PENSARE. FARE. FAR PENSARE.

Cari ragazzi,
la nostra epoca ci porta a vivere sempre più separati dalla Terra, che è la mamma da cui veniamo.
Abitiamo quasi tutti nelle città e passiamo tanto tempo davanti allo schermo di un telefono, di un computer, di un televisore.
Siamo come orfani: persi in una realtà virtuale che ci siamo inventati noi e distanti dai boschi, dai fiumi, dal mare, dalle nuvole e dalle stelle.
Stiamo male perché noi non siamo fatti di elettronica e di informatica, ma d'acqua, d'aria, di terra e di fuoco, ed è a contatto con questi elementi che ritroviamo il nostro essere umani. Se tagliamo quelle radici, l'albero che siamo si secca e muore.
È anche il motivo per cui facciamo tanti danni alla Terra: non siamo più in armonia con lei. Ogni tanto mi sembriamo degli extraterrestri capitati su un pianeta che non era il loro. Forse veniamo da un mondo liscio e lucido e senza forme di vita, e stiamo cercando di tornarci.
Torniamo alla nostra casa: questa. Torniamo a sederci in un bosco e ad ascoltarlo, a fare il bagno in un fiume, a scaldarci davanti a un fuoco di legna. Lì c'è una parte troppo importante di noi per rinunciarci. E può darsi ci sia anche la nostra felicità perduta.
Un forte abbraccio dal vostro amico

Paolo Cognetti per *Il Bullone*

Cambia il clima ma noi non cambiamo

Prima la siccità, fiumi e laghi in secca, acqua razionata, campi assetati. Poi l'alluvione, i morti, le frane, gli sfollati. Cambia il clima, ma non cambiamo noi. L'alluvione che ha colpito l'Emilia Romagna e le Marche è l'ennesimo avvertimento che il Pianeta ci sta inviando. Con la crisi climatica non si scherza, servono interventi non più rinviabili. 23 corsi d'acqua esondati in 44 Comuni, più di 290 frane, di cui 120 molto importanti in 58 Comuni, più di 500 strade interrotte in Emilia Romagna.

L'ILLUSTRAZIONE È DI **PAOLA PARRA**

www.ilbullone.org

IL BULLONE

SOSTIENICI

Giugno 2023
ANNO 8 - N.75

PENSARE. FARE. FAR PENSARE.

Redazione: Viale Cassala 30, Milano
ilbullone@fondazionenear.org
www.ilbullone.org

I B.LIVER IN SVEZIA

Il Bullone esplora l'Europa

Il Bullone in Svezia per dare voce ai giovani che vivono momenti di fragilità. È il tentativo di creare un giornale europeo che riporti problemi e progetti per migliorare la condizione dei ragazzi malati e non solo.

B. Niada, S. Segre Reinach, L. Frassine pag. **2-3**

Giovanni Azzone: «Fondazione Cariplo che parte dal basso»

S. Segre Reinach a pag. **4-5**

ABBIAMO MESSO IN RELAZIONE LO SFORZO DI VIVERE DAVANTI A FRAGILITÀ E VIOLENZA CON QUELLO DEI MITI GRECI CHE CI INSEGNANO A RESISTERE.

Coraggio

Sfidiamo tabù e dolore

La lezione di Ulisse oggi

Il Bullone ha cercato di unire il coraggio di mettersi in gioco, di conoscere sé stessi e di andare fino in fondo con i miti dell'antica Grecia che ci hanno insegnato a leggere il futuro e a capire quale strada intraprendere osservando le stelle. Il coraggio di oggi di misurarsi con i problemi quotidiani ci riporta al coraggio del passato. Nelle pagine successive, le interviste al professor Giuseppe Conte, alla content creator Isabella Premutico e alla psicoterapeuta Maria Pia Nicole Rubino.

ALBERTO SCANNI

Vedo un futuro per Matteo

L'oncologo che ha perso il figlio per un tumore.

E. Hensemberger a pag. **12-13**

LUCIA ANNIBALI

La forza della gentilezza

Intervista alla ragazza sfregiata dall'ex fidanzato.

F. C. Invernizzi a pag. **10-11**

G. Perego, C. Malinverno, M. Fiorentini, A. Morelli, A. Vichi, N. Capitani, R. Russo, F. Merli, G. Vellone e I. Furesz da pag. **7** a pag. **17**
P. Reggiani, C. Farina, Giada De Marchi, S. Rajapakse, E. Tomassoli e L. Chiapponi da pag. **19** a pag. **25**

B.LIVER STORY

«Ho lottato per anni contro i miei mostri»

La storia di Elisa che soffriva di disturbi alimentari.

E. Sudiero a pag. **5**

L'INTERVISTA IMPOSSIBILE

Bonadonna: la mia vita contro il cancro

L'intervista al grande oncologo italiano.

G. Schiavi e M. Luciani a pag. **12**

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.

LE ILLUSTRAZIONI SONO DI **PAOLA PARRA** E **MAX RAMEZZANA**

OLTRE I CONFINI

IL BISOGNO DI APRIRSI SPINGE *IL BULLONE* VERSO NUOVI ORIZZONTI PER CONOSCERE E IMPARARE DA ALTRE REALTÀ PRESENTI NEL VECCHIO CONTINENTE.

Il Bullone d'Europa

È giunto il momento di dare voce alle fragilità dei giovani provenienti da altri Paesi e da altre esperienze

CURE APERTE

Un grande sogno

di Bill Niada, B.Liver

Chi l'avrebbe mai detto?
Chi avrebbe mai pensato che una visita al *Corriere della Sera*, un foglio bianco con su scritto *Il Bullone della Sera*, un'occhiata complice tra Sofia e il sottoscritto e poi una sequenza infinita di puntini luminosi e di visi entusiasti (Gianca, Nicola, Marco, Bob, Flavia, …), ci avrebbe portati fin qui?
Era nato per scherzo, o per Destino, come quasi tutte le cose nate da questa e per questa Fondazione stra-ordinaria e poi…: Magia!
L'incontro con Alexandra e Nerina, un bando, un'idea, l'attesa, e infine la soddisfazione e la gioia per la vittoria… E adesso un nuovo sogno tra le mani. Però un sogno grande, quasi megalomane, iniziato pochi giorni fa da una piccola banda di 5 ragazze+1, che si sono ritrovati a Stoccolma, a riflettere, ridere, mangiare, incontrare nuove persone (belle), nuove culture, nuovi orizzonti, ma consueti disagi giovanili, per mettere i primi tasselli, o le prime righe, per costruire il nostro nuovo progetto: *Il BULLONE.EU*, un *Bullone* europeo che porti il nostro pensiero, la nostra energia, la nostra creatività, insieme alla voglia di tutti i ragazzi di essere parte di una visione che faccia loro brillare gli occhi, dia loro una voce stentorea e un motore potente per farsi udire da chi tiene le orecchie tappate.
E quindi avanti!, con il sole in faccia e il vento in poppa.

TRACE AND DREAMS

Svezia-Italia, problemi comuni Aiutiamoci

di Sofia Segre Reinach, B.Liver

Atterriamo a Stoccolma una domenica mattina di maggio.
Il gruppo si è finalmente compattato: Bill, Lara, Elisa, Irene, Federica che ci raggiunge da Palermo e la sottoscritta. Che bello rivedersi dopo un anno di telefonate, whatsapp e zoom.
La giornata è bellissima, fa anche caldo, contro ogni previsione.
Ci siamo finalmente, ancora non ci credo.
Dopo più di un anno a parlare, discutere, progettare, scrivere, aspettare, ci siamo. Siamo in Svezia. *Il Bullone* è in Svezia. Sono emozionata e anche un po' agitata. Anche solo l'idea di poter pensare di portare in Europa il nostro piccolo modello, la nostra esperienza, la nostra visione…
Ci aspettano i nostri partner svedesi, che siamo felici di riabbracciare, due mesi dopo il loro viaggio milanese: Nerina Finetto, fondatrice di Trace and Dreams, agenzia di comunicazione e storytelling, con le sue origine italiane, una vita divisa tra la Germania e la Svezia, una storia personale che si fonde con quella dei B.Liver. E poi Mikaela Nyström, social media manager, energia, curiosità e passione allo stato puro; Kirstern Zerbinis, content strategist, origini canadesi e tante storie e – sfide - da condividere.
Ci aspettano tre giorni di lavoro intenso, di confronto, di dibattito ed esplorazione reciproca.
Nerina e le sue collaboratrici hanno organizzato tutto nei minimi dettagli. Lo scopo di queste giornate è approfondire le necessità dei giovani europei, partendo dal «piccolo», dal confronto tra le esperienze italiane e quelle svedesi; in particolare cercare di capire se e quali strade nuove possiamo intraprendere per aiutare a costruire un substrato affine ai nostri tempi, alla nostra epoca con le necessità e le risorse che inevitabilmente sono cambiate rispetto a quelle precedenti.
I giorni si susseguono tra presentazioni analitiche e dettagliate, chiacchiere informali, condivisioni personali, «scontri» e confronti culturali e generazionali, incontri ispiratori. Trace and Dreams ci ha dato la possibilità di conoscere alcune realtà locali davvero puntuali e stimolanti per il nostro lavoro.
Da Maria Stacke, di *UNG CANCER* (giovani e cancro), associazione che si occupa di tenere insieme ragazzi con un percorso oncologico, offrendo servizi ad hoc per loro e sensibilizzando sul tema; a *Luis Lineo* di Fanzingo, agenzia media che mette i giovani, e tutti coloro che generalmente non hanno voce, al centro; a David, coraggioso insegnante che mette tutto sé stesso per stare accanto a ragazzi con diverse fragilità, cercando di costruire per loro reali opportunità di vita.
Le realtà e le persone che ascoltiamo ci aprono finestre importanti su una società, quella svedese, che seppur molto diversa dalla nostra per struttura e sistema, affronta le stesse difficoltà che troviamo oggi da noi.
In particolare, ci troviamo anche qui a dover fare i conti con un disagio giovanile sempre più disarmante e non accolto; un sistema sanitario che, seppur considerato uno dei migliori al mondo, innovativo, digitalizzato, manca di capillarità e strutture. E ancora, il mondo dell'informazione. Anche qui i giovani, come i nostri, spesso non hanno voce, non sono ascoltati dai media, se non per strumentalizzazioni, e non si sento davvero rappresentati dal mondo del giornalismo.
Che cos'è per noi *il Bullone*? Un giornale ma soprattutto una Fondazione fatta giovani che hanno esperienze di malattia e di esclusione; uno spazio aperto in cui non c'è giudizio, uno spazio di creatività in ogni forma, in cui poter coltivare il proprio talento. Un luogo di esperienze, un percorso trasformativo, che collabora anche con aziende, un luogo di dialogo transgenerazionale, un luogo in cui viene trasformata la vulnerabilità in risorsa.
Che cosa vuol essere *il Bullone* europeo?
Un magazine sociale, digitale, realizzato da giovani che si confrontano con esperienze autentiche, una piattaforma che racconti le storie di ognuno di loro, attraverso la valorizzazione dei loro talenti, attraverso il dialogo, l'esperienza dell'ascolto e dell'incontro, attraverso il confronto con adulti che si mettono in discussione e in ascolto attivo e trasformativo.
La strada è ancora lunga, piena di domande. Però quello che è certo è che questo viaggio ha rafforzato in me il senso della possibilità e soprattutto dell'urgenza dell'agire oggi, in favore del futuro di tutti noi. Ognuno a modo suo, ognuno con la propria peculiarità, ma tutti per un bene comune, che non può non essere per noi oggi (almeno) europeo.

CRESCERE INSIEME

Un giornale senza frontiere

di Lara Frassine, B.Liver

Il *Bullone EU* sarà incontro. Incontro di storie, di voci, di lingue, di culture diverse e di sguardi molteplici.
Ma soprattutto ad incontrarsi saranno i ragazzi perché il Bullone è lo spazio per dare voce ai B.Liver, per dare voce a giovani che vogliono fare la differenza e come possiamo fare ora la differenza senza aprire le nostre porte ad altri Paesi e all'Europa intera?!
Il Bullone EU sarà una redazione europea aperta in cui convoglieranno alcuni temi comuni, ma che sarà anche lo spazio per accogliere argomenti nuovi, magari impensabili nel nostro Paese ma molto attuali in un altro. Sarà stimolo continuo e possibilità di mettersi in gioco rispetto al tema dell'altro da sé. Ci incontreremo e ci scontreremo con altre culture, altre visioni del mondo, altre lingue che danno alle stesse nostre parole non solo termini
Diversi, ma anche significati diversi. Incontrare l'altro è stimolante ma è anche qualcosa che può spaventarci. *Il Bullone EU* sarà proprio l'occasione per accogliere quella paura e trasformarla in desiderio di conoscere l'altro e di valorizzare il suo punto di vista.
Il Bullone EU sarà una piccola finestra sull'Europa.
Una redazione che non solo attraversa i confini ma che abita quei confini e li rende terreno fertile per lo scambio e l'incontro.
Il Bullone in questi anni è cresciuto, si è riempito di storie, di persone, di parole rare, a volte sussurrate all'orecchio, altre volte urlate con un megafono. Ora queste storie si moltiplicheranno, scenderanno nelle strade, si incontreranno negli incroci, saliranno sui grattacieli, si faranno spazio tra le folle, si prenderanno il caffè seduti in un piccolo bar e si fermeranno a pensare alla bellezza di questa nuova via, di questa nuova rivoluzione del giornalismo sociale.
Il Bullone EU è un progetto europeo, nato in collaborazione con Trace and Dreams, una realtà svedese che ha l'obiettivo di estendere il metodo del *Bullone* in altri Paesi europei.
L'idea è quella di sviluppare una redazione internazionale di giovani che vogliono dare voce a temi importanti per loro e per la società, che permettano di rendere visibile quello che altrimenti rimarrebbe nell'ombra. In un periodo storico di continua trasformazione e rapidità dell'informazione, questo progetto si fa carico della volontà di stare nelle cose, di incontrarsi per generare nuove narrazioni del presente, del passato e del futuro che verrà.

L'ILLUSTRAZIONE È DI PAOLA PARRA

BULLONE EUROPEO

GIOVANNI AZZONE

Partiamo dal basso
Usiamo le biodiversità
Alziamo lo sguardo
Forza alle comunità

IL NEO PRESIDENTE DI FONDAZIONE CARIPLO SPIEGA LE STRATEGIE PER INTERVENIRE NEL SOCIALE SU UN TERRITORIO CON DIECI MILIONI DI ABITANTI E PER AIUTARE I PIÙ FRAGILI NELLE TRASFORMAZIONI IN CORSO.

di Sofia Segre Reinach, B.Liver

È una giornata calda e afosa a Milano, di quelle che - ogni tanto capita - non sei molto «sul pezzo»: preoccupata, sempre di corsa, incerta, piena di dubbi e preoccupazioni.
È così - lo ammetto, un po' persa nei miei pensieri e senza troppo entusiasmo - che mi presento in Via Manin 23, alla storica sede di Milano della Fondazione Cariplo.
Ho appuntamento qui davanti con Bill (Niada) e Giancarlo (Perego). Scambiamo qualche battuta, ci registriamo in reception, saliamo le scale di questo sontuoso palazzo neoclassico che si affaccia sui giardini di Via Palestro. Una signora cordiale ci fa accomodare in una stanza affrescata.
Ok Sofia, cerca di tirarti insieme. È un appuntamento importante, andiamo a conoscere il nuovo Presidente della Fondazione Cariplo, Giovanni Azzone, entrato in carica da pochissimi giorni.
Andiamo a fare conoscere il nostro lavoro.
Ingegnere, docente ed ex rettore del Politecnico di Milano, il professor Azzone ha ricoperto numerosi incarichi per istituzioni, aziende ed enti non profit. Entra nella grande sala con fare informale e pacato, di chi ha un autentico piacere a conoscere ed ascoltare.

Giovanni Azzone
(Milano, 1962)
Nuovo Presidente della Fondazione Cariplo, professore al Politecnico di Milano, di cui è stato Rettore tra il 2010 e il 2016. Autore di pubblicazioni e articoli su riviste internazionali, ha ricoperto numerosi incarichi istituzionali presso la Presidenza del Consiglio e il Ministero dell'Economia e delle Finanze.

Professore, come si sente? Mi viene da chiedergli istintivamente.
«Preoccupato. Sento la responsabilità del potere. Del potere di fare, di agire. L'unico di cui c'è bisogno, l'unico che abbia un senso».

Bill, Giancarlo ed io iniziamo a raccontargli della Fondazione, del Bullone, delle fragilità che incontriamo nei nostri ragazzi, nelle scuole in cui andiamo, del Bullone che ora guarda all'Europa, per una cura senza confini, per unire le voci dei ragazzi che stanno male e che vogliono stare bene, della necessità che la società tutta ha bisogno di dar forma ai loro pensieri, alla loro sensibilità, alle loro innovazioni.
«Uno dei punti chiave dei giovani di oggi, è che vivono in un mondo a informazione ridondante, ma vengono formati da persone che hanno studiato in un mondo a informazione scarsa, quindi che non riescono a cogliere nè a valorizzare le loro potenzialità, né a intervenire sulle loro fragilità».

Inizio a muovermi sulla sedia.
«Di fatto, quello che state facendo è vicino a come io cerco di cogliere modelli per superare le fragilità che partono da ciò che i ragazzi vogliono fare, dai i loro linguaggi. Non è semplicemente parlare la loro lingua, o usare i loro canali, come tik tok, è cogliere di fatto le loro caratteristiche, le fragilità che, secondo me, la formazione scolastica fa fatica a colmare, anzi, rischia di accentuare, e quindi cercare di dare una risposta diversa».

Annuiamo attenti: ci riconosciamo sempre di più nelle sue parole.
«Slogan della nuova Commissione Centrale di Beneficienza è "rafforzare la comunità, rafforzare le comunità". La comunità in quanto tale è forte se riesce a cogliere le esigenze che sono differenziate e a tradurre la biodiversità delle persone in un valore e non in una minaccia. Se ti senti forte e guidato, la diversità ti dà valore, perché ogni volta percepisci qualche cosa di un'esperienza diversa. Non devi soffrire la malattia personalmente per cogliere alcune caratteristiche di chi ha sofferto la malattia. È vantaggiosissimo. Nel momento in cui invece hai paura, ti senti totalmente fragile, non sei minimamente supportato, allora il diverso è quello che ti toglie il posto di lavoro, quello che ti toglie il posto in ospedale, così si crea l'odio. Condivido la filosofia e il messaggio che portate e cerco di darlo come linea di indirizzo della Fondazione».

Mi sento respirare. Torno a vedere la strada, torno a vedere il senso. Non siamo soli, allora. Come si immagina questo suo nuovo percorso?
«Vengo da un percorso "facile": sono diventato rettore al Politecnico dopo essere stato per otto anni prorettore vicario. Ero lì da vent'anni, potevo sbagliare qualunque cosa, però conoscevo tutto. Qui sono in un mondo che conosco molto parzialmente. Ma il grande vantaggio è la biodiversità: oltre alla struttura della Fondazione che ha dei dirigenti bravissimi, la Commissione Centrale di Beneficienza, testa pensante della Fondazione, è costituita da persone che sono totalmente varie, con esperienze che vanno dal musicista esperto alla professoressa di agraria, alla suora che si occupa di ragazze abusate. Poter avere un luogo dove tutte queste sensibilità e competenze si mettono a confronto è una ricchezza pazzesca».

> Una società è forte se riesce a tradurre le differenze delle persone in un valore e non in una minaccia

> Da una parte la pandemia ha aumentato il disagio giovanile, dall'altra il digitale ha aperto nuovi confini

E il territorio?
«La territorialità costituisce l'altra grande biodiversità. Milano ha una potenzialità fortissima sul territorio, ma il resto non dev'essere né la periferia di Milano, né il tentativo di scimmiottare Milano. Allora biodiversità del territorio vuol dire che io devo fare in modo che Sondrio, rispetto a Mantova, abbiano due progetti di sviluppo diversi, perché hanno necessità e risorse diverse. Una Fondazione deve accompagnare la riflessione dei territori anche su questo. Così si crea un reale valore aggiunto».

