inchiesta edilizia che ha coinvolto la città me-

I complimenti di Giovanni Malagò sullo stato dei lavori

neghina nelle scorse settimane. Anzi, ha sottolineato come quest'edizione dei Giochi invernali sia forse la più sostenibile a livello di impiantistica, visto che quasi il 90% delle opere è già esistente, prendendo anche sull'aspetto dei trasporti, dando consiglio ai tifosi di accedere alle «venue

Hanno già venduto 800mila biglietti su 1,5milioni disponibili

olimpiche» tramite mezzi pubblici, scoraggiando l'uso di quelli privati. Un altro tema che si è discusso tanto in questa conferenza stampa conclusiva è stato la partecipazione (o meno) degli atleti russi, bielorusi e israeliani. Inevitabile è stata la domanda rivolta ai componenti del CIO e del comitato organizzatore se sia corretto che questi atleti possano partecipare, vista la situazione geopolitica attuale. Le due parti concordano sul fatto che lo sport può contribuire a tenere alta la bandiera della pace, cosa che le istituzioni politiche e diplomatiche fanno danatamente fatica a sostenere. Se per gli atleti russi e bielorusi dovrebbero valere le stesse regole applicate per Parigi 2024, per gli atleti israeliani al momento non sono previste restrizioni particolari, anzi, Christophe Dubi - Direttore Esecutivo dei Giochi Olimpici del CIO - ha dichiarato che «il comitato olimpico israeliano sta rispettando a pieno la carta olimpica». Sicuramente è una questione molto spinosa, non facile da affrontare e da decidere. A proposito, il CEO di MiCo 2026, Andrea Varnier, ha annunciato che il 19 Novembre ci sarà la firma a New York della Tregua Olimpica presso la sede dell'ONU. Ultimi dati da sottolineare: il numero di biglietti venduti, 800mila su 1,5 milioni disponibili; l'obiettivo di raggiungere 550 milioni di euro dalle sponsorizzazioni e quasi 127mila candidature per i 18.000 posti di volontari disponibili. Insomma, stiamo arrivando all'ultimo miglio di un percorso ancora lungo e tortuoso, prima di accendere il braciere olimpico allo stadio Giuseppe Meazza di San Siro.

SPORT FEMMINILI

Le donne vincono ma l'audience è poca

di Jacopo Di Lorenzo, B.Liver

Perché gli stadi si riempiono solo quando giocano gli uomini, mentre gli spalti restano mezzi vuoti quando in campo ci sono le donne? Perché il fischio d'inizio del Mondiale maschile fa fermare intere città, mentre la finale femminile, pur seguita da milioni di persone, passa quasi inosservata nei bar e nelle case? Non si tratta di indifferenza o disamore. È il peso della storia, di abitudini radicate, di un racconto sportivo che per decenni ha avuto come protagonisti quasi esclusivamente gli uomini. Eppure, i dati raccontano una storia diversa. Il Mondiale femminile 2023, tra Australia e Nuova Zelanda, ha registrato ascolti record: in Cina, una sola partita ha attirato 53,9 milioni di spettatori. Numeri impressionanti, ma ancora lontani dal calcio maschile: la finale del 2022 in Qatar ha raggiunto quasi 1,5 miliardi di persone. In Europa, però, le cose stanno cambiando. L'Euro 2022 femminile ha raggiunto 365 milioni di spettatori cumulati, più del doppio rispetto al 2017. In Ita-

lia, le Azzurre hanno acceso l'estate 2025: 4,08 milioni davanti alla TV e il 27,4% di share contro l'Inghilterra, in prima serata sulla Rai. Ma non sempre è così: nel 2023, molte partite del Mondiale sono state trasmesse su canali secondari, lontane dal grande pubblico. Negli Stati Uniti, abbiamo visto cosa succede quando si crede davvero nello sport femminile. Nel 2024, la finale NCAA femminile di basket ha superato quella maschile, con quasi 19 milioni di spettatori medi. La WNBA ha più che raddoppiato gli ascolti. È la prova che, quando ci sono eventi importanti e una narrazione coinvolgente, la gente guarda, tifa e si appassiona. Perché allora continuiamo a guardare meno? Forse perché il passato pesa: per anni, i diritti TV femminili sono stati un contorno, con poche telecamere, orari sfavorevoli e zero promozione. Il pubblico segue ciò che vede, non ciò che resta nascosto. Forse è perché il palinsesto per il suo peso: una partita in prima serata diventa un rito collettivo, mentre quella trasmessa su un canale minore finisce per passare inosservata. Forse ci mancano i