È una nuova filosofia o quella vecchia?
«Il mio slogan al Politecnico era: "tradizione e innovazione". Ecco credo valga anche qui. Dal mio punto di vista questa è una struttura di grandissima qualità, quindi l'idea di arrivare con fare rivoluzionario in un luogo che sta funzionando bene, non è utile. Però siamo in un contesto che sta cambiando. Se guardiamo all'ultimo quadriennio, abbiamo avuto la pandemia e la guerra, due esperienze gigantesche di trasformazione sociale. Allora credo che qualche riflessione su cosa questo comporti a livello di priorità sia fondamentale. Prendiamo ad esempio solo due ambiti che hanno avuto una fortissima trasformazione generata dall'impatto del covid: il disagio giovanile, aumentato in modo esponenziale, e la sperimentazione delle connessioni digitali che consente di allargare i confini. Guardando al contesto, pensare di ragionare come prima, rischia di essere dannoso».

Una Fondazione Cariplo che guarda molto al basso?
«Una Fondazione Cariplo che guarda alle competenze, e le competenze le devi vedere dal basso. Ci sono tante cose che si muovono, devi cercare di aiutare a dirigerle in una visione coerente. Cito sempre un dato, che è quello demografico: nel 1950, tra i primi 11 Paesi al mondo per numero di abitanti, quattro erano europei: Francia, Italia, Inghilterra, Germania. Oggi non c'è nessun Paese europeo nei primi dieci. Nel 2050 la Nigeria da sola avrà più abitanti di tutta l'Unione Europea. Così ti rendi conto della piccolezza. Fondazione Cariplo ha un territorio vastissimo: sono quasi 10 milioni di abitanti, cioè un quarto di Shangai! Spesso facciamo fatica a renderci conto delle nostre piccolezze e quindi della necessità di unirsi in rete. Anche la salute ha bisogno di risorse consistenti, se tu la facessi tutta a livello di microcosmo, guarisci i raffreddori, ma fuori c'è molto altro».

Ridimensioniamo per ampliare lo sguardo. Ascoltiamo per agire. Grazie Professore, siamo felici che la Fondazione Cariplo, da decenni punto di riferimento per tutti noi, abbia incontrato la sua sensibilità e pragmaticità. Buon nuovo inizio.

LE ILLUSTRAZIONI SONO DI **PAOLA PARRA** E **CHIARA BOSNA**

B.LIVER STORY La storia di Elisa ripartita dopo la malattia.

«Ho lottato per anni contro i miei mostri Ora comincio a vivere»

di Elisa Sudiero, B.Liver

Quando vi chiedono di presentarvi, voi da dove partite? Io oggi vorrei iniziare così: mi chiamo Elisa, ho 25 anni e sono una ragazza che ha stravolto la sua vita.
Indipendentemente da chi leggerà questa condivisione, spero che possa essere utile, emozionante e magari, chissà, che possa anche dare uno spunto per trovare il coraggio di cambiare e seguire la propria strada.
Vi porto quindi con me oggi e nel mio passato, mentre sul futuro voglio già anticiparvi che non leggerete nulla, perché ho smesso di sentirmi una cosa statica, ma mi vivo come una persona in continua evoluzione, che ha creato le proprie radici nel fango e poi però è sbocciata. Praticamente come le magnolie, ne ho una tatuata sulla schiena.
Quindi partiamo da questo momento esatto: sto scrivendo la mia storia seduta in un bar dell'aeroporto Marco Polo, a Venezia, pronta per andare a Parigi per il weekend.
È il secondo viaggio da sola che faccio. Ho con me uno zaino piccolo della Rains, con giusto un paio di cose dentro. Praticamente spoglia, ma alla fine mi serve qualcos'altro per un weekend via? Per me no. I miei genitori mi hanno insegnato sin da piccola il valore della semplicità, del vivere apprezzando le piccole cose e che per essere felici basta poco. Tante bellissime cose che ho accantonato per anni, sperimentando l'esatto opposto, ricercando sempre quella cosa in più, la cosa che mi permettesse di farmi sentire integrata con i miei coetanei, accettata dalle persone di cui mi ero circondata, che mi permettesse di adempiere all'idea di me che mi ero costruita. Ma io ho mai saputo davvero chi ero? Cosa volevo? Dove volevo andare? Quest'ultimo punto non ce l'ho chiaro tuttora, ma alle altre due domande, invece, ho trovato una risposta, devo dire abbastanza recentemente, perché io in realtà sono entrata in contatto con me stessa da poco.
Ho sofferto per 9 anni di disturbi alimentari, ma il mio malessere risale a tanti anni prima. Ad oggi, con la lucidità e la consapevolezza di una persona che ha lottato contro mostri che non tutti conoscono, posso dire che, finché non sono riuscita a guarire, non ho mai vissuto davvero. Forse le persone che non ci sono passate non possono nemmeno immaginare cosa voglia dire soffrire di un disturbo alimentare: è totalizzante. Ti ingloba e ingoia tutto, te e chi hai al tuo fianco. Il peso lo porti tu per la maggior parte, ma chi ti sta vicino, chi ti ama, soffre nel vederti soffrire. Per voi che magari non li conoscete, vi voglio dire una cosa: non è una questione di corpo e cibo, quello sono solo un mezzo per esprimere un dolore più profondo.
Per me è stato uno in particolare: sono una persona semplice, estremamente sensibile, infinitamente empatica, con l'autostima bassa e al contempo estremamente socievole. Non mi sono mai sentita abbastanza per meritarmi l'amore. Ero piccola quando tutto è iniziato, ma sono ancora giovane ora che ne parlo.
Alla fine dell'università ho dovuto affrontare una cosa che ha innescato in me una miccia che poi ha fatto partire tutta una serie di mine messe a raffica nella mia vita e niente, poi è esploso letteralmente tutto. Raso al suolo, tutto. Tutto tranne ciò che ha saputo resistere. Non sapevo cosa fare della mia vita, mi sentivo una fallita. Ancora non avevo un lavoro che mi ero appena laureata? Malissimo. Per di più lo stavo cercando nel tentativo di tornare a fare la vita di convivenza che facevo prima. Ancora non sapevo che da lì tutta la mia vita sarebbe cambiata.
Per riassumere, ho passato un anno infernale. Ero una persona solare, espansiva, piena di vita, facevo mille cose, sempre festa, sempre disposta a farsi in quattro per gli altri, senza mai considerarsi tra le priorità. Insomma, ho sempre messo il focus fuori, mai dentro di me. Ma quando devi capire cosa fare della tua vita come fai se non ti conosci? Se hai sempre passato tutti gli anni precedenti a scappare dal confronto con le parti di te che ti facevano paura, che ti facevano soffrire, che odiavi e non volevi vedere, come fai? È difficile, ma ho dovuto farlo.
Sono entrata in terapia, sono stata seguita da una nutrizionista. Mi sono isolata da tante persone, cercando di spiegare cosa stavo facendo. Non volevo ferire nessuno, ma non avevo le energie per nessun altro se non per me. Ho allontanato chi mi giudicava, chi mi faceva sentire sbagliata mentre percorrevo, per la prima volta, il cammino dentro e verso me stessa. Non perché lo volessi davvero, ma perché sentivo che se mi avessero ferita in quel momento, che mi ero privata di qualsiasi tipo di difesa per fare quello che stavo facendo, la ferita sarebbe stata fatale, mi avrebbe fatta tornare indietro e non volevo e non potevo permettermelo. Sono andata avanti a testa bassa. Ho pianto tanto. Ho messo in discussione tutto: chi ero, chi avevo a fianco, cosa mi piaceva e mi faceva stare bene, cosa volevo tenere nella mia vita e cosa no. Ho imparato l'arte del lasciare andare, che la vita è un fiume e solo se ti adatti al suo flusso e non ti opponi all'intrinseco, costante cambiamento, allora puoi vivere serenamente. Ho imparato che io devo amarmi perché sono io ora e per sempre la mia compagna di vita, quella su cui devo contare e dentro cui devo guardare per trovare la forza e il coraggio di affrontare le difficoltà che si possono trovare durante il percorso. Nessuno te lo dice quanto male faccia cambiare. Ma quando sei mosso da un istinto, quasi primordiale, per cui non hai altra alternativa, perché anche se fa male, prima stavi peggio, devi farlo, non puoi scendere a compromessi.
In tutto questo però, ho intrapreso il viaggio più bello della mia vita: quello alla scoperta di me stessa. Ho cambiato due lavori, ho capito che amo scrivere ed è il mio mezzo per aiutare le persone (altra cosa che amo), quindi ho iniziato un master in Marketing e ora faccio la copywriter. Ho capito ciò che amo, sia in termini di valori, che di cose e abitudini. Soprattutto una cosa ho capito: amo le parole, quelle dette pensandoci prima per non ferire l'altra persona, le persone che non giudicano, la libertà di espressione e il non vincolarsi a un modello.
Ho imparato chi sono e quanto valgo, ho imparato a prendermi cura di me. C'è voluto tanto coraggio, non sono arrivata e non arriverò mai per fortuna, perché siamo in continuo cambiamento e nella vita può succedere di tutto. Ma so chi sono ed era ciò di cui avevo bisogno per iniziare a stare bene. Perché solo quando stai bene allora puoi fare tutto il resto. E la vita è bella ed è solo una, bisogna viverla a pieno.

Due ritratti di Elisa Sudiero.

Io non ho mai saputo chi ero, che cosa volevo, dove andavo Ora ho qualche risposta

Ma se non ti conosci come fai a capire che cosa devi fare? Che cosa fai se ti confronti con la paura?

L'ILLUSTRAZIONE È DI PAOLA PARRA

IL TUO CORAGGIO

Mettersi in gioco e andare fino in fondo

di Giancarlo Perego, B.Liver

Perché il coraggio? La cronaca ci ha offerto in queste settimane alcune esperienze da capire e da seguire. Ilaria, una ragazza del Politecnico di Milano che ha deciso da sola di accamparsi per qualche giorno davanti alla sua scuola per protestare contro il caro affitti per gli studenti universitari: 600-700 euro al mese per una stanza. Troppo. Sbagliato. Poi l'incontro con il medico oncologo Alberto Scanni che nei mesi scorsi ha perso un figlio per un tumore raro. Il coraggio di vivere con dentro il dolore più grande del mondo: la perdita di un figlio. La storia di don Riboldi, il vescovo brianzolo di Acerra, in Campania, che negli anni 70 era riuscito a far scendere in piazza diecimila persone per protestare contro la camorra e la malavita organizzata. Un duro colpo per l'organizzazione criminale, ma dopo la morte di don Riboldi tutto è tornato come prima. Il coraggio di un prete e dei suoi giovani tradito nel tempo. Ci sono anche storie dei B.Liver. Il coraggio di fare coming out da un paese della Valtellina, il coraggio di lasciare la Calabria per il nord, fuggendo dalla 'ndrangheta, da una sanità insufficiente, da un non lavoro per raggiungere il Nord, ma anche il coraggio di chi è rimasto in una terra difficile. Un viaggio, insomma, nel coraggio per conoscere sé stessi, nel coraggio di mettersi in gioco, nel coraggio dell'amore, nel coraggio delle parole.
Siamo convinti che parlare bene sia una formula della felicità.
C'è anche chi con coraggio si è accettata ed è ripartita, come Lucia Annibali dopo essere stata sfregiata in volto dall'ex fidanzato. Lucia Annibali è una donna stupenda, ad alta sensibilità. C'è da imparare leggendo le testimonianze e le esperienze che pubblichiamo nelle pagine seguenti. Tutte persone che hanno avuto cura di sé stesse. Conoscere, voler conoscere e sapere significa, almeno per me, avere cura di sé. Certo, potremo allargare a quando potremo sapere come prenderci cura di noi. Solo chi conosce può prendersi cura di sé stesso e degli altri. Il coraggio lo troviamo in noi. Non ci sono formule magiche, basta aprire il cofanetto delle nostre fragilità ed elevarle, mettersi in gioco. La vita è ricerca. E ricerca non è un parola qualsiasi. Ci dice di valutare sempre per che cosa valga la pena vivere. La ricerca di Lucia Annibali dentro di sé per ripartire e ricominciare a vivere, è amore verso sé stessa. È dignità e forza. Il coraggio dell'oncologo Alberto Scanni che ha visto morire il figlio di tumore, è amore per Matteo, è amore per la vita. Anche lui ha tanta dignità e forza. È tutto questo che ci regala il coraggio. E non tutti l'hanno dentro di sé il coraggio di vivere nella ricerca.

LE ILLUSTRAZIONI SONO DI PAOLA PARRA E CHIARA BOSNA

METTERSI IN GIOCO

DON RIBOLDI

IL LIBRO DI PIETRO PERONE È UNA FORTE DENUNCIA VERSO COLORO CHE NON HANNO FATTO NIENTE, NONOSTANTE NE AVESSERO LA POSSIBILITÀ.

Il coraggio tradito Perché don Riboldi è stato dimenticato

di Chiara Malinverno, B.Liver

Esiste il coraggio e, poi, esiste il coraggio «tradito». Tradito come quello di don Antonio Riboldi, prete brianzolo, vescovo di Acerra dal 1978 al 1999, che nel 1982 decise di scendere in campo nella lotta contro la camorra, esortando i giovani a prendere in mano la propria vita nel segno della legalità. «Nel 1982, in Campania, ci sono stati 284 omicidi, quasi tutti per mano della camorra», racconta Pietro Perone, uno dei ragazzi di don Riboldi, oggi autore del saggio *Don Riboldi – Il coraggio tradito*, in cui viene ripercorso il vissuto del sacerdote brianzolo da sempre impegnato nella lotta alla criminalità organizzata.

Dal racconto di Pietro Perone emerge come don Riboldi non solo ebbe il merito di opporsi direttamente alla camorra, ma anche di infondere in migliaia di giovani il coraggio di prendere in mano il loro futuro.

Il 17 dicembre 1982, a Ottaviano, si tenne «la più grande rivolta giovanile dopo il 1968», come la definisce l'autore del saggio.

Diecimila giovani sfilarono per le vie della città natale del boss Raffaele Cutolo, per manifestare pubblicamente la propria avversione alla camorra.

A capo del corteo c'era don Riboldi che, insieme all'allora vescovo di Nola e ad alcuni esponenti del mondo dei sindacati e della politica, guidava i giovani nella loro marcia fra strade deserte e palazzi con le serrande abbassate.

Pietro Perone
Giornalista, caporedattore de *Il Mattino*, segue la politica del nostro Paese, dopo essersi occupato di criminalità organizzata e dell'inchiesta Siani che ha portato alle condanne di mandanti e killer. Negli anni 80 è stato uno dei «ragazzi» che ha raccontato la propria esperienza in *Don Riboldi. 1923-2023. Il coraggio tradito* (San Paolo, 2022).

In meno di due mesi, quei diecimila giovani divennero centomila e si radunarono a Napoli, ancora una volta per palesare il loro no alla criminalità organizzata.

Un fiume di coraggio stava attraversando il napoletano e progressivamente si stava diffondendo in tutto il sud Italia. È lecito, però, chiedersi se quel coraggio non nascondesse in realtà un velo di incoscienza.

«Il nostro era un coraggio lucido», afferma Perone, «sapevamo che così non si poteva vivere. All'epoca, per un giovane le alternative erano poche: potevi diventare camorrista, potevi rintanarti in casa, oppure potevi ribellarti lottando contro la camorra. Il nostro non è stato coraggio, è stata una necessità».

Una necessità che si scontrava con la paura, quella che faceva tenere le serrande abbassate durante il passaggio dei cortei per le vie di Ottaviano.

«Sia chiaro», dice Perone, «anche noi avevamo paura. Avevamo "una paura fottuta", ma al contempo volevamo un futuro diverso e don Riboldi ci diede il coraggio per costruirlo».

> Il 17 dicembre del 1982 a Ottaviano si tenne la più grande rivolta giovanile dopo il '68. 10mila giovani in corteo

Viene da domandarsi, allora, perché il coraggio di don Riboldi e di tutti quei giovani che scelsero di seguirlo è da dirsi «tradito».

Prima di rispondere, Perone chiarisce: «Don Riboldi ha vinto contro la camorra, ha vinto nel momento in cui Raffaele Cutolo lo ha chiamato il pomeriggio di Pasqua per chiedergli di essere confessato, ha vinto nel momento in cui Cutolo lo ha ringraziato per avergli cambiato la vita».

Nonostante questo, però, quanto seminato da don Riboldi non è riuscito a crescere.

«La politica non è stata capace di rispondere alle domande che si alzavano da quelle manifestazioni, arrivando così a risultati terrificanti», afferma Perone che aggiunge come «non solo la camorra ancora operi, ma faccia più affari del passato», mettendo in guardia dal fatto che «la sola circostanza per cui la camorra spari meno non significa che sia meno potente».

Guardando all'inerzia cronica della politica e pensando al fatto che quella politica è la stessa che si è mostrata solidale con la battaglia di don Riboldi e dei suoi giovani, viene da chiedersi se i decisori politici non stiano tradendo il loro stesso coraggio.

Perone non crede nell'auto-tradimento, ma vede nell'incapacità della politica di lottare con serietà contro la criminalità organizzata, una sorta di auto-delegittimazione destinata ad aprire sempre più le porte al potere criminale.

Cosa fare, dunque, per riscoprire il coraggio che ha animato la vita di don Riboldi, prima, e dei suoi ragazzi, poi? In primo luogo, secondo Perone, perché il coraggio possa dare frutti è necessario che questo diventi un patrimonio collettivo: «un uomo da solo può avere coraggio, ma perché sia efficace è necessario che sia condiviso e che il coraggio di uno possa contagiare gli altri, come è stato con don Riboldi».

Poi, ancora, è necessario mostrare ai giovani esempi positivi impegnati nella lotta per la legalità. Perone confessa che l'idea di raccontare la storia di don Riboldi è nata dopo aver appreso i risultati ottenuti da un questionario somministrato nell'aprile 2022 agli studenti di alcune scuole del napoletano: da quell'indagine è emerso come i giovani stentino a riconoscere chi ha dedicato e dedica la vita alla lotta alla criminalità organizzata, mentre ben abbiano presente chi sono i boss della criminalità organizzata, a cui, uno studente su tre, dichiara sia giusto portare rispetto.

«La colpa è nostra», tuona Perone, «che non siamo stati in grado di diffondere un messaggio positivo, dando invece risalto a storie di violenza».

Se negli anni di Cutolo avere coraggio era una necessità, ora verrebbe da dire che la necessità sia raccontare il coraggio.

ILARIA LAMERA

LA PROTESTA CONTRO IL CARO AFFITTI PER GLI STUDENTI HA COINVOLTO SCHIERE DI GIOVANI IN TUTTA ITALIA: SONO SORTE CENTINAIA DI TENDE.

Il coraggio di lottare Ilaria con la sua tenda contro le speculazioni

di Maddalena Fiorentini, B.Liver

Iniziare l'università è il primo grande passo nel vuoto, nel buio totale.

Fuori sede, pendolare o distante cinque minuti a piedi, uno studente universitario si ritrova a fronteggiare una grande sfida: il primo cammino scolastico da percorrere in totale solitudine, dove studiare con i compagni di corso o passarsi gli appunti non basta: ognuno deve andare avanti per conto suo, nell'ottica di costruire il proprio futuro.

Bisogna fare pace con la solitudine e imparare a farcela da soli. Bisogna credere in sé stessi, avere energia e investire del tempo per andare avanti. Bisogna mettere in discussione quel fidato metodo di studio che si era faticosamente costruito negli anni, perché non basta più.

Come se tutto questo lavoro di crescita e realizzazione personale non bastasse, si deve anche imparare a fronteggiare un grande desiderio di indipendenza e cominciare a provare sulla propria pelle l'esperienza della vita adulta.

Posso garantire che tutto questo si sopporta solo se il percorso universitario piace, solo se la strada intrapresa nella vita piace e ha l'aria di essere quella giusta.

La gioia della scoperta di poter studiare qualcosa di nuovo, bello e stimolante, però, deve fare i conti con la realtà.

Ci si adatta, è vero, ma l'università è un percorso di vita, e nella vita non si può solo sopportare, quindi sì, quattro ore di mezzi al giorno si sopportano, ma è vita?

Ilaria Lamera
Originaria di Alzano Lombardo, è una studentessa di 22 anni del Politecnico di Milano che qualche settimana fa si è accampata in piazza Leonardo da Vinci con il sostegno di *La Terna Sinistrorsa*, il collettivo studentesco contro il caro affitti a Milano.

Io e Ilaria Lamera l'abbiamo pensata allo stesso modo e, per fortuna, con il supporto dei nostri genitori, abbiamo avuto la possibilità di poterci trasferire, chiedendo un bel sacrificio alle nostre famiglie.

Ilaria, però, ha fatto una scelta ancora più coraggiosa dell'andare a vivere da sola: fronteggiare il problema. Milano è cara, Milano e dintorni è cara (anche le periferie ormai hanno prezzi improponibili), e non è alla portata di tutti.

Ilaria protesta con la frase: «Basta affitti insostenibili. #Scoppiamolabolla», e la «bolla» di cui parla si riferisce al fatto che questa situazione, come tante, si sta semplicemente accettando, prendendola come dato di fatto, quando in realtà tutti dovrebbero avere la possibilità di «non sopportare più», come l'ho avuta io.

Il problema è che il fattore economico non dovrebbe mai essere un limite per intraprendere una scelta di vita. È inaccettabile che moltissimi studenti debbano ripiegarsi su seconde scelte universitarie, solo perché non saprebbero come mantenersi nella città sede della loro prima. Soprattutto perché non sempre si riesce a trovare un lavoro conciliabile con lo studio.

> È inaccettabile che gli studenti debbano ripiegarsi su seconde scelte universitarie perché le città hanno costi proibitivi

Ovvio che il mercato delle case segua il «trend» della città, ma proprio per questo motivo dev'esserci una forma di tutela verso gli studenti.

Molto spesso le residenze universitarie, tra le tante cose, selezionano in base al merito. Per quanto sia d'accordo sul fatto che il merito vada premiato, trovo che vivere con la pressione di dover raggiungere una determinata media di voti per continuare a mantenere la propria abitazione sia psicologicamente logorante.

È giusto che il processo di selezione si basi sul reddito e sulla distanza chilometrica tra casa propria e l'università, ma qualunque studente che viene da lontano, che eccella o no, merita un'agevolazione per l'alloggio. Soprattutto perché quello studente un giorno sarà un cittadino formato e preparato, che ridarà allo Stato il denaro investito con il suo lavoro. Discorso morale a parte, infatti, gli studenti sono un investimento dello Stato sul futuro.

Per non parlare del numero di posti nelle residenze, che non garantiscono l'alloggio a tutti gli studenti che lo meriterebbero. Cosa dovrebbero fare gli studenti in attesa? Aspettare anni che si liberi un posto, non frequentando l'università, restando indietro?

Ilaria dichiara in un'intervista al *Corriere della Sera* che ha una casa, ma ha scelto comunque di vivere in tenda per una settimana, per cercare di trasmettere «ai piani alti» la voce degli studenti disperati.

Quando ho iniziato io l'università, lo scorso ottobre, tanti miei compagni hanno passato mesi nei B&B a loro spese prima di trovare una sistemazione definitiva. Soprattutto perché la mia facoltà non dava accesso alle lezioni registrate, che si sarebbero potute seguire da casa, perché vige la frequenza obbligatoria.

Ilaria dichiara nell'intervista al *Corriere della Sera*, che la sua casa ha un contratto di quattro mesi, quindi nemmeno la sua è una situazione definitiva, e, giustamente, ci si chiede come sia possibile vivere così. Com'è possibile concentrarsi sullo studio, costruirsi una vita lontani da casa, se la casa non è definitiva?

Si rischia di tornare a quando l'università era solo un privilegio per pochi, perché per quanto le tasse, fortunatamente, si basino sul reddito, il costo della vita fuori casa risulta insostenibile.

Detto questo, vivere fuori casa è un passo importante, che è giusto compiere quando si è pronti, ma bisogna averne il diritto.

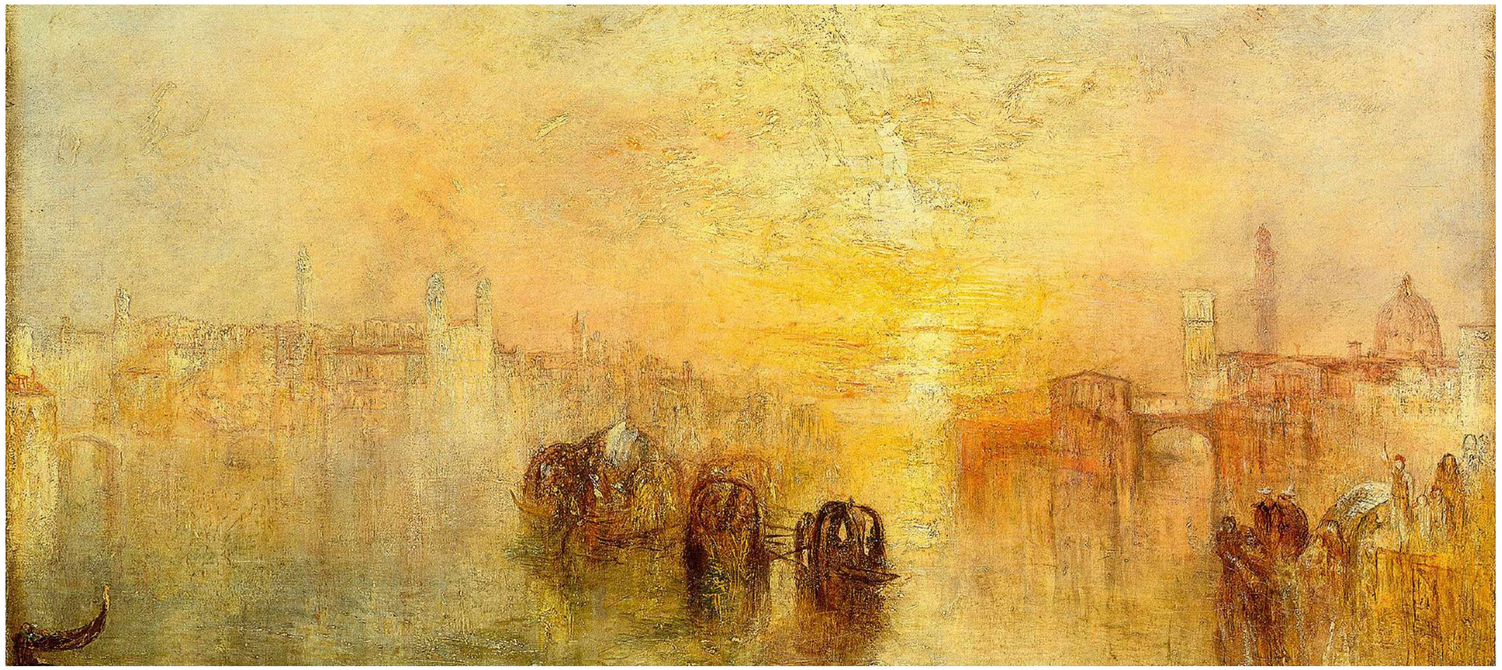
È difficile adattarsi ai nuovi ritmi, alla nuova vita, ai nuovi compagni, al carico di studio, però è fattibile e soprattutto emozionante, ma bisogna essere supportati, non solo dalla famiglia, ma anche dall'università stessa e dallo Stato.

L'ILLUSTRAZIONE È DI **PAOLA PARRA**

COME RIPARTIRE

LUCIA ANNIBALI

INTERVISTA ALLA GIOVANE DONNA SFREGIATA CON L'ACIDO DA DUE SICARI INGAGGIATI DALL'EX FIDANZATO. MOMENTI DIFFICILI, POI LA RISALITA. «SCELGO OGNI GIORNO. OCCORRE ANDARE AVANTI E AFFRONTARE LA VITA. IMMAGINANDO IL FUTURO».



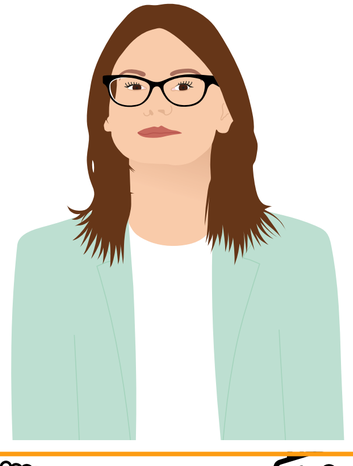
Dobbiamo imparare a guardare e a essere guardati Il coraggio della gentilezza

di Fiamma C. Invernizzi, B.Liver

Lucia Annibali (Urbino, 1977) Avvocato, politica italiana e Cavaliere dell'Ordine al merito della Repubblica, nel 2013 è stata vittima del tragico episodio di violenza raccontato nel libro *Io ci sono. La mia storia di non amore*, scritto insieme alla giornalista Giusi Fasano.

Non mi sono mai chiesta se il coraggio abbia volto di donna, uomo o bambino. Anziano o rifugiato. Carceriere o carcerato. Non mi sono mai domandata se indossi un colore specifico o se viva in un momento preciso delle giornate, perché forse il coraggio delle tre del mattino – quando ci si sveglia d'improvviso con il fiato mozzato – non è poi tanto diverso da quello delle cinque del pomeriggio, quando nelle giornate d'inverno si guarda il sole sparire dietro l'orizzonte, sperando nel più gelido silenzio che si possa rinascere all'alba successiva.
Di certo c'è, però, che certe anime il Coraggio lo conoscono ben più da vicino di altre, e Lucia Annibali ne è un esempio lampante.

A distanza di dieci anni dall'aggressione subita – che l'ha vista vittima di aggressione al volto con l'acido per mano di due uomini assoldati dal suo ex-compagno – come definisce il termine «coraggio»?
«Per quanto mi riguarda, il coraggio ha avuto diverse accezioni. Oggi direi che prende le sembianze della scelta quotidiana di andare avanti, di guardare avanti. La volontà di alzarsi, affrontare la vita e immaginare un futuro. Incontrare nuove persone, anche.Il cambiamento fisico che mi è stato improvvisamente richiesto da quanto accaduto – così come accade per una malattia – esige il coraggio di un continuo rinnovamento. Quell'evento non può essere considerato al pari di una parentesi che si apre e si chiude. È un viaggio che si porta avanti piano piano, con le sue meravigliose novità e i suoi angoli bui. Il coraggio, nel tempo, è anche sinonimo di imparare il proprio valore, capire di cosa si è capaci e dove si può arrivare con le proprie forze. Forse, prima dell'aggressione, non ne ero consapevole perché non ne avevo mai avuto davvero bisogno. Ora lo so: il coraggio è quella spinta che ti aiuta ad uscire dal tuo guscio».



In questo viaggio tanto complesso quanto arricchente, chi sono gli amici e chi i nemici del coraggio?
«Definire gli amici è facile, perché sono tutte quelle persone che c'erano e sono rimaste, avvicinandosi ancora di più, prendendosi cura di ogni passo, di ogni inciampo e di ogni passaggio, personale e professionale. I nemici, invece, sono quelli che hanno mancato e mancano di rispetto al dolore e alla fatica che si prova e si coltiva ogni giorno per superare tutto e andare avanti. E questo, non lo nascondo, accade molto più sui social che vis à vis. Anche se si è dalla parte del giusto, ci sarà sempre qualcuno che giudicherà in maniera contorta ed errata. Il coraggio, in questo caso, sta nel rimanere concentrati sul proprio viaggio e percorso. Il coraggio è un modo di stare nella propria vita».

Come?
«Ciascuno a modo suo, direi. Ma vorrei sottolineare una cosa importante: anche il coraggio della gentilezza è una strada da percorrere, tutelare. In questa società sempre aggressiva e giudicante… quella gentilezza è fondamentale. Quella gentilezza che si può avere negli sguardi aperti e onesti, quella gentilezza capace di rapportarsi con storie di incidenti o malattie. Ecco, forse questa è una strada che va insegnata, raccontata, condivisa, perché il concetto di diversità non sia fattore di esclusione ma di integrazione. Non si tratta di immergersi in toto nei panni di qualcun altro, bensì di comprendere e ascoltare, imparando ad accompagnare e ad avere cura di ogni differenza, di ogni esperienza».

Il coraggio della gentilezza è da considerarsi anche rivolto verso noi stessi?
«È una grande riflessione, questa. Molto importante. Troppo spesso siamo noi stessi ad essere i nostri più grandi nemici: siamo noi gli unici a conoscere i nostri pensieri, e spesso questo non aiuta affatto. A dieci anni dall'aggressione, fortunatamente, non ne ricordo tutti i dettagli, perché la vita, poi, mi ha regalato molto altro. Però mi capita di pensarci, di scavarci dentro, di ascoltarmi. E quelli sono momenti complessi. Come dicevo, è un viaggio molto ricco di pensieri, di momenti, di riflessioni e di ricordi. Desideri, anche. Emozioni».

> È insopportabile che queste storie di violenza diventino una sorta di giudizio sul comportamento delle donne

C'è un altro tipo di coraggio, che la contraddistingue: quello di raccontare. Come diventa di aiuto questo per lei e per gli altri?
«Insieme al coraggio di condividere, non può non esserci quello della verità. E la verità è una scelta. Devo ammettere che raccontare, soprattutto a distanza di anni, non è sempre facile. Ripercorrere sempre la stessa storia mentre la vita va avanti, può risultare faticoso. E ogni volta che parli è come scavarsi dentro e osservare, poi guardare fuori e seminare. Significa diffondere un'esperienza. Condividere è un modo per aggiornare le riflessioni, in relazione con la persona che sei diventata con il trascorrere del tempo. Ti guardi e vedi chi sei, chi eri, e chi sei diventata».

Il coraggio di raccontare ci porta a una riflessione più che attuale: quella sui femminicidi e, nello specifico, quello di Giulia Tramontano, la giovane in dolce attesa, uccisa dal compagno. Come trova le narrazioni che ne vengono fatte sui media?
«Trovo veramente insopportabile che, alla fine, queste storie di violenza diventino inevitabilmente una sorta di giudizio sul comportamento delle donne. C'è sempre un sottinteso che riporta al "cosa ha fatto, cosa avrebbe dovuto fare, prima, dopo o subito". La violenza sulle donne è un fenomeno strutturale, non è assolutamente emergenziale. Affonda le sue radici in una disparità di trattamento, di potere economico e culturale. Questa credenza va sradicata. Vedo nei titoli e nelle narrazioni mediatiche una grande mancanza di rispetto della grande fatica, del grande dolore e della grande forza che hanno le donne immerse in queste storie di violenza. Ciò denota che chi scrive o non conosce nulla del tema o, sotto sotto, alla fine ci crede. Personalmente, lo trovo insopportabile. Alle ragazze vorrei dire: non dimenticate la vostra verità e il vostro valore. Mai».

Il libro scritto con Giusi Fasano

Una sera qualunque, 16 aprile 2013. Lucia, una giovane avvocatessa di Pesaro, torna a casa dopo essere stata in piscina. Ad attenderla, dentro il suo appartamento, trova un uomo incappucciato che le tira in faccia dell'acido, sfigurandola. Le ustioni, devastanti, corrodono anche il dorso della sua mano destra. Quella stessa notte viene

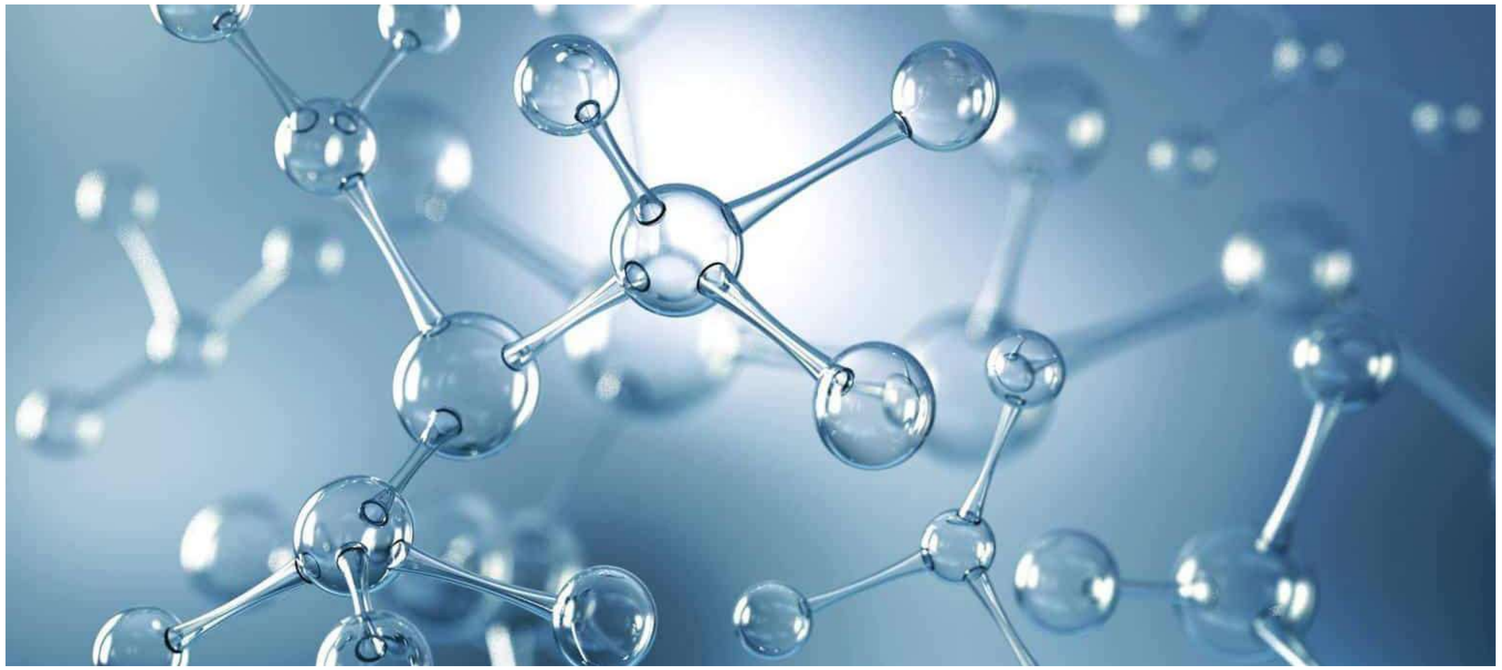
arrestato come mandante dell'aggressione Luca Varani, avvocato, che con Lucia aveva avuto una tormentata relazione troncata da lei nell'agosto del 2012 e che, secondo la magistratura, aveva assoldato per l'agguato due sicari albanesi, pure loro poi arrestati. Come avviene in molti, troppi episodi di violenza contro le donne, anche in questo caso è stato l'abbandono a innescare la miccia del risentimento. Lo schema è purtroppo «classico»: il possesso scambiato per amore, la rabbia che diventa ferocia, fino all'essenza della crudeltà: l'acido in faccia. In questo libro Lucia Annibali scritto con l'inviata speciale del *Corriere della Sera*, Giusi Fasano, ripercorre la sua storia con quell'uomo, dal corteggiamento al processo; passa in rassegna i momenti dell'emozione e quelli della sofferenza; racconta l'acido che corrodeva il suo viso, ma non la sua vita.

LE ILLUSTRAZIONI SONO DI **PAOLA PARRA** E **CHIARA BOSNA**

ANDARE OLTRE

ALBERTO SCANNI

DOPO AVER PERSO UN FIGLIO PER UN TUMORE, IL GRANDE ONCOLOGO HA RACCONTATO LA SUA ESPERIENZA IN UN VOLUME. IN QUESTO PERCORSO LO HA COSÌ RIPORTATO IN VITA AIUTANDO CON LE PROPRIE RIFLESSIONI CHI SI TROVA NELLA STESSA SITUAZIONE.



di Edoardo Hensemberger, B.Liver

È pericoloso perdersi nei ricordi (e dimenticarsi di vivere, aggiungerebbe Albus Silente), ma ci sono delle cose nella vita, che rendono difficile pensare di lasciare il passato al passato. La perdita di un figlio, per esempio. La perdita di un figlio causata da un tumore, quando per tutta la vita non hai fatto altro che curare malati di cancro. E così, da un giorno all'altro, non c'è nulla che tu possa fare per fermare lo scorrere del tempo; alcune volte la medicina semplicemente non basta, e nessuno può impedire alla vita di fare il suo corso, e alla morte di diventare protagonista.