Sopra una foto della Nazionale femminile di pallavolo.

volti. I campioni maschili sono diventati vere e proprie icone grazie a decenni di storie raccontate. Le campionesse femminili, invece, stanno appena iniziando a farsi conoscere (si veda il caso di Jasmine Paolini nel tennis). Dove si investe davvero — come nella NCAA e nella WNBA — i risultati parlano chiaro. Forse siamo solo creature di abitudine. Siamo cresciuti con

i calendari maschili che hanno segnato le nostre vite. Cambiare questa rotta richiede tempo. Ma il potenziale è enorme: Deloitte prevede che il calcio femminile possa raggiungere 800 milioni di fan entro il 2030. Inoltre, c'è anche un tema di immagine. Regie di qualità, telecronache appassionate, stadi pieni: è così che si percepisce un grande evento. Euro 2022 lo ha dimostrato in modo lampante. Infine, c'è l'accesso. Se uno sport è nascosto dietro un paywall o frammentato su mille piattaforme, il pubblico casuale finisce per perderselo. Al contrario, quando è facilmente accessibile e visibile, esplosione di popolarità. La verità è che non mancano gli spettatori, ma le opportunità. Ogni volta che lo sport femminile ha ricevuto lo stesso spazio e la stessa attenzione del maschile, il pubblico ha risposto. Euro 2022 in Inghilterra, NCAA e WNBA negli Stati Uniti, i picchi delle Azzurre in Italia lo dimostrano. Forse allora la vera domanda non è più «perché guardiamo meno gli sport femminili?», ma «che cosa succederebbe se li vedessimo davvero, tutti, alla pari?».

CINEMA di Giuseppe Schiavi, B.Liver

Tre donne chiuse in carcere ritrovano identità, libertà e bisogno di stare insieme

La protagonista di questa storia, Goliarda Sapienza, è una donna annoiata nella Roma degli anni '80, una donna come tutte. Una notte i suoi impulsi reconditi hanno il sopravvento su di lei e si mette a rubare. Non pensa al suo futuro, ma vive il presente in quel momento brutale.

E viene subito arrestata e rinchiusa in un carcere femminile, un luogo dove il mondo e le persone sembrano tornare a uno stato selvaggio, dove la legge della giungla è l'unica che si può seguire e solo con un gruppo ci si salva dalla paura e dalla solitudine.

Lei formerà un proprio branco sociale con altre due donne, una di queste è un'attivista che vive al margine della società, lei sarà il cambiamento nella vita della protagonista, il suo scrigno di Pandora e la sua migliore amica e compagna.

Quando vengono rilasciate avranno ancora due scelte: vivere di nuovo sulla lama del rasoio, o diventare donne comuni.

Il desiderio di un futuro eccitante e di eccessi è sempre più forte e ha la meglio: continuano a rubare e la parte razionale lentamente si addormenta.



Sopra, da sinistra: Elodie, Valeria Golino e Matilda De Angelis in una scena della pellicola Fuori.

Adesso è solo un futuro di gioie e piaceri terreni ad appagare Goliarda Sapienza e l'amica.

Ma il fondamentale bisogno della civiltà si fa sentire anche contro chi vive in una prigione fuori o dentro le mura. E sono queste scelte di vita e bisogni vitali a dettare il nostro futuro. La convivenza con queste forze contrastanti è come una prigione emotiva

La storia vera della scrittrice Goliarda Sapienza sul grande schermo

che parla ai nostri impulsi e bisogni, anche quando noi non vorremmo, sia per una vita privilegiata senza senso o una vita fatta di pericolo. E sono solo la logica e l'istinto a salvarci per ognuna delle nostre scelte.

Fuori è questo: un film che raccoglie l'esperienza del mondo e dei desideri umani. Molto interessante da vedere e analizzare.

MOSTRA di Alberto Figliolia, B.Liver

I dipinti di Ligabue tra genio e follia A Lecco l'arte degli Outsider

«Non sono pazzo, vedo chiaro... anzi troppo chiaro... in me v'è solo dolore, un grande dolore... Ma la mia testa è chiara...», (Filippo de Pisis).