Alberto Scanni (Orino Azzio, 1943) Già direttore di oncologia del Fatebenefratelli e direttore generale dell'INT. Fondatore della Società Italiana di Psiconcologia, del Collegio Italiano dei Primari oncologi medici ospedalieri e dell'*Associazione Progetto Oncologia Uman.A.* È autore del libro *Quel che resta di te. Un padre racconta la malattia del figlio* (Àncora)

Il coraggio nel dolore Vado avanti perché credo nel futuro di Matteo

Metti una mattina di maggio, il telefono squilla, è il direttore, e il direttore non chiama mai.
«Ciao piccolo sei tornato?».
Magari fossi ancora piccolo direttore, la vita qua continua a dirmi che sono grande, ma il suo «piccolo» è come una dimostrazione d'affetto, o forse la vecchiaia, d'altronde dai settanta ormai non può più scappare, gli ha fatto dimenticare il mio nome.
«Ciao Gianca, sei tornato ieri?»
«Bene, settimana prossima, lunedì ci sei?».
«Sì».
«Ok, andiamo a fare un'intervista sul coraggio, voglio che tu venga con me».
«Ottimo, chi intervistiamo?».
«Alberto Scanni, ex direttore generale dell'Istituto dei Tumori e del dipartimento di oncologia dell'Ospedale Fatebenefratelli, adesso è in pensione. Ha perso un figlio l'anno scorso… per un tumore».
«Ah»… e già comincio a sentire l'amaro in bocca, dedicare la propria vita per cercare di salvare esseri umani da una malattia tremenda e poi dopo vedere quell'avversaria portarsi via il tuo stesso figlio, perdere su tutti i fronti in un mondo in cui non esiste rivincita. Il Dolore con la d maiuscola.
«Sì, ha scritto un libro, s'intitola *Quel che resta di te*»… altro pugno allo stomaco.
«Va bene Gianca, ci vediamo lunedì».
Scrivere un pezzo così, faccia a faccia con una tematica che continua a far male, anche se è conosciuta da tutti, da sempre.
Confrontarsi con Alberto Scanni che ogni giorno fa i conti con la mancanza di suo figlio, forse la peggiore che si possa sperimentare.
Alberto ha un volto buono, capelli bianchi e baffi folti, è un adulto senza alcun dubbio, anche suo figlio lo era, eppure quando ne parla è quasi come se fosse rimasto bambino, e anche lui, con gli occhi che ogni tanto sono bagnati dalle lacrime del ricordo, si è lasciato andare alla sincerità, quella che di solito, crescendo, piano piano si perde.

> **Ho scritto un libro per riordinare i pensieri e soprattutto per stare in compagnia di mio figlio**

Non è più il luminare di oncologia che è stato per tutta la sua carriera, è solo un uomo in cerca di un po' di pace, in cerca di un punto di vista che possa dargli sollievo e in cerca, soprattutto, di un modo per trasformare i ricordi in qualcosa che possa essere presente e futuro, invece che soltanto passato.
«Quando ho scritto il libro non stavo pensando alla pubblicazione, non mi interessava assolutamente. Scrivevo perché per me era un modo di riordinare i pensieri, di razionalizzare un concetto che non può essere razionalizzato e soprattutto stare, per quanto potevo, in compagnia di mio figlio. Man mano che andavo avanti a raccontare però, mi sono reso conto che ciò che scrivevo non riguardava solo mio figlio e la sua bravura nell'affrontare sia il percorso di cure che l'approccio alla vita; non si è mai lasciato andare, ha vissuto con pienezza ogni giorno stando accanto ad amici e familiari anche quando la malattia lo rendeva impossibile. Scrivendo, venivano fuori anche tante considerazioni sul sistema sanitario, sull'empatia, sul rapporto tra medico e paziente, che per la prima volta nella mia vita vivevo con la paura e la voglia di risposte, e non con il peso di chi quelle risposte le deve dare. Sono entrato in contatto con l'interrogazione del senso della vita, una domanda a cui neanche i libri di medicina possono rispondere».
Cambiare il punto di vista è una cosa difficile, ed è una cosa che ognuno di noi dovrebbe sforzarsi di fare in ogni momento della vita, sforzarsi di capire come vive chi sta all'opposto, cercare di comprendere un pensiero diverso per completare una visione d'insieme alla ricerca di una verità che in senso assoluto non esiste, ma non per questo dobbiamo smettere di cercarla.
Sembra facile parlare di coraggio, eppure a mio modo di vedere il coraggio è un illusione, ed è un illusione che regala conforto, ma la si prova dopo aver superato un ostacolo o una sfida di qualsiasi tipo, non prima.
Il coraggio è al di là delle nostre paure, qualunque esse siano, e forse è un obiettivo da raggiungere.
Con una malattia il coraggio è continuare a sorridere, è vivere una vita peggiore di quella che conoscevamo ma farlo con lo stesso entusiasmo; coraggio è non abbandonarsi al dolore, anche quando è forte e spesso non fa dormire; coraggio è saper fare un passo indietro scegliendo di fare solamente il padre invece che l'oncologo, e affidarsi ai colleghi con la consapevolezza che questi possano avere uno sguardo più lucido sulla situazione, così come ha fatto Alberto Scanni.
«Matteo mi faceva domande, ma io volevo stargli accanto come padre non come oncologo, e così ho fatto. Mi sono spogliato delle mie funzioni e ho lasciato fare ad altri. Non volevo interferire e fare casino. Alle sue domande rispondevo, ma gli dicevo che sarebbe stato meglio parlarne con chi lo aveva in cura. Non si è mai lasciato andare, speranza ne aveva, e anche nella sua malattia non dava giudizi. La pienezza della sua vita residua era straordinaria, ha vissuto le amicizie, il lavoro e gli affetti fino alla fine. Io non so se sono stato coraggioso, abbiamo passato due anni difficilissimi, la famiglia è stata una risorsa forte. Matteo sapeva che noi c'eravamo. In quel periodo io ERO religioso, adesso non so più cosa sto cercando, ho una gran confusione. Portavo sempre in tasca un rosario, pregavo senza neanche accorgermene. Da quando mio figlio è mancato sento un grande vuoto e sono alla ricerca di qualcosa che lo riempia, ma non credo che sia la religione a farlo. Partivo sempre dal presupposto che Dio c'è, adesso invece ho messo in crisi tutto. Mi sono sentito impotente e sfigatissimo; quarant'anni a curare malati di questo tipo e poi essere inerme di fronte a mio figlio. Quando ci sei dentro capisci cosa vuol dire crepacuore, il senso più profondo della parola, la frantumazione, la scarnificazione. Senti certe cose che non puoi descrivere e che non potevi immaginare. In questo percorso di dolore, però, ho avvertito una bolla di umanità, ho sentito che c'era in giro della gente che ci voleva bene; la stessa casa editrice che ha pubblicato il mio libro mi ha lasciato commosso. Stavo scrivendo per me, e dopo aver capito che la mia storia poteva essere utile anche ad altri mi sono lasciato convincere a pubblicare. Quando ho presentato il libro ad Àncora ho sentito calore; questo libro non è un libro mio, avevo paura che il mio ego fosse protagonista, e non volevo fosse così».

> **Da queste pagine sono nate considerazioni sul sistema sanitario, sull'empatia, sul rapporto medico-paziente**

La responsabilità di scrivere un articolo su una vicenda così drammaticamente importante per la vita di qualcun altro mi spaventa, ma come dicevo, è al di là delle paure che si trova il coraggio, e allora forse vale la pena di andare a cercarlo, soprattutto perché non ci è dato sapere quanto a lungo potremmo stare qui a godere dell'aria nei polmoni e della forza nelle gambe, perché per chiudere con le parole di Alberto Scanni: «Un tumore è come un terremoto, puoi cercare il perché fino a un certo punto, ma non puoi arrivare all'origine. Devi cercarla nel metafisico, nel filosofico, ma non si arriva in fondo, così come non si arriva in fondo alla morte».

LE ILLUSTRAZIONI SONO DI PAOLA PARRA E CHIARA BOSNA

RIBELLARSI

COME I B.LIVER HANNO TROVATO DENTRO DI SÉ LA FORZA DI SCEGLIERE E RISALIRE.

«Io amo chi voglio» Il coming out contro i pregiudizi per vivere il bene

di **Arianna Morelli**, B.Liver

Audacia. Decisione. Fegato. Coraggio. Se c'è una cosa che mi ha sempre fatto spaventare un po' è parlare di questo, forse perché non mi sono mai considerata una persona di questa stoffa, anche se nella vita ci sono state più occasioni in cui mi è stato detto di essere stata coraggiosa, ma, secondo me non era vero coraggio quello mostrato nelle vicende considerate. Quando la possibilità è o avere coraggio o rischiare la pelle, non si può parlare di essere valorosi, a parer mio. Lo si fa e basta, perché si vuole evitare il peggio. Si vuole cercare di stare il meno male possibile. Si sfiora la morte, carezzandola. Ma quello non è coraggio. È «o vivi o muori».

Come si definisce una persona coraggiosa? Da quali comportamenti e atteggiamenti è animata? Si è soliti pensare ad azioni eclatanti, chissà perché. Anche un gesto piccolo può contenerne delle tracce, molto più di quanto si pensi. Si può pensare che io ne abbia avuto in tanti momenti della mia vita: nell'affrontare la malattia, nel vivere i lutti, nel periodo di recupero post-intervento. Ma, se c'è una persona paurosa, che trema a ogni controllo, che piange anche per le più piccole cavolate, che si spaventa quando incontra una persona nuova perché non sa come approcciarvisi, che si angoscia per tutto e quando dico tutto sono seria, quella sono io. Sono una fifona. Non mi distinguo per le mie azioni valorose, ma per la mia «tremarella». Non sono una persona che emerge per questo, no. Mi faccio riconoscere piuttosto per le mani che sfregano contro i jeans, come per nascondere la sensazione di inadeguatezza, quando in realtà la evidenziano e per la voce, che si abbassa sempre di più quando conosco una persona nuova. Per essere quella che magari a lezione non capisce un concetto e invece che alzare la mano per farselo rispiegare, preferisce tenersi i suoi dubbi, da chiarire a casa, sola, davanti al manuale. Non sono una persona coraggiosa. Se guardo la mia vita, riavvolgendo il filo, c'è un solo momento, uno solo, dove vedo tracce di qualcosa simile al coraggio. Nell'agosto 2019. Zero malattie contro cui mi sono battuta, non parlo di forza nell'aver affrontato mostri e nemmeno di imprese contro titani. Si tratta semplicemente del coraggio di mostrarsi, di essere me stessa: la cosa che mi spaventava di più, onestamente. Parlo del mio coming out. Erano ormai tre anni che riflettevo fra me e me e avevo un unico pensiero in risposta a tutte quelle considerazioni: «non puoi. Prova a nasconderlo». Per un po' ci sono riuscita fino a quando tutto è esploso. Era una tranquilla sera di agosto, ero appena rientrata a casa, mamma mi chiese cosa non andasse e io scoppiai in un pianto liberatorio. Come quelli dei bambini. Ne avevo davvero bisogno. Erano anni che le parole erano conficcate in gola. Così, su quella terrazza, quella sera, tolsi ogni maschera e raccontai a mia madre tutto: della prima ragazzina che mi era piaciuta, del perché avevo scelto di non condividere e lì capii che forse, quel coraggio avrei potuto e dovuto trovarlo prima. La cosa buffa: io piansi mentre mia mamma rise, dicendomi: «io lo sapevo già da un po', stavo aspettando che lo capissi tu», aggiungendo «non sai che fortuna hai, le donne hanno una marcia in più».

Così sulla terrazza, quella sera, tolsi ogni maschera e raccontai tutto a mia madre

«Se n'è andata poi è ritornata» Il coraggio della lontananza

di **Alice Vichi**, B.Liver

A maggio del duemilaventidue conoscevo una persona che avrebbe preso sempre più spazio e importanza nella mia vita.

Questa persona è la mia attuale ragazza ma per raccontarvi che cosa significhi per me un atto di coraggio, sento la necessità di riavvolgere il nastro e focalizzarmi su alcuni momenti che rappresentano i paletti sia della nostra storia, sia di questo discorso.

Se riusciamo a stare bene insieme e a confrontarci oggi, è soprattutto grazie ad un atto di coraggio:

A novembre del duemilaeventidue infatti, qualcosa si è inevitabilmente rotto tra noi.

È stato solamente la conseguenza di difficoltà che non riuscivamo ad affrontare e di una sensazione di solitudine che provavamo entrambe anche quando eravamo insieme.

A dicembre, ci sono stati numerosi tentativi sia da parte sua che mia di ricomporre il legame senza però riuscirci mai per davvero. Poi, dopo quei tentativi, c'è stato il silenzio: non abbiamo più comunicato e questo non comunicare è durato all'incirca quattro mesi.

In questi quattro mesi di lontananza, ho sofferto molto, ma ho anche cercato delle risposte a quelle dinamiche che tanto ci avevano messe in crisi e che, sul momento, non mi ero data il permesso di esplorare.

Un giorno, era gennaio, mi tornò in mente una canzone che Cecilia aveva condiviso con me.

Si trattava di una poesia con sottofondo musicale di Gio Evan: *Per Sempre, non tutti i giorni*.

Tra le tante frasi ricche di significato, Gio Evan ne dice una in particolare che mi colpì solo dopo averla riascoltata più volte in quel mese:

«Ho capito che a volte per prendersi cura del tuo amore più vicino è necessario il coraggio della lontananza».

Mi è risuonata nelle orecchie per mesi, mi ha accompagnata nelle mie passeggiate solitarie con solo la musica a farmi da spalla.

Poi, ho capito.

Ho capito che quella lontananza quasi autoimposta era il più grande atto di coraggio che una persona avesse mai fatto per me.

Ho capito che oltre a tutta la rabbia, la solitudine, la mancanza di comunicazione, c'era un'azione e c'era anche un tentativo di ristabilire nuovi equilibri.

Oggi so con estrema chiarezza che se Cecilia non avesse fatto un passo indietro, non ci saremmo più ritrovate.

So con certezza, grazie al suo insegnamento, che per me un atto di coraggio è delineato dalla modalità umana di affrontare alcune situazioni.

Per me un atto di coraggio è qualcuno che mette in primo piano il tuo e il suo benessere nonostante questo richieda delle rinunce, dei sacrifici, della sofferenza.

Nel distacco ho sofferto ma ho anche compreso le dinamiche che ci avevano messo in crisi

MOLTE VOLTE È MEGLIO AFFRONTARE I PROBLEMI CON CHI SA AIUTARCI.

Scia con me, ma solo lui vede la pista Che coraggio il mio maestro!

di **Nicola Capitani**, B.Liver

Il coraggio di salire sopra a una montagna e di saper scendere da questa senza vedere:

Quando abbiamo fatto la 75° riunione di redazione del *Bullone* è stato scelto il tema del coraggio: a me è venuta in mente una parte della mia vita con una storia molto lunga che inizia nell'inverno del 2004, quando per la prima volta ho messo degli sci ai piedi cercando di scendere la discesa di un piccolo campo scuola nel paesino di Campitello di Fassa. Quando ci passo davanti rimango sempre affascinato, stupito e commosso a vedere tutti i bambini scendere giù da questo campo scuola. Ma perché ho iniziato a sciare e soprattutto perché da quel campetto? Il motivo è che mio nonno, Franco Pisano, ha deciso all'inizio del 2000 di acquistare una casetta in questo luogo magico, così noi ogni anno in inverno ci andiamo ed è grazie lui se tuttora io scio.

Successivamente ho continuato a sciare negli anni prendendo diverse lezioni, così sono migliorato, anche se, nel mentre, la mia vista calava sempre di più a causa della retinite, una malattia della retina.

Questa cosa me la ricordo, cioè, che fino al 2014 (avevo 12 anni) riuscivo anche ad andare in bici da solo e infatti nel mio telefono ho una foto di quell'estate, dove sono a Campitello in sella alla mia mountain bike gialla e sto per scendere la discesa davanti a casa mia, da solo.

L'inverno del 2014 è stato l'ultimo inverno in cui ho sciato da solo, perché i problemi sono iniziati proprio da questo momento, essendo che mia madre mi perdeva sempre uscendo di pista, però raccontarlo è buffo, ma viverlo sulla propria pelle è brutto.

Quindi, nell'estate 2015 pensavo di dover smettere di praticare questo sport e di dover appendere gli sci al chiodo. Però nel settembre dello stesso anno tutto è cambiato, grazie a un articolo comparso sulla *Gazzetta di Parma* - giornale della mia città -, che parlava di un ragazzo non vedente, Stefano Curti, che aveva appena vinto la coppa Europa di sci per non vedenti, assieme alla propria guida. Io e mio padre iniziamo a parlarne pensando che questo fosse un miraggio, però, sempre mio papà Luigi, ha cercato in ogni modo di mettersi in contatto con questa guida e in novembre lo trova e lo contatta. Mirko Panizzi viene a cena a casa nostra e afferma: «Nicola tornerà a sciare e io lo porto in gara». Sembrava che parlasse di cose fantasiose, invece nell'inverno 2015 Mirko mi riporta a sciare e a gennaio partecipo alla mia prima gara durante la settimana bianca di «Neve Uisp 2015», a Pozza di Fassa.

Che cos'è «Neve Uisp»? È una settimana bianca organizzata una volta all'anno in una località sciistica differente, dall'Unione Italiana Sport per tutti.

Mi sono unito così all'associazione Skirace a Parma, che ha il compito di far fare attività sportiva a tutti, incluse le persone disabili.

Io e Mirko abbiamo continuato a sciare assieme per sette anni fino ad oggi, vivendo tantissime avventure.

Ci siamo posti un sogno e un obiettivo: andare alle Paraolimpiadi del 2026 in Italia, a Cortina d'Ampezzo. Il desiderio di partecipare è grande, anche sapendo che forse sarà una cosa impossibile, la speranza rimane.

«Nicola tornerà sulle piste e in gara molto presto», ha detto Mirko Panizzi a mio padre. E così è stato

Ogni giorno siamo chiamati a decidere Ci vuole coraggio

di **Riccardo Russo**, B.Liver

La vita ci impone di essere coraggiosi ogni giorno, poichè siamo condannati all'uso del libero arbitrio.

Adempiere al proprio dovere non è facile, ognuno ha le proprie ragioni: può essere noioso, ripetitivo, insensato ma anche pericoloso. Un medico deve salvare vite, un soldato deve rischiare la propria: in questi casi è facile vedere come il dovere comporti coraggio, perché non basta un contratto a vincolare una persona a una missione, serve qualcosa di più, qualcosa di intangibile. Giovanni Falcone e Paolo Borsellino hanno compiuto il proprio dovere fino all'ultimo, fino al sacrificio più grande, e come loro molti altri... Ma non serve essere un grande magistrato per trovarsi davanti a scelte difficili, scelte che possono far vacillare gli animi di tutti noi, lì dove la morale ci aspetta. Affrontare le proprie responsabilità ogni giorno necessita di un coraggio straordinario verso sé stessi e chi ci sta vicino, rispettando gli impegni presi, aiutando chi è in difficoltà e combattendo contro l'egoismo. Il dovere quasi mai è piacevole o la strada la più facile da percorrere, spesso anzi, è quella più ripida e accidentata che passa per le montagne, mentre l'autostrada in pianura pare più percorribile: la differenza sta tutta nella destinazione e nel percorso di crescita che la prima opportunità offre.

La prova piú evidente di quanto sia veramente difficile essere fedeli al proprio dovere si ha guardando la nostra civiltà e i suoi aspetti critici, o senza andare troppo lontano, guardando semplicemente i nostri, frutto di inosservanze e facili scappatoie. In un mondo di Dei il coraggio sarebbe parte integrante della nostra natura, insieme a una morale retta e alla conoscenza completa di ciò che ci circonda: ma noi non siamo divini.

Non possiamo conoscere il fine dell'universo né prevedere il risultato di tutte le nostre azioni. Spesso non riusciamo neanche a costruirci una morale stabile e univoca alla quale aggrapparci.

Il senso del dovere è costruito su un misto di fede e razionalità. Alcuni bivii della nostra vita necessitano di una scelta coraggiosa, imprevedibile nei risultati a lungo termine e che comporta un maggior sacrificio nel breve, un maggiore dispendio di energie, ma che sentiamo giusta in relazione alle nostre esperienze, al nostro percorso e agli esempi che ci hanno cresciuto. Qualunque sia la forza che muove le nostre azioni, sia una fede religiosa, la comunità di appartenenza o il risultato di una costante riflessione interiore, ogni individuo arriva spontaneamente a formulare una linea di condotta personale: serve equilibrio per muoversi attraverso diversi aspetti, come lavoro, persone care e la famiglia, cercando di rimanere autentici a sé stessi, sfide continue da affrontare aiutati da una forza interiore che nasce dentro di noi e che genera rispetto verso chi si assume le proprie responsabilità. La nostra stessa natura ci impone di essere coraggiosi.

La vita ci impone di essere coraggiosi perché siamo condotti sempre dal nostro libero arbitrio

LE ILLUSTRAZIONI SONO DI **PAOLA PARRA, GAIA TIIRIBOCCHI** E **LENTILLA ILLUSTRATA**

RIBELLARSI

QUANDO SIAMO MESSI DI FRONTE A UN DISTURBO E A UNA SCELTA.

Il coraggio? È vivere con i disturbi mentali

di Federica Merli, B.Liver

Cos'è, per te, il coraggio?
Quando mi è stato chiesto di rispondere a questa domanda la mia mente ha cominciato a galoppare veloce, da un'immagine all'altra. Quando si cerca di definire un concetto astratto, è naturale rifugiarsi nelle immagini concrete per poter descrivere al meglio ciò che si pensa a riguardo. E inevitabilmente, ogni concetto astratto trova una rappresentazione diversa a seconda della persona, del suo vissuto, dei suoi valori. Ognuno ha idee diverse, immagini differenti che possono descrivere la stessa cosa. Perché il concetto astratto di coraggio può assumere più forme, più volti, più sfaccettature. Ed ecco perché nella mia mente si sono susseguite immagini di coraggio abissalmente diverse tra loro, eppure tutte inevitabilmente valide. Coraggio è una neomamma che, conscia della sua situazione, decide di portare il proprio figlio neonato in una Culla per la Vita, per dargli un futuro migliore. E coraggio è un giovane ragazzo che lascia la propria casa per andare a vivere altrove, in un posto di cui non conosce né cultura né lingua, per studiare e diventare il migliore nel suo campo. Coraggio è un soldato in guerra, ma è anche un soldato che sceglie di non lottare. Coraggio è una bambina che difende il suo compagno dai bulli della scuola e coraggio è investire in un'attività in cui si crede, ma che non si sa che frutti darà. Tutte queste immagini riempivano la mia mente una dopo l'altra finché tra loro, in un'aura simile a un sogno, è apparsa quella che per me è la rappresentazione più pura e veritiera del concetto di coraggio. Per chi ha affrontato o affronta una malattia mentale, il coraggio si vede tutti i giorni, nella quotidianità della vita, nella routine giornaliera. Ogni atto può essere un atto di coraggio per chi soffre, anche se agli occhi di chi gli sta intorno può sembrare una cosa banale, una cosa normale, nulla che sia degno di nota. Per chi soffre o ha sofferto di un Disturbo del Comportamento Alimentare, il cibo fa paura, lo specchio spaventa, la bilancia terrorizza e le persone possono atterrire con possibili commenti. E queste cose non accadono una volta nella vita, non sono l'evento saltuario e occasionale: sono le paure quotidiane, le ansie di una malattia che non molla mai la presa. E per me coraggio è proprio affrontare queste paure, questi timori, per zittire la voce della malattia che ci sussurra consigli malsani e rituali dannosi per noi stessi. E quindi è coraggio non pesarsi ogni giorno, è coraggio assaggiare quel cibo che prima ci proibivamo, è coraggio uscire a mangiare un gelato con gli amici ed è coraggio guardarsi allo specchio, andando oltre il corpo, osservando la nostra anima. È coraggio non guardare i valori nutrizionali di un alimento, fare sport per passione e non per compensare un pasto, smettere di seguire profili social che inneggiano a standard di bellezza e fisicità irraggiungibili. Il coraggio è nei piccoli gesti che spesso sembrano montagne insormontabili, ma che una volta compiuti, possono lasciare una tale soddisfazione e felicità da farci dimenticare, per un secondo, ciò che pensa la malattia. Quel primo «Ce l'ho fatta!» può essere il punto di svolta per iniziare un percorso di piccoli atti di coraggio, e quindi di guarigione, che può salvarci la vita.

Per chi soffre o ha sofferto di disturbi alimentari guardarsi allo specchio spaventa

Io ammiro chi se n'è andato dal paese ed è tornato per restare

di Giuseppina Vellone, B.Liver

Guardo i cespugli di calle di mia madre, le sue rose, ricordo quando ordinavo i bulbi dall'Olanda e dovevo compilare l'ordine con attenzione, perché ad ogni numero corrispondeva un colore preciso che doveva rendere le sue aiuole speciali. Salgo la scala, le due poltrone davanti al camino prendono vita, rivedo mio padre, il collo della camicia sempre troppo largo, le sue giacche di velluto spesso ereditate dagli zii; rivedo il suo viso scavato. Ho lasciato questa casa quando avevo 19 anni e non ci sono più tornata, o meglio, andavo e tornavo. Ogni volta uno strappo, un dolore. Ogni volta partire era lacerante, ma lo era ancora di più tornare. A mano a mano che passavano gli anni, sentivo il richiamo, la nostalgia mi accompagnava ogni giorno, ma poi, paradossalmente quando tornavo non mi riconoscevo più in quel luogo. I miei amici rimasti parlavano con una lingua che non conoscevo: non c'era più il «noi» che mi includeva, ma il «noialtri» che mi metteva all'angolo. Ero diventata un'estranea. Potendo scegliere sarei rimasta e ho anche tentato di tornare, ma le porte sono rimaste chiuse. Non sono arrabbiata con chi è rimasto. Osservo i miei amici, i miei cari e li vedo vivere in un modo che sembra sempre uguale. Ritrovo riti e tradizioni che sembrano immutati, ma sento che serpeggia un senso di vuoto. Non appartengo alla terra che mi ospita, anche se mi ha dato la possibilità generosa di realizzare un grande sogno. Ma non appartengo neanche più al mio paese. Mi sento sempre a metà.
Penso di essere stata coraggiosa a partire, a non lasciarmi trattenere dai mandati di mia madre che mi volevano baluardo (con lei) della famiglia. Guardo chi è rimasto, chi, ostinatamente, è il custode dei miei luoghi, chi li tiene in vita, chi li bonifica, chi combatte ancora.
Ma guardo soprattutto chi era andato ed è tornato per restare.
Questo è il grande coraggio.
Anch'io ho fatto un tentativo ma non sono stata capace di rimanere.
È come se tornando non fossi stata in grado di ricongiungermi alla «mia ombra».
Sono grata a Vito Teti che con la sua professione, o meglio, con il suo essere testimonianza vivente, mi ha consentito di mettere ordine nei miei pensieri. Quindi, di seguito concetti che vengono da lui, che ha saputo in modo magistrale, dare parola al mio sentire.
Il mio paese senza di me, senza tutti quelli che sono andati via, è un altro paese e quando torni non ti ritrovi.
Mi fermo e vedo un treno. Le mie partenze e i miei arrivi hanno sempre la stazione come sfondo. Io mi vedo con la valigia, quella pesante di papà, marrone, senza ruote. Piena di cose da mangiare quando partivo, sgonfia quando tornavo. Quando partivo, il vero commiato lo facevo partendo dalla casa di nonna Brunina.
La casa di nonna è la mia casa. Quella dove tornavo sempre, dove il fuoco era sempre acceso, dove trovavo sempre qualcosa da mangiare. Mi chiedo se ci vuole più coraggio a stare via o a tornare e restare. Mi consolo dicendo che anche se torno sono in un altrove e anche se sono via mi porto dentro il mio mondo.
Forse sono coraggiosa perché sono via ma sono rimasta, sono rimasta dentro.

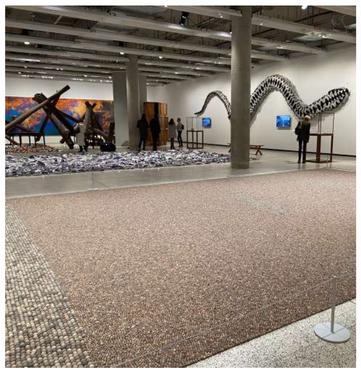
Partire era lacerante e anche tornare a casa era difficile Ma questo l'ho capito dopo

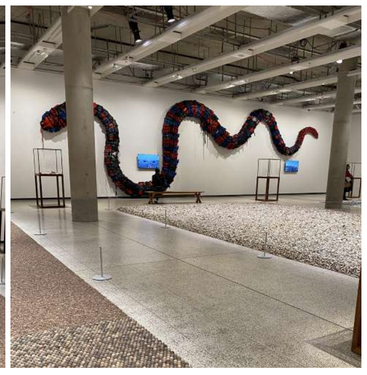
IL GRANDE ARCHITETTO CINESE PRESENTA LA SUA MOSTRA *MAKING SENSE*.

Ai Weiwei, poeta con il coraggio di sfidare un potere sordo alla libertà

di Ilike Furesz, B.Liver

Duecentomila palline che furono palle di cannone, becchi e cocci di vecchie teiere, tutti di porcellana. Due enormi serpenti, un classico simbolo cinese a prima vista, ma da vicino la loro simbologia va ben oltre a quella mitologica del dragone buono, nobile, che porta fortuna.
Uno dei serpenti è fatto di giubbotti salvagente intrecciati, dedicati alle vittime delle migrazioni nel Mediterraneo.
L'altro è composto da piccoli zaini, in omaggio ai 5.197 bambini morti nel terribile terremoto di Sichuan nel 2008, dove crollarono molte scuole costruite male per incuria e corruzione.
E poi ci sono 650mila mattoncini Lego in 22 colori a comporre un pannello lungo 15 metri, che riproduce le Ninfee di Claude Monet.
Così Ai Weiwei, grande artista cinese che per alcuni aspetti ricorda Andy Wharol, ha riportato alla luce l'antica arte di quello che fu «il celeste impero» e le piaghe contemporanee che il nuovo regime autoritario di Xi Ping vorrebbe cancellare.
Ai Weiwei ha recuperato tutto per farne testimonianza di un passato e di un presente fatto di valori da custodire, espressi nei tradizionali processi artistici e artigianali e in opere moderne della bellezza che unisce le persone.
La grande mostra al Ai Weiwei al Design Museum di Londra è stata giustamente intitolata *Making Sense*, cioè *cercando un significato*, alla violenza e alla resistenza.
L'ho visitata nei giorni dell'incoronazione di Re Carlo III, quando la polizia inglese, ecco un altro esempio di intolleranza, ha arrestato alcuni esponenti repubblicani che volevano «disturbare» la festa più grande della monarchia.
L'esposizione, allestita nel quartiere di Kensigton, celebra il coraggio di esprimere la propria visione del mondo, il senso della libertà umana di espressione, l'amore per le tradizioni, aldilà della prigione e dell'esilio che l'artista ha subito per non aver chinato la testa davanti al potere politico totalitario.
Nel centro di una parete mi colpisce una porta nera che ricorda la prigione sotterranea in cui Ai Weiwei e suo padre, il poeta Ai Qing, furono tenuti prigionieri negli anni 60, come un buco nero che interrompe l'idillico paesaggio caro a Monet.
Ai Weiwei, architetto, filmmaker, fotografo, collezionista e archeologo, parte dal basso, dalla terra che oltre un miliardo di cinesi calpesta, e infatti le sue installazioni più significative si trovano sul pavimento e i visitatori sono avvertiti affinché non vi camminino sopra.
Vanno rispettati, perché sono un documento, un grido contro la violenza e la repressione che ha travolto gli oggetti in cocci taglienti e aguzzi.
Il primo «campo» che incontro appena entrata sembra una spiaggia di sassolini chiari rotondi, ordinati per grandezza, ma non appena mi avvicino mi rendo conto che si tratta di palline perfettamente uniformi: sono di porcellana ed erano palle da cannone, costruite meticolosamente a mano, parallelamente ai preziosi oggetti artistici di porcellana, durante la dinastia Song, tra il 960 e il 1270 dell'era cristiana.
Accanto a questo «campo» monocolore, ve n'è un altro bianco e blu, una distesa di frammenti di porcellana moderna: sono i resti delle sculture a cui Ai Weiwei stava lavorando quando il suo studio chiamato *Left Right* («sinistra destra», ma anche «lasciato giusto») fu demolito per ordine del governo cinese nel 2018.
Infine mi avvicino al terzo «campo» di questa mostra dedicata al tentativo di sopprimere la libertà e mi trovo davanti alla simbologia violenta del rapporto dissidente/repressione: si tratta di nuovo di cocci di porcellana color crema, ma non sono cocci qualsiasi, bensì circa 250.000 becchi di teiere e caraffe rotti da chi ne ispezionava la produzione mille anni fa; se l'oggetto aveva un difetto, il becco veniva spezzato, come una bocca a cui è stata tolta la parola.
AI Weiwei è forse l'esempio più attuale di come riprendere la parola, mostrare agli altri, al pubblico, alla critica, al mondo intero l'io profondo e la sua espressione, e fare di questo processo il nodo centrale della propria vita.
In tutte le installazioni posso leggere i concetti cardine per l'artista: quali lo stretto legame del design e dell'artigianato con la politica, la società, il lavoro e l'etica, e, ancora, il ruolo e il valore di storia, memoria e tradizione nella nostra contemporaneità.
Ai Weiwei ci dice che questo sforzo risale a tempi antichi, quando le persone usavano rituali e pratiche religiose per contemplare la complessa interazione tra l'esistenza umana e l'universo.
Fino a quando ci sarà un artista che si oppone con convinzione e perseveranza, non ci sarà dittatura, neanche quella di Pechino, che potrà cancellare questa realtà.





Centinaia di migliaia di cocci antichi e sassi spezzati esposti per collegarsi alla tradizione della Cina antica

L'ILLUSTRAZIONE È DI PAOLA PARRA

L'INTERVISTA IMPOSSIBILE

Bonadonna: dove ho capito che il cancro era curabile

Gianni Bonadonna,
(Milano, 1934 - 2015)
Già Direttore della Divisione di Oncologia Medica e del Dipartimento di Medicina Oncologica di INT.
Ha introdotto in Italia la metodologia degli studi clinici controllati in oncologia medica e i farmaci chemioterapici.

Giangiacomo Schiavi,
(Gragnano Trebbiense, 1955)
Giornalista e scrittore italiano, è stato vicedirettore del *Corriere della Sera* dal 2009 al 2015 di cui è oggi editorialista. *Il mistero della Notte. Una diagnosi per Michelangelo* (La Nave di Teseo, 2020) è il libro ispirato alla vita del grande oncologo.

Margherita Luciani
psicologa, docente e ricercatrice universitaria. Si occupa di psicoterapia sistemico-relazionale, dipendenze patologiche, disturbi alimentari, problematiche relazionali, e famiglie e minori in condizioni di vulnerabilità. È autrice di numerose pubblicazioni.

Incontro il professor Gianni Bonadonna nel suo studio, all'ottavo piano dell'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano.

Com'è nata l'idea di dedicarsi interamente all'oncologia?
«Non sapevo che avrei fatto l'oncologo, sapevo che volevo fare il medico. La lotta al cancro è diventata la mia sfida quando ho letto questa scritta allo Sloan Kettering di New York: "Entro queste mura pochi lavorano incessantemente perché molti possano vivere". Da allora linfomi e chemioterapia hanno dominato la mia esistenza, prima in America, poi all'Istituto dei Tumori».

Come nasce in lei la radice dell'innovazione?
«La vita è un accumulo di esperienze e molte volte esiste la legge del caso. Ho lasciato l'Italia negli anni Sessanta per cercare la mia vocazione negli ospedali di Canada e Stati Uniti. Credevo nel merito e non nelle raccomandazioni, per questo vedevo in America il mio destino. Con una borsa di studio sono stato ammesso alla scuola di David Karnofsky, il padre della terapia medica dei tumori. Ho imparato tutto da lui e da un'eccezionale squadra di ricercatori. L'oncologia moderna è nata lì, con i primi farmaci e le prime sperimentazioni. Ci sentivamo dei samurai in lotta contro un nemico subdolo e crudele, ci siamo battuti per evitare la mutilazione chirurgica alle donne colpite da tumore al seno, abbiamo capito che il cancro è un male curabile e in molti casi guaribile. Karnowfsky poi diceva che il carattere del medico può produrre nel paziente un effetto pari o superiore a tutti gli altri rimedi: una lezione di umanità».

Rispetto all'umanizzazione della medicina, quali sono i principi ispiratori? Perché è così importante secondo lei?
«L'umanizzazione della medicina l'ho vista da vicino a Calcutta, nell'ospedale di Madre Teresa. "Come aiuta questi infermi?", le ho chiesto. "Only love and care", mi ha risposto, solo amore e assistenza. All'Istituto dei tumori avevamo qualche cosa in più: le prime terapie con la chemioterapia adiuvante, la cura per il linfoma di Hodgking. Ma la battaglia tra cura e assistenza non può essere risolta da nuove scoperte o innovazioni tecnologiche. Il medico deve sedersi sul letto del malato, è più importante sapere quale tipo di paziente è colpito da una determinata malattia, che non quale malattia affligge il paziente. A volte mi sono chiesto anch'io se sono stato un medico umano. Per anni, davanti al bivio tra uomo e scienza, ho scelto la scienza, sacrificando l'intimità con i miei pazienti. Ma l'obiettivo era alto, era salvare la vita. Come in una guerra, volevamo vincere».

Lei ha chiesto l'insegnamento dell'umanità anche nelle università di Medicina. È stato fatto qualcosa?
«Direi poco. I medici sono schiacciati dalla burocrazia, il tempo per il paziente è ridotto. C'è un grande bisogno di prendersi cura della persona malata, sollevarla dal dolore e dalla solitudine. Ho scritto un libretto dedicato alla medicina etica, quella che l'università non insegna. Solo così i medici non si renderanno complici del marketing della salute. Il rischio è di avere tanti "protocol doctors", dei trascritttori e non dei clinici.

Gianni Bonadonna interpretato da **Max Ramezzana**.
In alto il logo della rubrica disegnato da **Emanuele Lamedica**

E lo dico io, che i protocolli di cura per i tumori li ho inventati. Ma servivano ad evitare improvvisazioni, a mettere dei paletti. Ogni malato è una storia a sé. E la cura è anche fatta di ascolto, osservazione, empatia. Tutte cose che l'università non insegna. Si impara, per esempio, dai volontari…».

Quando lei stesso si è ammalato, che cosa ha potuto capire nei panni di paziente e quali caratteristiche dovrebbe avere una buona relazione medico-paziente?
«Quando mi sono trovato dall'altra parte ho cominciato a pensare alle cose che contano davvero nella vita, e a quanto è importante agire sulla forza di volontà, sulla capacità di non arrendersi, di generare un'alleanza tra medico e paziente. La medicina del futuro deve guardare il malato nella sua interezza, deve capire la sofferenza, non limitarsi a un adempimento tecnico. Da malato ho capito che ogni giorno può essere impreziosito da qualcosa di bello, il tumore oggi non è più il brutto male, come si diceva in passato quasi vergognandosi. L'oncologia ha dato qualche speranza in più. Noi ricercatori non abbiamo lottato invano».