I fiori di De Pisis sono di una delicatezza commovente, eppure celano un universo di solitudine e inquietudine. L'effimero dei fiori, quella bellezza passeggera ma ardente e soave, il profumo che s'indovina e pare travalicare il muro della tela, sono uno stato di liberazione, di abbandono dell'abbandono.

Antonio Ligabue e l'arte degli Outsider è una splendida esposizione visitabile sino al 2 novembre nel Palazzo delle Paure di Lecco. In mostra le opere di artisti che hanno navigato fra genio e follia, in una sapienza quasi sciamanica e con esiti sorprendenti dal punto di vista estetico, fra la realtà più ardua e il potere della visione.

Il caso di Ligabue - *Toni al matt*, come veniva chiamato nella Bassa Padana - che dona il proprio nome alla mostra, è emblematico. Del pittore svizzero-tedesco/emiliano, dalle varie vicissitudini esistenziali e psichiche, sono esposte non poche opere, fra cui *Aratura coi buoi*, *Autoritratto con grata*, *Leonessa con zebra*, *Giaguaro con gazzella* e

serpente. Oltre a due opere inedite (da collezione privata): *Autoritratto con libellula* e *Pascolo*. Echi misteriosi da un mondo rurale, arcaico, fiabesco.

Di formidabile impatto l'installazione, che apre l'itinerario, di Giovanni Sesia, un contemporaneo, che ha indagato la materia degli internati in manicomio. L'assemblaggio di immagini fotografiche dei loro volti (dagli archivi delle strutture in cui i pazienti erano costretti) scuote la coscienza, restituendo umanità smarrite nel maledere e nell'oblio. Un'opera straordinaria, un'immersione negli sguardi e nelle anime di quei fratelli e quelle sorelle perduti.

Pietro Ghizzardi, dalla spettacolare tecnica mista (con l'utilizzo anche dei più strani materiali), ci regala un *Ritratto di donna ondosso*, pregno. Carlo Zinelli dispiega la propria arte in immaginifiche creazioni: *Uccelli, cani e quattro cerchi bianchi su sfondo giallo*, o *Piramidi nere e figure su sfondo a fasce*. «I suoi lavori raccontano una cultura figurativa destabilizzante, con riferimenti inconsapevoli all'iconografia egizia, ai manufatti aborigeni, alle maschere e agli idoli di alcune popolazioni africane e accenti primitivisti». Un caos che diviene armonia, l'incubo che vira in dolci sognanti pianure. Ca-

tarsi. Artefici che hanno provato sulla pelle, nell'ustione del proprio spirito, «un'esperienza manicomiale che li ha segnati profondamente». Ciononostante, in quegli ospedali psichiatrici talora si è rinvenuto il palliativo o, meglio, l'antidoto costituito dall'interpretazione artistica. E ancora... il livornese Mario Puccini, «isolato, affetto da difficili patologie comportamentali, autonomo nella ricerca pittorica, fu definito dal critico Emilio Cecchi - suo estimatore - un *Van Gogh involontario*»; Gino Sandri, scrittore, disegnatore e pittore, lunghi anni trascorsi in manicomio, del quale ha ritratto innumerevoli volti; Rino Ferrari, a sua volta testimone della vita di Mombello («L'artista passava ore con i moribondi, cercando di cogliere, come nelle opere della serie *Agonia*, il

momento di passaggio tra la vita e la pelle, nell'ustione del proprio spirito, «un'esperienza manicomiale che li ha segnati profondamente». Ciononostante, in quegli ospedali psichiatrici talora si è rinvenuto il palliativo o, meglio, l'antidoto costituito dall'interpretazione artistica. E ancora... il livornese Mario Puccini, «isolato, affetto da difficili patologie comportamentali, autonomo nella ricerca pittorica, fu definito dal critico Emilio Cecchi - suo estimatore - un *Van Gogh involontario*»; Gino Sandri, scrittore, disegnatore e pittore, lunghi anni trascorsi in manicomio, del quale ha ritratto innumerevoli volti; Rino Ferrari, a sua volta testimone della vita di Mombello («L'artista passava ore con i moribondi, cercando di cogliere, come nelle opere della serie *Agonia*, il

momento di passaggio tra la vita e la pelle, nell'ustione del proprio spirito, «un'esperienza manicomiale che li ha segnati profondamente». Ciononostante, in quegli ospedali psichiatrici talora si è rinvenuto il palliativo o, meglio, l'antidoto costituito dall'interpretazione artistica. E ancora... il livornese Mario Puccini, «isolato, affetto da difficili patologie comportamentali, autonomo nella ricerca pittorica, fu definito dal critico Emilio Cecchi - suo estimatore - un *Van Gogh involontario*»; Gino Sandri, scrittore, disegnatore e pittore, lunghi anni trascorsi in manicomio, del quale ha ritratto innumerevoli volti; Rino Ferrari, a sua volta testimone della vita di Mombello («L'artista passava ore con i moribondi, cercando di cogliere, come nelle opere della serie *Agonia*, il