Guardando uno dei suoi pazienti negli occhi, che cosa gli dice per prima cosa?
«Cerco di capire la sua paura e come si può dare speranza. Ma c'è anche il terrore negli occhi di chi teme una diagnosi infausta. E allora serve uno sforzo di attenzione del medico, quell'attenzione che può sospendere il sentimento del male e rimettere in un orizzonte positivo i pensieri. A volte però, non ho trovato le parole per chi mi chiedeva una cura impossibile, o per chi mi diceva: "Professore cosa posso fare?". È importante chiedere perdono, dice Bergman nel film *Il posto delle fragole*, che racconta la storia di un medico che aveva perso la sua umanità. La psicologia del medico e del paziente sono importanti, ma senza umanità siamo finiti, la medicina è mutilata».

Come si infonde speranza, fine ultimo della terapia e della vita stessa?
«Il cancro non ti toglie la vita, te ne dà un'altra, diversa. L'esperienza vissuta ti può aiutare a non commettere errori, a evitare quel che è inutile e futile. Se sei un medico devi aggiungere buona vita alla vita con i farmaci e la chirurgia, togliendo il dolore. La malattia non porta via le emozioni e i sentimenti, un po' li cambia. Io ho cercato i sentimenti positivi nell'arte, nel teatro e nella musica. Aiutano la speranza. Le imperfezioni e le cicatrici fanno parte di noi, sono il segno della nostra umanità. Sono stato un medico famoso, premiato come una star, mi chiamavano "Bonadonna l'americano" perché lavoravo in sintonia con i centri di ricerca sul cancro statunitensi. Ma l'aver vissuto sulla mia pelle una grave malattia invalidante mi ha fatto capire che dovevo fare qualcosa di più: battermi per l'umanità dei medici. Sarà questo in futuro a fare la differenza tra noi e un algoritmo».

L'ILLUSTRAZIONE È DI **PAOLA PARRA**

Miti greci e astri
Il bisogno di conoscere il nostro futuro

di Paola Reggiani, B.Liver

No, a me non piace interrogare il futuro. Di solito è il futuro che interroga me. Mi rendo conto che suona come un'affermazione egocentrica, ma non mento: più di una volta mi ha posto domande parlando la lingua delle stelle e dei miti. Certo che gli ho risposto! Una volta fu una sera d'estate, a casa mia, quando cenai insieme al mio fidanzato con la barba, laureato in fisica e all'amico del mio fidanzato con la barba, laureato in fisica.
Vino ghiacciato, buon cibo, buona conversazione, tutto a posto.
Una battuta innocua sul segno zodiacale dell'amico fu la prima goccia di un inaspettato diluvio, preannunciato da nuvoloni neri mai osservati con sufficiente attenzione: «Dai su Paola, non dire idiozie tipo gli oroscopi dei giornali. Non le sopporto queste cose, mi fanno venire il nervoso».
«Gli oroscopi dei giornali? Sì, confesso, compro *Astra* una volta l'anno e lo leggo in spiaggia con le amiche. È divertente. Ma non ci credo mica! Solo che se la luna può influenzare le maree, e l'agricoltura, perché dobbiamo essere tanto presuntuosi da pensare che le stelle non possano influenzare anche noi?».
L'argomentazione banale (ma pur attendibile) risultò inefficace.
Chiamai in aiuto il suo collega Tolomeo, ma lo lasciò freddo. Provai con il fascino dei miti, lo specchio del bisogno primitivo dell'Uomo di trovare connessioni, metafore, risposte.
L'astrologia è desiderio di connessione con l'Universo, è la storia dell'Uomo, la sua metafora con il cielo che fa da sfondo. Niente, l'astrologia è una cazzata. Ma come ? Ma i miti no, però! Ovidio, Dante, Ariosto… Niente. Feci capriole passando da Borges alle costellazioni di Orione, ma più continuavo, più la barba del fidanzato laureato in fisica si increspava tra le smorfie. Ma perché, perché tanta ostinata ottusità di fronte a una prospettiva più umanistica, più scanzonata e leggera di… di tutto?
Così mi interrogavo, tutta sudata, quando arrivò il futuro e si interessò di me: «Domanda legittima la tua. La mia domanda invece è: ma tu tra un anno, l'estate prossima, pensi di cenare ancora così, senza stelle e senza miti sulla tovaglia?».
Astra non la compro più, perché ora in estate vado sempre in montagna e chissà per quale motivo lì gli oroscopi non mi piace leggerli. Sulla tavola il vino bianco ghiacciato però c'è sempre, e il futuro, quando serve, continua a interrogarmi.
Una volta mi ha regalato un pezzo di Stella Arturo. Ma questa è un'altra storia.

LE ILLUSTRAZIONI SONO DI **PAOLA PARRA** E **CHIARA BOSNA**

I MITI CI AIUTANO OGGI

Ulisse

Ecco i vari Odisseo incontrati nella vita: eroi buoni e positivi

di Cinzia Farina, B.Liver

Come scrive il professor Simone Beta nel suo libro *Ulisse il viaggio della ragione*, questo eroe non è mai morto. Dalla fine del mondo antico tutte le letterature moderne hanno avuto un loro Ulisse che ha continuato a viaggiare.
Dal racconto di Dante nella Divina Commedia, al romanzo novecentesco di James Joyce, fino ai giorni nostri.
Alla fine dell'Odissea, il ritorno a Itaca dell'eroe greco rappresenta l'approdo, il territorio di chi conquista l'esistenza.
L'autore parla in sostanza della conoscenza e di come l'uomo possa acquisirla.
Questo personaggio mitologico lo ritroviamo tra di noi, nell'essere umano in tutta la sua complessità, nella profondità delle passioni e contraddizioni, spinto dal desiderio di sapere.
Con il coraggio di affrontare «l'alto mare» della vita.
Al centro del racconto c'è il significato esperienziale del viaggio, il superamento di pericoli, prove e verifica di numerose esperienze.
L'abilità di relazionarsi con il diverso, la capacità di adattamento a situazioni inaspettate e il ritorno.
Ulisse ci riporta a casa nostra, diversi, migliori di prima.
Ulisse rappresenta l'essere umano nell'essenza, ci insegna a cogliere l'attimo e ad andare oltre la nostra fragilità di esseri umani per superare i limiti.
Dall'Odissea emerge un ritratto del protagonista decisamente positivo.
Ulisse infatti, dà prova delle sue numerose virtù: accanto alla saggezza troviamo il desiderio di conoscere, la sopportazione e la resistenza.
Una forza d'animo oggi chiamata «resilienza», quella che ritroviamo in certe persone, la necessità di resistere alla fatica in una situazione difficile e surreale.
Persone positive che tendono a vedere i cambiamenti come una sfida, un'opportunità di crescita.
Anche Francesco Guccini nella sua canzone *Odysseus* conclude: «Il viaggio di Ulisse sembra non sia mai finito grazie agli autori che continuano a ricordarlo.
La sua curiosità, andare oltre il limite per essere uomini vivi e veri».
Sta a noi imparare da questo personaggio e continuare a viaggiare superando i nostri limiti e le paure.

Dalla fine del mondo antico tutte le letterature hanno avuto uomini e donne coraggiose

Sono divinità mascherate da umani con i loro vizi, le loro virtù e vite incredibili

In molti anni all'ABIO e al *Bullone* ho incontrato tantissimi Ulisse.
Li riconosci subito dallo sguardo: «bello, intelligente, buono, dal sorriso che rilascia energia positiva».
Sono guerrieri coraggiosi mascherati da umani, molto curiosi e con quella sana follia che riesce a contagiarti.
Ogni giornata passata con loro ci insegna che niente nel viaggio è scontato, nella resilienza al dolore fanno arrivare sulla nostra pelle tutta la bellezza che emanano.
Ho sempre amato questo personaggio della mitologia greca, l'ho ritrovato nella mia solitudine adolescenziale e successivamente negli anni ho conosciuto certi Ulisse davvero speciali.
Degli eroi che per la loro grande forza d'animo e con le armi della loro mente ci hanno insegnato che non saranno mai vinti, vivranno sempre con noi.
Alessia, l'Ulisse che intonava a me, generazione Boomer, le canzoni dei suoi cantautori preferiti e mi raccontava felice di tutti viaggi che avrebbe fatto al mare una volta scoperta la cura per la sua malattia… Alessandro, con quel sorriso irresistibile, capace di superare qualsiasi barriera generazionale, che mi parlava di nozioni scientifiche alternate ai suoi innumerevoli sogni.
Il Dott. Momcilo Jankovic, pediatra ed ematologo, con quell'empatia verso i suoi piccoli pazienti, la generosità d'animo e la capacità di ascoltarli e aiutarli, anche nel loro ultimo tratto di vita.
Il protagonista di Omero è sopravvissuto alle avversità e ai pericoli.
Tanti Ulisse invece grandi e piccoli, in questo secolo affrontano la disperazione, la paura, cercano di fuggire dalle guerre, dalle carestie e dalla fame, ma alcuni di loro purtroppo non riescono ad arrivare in una nuova Itaca.
Quanti Ulisse ho conosciuto, quanti altri ce ne sono intorno a noi, quanti poemi dedicati a loro scriverebbe ancora oggi Omero!
Come conclude Simone Beta: «Tremila anni di viaggi hanno dimostrato che è proprio nel viaggio che l'identità personale prende forma e concretezza».

Penelope

Diciamocelo: siamo state tutte un po' come lei

di Giada De Marchi, B.Liver

Questa donna aspettò per oltre dieci lunghissimi anni l'uomo che era convinta fosse l'amore della sua vita, non sapeva neanche se lo avrebbe mai rivisto e sapete lui cosa fece?
La tradì.
Eppure Penelope sperava ogni giorno di vederlo tornare. Il sudario che disfaceva ogni notte e che ricominciava a tessere di giorno rappresenta, secondo me, tutte le occasioni e le esperienze che abbiamo perso per stare dietro a persone che non ci meritavano.
Se Penelope avesse provato a rifarsi una vita, forse avrebbe incontrato un uomo che l'avrebbe amata davvero, invece aspettò fino a quando Ulisse, una volta tornato, la rivendicò come un oggetto di sua proprietà. Sono sicura che sia capitato a chiunque di trovarsi in una situazione del genere, mi auguro che nessuno, però, abbia buttato via così tanti anni. Spesso ci sentiamo talmente inferiori da pensare di meritare il minimo, aspettiamo e mettiamo in mano la nostra speranza e pazienza a persone che sono pronte a tradirci e a farci del male. Quante volte ci siamo detti «è fatto/a così» per giustificare violenze o comportamenti sbagliati da parte degli altri?
Quanti sudari abbiamo disfatto in attesa che qualcosa cambiasse, perdendo la possibilità di amare la persona più importante: noi stessi? Penelope viene dipinta come una donna fedele, simbolo del vero amore, ma a me sembra l'ennesima persona illusa di provare a cambiare un partner che evidentemente non ricambia il suo amore nello stesso modo. Perciò, ogni tanto, proviamo ad essere meno Penelope e un po' più Narciso. Amiamoci e rendiamoci conto del nostro valore, perché il tempo è prezioso e non possiamo rischiare di buttare all'aria momenti fondamentali per noi. Questo discorso non vale solo per le persone con cui vogliamo passare il nostro tempo, ma anche per tutte le cose che vorremmo fare ma pensiamo di non avere tempo né modo di fare, per tutti quei «no» che ci diamo quotidianamente, per tutte le risposte che aspettiamo e che, per paura di un rifiuto non andiamo a cercare. Impariamo il nostro valore con i nostri tempi e non permettiamo a nulla e a nessuno di farci sentire di meno. Riempiamo la nostra vita di ricordi felici, di momenti tristi da cui poi però guariamo, di viaggi che abbiamo sempre rimandato e di persone che ci amano e ci tengono a noi. Persone che magari potremmo anche aspettare, ma che in quel tempo faranno di tutto per mostrare la loro vicinanza. Circondiamoci di bellezza, basta aspettare.

Afrodite

La bella dea simbolo dell'amore che non muore

di Sajana Rajapakse, B.Liver

Afrodite, o Venere sono i nomi con cui la conosciamo, è una dea dalle mille sfaccettature che oggi consideriamo come icona di bellezza, femminilità e amore.
Nella cultura della Grecia antica, infatti, Afrodite era una figura che aveva una certa importanza, a cui ci si affidava per protezione, prosperità e in alcuni casi anche quando si era alla ricerca di una vittoria.
E se ci prendiamo un momento per riportare alla mente alcuni di questi miti, è facile individuare che la loro forza trainante è senza dubbio il rapporto dei protagonisti con le conseguenze di azioni fatte quando erano in balia dei propri sentimenti. Niente come il semplice «Ti voglio bene», oppure come il cuoricino colorato di affetto che mandiamo una decina di volte al giorno con whatsapp, a cui siamo forse più abituati oggi. Il sentimento d'amore per gli antichi greci era una cosa ben più seria, meritevole di essere ponderata da filosofi, tanto da arrivare ad avere più parole, tutte molto specifiche, per esprimere in dettaglio cristallino le sfumature del sentimento espresso.
Eros e antéros, charis, hímeros e póthos, agápe, pragma, mania, philautía, storgé, philía, thélema… Alcune di queste parole vi saranno sicuramente più familiari rispetto ad altre, ma ognuna dimostra una diversa espressione del sentimento, che sia verso un partner, un amico, verso sé stessi o anche verso un qualunque hobby o mestiere di cui siamo appassionati.
A volte è qualcosa che ci dà pace e serenità, altre volte ci porta a perdere la ragione e fare azioni che mai ci saremmo immaginati di compiere. Qualche volta può anche essere qualcosa di marcio e di così orribile che non vorremmo mai associare con l'amore, ma che purtroppo alle volte lo è. Insomma, il cuore dietro ad ogni mito greco continua a battere anche dopo millenni.
Potremmo quasi dire che a differenza di altri Dei del pantheon, la presenza di Afrodite nei tempi moderni non sia mai svanita, quasi fosse incorruttibile al passaggio dei secoli.
Come l'opera della Venere di Milo è oggi riconosciuta simbolo di bellezza inestimabile, così è lo stesso per la filosofia dell'amore che ci è stata tramandata dagli antichi. Forse perché l'abilità di amare è parte integrante di noi, e finché noi ci saremo, anche senza una Dea a cui fare riferimento, continueremo ad agire, errare e ricostruire, diventando noi stessi protagonisti di un mito senza tempo da raccontare alla prossima generazione.

L'ILLUSTRAZIONE È DI PAOLA PARRA

I MITI CI AIUTANO OGGI

GIUSEPPE CONTE, AUTORE DEL FONDAMENTALE SAGGIO SUI MITI GRECI, SPIEGA CHE IN REALTÀ ATTRAVERSO LA LORO LETTURA VEDIAMO E CURIAMO I PEZZI DELLA NOSTRA ANIMA.

GIUSEPPE CONTE

Achille, Apollo e Prometeo ci portano a comprendere quanto siamo forti o deboli

di Federica Margherita Corpina, B.Liver

Miti d'istruzione: come evitare crolli attraverso la conoscenza dei propri ponti interiori. Sui gradini dell'anima umana con lo scrittore e poeta Giuseppe Conte.

Giuseppe Conte (Imperia, 1945) Scrittore, grande viaggiatore ed esperto di mitologia, ha pubblicato numerose opere in versi e in prosa tra cui *Il mito greco e la manutenzione dell'anima* (Giunti 2021) Impegnato nella difesa della natura. Ha tenuto letture e conferenze in tutto il mondo.

Quali sono, tra i miti classici più conosciuti, quelli che lei ritiene più attuali, più facilmente riconoscibili nella società umana di oggi?

«Esiste, dentro di noi, un intero pantheon di antiche divinità, incarnazioni di pulsioni primordiali che vivono tutt'ora nella nostra anima. Di miti, non a caso, nel mio libro *Il mito greco e la manutenzione dell'anima*, ne vengono raccontati tanti, e, tra quelli più urgenti, figura indubbiamente il mito di Prometeo. Se da una parte il dono del titano consente all'uomo di dar inizio alla civiltà, dall'altra l'esasperazione della sua volontà di dominio sulla natura, sintomatica dell'industrializzazione della società, non lo porta – ed è oggi più che mai evidente – a nulla di buono. Altro valido esempio è il mito di Antigone: come lei, c'è tutt'ora chi antepone gli affetti alle leggi dello Stato, quando il potere si fa ingiusto. Altrettanto attuale, infine, è la contrapposizione tra il principio di Afrodite e quello di Atena: da un lato l'amore come rigenerazione; dall'altro una sapienza attiva, militare, strategica, indissolubilmente legata, già nel nome della prima città della storia ad averla incarnata, alla democrazia».

Mi sembra che ciò che lei costruisce nel suo libro sia una vera e propria mappatura divina del sentire umano. Quest'atto di attribuzione di un carattere soprannaturale al contenuto *psichico* dell'individuo mortale, con quali forme di spiritualità corrente risuona di più, a suo parere?

«L'approdo al mito greco ha rappresentato per me il punto di arrivo di un viaggio che di miti e saperi religiosi ne ha attraversati parecchi. Tuttavia, vedere il divino nell'uomo, oggi, non fa eco soltanto ai principi di una religione costituita: ciò che davvero conta è che l'uomo, in virtù della propria spiritualità, viva un legame religioso con la natura e con la società. Difendere le ragioni dello spirito, d'altronde, in un contesto sociale che continuamente calpesta tutto ciò che è sacro, è oltremodo importante. In questo senso, il mio tentativo attraverso i miti greci, è quello di ridare fiato a un'idea di uomo come essere spirituale in costante comunicazione con il senso del divino: qualunque passione egli viva, in quel momento un dio abita in lui».

> La mitologia è stata spesso impiegata da Freud e da Jung come un vera terapia psicanalitica sui pazienti

Il testo si presenta, per certi versi, come una guida alla consapevolezza di sé e del proprio respiro emotivo. Si possono, in tal senso, ammettere dei punti di contatto con la psicoterapia? Può, insomma, la mitologia farsi, tra le altre, chiave di analisi?

«La mitologia è stata molto usata dalla psicanalisi, in un senso da Freud in un altro da Jung. Qui però il mito non si impone come una vera e propria terapia. Se la terapia, infatti, subentra nel momento in cui un certo equilibrio è rotto, curare la propria energia interiore attraverso il mito è cosa ben diversa: può essere sì terapeutico, ma come messa a fuoco della propria anima. Un'abile, costante, amorosa manutenzione del proprio sentire, infatti, aiuta a riconoscere le proprie pulsioni, primo e difficile passo per imparare a raccontarsele con sincerità. E cos'è questo raccontarsi a sé stessi, se non mito? Ogni nostro gesto ha un senso mitico, ma il mondo contemporaneo fatica a saper riconoscere il valore simbolico delle cose. Esiste, sì, ciò che si vede, ma l'essenziale sta più a fondo, lì dove il mito scava per svelare quella complessità e ricchezza di sentire che ci abita e che non può essere appiattita».

Per definizione il mito ha la funzione di rispondere a una serie di domande impossibili, e allo stesso tempo inderogabili, che l'uomo da sempre si pone. In questa cornice di spiegazione narrativa, piuttosto che causale, di ogni origine, si inseriscono più che spesso spiragli di futuro, nella forma di visioni o profezie, generalmente ermetici e ambigui. Oggi noi su quali oracoli facciamo affidamento?

«Impossibili ma inderogabili: una contraddizione meravigliosa. Non ci sono risposte assolute, ma non porsi certe domande significa restare intrappolati in un vuoto di senso. Tra l'altro, è proprio interrogando il passato che si può intravedere uno spiraglio di futuro. Non a caso, i popoli che dimenticano la storia (appunto, il passato) e il mito (figurativamente, il passato remoto) non riescono a farlo. Un po' come l'Europa oggi, in balia di un mero principio economico, desacralizzante e privo di un respiro mitopoietico. Sempre a proposito di futuro, mi permetto un'autocitazione, un aforisma: "bisogna avere più dubbi che certezze, ma bisogna anche avere più sogni che dubbi". Guai agli uomini che vivono di certezze assolute, foriere di grandi disastri, ma i dubbi, senza sogni, non portano a nulla. Ecco: il sogno a occhi aperti è l'unico vero oracolo per noi. Siamo ancora capaci di farne?».