Il rapporto tra arte e follia è un tema molto delicato che merita attenzione

Antonio Ligabue e l'arte degli Outsider. Fino al 2 novembre 2025. Palazzo delle Paure, Lecco. Orari: mar 10-14, da mer a dom 10-18, lun chiuso (la biglietteria chiude un'ora prima). Info: tel. 0341286729, e-mail palazzopaure@comune.lecco.it, sito Internet www.vidicutural.com. Catalogo realizzato da Ponte43 per le edizioni ViDi cultural.

Quando ti porti dietro
il peso di una terapia,

una
penna
può alleggerirlo.



Abbonati a Il Bullone Giornale.

I PERCHÉ DI ELLEVÌ

Perché «io non posso stare fermo con le mani nelle mani»? (Riccardo Cocciante)

Perché quando entriamo in una libreria vorremmo comprare tutti i libri esposti?

Perché quando si dà il proprio voto a un politico lui si sente autorizzato a fare tutto quello che vuole?

Perché i maschi perdono i capelli?

Perché quattro amici (o amiche) al bar anziché parlare tra loro guardano ciascuno il proprio cellulare?

Perché «la superbia di tutta la specie fa catastrofe»? (Mariangela Gualtieri)

Perché sono sempre i migliori quelli che se ne vanno?

Perché Dio ha creato le zanzare?

Perché non sappiamo più chiedere scusa?

Perché ci si illude che basti lo schwa (che per altro è maschile) ad annullare le differenze di genere?

(Si ringraziano per l'ispirazione: Dino Buzzati, Gianni Rodari e Boris Vian)

CHI SIAMO

Accompagnare adolescenti e giovani adulti che hanno - o hanno vissuto - esperienze di patologie importanti, alla riscoperta della propria identità oltre la malattia, costruendo insieme percorsi di reinserimento nella vita sociale e professionale. Attraverso il loro punto di vista e di coinvolgimento diretto in progetti di editoria e comunicazione, formazione e sensibilizzazione, sviluppati in collaborazione con professionisti, aziende e altre realtà, portiamo una prospettiva sulla società dove la fragilità sia un valore e non un ostacolo.

Bullone
Pensare. Fare. Far Pensare.



bullone.org



@bullonefondazione



Bullone

COME SOSTENERCI

Abbonandoti al giornale sostieni la redazione e i ragazzi.

Puoi donare in tanti modi:

- con Paypal (donazioni@bullone.org)
- con carta di credito sul nostro sito web: bullone.org/sostienici/
- con un bonifico bancario intestato a Fondazione Bullone ETS (IBAN: IT75U0623001614000015408620)
- con il 5 per mille della tua dichiarazione dei redditi (CF 94624410158).

Per ulteriori informazioni scrivici una mail: donazioni@bullone.org



IL BULLONE

Direttore responsabile
Giancarlo Perego

Vicedirettore
Elisa Tomassoli

Coordinamento editoriale
Sofia Segre Reinach

Capo redattore
Flavia Cimbali

Art director
Chiara Bosna

Editore
Fondazione Bullone ETS

Via Enrico Toti 29,
20900 Monza

Stampa
Monza Stampa S.r.l
Via M. Buonarroti 153,
20900 Monza

Redazione
Via Galeazzo Alessi 8,
20123 Milano

ilbullone@bullone.org
www.bullone.org

Comitato di redazione
Milena Albertoni, Antonio Aliano, Silvia Cappellini, Bruno Delfino, Cinzia Farina, Martina De Marco, Daniela Di Pace, Ella D'Onghia, Tino Fiammetta, Marco Gillo, Edoardo Hensemberger, Arnol-

do Mosca Mondadori, Alice Nebbia, Bill Niada, Emanuela Niada, Roberto Pesenti, Andrea Pisano, Nicola Saldutti, Lorenzo Viganò

©Copyright 2016 Fondazione Bullone ETS
Testata registrata presso il Tribunale di Milano, n. 338 del 4/12/2015