Quale mito classico rappresenta meglio la fame umana di risposte sul futuro?

«Il mito di Ermes, la divinità forse meno appariscente e il più umano degli dèi, perché messaggero e comunicatore: scende dal cielo tra gli uomini, un po' come un angelo, e lo fa con leggerezza calviniana, con un atteggiamento, appunto, ermetico che ci consente di andare oltre, di volare verso il futuro. Il dio diventa quindi il legame tra l'uomo e il mistero, tra l'uomo e la divinità, tra l'uomo e il sacro, restando pur sempre un dio divertente: non ha la solennità di Apollo, ma piuttosto una leggerezza metamorfica, foriera di trasformazioni. Termine di mezzo della contrapposizione nietzschiana tra apollineo e dionisiaco, è il dio del viaggio dell'anima, e il suo mito è oggi quello di cui più abbiamo bisogno, quello con più promesse di futuro».

> Ermes è la divinità forse meno appariscente ma è il più umano degli dèi, perché è un messaggero e un comunicatore

Dèi e uomini condividono in fondo gli stessi impulsi; ciò che fa la differenza, e che la dea/maga protagonista in *Circe*, di Madelin Miller, in parte invidia ai mortali, è la loro innata finitudine, con tutte le sensazioni ad essa connesse. In che modo, dunque, miti immortali possono incarnare l'essenza di questa specificità tutta immanente e terrena dell'uomo?

«L'uomo vive nella finitudine, ma ha fame di infinito. La contraddizione, innata, si palesa anche in una frase di Goethe: "chi ha fame di infinito segua tutte le vie del finito". La finitudine dell'uomo è la fonte stessa della sua inderogabile fame di infinito, e il mito ce lo insegna: il mito ci parla di esseri eterni, che però fanno parte di noi, come noi siamo parte dell'eternità. Ma cos'è l'eternità? "Elle est retrouvée. / Quoi? – L'Eternité. / C'est la mer allée / avec le soleil", scrive Rimbaud. È il mare che se ne va con il sole. E l'uomo è lì, che vi tende».

Un'ultima domanda. Si definisce manutenzione quell'insieme di operazioni che vanno effettuate per tenere sempre nella dovuta efficienza funzionale un edificio, una strada, una nave, una macchina, un ponte, un impianto. Guardando all'impianto dell'anima umana, si può affermare che il singolare atlante emotivo da lei stilato recuperi, tra le altre, anche una sorta di funzione correttiva del mito come modello morale?

«Nel libro parlo di un politeismo dell'anima e di un monoteismo della volontà. Morale è la volontà, la scelta. Prendiamo, ad esempio, il binomio vendetta/perdono. Il perdono, rispetto alla vendetta, non è una pulsione primaria; è piuttosto un concetto cristiano per il quale bisogna attingere a un livello superiore di moralità. Il mito descrive e cura le pulsioni primarie, poi chiaramente, sta a noi scegliere, uniche creature al mondo con il diritto e il potere di farlo. Solo l'uomo sceglie, e dalla scelta si dipanano luce e buio. Quindi sì, il mito ha senza dubbio una funzione correttiva. Il processo di manutenzione, infatti, consiste anche nel vedere come questi miti agiscono in noi e come possiamo governarli con operazioni di ricostruzione, amputazione, ribaltamento».

LE ILLUSTRAZIONI SONO DI PAOLA PARRA E CHIARA BOSNA

LE STELLE CI AIUTANO

ISABELLA PREMUTICO

L'IDEATRICE DEL *MERDOSCOPO*, GRAN SUCCESSO SU INSTAGRAM, SPIEGA COME CONSULTARE, CON IRONIA, LE MAPPE DEGLI ASTRI E CAPIRE CHI SIAMO.

Divertiamoci insieme con i segni zodiacali e la cultura pop

di Elisa Tomassoli, B.Liver

Isabella Premutico, classe 1994, nata a Roma, diventa icona della pop culture e dell'astrologia online grazie alla pagina Instagram *Il Merdoscopo*, di cui è mente e braccio. In pochissimo tempo la sua capacità di unire satira, meme e carte natali viene consacrata anche da numerosi eventi nel mondo dei media italiani. Nel 2022 esce per Mondadori il suo primo libro *Il Merdoscopo - L'Astrologia Che Non Ti Aspetti*. Dopo numerose collaborazioni con brand di rilievo, l'obiettivo costante di Isabella è mantenere il suo status di icona, compatibilmente con il suo Sole in Capricorno.

Come è nato *Il Merdoscopo*?
«È nato in modo totalmente casuale: parlando con un amico, gli rivelai la mia volontà di aprire una pagina Instagram sull'oroscopo, vista la mia passione sul tema. Lui mi suggerì il nome che all'inizio mi sembrava brutto, ma poi ne ho dovuto riconoscere la genialità (dopotutto, è anche lui Capricorno come me): così è nato *Il Merdoscopo*. Durante la pandemia, la pagina è esplosa, anzi, dico sempre che "il telefono mi è esploso in mano"».

Come è nata la sua passione per l'astrologia? E quando ha capito il ruolo e le potenzialità che poteva avere nella sua vita?
«È sempre stata una mia passione, mi ha sempre affascinato l'idea dell'esistenza di qualcosa di immateriale. Inoltre, mia madre mi ha fatto scoprire l'astrologia legata al mondo della psicologia, che sono due discipline completamente diverse; dagli archetipi studiati da Jung, alle sinastrie (ovvero gli oroscopi comparati, ndr.)».

Isabella Premutico, classe 1994, nata a Roma, diventa icona della pop culture e dell'astrologia online grazie alla pagina IG @ilmerdoscopo, di cui è mente e braccio. Nel 2022 esce per Mondadori il suo primo libro *Il Merdoscopo - L'Astrologia Che Non Ti Aspetti*.

Quali sono, secondo lei, i falsi miti sull'astrologia?
«Il falso mito più grande è che l'astrologia predica il futuro: l'idea di deresponsabilizzarsi così tanto da affidare il proprio futuro a una materia che non si occupa di quello è sbagliato, e crea una narrazione per cui tutto ciò che ci si sentirà dire, si avvererà».

***Il Merdoscopo* è una realtà che unisce in modo vincente astrologia e cultura pop. Secondo lei, perché questo connubio è risultato vincente e distintivo rispetto ad altre realtà social che trattano argomenti affini?**
«Vorrei fare una precisazione: la mia vera passione è la cultura pop, regala una visione molto precisa del momento storico in cui si vive. Sentivo la necessità di allontanarmi dalla concezione canonica dell'astrologia, creando una narrazione più leggera, ma allo stesso tempo più analitica».

> Durante la pandemia ho notato che i giovani si sono avvicinati a tutto ciò che è immanente, tra cui l'astrologia

Le nuove generazioni sono sempre più interessate a temi come astrologia ed esoterismo, sebbene siano pratiche antiche che occupano l'area di interesse dell'uomo da millenni. Secondo lei, qual è la motivazione dietro a questo fenomeno?
«Ho notato un maggiore interesse per queste discipline durante la pandemia: quel momento storico, secondo me, ha portato le persone a entrare in contatto con tutto ciò che è immanente, tra cui l'astrologia. Essa è stata funzionale per conoscersi di più e per scoprire cose nuove su di sé e sugli altri; ovviamente, diventando un trend, l'astrologia è diventata anche pop».

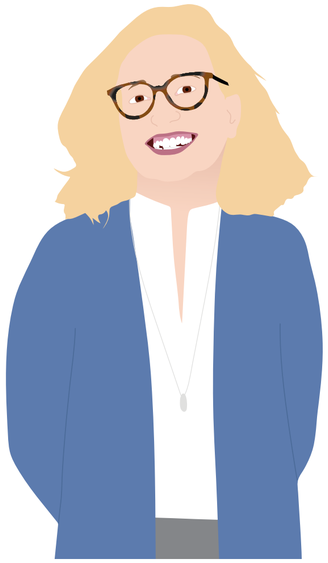
Pensa che l'astrologia possa aiutarci nella comprensione del presente?
«L'astrologia serve per guardare noi stessi e il mondo in cui viviamo: dell'astrologia amo particolarmente la carta natale, ovvero la posizione dei pianeti al momento della nascita. Quando si legge la carta natale, si possono comprendere sia le proprie potenzialità, sia gli angoli da smussare: questo permette di avere una visione di sé leggera, guardandosi dall'esterno in modo consapevole. È anche per questo che gioco molto con i meme: penso che un modo funzionale per diventare consapevoli, sia ridere dei propri difetti».

Durante questa intervista sento di aver messo in discussione anche i miei preconcetti nei confronti di una disciplina così complessa come l'astrologia. Ma allora, come possiamo utilizzare le consapevolezze che acquisiamo tramite questa materia per poter comprendere meglio il nostro futuro?
«Ci preoccupiamo ostinatamente di conoscere il nostro futuro, senza osservare il presente in cui viviamo, e senza imparare dal passato. Ci preoccupiamo del futuro perché siamo portati a farlo da sempre: sin da piccoli ci insegnano a programmare la nostra vita. Quello che faccio spesso, e che mi aiuta, è leggere i transiti, ovvero dove si trovano i pianeti in un determinato momento, per poter scoprire quello che "potrebbe capitare", ma è sempre una condizione dinamica su cui si può lavorare. Non possiamo sapere ciò che ci capiterà nel futuro, ma probabilmente non è ciò che ci serve: impariamo a comprendere il presente, per poter lasciare nuove consapevolezze a chi verrà nel futuro».

Al momento dei saluti non riesco a trattenermi, e confesso ad Isabella di essere Scorpione ascendente Bilancia, con Luna in Cancro e lei, senza pensarci troppo, mi risponde: «Beh, allora tu vivi per il dramma». Posso così confermare con tutta me stessa che l'oroscopo dice la verità.

M. P. NICOLE RUBINO

PSICOTERAPIA E ASTROLOGIA INSIEME POSSONO RISPONDERE ALLA DOMANDA: QUAL È LA PROVA PRINCIPALE E LO SCOPO DELLA MIA VITA?



Fratelli e solidali Siamo tutti figli dell'era dell'Acquario

di Letizia Chiapponi, B.Liver

Maria Pia Nicole Rubino, psicoterapeuta e insegnante di meditazione e astrologia, fa tutte queste cose per alcune associazioni, tra cui l'associazione Dhyana Lombardia, che si occupa di meditazione, ricerca spirituale e di tutti gli strumenti che possono essere utilizzati per la crescita e l'evoluzione dell'essere umano, tra cui anche l'astrologia.
La sua pratica si basa sulla ricerca di una sintesi tra la conoscenza occidentale e la filosofia orientale, utilizzando le energie dei segni astrologici per promuovere la crescita individuale.

Vorrei iniziare chiedendole come ha scoperto la sua passione per l'astrologia e come ha deciso di farne una professione?
«Ho scoperto di avere un intuito, fin da giovane, per capire i segni zodiacali delle persone; poi ho iniziato a studiare l'astrologia scoprendo che per comprenderla è necessario uno studio approfondito, simile a imparare a suonare uno strumento o a praticare la meditazione quotidiana. È una scienza complessa che richiede molto allenamento, lo studio quotidiano è fondamentale, poiché ci sono testi che richiedono molteplici letture per una comprensione completa. L'astrologia richiede analisi dettagliate, precisione, intuizione e sintesi: si possono sviluppare queste competenze, alcune sono innate, altre richiedono pratica. Studiare l'astrologia in gruppo arricchisce l'esperienza, permettendo di raggiungere una sintesi grazie all'interazione e al confronto con gli altri. La meditazione è un elemento importante, poiché può favorire lo sviluppo dell'aspetto intuitivo. Carl Gustav Jung, uno dei padri della psicoanalisi, era un grande studioso di astrologia e utilizzava il tema natale per fare diagnosi; tuttavia, molti psicologi evitano di discutere apertamente del loro interesse per l'astrologia, temendo che la psicologia possa essere sminuita come scienza».

Maria Pia Nicole Rubino, psicoterapeuta e Insegnante di Dhyana Yoga. Specializzata in Terapia Relazionale e Familiare, partecipa al gruppo di psicologi che ha dato i fondamenti alla Psicologia dell'Evoluzione Armonica della Coscienza (PEAC). Studia, pratica e insegna Meditazione e Dhyana Yoga, nell'ambito delle attività dell'Associazione Dhyana ONLUS.

> Il segno zodiacale e l'ascendente mi servono per valutare l'apertura mentale delle persone

C'è un esempio concreto di come utilizza l'astrologia e la psicoterapia?
«La mia attività comprende due elementi chiave: ricordare il segno zodiacale e l'ascendente delle persone e valutare la loro apertura mentale verso tali riflessioni. Alcune persone sono interessate ad approfondire il loro segno zodiacale o il tema natale, mentre altre non sembrano aperte a tali argomenti. Tuttavia, per me è importante considerare queste questioni durante il lavoro con qualcuno. Una cosa affascinante con le persone che si aprono a queste riflessioni, è la ricerca della domanda: "qual è la prova principale e lo scopo della mia vita?". Durante un percorso di crescita e cambiamento come la psicoterapia, si arriva a comprendere che la sofferenza spesso deriva dal sentirsi investiti di uno scopo nella vita, ma di non riuscire ad accettarlo appieno. L'analisi astrologica può aiutare a guardare la vita da una prospettiva più ampia e a cercare risposte a questa domanda. L'analisi delle origini karmiche può aiutare a riflettere sulle cause più antiche degli eventi nella vita di una persona: dalla posizione della Luna nel tema natale possiamo fare delle ipotesi su quali nodi provenienti dal passato, che si presentano entro i primi 21 anni, si dovranno sciogliere in questa vita. Ogni vita è deputata a risolvere un nodo karmico, una prova; la posizione della Luna, in particolare, ci dà delle informazioni su quali siano le prove da affrontare, dove siamo scivolati in passato e quali siano le risorse del futuro».

Potrebbe darci un consiglio su come utilizzare l'astrologia come strumento di indagine del nostro futuro?
«Ci sono due punti importanti da considerare. Il primo riguarda i segni zodiacali e le loro vibrazioni più basse e più elevate: ognuno di noi ha la possibilità di scegliere quale parte esprimere. Anche persone dello stesso segno possono apparire molto diverse, ma ciò dipende dalla vibrazione che scelgono di manifestare; l'esercizio consiste nel riconoscere le caratteristiche basse e impegnarsi a raggiungere quelle più elevate. Se desideriamo esplorare il nostro futuro e aspirare a diventare persone migliori, un utile esercizio consiste nell'indagare sia le caratteristiche più basse che quelle più elevate del nostro segno zodiacale. Riconoscendo entrambe, possiamo impegnarci a coltivare le qualità più elevate. Questo esercizio ci spinge a riflettere sulle nostre potenzialità ancora inespresse, ma che possono svilupparsi in modo significativo. Il secondo punto riguarda l'inizio dell'Era dell'Acquario, caratterizzata da una fratellanza diffusa e una nuova visione di ordine e creatività: lavorare in gruppo, promuovere l'unità nella diversità e costruire relazioni armoniose sono elementi fondamentali per il futuro. L'individualismo e il separatismo appartengono al passato».

Se siete interessati o volete approfondire, contattate la redazione per continuare la discussione!

LE ILLUSTRAZIONI SONO DI **PAOLA PARRA** E **CHIARA BOSNA**

ARTE Una mostra fotografica racconta Erasmus per capire come si uniscono i popoli.

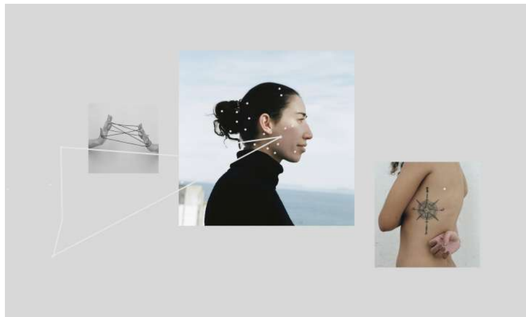
Myriam Meloni nelle giornate chiare vede l'Europa

di Stefania Spadoni, B.Liver

La mattina in cui incontro Myriam Meloni è una giornata chiara, e seppur nell'orizzonte di uno schermo, riesco anch'io ad intravedere un'Europa. Myriam si collega da Tangeri, dove ha scelto di vivere. Ci separa uno schermo, ma nella realtà ci separa il mar Mediterraneo, mare che è oggi scenario indiscusso dei flussi migratori, ma, per usare un eufemismo, scenario della sofferenza umana.
Qualche settimana prima mi trovavo a Reggio Emilia, nella meravigliosa cornice del Festival di Fotografia Europea, che quest'anno volge alle radici della nostra identità individuale e sociale con il tema *Europe matters: visioni di un'identità inquieta*. È in questo specifico contesto che la fotografa Myriam Meloni viene chiamata in causa con una committenza molto specifica: raccontare il progetto Erasmus. Eppure, quando entro nei Chiostri di San Domenico, la mostra di Myriam Meloni *Nelle giornate chiare si vede Europa*, racconta molto di più.

***Nelle giornate chiare si vede Europa* è il racconto di otto giovani donne, autonome, professioniste, educate al viaggio e all'incontro con l'altro, che decidono di migrare e trasferirsi a Tangeri. Chiedo a Myriam di raccontarmi qual è stato il processo e perché ha scelto, per raccontare il contemporaneo, di partire da un mito classico: quello di Europa narrato da Ovidio.**
«Il tema che mi è stato affidato dalla committenza di Fotografia Europea, e cioè raccontare il progetto Erasmus, mi ha reso molto inquieta, perché mi spingeva a lavorare su una parte della popolazione molto specifica. Conoscevo in prima persona l'esperienza dell'Erasmus e ne avevo un'opinione precisa, legata alla consapevolezza che questo specifico *flusso migratorio* fosse basato su un privilegio, che fosse l'apoteosi del divertimento, della libertà, della possibilità. Rispetto al mio lavoro di fotografa, mi sembrava che questo tema mi allontanasse dal mio percorso di ricerca, in merito alla narrazione dei flussi migratori quando questi sono dettati da situazioni di svantaggio, disagio, difficoltà. Le prime settimane di lavoro sono state di grande conflitto interno e, cercando una chiave di lettura in quelle che potevano essere le derive dell'Erasmus, compresi che poteva diventare interessante andare alla ricerca delle origini, investigando i momenti cardine in cui si cominciò a propiziare l'idea dell'unione tra popoli diversi e cercando di capire come questi propositi iniziali abbiano attecchito e influenzato la creazione di un'identità europea. A questi elementi ne aggiungo un altro: lo spostamento specifico delle donne».

È qui che la tua idea di progetto si incrocia con il mito di Europa?
«Durante il processo di ricerca mi sono fatta tante domande: cos'è l'Europa per me? Credo nell'Europa? In che momento ho sentito per la prima volta l'Europa? Dove, nel mio quotidiano, percepisco questo senso di identità europea? Sono andata a ritroso esplorando tutte le differenti epoche storiche, cercando di capire come la letteratura, la filosofia, la scienza siano intervenute nella creazione di un'idea di popolo e di comunione. È in questo percorso che riprendo in mano il mito di Europa: da un lato ritrovo questa donna protagonista e dall'altro mi accorgo che c'era un percorso, una migrazione, che veniva effettuata al contrario, da una terra d'Oriente a una terra d'Occidente».



In alto una fotografia del trittico *Senza linea* di Myriam Meloni per la mostra *Nelle giornate chiare si vede Europa* commissionata alla fotografa per il Festival di Fotografia Europea 2023.
A sinistra un'installazione in mostra fotografata da Stefania Spadoni.

Nell'installazione della tua mostra i ritratti delle otto donne sono coperti da un «velo». Perché questa scelta?
«Volevo rappresentare graficamente il privilegio della nostra possibilità di movimento: con il passaporto italiano questa diventa quasi scandalosamente esuberante se paragonata alle possibilità di persone in altre parti del mondo, motivo per il quale nell'installazione ho esposto il mio passaporto, proprio quello che mi ha permesso di fare l'Erasmus, accanto al diniego di visto per l'Europa di un giovane marocchino. Ho quindi iniziato a creare delle mappature di questa libertà di movimento dei corpi, ma anche delle idee e della gestualità che queste donne mettevano in circolo, creando delle mappe che fossero portatrici di esperienze. La velina mi ha permesso di sovrapporre queste mappe ai volti delle donne, che diventavano così espressione del loro essere, e di farlo con un materiale che è allo stesso tempo delicato, ma consistente. Inoltre, volevo che l'esposizione avesse tutta una serie di elementi che interpellassero lo spettatore, ricreando un'ulteriore gestualità e un'ulteriore mappatura dello spazio. Allo spettatore della mia mostra è richiesto un ruolo attivo, un po' come metafora del ruolo che dovremmo avere quando ci confrontiamo con l'altro. Infine, ragionando con Sonia Borsato che ha scritto il testo introduttivo della mostra, è emersa un'altra chiave di lettura di questa scelta: un riferimento preciso al gesto antico dello sposo che solleva il velo per scoprire il volto della sua sposa».

Nel testo introduttivo della mostra Sonia Borsato parla di «rivoluzione gentile», di donne che al contrario dell'Europa del mito non vengono rapite ma cavalcano il Toro, facendoci riflettere su una nuova prospettiva critica e postcoloniale che prova a guardare al futuro.
«Nella mia mostra racconto una decostruzione sia del mito che dell'idea dell'Erasmus, perché nelle donne che scelgo di fotografare il processo migratorio è inverso, si rompono gli schermi interni di retro-alimentazione che esistono fra noi europei, nel tentativo di creare un unico corpus. Queste storie esulano da quello per cui il percorso dell'Erasmus nasce, sono storie di rottura, non è più l'uomo protagonista, ma è la donna, che riappropriandosi del mito, ne dichiara il senso di esistere nel contemporaneo, semplicemente perché abbiamo ancora molte cose da discutere ed è giusto farlo ora che il ruolo femminile è cambiato. Io stessa decido di fotografare le donne nel momento in cui mi rendo conto che ho voglia di riprendere questo mito non solo come punto di partenza concettuale, ma anche come punto di partenza iconografico. Come le donne che ho fotografato, anch'io vivo a Tangeri, quindi ho una visione dell'Europa da un punto di vista non europeo, ma tutti dovremmo avere coscienza di chi siamo, da dove veniamo e del nostro impatto sulle altre società come continente che per secoli ha operato con forza sugli altri continenti. Penso che oggi nessuno possa avere scuse per non avere uno sguardo e un senso di coscienza su questo».

Dov'è nel tuo lavoro la figura del Toro, che nel mito rapisce e viola Europa?
«Il Toro nel mito è un dio, qualcosa che viene dall'alto, che viene imposto, che ti seduce e per me oggi è rappresentato dall'Europa in senso istituzionale. Tutte le decisioni che arrivano dall'alto e che possono essere attraenti perché costituiscono una promessa di benessere, di giustizia, di equità e di economia prospera; così come nel mito il Toro era una forma di illusione, nello stesso modo sento che davanti a questa proposta che è l'Unione Europea, si nascondono una serie di altri interessi da cui noi, come popolazione civile, siamo elusi».

Nel mito il Toro è un dio, qualcosa che viene dall'alto, che viene imposto, che ti seduce

L'ILLUSTRAZIONE È DI **PAOLA PARRA**

LA VISITA I ragazzi della Casa di Deborah a Torino alla scoperta di un'antica civiltà.

Nelle sale del Museo: «L'Egitto mi ha fatto capire da dove vengo»

i ragazzi della Casa di Deborah

La guardia apre le porte ed entriamo. «Buonasera, ben arrivati», il direttore del Museo arriva e ci accoglie come fosse un amico. All'ingresso un giardino che attira immediatamente la mia curiosità.
Si inganna l'attesa perché la serata è una di quelle che ti fanno trepidare e sai che le emozioni avranno un bel po' di lavoro. Sul bordo della vasca i fiordalisi, le piante di papiro falso e di papiro vero, le palme e una serie di piccole piantine che intanto guardo.
Ci sentiamo dei privilegiati e mi viene l'idea che gli scavi siano una bella abbinata con quanto abbiamo da portare alla luce di noi stessi. (Monica)

Il direttore inizia a descrivere il mondo egizio e rimaniamo colpite dalla scintilla che ha negli occhi. Emerge la sua passione che ci coinvolge con semplicità, nonostante il ruolo importante.
Mentre ci addentriamo nel museo, il direttore ci trasmette il suo desiderio di mostrare a più gente possibile le opere, per conservare memoria di un mondo antico e affascinante e soprattutto per tramandare alle prossime generazioni le scoperte in un'ottica di intergenerazionalità.
Racconta che ogni giorno riceve numerosissime richieste da parte di musei e università, di prelevare tessuti dalle mummie. Lui però rifiuta, perché confida nel progresso della scienza che spera un giorno permetterà, senza azioni invasive, di conoscere che cosa conservi la mummia al suo interno. Afferma di preferire tempi lunghi piuttosto che profanare il corpo di una persona, perché di questo si tratta. (Jessica e Nethmi)

Circondati da reperti unici e dalla grande conoscenza del direttore ci facciamo coraggio e gli chiediamo com'è nata la sua passione per l'Egitto.

«Quando avevo 12 anni sono andato in Egitto con mia mamma e lì mi sono innamorato. Lei ha sempre sperato che questa passione passasse perché essere egittologo era la garanzia di non avere un lavoro e infatti, fino a 34 anni ho fatto tantissimi lavori, dalle pulizie al portiere di notte. Fare questo lavoro ha significato anche una serie di rinunce: vedevo i miei compagni di liceo che si compravano la casa, si sposavano, avevano figli, mentre io durante le vacanze dovevo studiare per fare il dottorato e vivevo con grandi difficoltà economiche. Ricordo che quando ero in Olanda e avevo circa 30 anni, sul mio conto in banca avevo nove euro e dovevo aspettare una settimana prima che mi pagassero lo stipendio. Ho dovuto allora calcolare cosa potevo mangiare, anche perché, essendo cittadino straniero, non potevo avere il conto in rosso. Quando ripenso alle difficoltà mi chiedo perché l'ho fatto, ma ogni volta che sono in Egitto ho la risposta. Quando vedo i colori, sento gli odori, vedo la luce e i monumenti, lì capisco che è un amore irrazionale e fortissimo per questa civiltà. Più l'ho approfondita e più ho capito che l'Egitto mi permette di capire me stesso. Non è solo un amore intrinseco per quello che rappresenta l'antico Egitto, ma per quello che ci racconta».

Immagini della visita dei ragazzi di Casa di Deborah al Museo Egizio di Torino.

Gli antichi egizi si concentravano sulla vita che, dopo la morte, consideravano infinita

Tombe, sculture, oggetti. La civiltà delle piramidi ti fa innamorare perché racconta chi siamo noi

Ringraziamo il Direttore e, ancora emozionati, ci dirigiamo verso l'uscita. La nostra visita è terminata.
Tornando verso l'ostello ripenso a quello che ci è stato raccontato e realizzo che la nostra vita è a tempo determinato. Gli Egizi si concentravano sulla vita dopo la morte e la consideravano infinita, illimitata.
Nel mondo attuale invece, la morte sembra essere il punto di arrivo. Anche il colore nero è percepito diversamente: per noi è morte, violenza, paura, oscurità, mentre nell'antico Egitto era considerato vita. (Anjelina)

Coinvolta in un racconto affascinante mi porto nel letto a castello la sensazione che l'essenza dell'uomo rimane invariata: il bene e il male, la luce e il buio, la vita e la morte.
I colori che hanno importanza. Il fiordaliso azzurro che non riesco a fotografare, le cuffiette messe al contrario, le partite di carte in treno ed un abbraccio che mi fa capire che esserci fa la differenza.
Siamo belli tutti insieme.
Il treno ci riporta a casa più ricchi. (Monica)

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.

Noi e gli studenti cercando di capire che è facile sbagliare

di **Nina Cresci**, B.Liver

Uno degli obiettivi che Exodus si è posto, è quello di far dialogare la propria realtà con quelle esterne: di sensibilizzare, accompagnare i ragazzi, scardinando opinioni e pregiudizi che alimentano una società malata, e che fanno ammalare le singole persone.
Per questo motivo l'associazione organizza incontri di ogni tipo, concentrandosi in particolar modo sulle scuole.
Una mattina di un giovedì di maggio, alla Mammoletta, sede del mare di Exodus, abbiamo ospitato una ventina di studenti della 4°A dell'istituto ISIS Foresi scienze umane. Li abbiamo accompagnati a vedere i diversi luoghi della comunità, spiegando loro il significato di ciò che facciamo: a partire dall'orto, allegoria del «prendersi cura», terminando con l'officina, dove impariamo a usare le nostre mani, a dare una seconda vita agli oggetti che spesso nella nostra società siamo portati ad usare e gettare.
Dopo il giro è iniziato il vero e proprio confronto: ciò che ne abbiamo tratto? Lacrime, sorrisi, messa in discussione.
Seduti in cerchio, ci siamo scambiati testimonianze e riflessioni, aiutandoci ad aprire gli occhi per iniziare a vedere meglio: dove viviamo, cosa sta succedendo, quanto siamo consapevoli?
L'obiettivo era quello di sensibilizzare i ragazzi riguardo all'uso di sostanze, ma ne è nata qualche cosa di più. Avere la possibilità di confrontarci riguardo tematiche che, se alla Mammoletta ricorrono spesso permettendoci di sviluppare un pensiero critico, fuori sono spesso oscurate, poco approfondite.
I ragazzi si sono mostrati disponibili, seppur con fatica, ad aprirsi condividendo storie difficili, momenti difficili. Questo è importante: in una società individualista in cui i ragazzi imparano a pensare per sé stessi, a desiderare sempre qualcosa in più, ad agire in base ai propri comodi, ad apparire oltre che a non mostrarsi deboli, donare loro la possibilità di aprirsi, di essere ascoltati, di poter piangere è risultato avere un valore immenso.
Le nostre testimonianze hanno offerto vari spunti di riflessione, così come le loro sono state lezioni di vita per noi. Questa è la cosa importante dell'incontrare l'altro: si scoprono nuove storie, nuovi modi di affrontare la realtà. Ci specchiamo negli altri e apriamo gli occhi, ci tendiamo le mani lasciando indietro ogni pregiudizio. Torniamo ognuno alle nostre vite, alle nostre abitudini con qualcosa in più, una frase, una parola, uno sguardo.

PENSIERI

Mi guardo allo specchio e cosa vedo?

Mi guardo allo specchio e cosa vedo? Pensando un po' alla mia storia, lo specchio é sempre stato un nemico. Pensare alla mia immagine... Che ribrezzo.
Con i miei disturbi alimentari e tutte le altre cose non è stato facile: mi detestavo, non solo fisicamente.
Mi odiavo.
Mi guardavo allo specchio e non mi riconoscevo.
Continue voci in testa: «non ti fai schifo?».
«Ma sei sicura di essere te? Guarda come sei conciata».
«Non sarai mai felice, hai allontanato tutti, per la mamma sei una vergogna».
Ancora oggi ho paura di guardarmi allo specchio, sicuramente le sostanze hanno impattato molto sulla percezione distorta del mio aspetto.
So che non sto bene con me stessa, e che ho sofferto tanto.

MAMMOLETTA CON VOI

L'ILLUSTRAZIONE È DI CHIARA BOSNA

Animenta è un'associazione no-profit che si pone l'obiettivo di sensibilizzare e informare sui Disturbi del Comportamento Alimentare. Attiva sul territorio italiano dal 2021, il suo lavoro coinvolge circa duecento volontari da tutta Italia tra professionisti, genitori e ragazzi che decidono di supportarne le attività attraverso le loro storie e competenze, provando a divulgare speranza e condivisione.
La collaborazione tra *Animenta* e *Il Bullone* nasce dall'obiettivo condiviso di raccontare la vita dopo la malattia, ma anche dal tentativo di provare a interpretare o reinterpretare il mondo con cui si interfacciano i ragazzi di oggi, soprattutto in caso di vissuti importanti, partendo, in primis, dalle loro parole.
Rubrica scritta e curata da Cristina Procida.

Smettiamola di fingere di non avere mai bisogno degli altri

Quando parliamo di coraggio, riferendoci ai Disturbi del Comportamento Alimentare, dobbiamo ricordarci sempre quanto ce ne vuole per sciogliere la mano dalla malattia e stringerla a qualcuno che ci vuole aiutare davvero; quanto complesso sia riuscire a vedere la verità.
Il confine è labile: la malattia ti pone davanti a ciò che Lei ritiene coraggioso, come digiunare, restringere, abbuffarsi e compensare.
Così, l'intero concetto di coraggio viene stravolto e ribaltato.
Alice, però, è guarita. E per questo ci tiene a fare una riflessione importante:
«Non sono soltanto ciò che avete fatto di me.
Vorrei essere le mie nuove scelte consapevoli,
il mio intrepido coraggio di rinunciare,
la forza fragile di dire no,
la debolezza disarmante di dire «Ho paura»,
l'umana accettazione di afferrare una mano protesa,
prima vederla, riconoscerla,
poi non incolparla,
magari accarezzarla e dirsi che, in fondo, io ne ho bisogno. Che anche io me lo merito.
Smetterla di far finta di non aver mai bisogno di niente per poi maledire tutto quello che ho.
Frenare la macchina in corsa della tua vita in cui ti senti solo e soltanto un passeggero, e mettersi finalmente al volante. Decidere la destinazione.
Ho voluto così tanto andare dove qualcun altro voleva andare, essere come qualcun altro voleva essere.
(…)
Ho fissato fuori dal finestrino, inerme, e desiderato essere proprio uguale uguale

alla figlia del vicino,
quella che ha fatto le valigie e se n'è andata a vivere a Dublino.
Solo che io, se sono io, ho paura.
E così ho finto tanto a lungo di essere diversa che alla fine ci ho creduto anch'io. Io non ho più paura di niente.
Io non ho più bisogno di nessuno.
(…) Dicotomie costanti, equilibri precari, vivere in bilico tra un treno che sta partendo e uno che è già andato via. Dove vado adesso?
Fermarmi, fare un passo indietro, essere sincera con me stessa.
Oggi io ricomincio da me».
A volte, essere coraggiosi significa accettare la mano che ti viene porta in segno di aiuto.
Anche quando ti sembra di non averne bisogno; soprattutto quando la tua visione di come la vita dovrebbe scorrere ha contorni poco lucidi, sfocati, indefiniti, quasi ti mancassero gli occhiali.
E così ce lo racconta Alice: Il coraggio di chiedere aiuto.
Il coraggio di dire «Ho paura», e l'intrepido, ma fortissimo, coraggio di rinunciare.

ANORESSIA NERVOSA

Perché pensi sempre di non farcela

«Ci saranno giorni in cui penserai di non farcela. Ma poi ce la farai sempre». Carola è una delle migliaia di persone che hanno sofferto o soffrono di un disturbo alimentare di tipo restrittivo, l'Anoressia Nervosa. Racconta la sua storia in modo spezzettato, frantumato, cercando di rispondere alle mille mila domande che affiorano nella sua mente quando si confronta con sé stessa.
Domande, dice, a cui non sa dare risposta: «Vorrei poterti stringere, rispondere a tutte le tue domande, ma neanche io so le risposte… e forse non le saprò mai. E va bene così».
Quando prova a porsi una delle domande più specifiche e importanti di tutte, è lei stessa ad essere confusa: «Non ricordo il momento esatto in cui tutto è iniziato (…) Dal secondo anno di liceo una voce ha iniziato ad abitare la mia testa, la voce del disprezzo: "Non sei magra abbastanza"».
Lavorando con Animenta, partecipando alle Live e agli eventi, avendo sofferto io stessa di Anoressia Nervosa per molti anni, l'ultima frase risuona come un ticchettio familiare: «Non sei magra abbastanza». Così come familiari rintoccano i pensieri seguenti: «Questa voce ha lentamente e gradualmente occupato tutto lo spazio del tuo corpo, tutti i tuoi giorni e le tue ore, tutto l'ambiente e le persone della tua vita. La totalità della tua esistenza sarà inondata e soffocata da un'enorme e grosso disturbo: l'Anoressia. (…) Passerai infinite ore a misurare le parti del tuo corpo, a guardarti allo specchio, a contare calorie, a fare esercizio fisico fino allo svenimento. Perderai tantissimi capelli e chili, quasi fino a scomparire».
Uno degli aspetti centrali dell'anoressia, è che riesce a farti credere che non ce la farai senza di lei. Che ti proteggerà dal dolore, dalla rabbia, da tutte quelle emozioni che Carola ha provato e poi tentato di celare con l'aiuto della malattia: «Ma poi ce la farai sempre. (…) La tua famiglia e i tuoi amici saranno sempre con te, in ogni secondo del tuo percorso, cercando di accompagnarti verso una via d'uscita. Anche se non sarà per niente facile starti vicino». E proprio grazie al supporto di chi ti ama la malattia, a poco a poco, perde potere.
«Ne usciremo. Ti affiderai ai giusti professionisti, ti lascerai aiutare e amare e rimarrai attaccata alla vita con tutta te stessa, lottando ogni minuto contro quella voce che cercherà di trascinarti verso l'abisso. (…) Porterai per sempre con te il ricordo di questo dolore e la testimonianza del grande regalo che ti è rimasto: l'amore per la vita».

ANIMENTA CON VOI

L'ILLUSTRAZIONE È DI MAX RAMEZZANA

PENSIERI SCONNESSI

COME DIMOSTRARE IL PROPRIO VALORE

di Bill Niada

Dall'ambizione deriva anche lo spirito competitivo, che tutti abbiamo più o meno espresso, e che si lega all'orgoglio, alla voglia di emergere, al desiderio di dimostrare il proprio valore, ma che vuol anche dire primeggiare, vincere, battere i concorrenti, sconfiggere gli avversari. E qui si apre un mondo di comportamenti e finalità che non sempre condivido.
Essere sconfitti non fa piacere a nessuno. Farsi battere non è un'opzione che prendiamo facilmente in considerazione, sia nello sport, sia in una discussione, in una causa legale, o da dei colleghi sgomitanti. Però ci vuole dignità, etica e visione a lungo termine per essere degli antagonisti intelligenti (e dignitosi). La nostra competizione nella vita non è dedicata ad ottenere tante parziali vittorie, ma a vivere bene nel corso di tutta la vita. E a far vivere bene chi ci sta intorno. È molto difficile avere una vista lunga, cioè riuscire a comprendere quello che effettivamente ci è utile per vivere bene e per essere ben voluti. Spesso ci fermiamo alle necessità immediate, ai risultati apparenti, a obiettivi a breve termine e per quelli lottiamo e corriamo. Ci agitiamo come pazzi per ottenere delle «vittorie» che nel giro di pochissimo risultano inutili o dannose. Grandi quantità di energia, tempo e aggressività in cose che non servono o fanno male.
Spesso il desiderio di avere ragione, di dimostrare la propria autorità, di pretendere un riconoscimento, ci genera una quantità di lavoro superfluo che implica grande fatica e spesso ha un coinvolgimento e un impatto negativo su altre persone.
E tutto ciò lo trasferiamo con esempi e insegnamenti ai nostri figli. Confondiamo l'aggressività, la prepotenza, l'arrivismo, con strumenti necessari per vincere, pensando che vincere sia sufficiente per vincere.
Invece dovremmo capire qual è il valore della vittoria. Delle volte la vera vittoria è la sconfitta, perché ti insegna, ti fa pensare, ti porta a modificare il tuo comportamento in meglio. Delle volte la vittoria è andare d'accordo, non dimostrare di avere ragione. La vittoria è trovare un compromesso, dedicare tempo e attenzioni per arrivare a un risultato utile a tutti. Chissenefrega di vincere se tutti alla fine stanno peggio, o se si è incrinato un rapporto.
Tendiamo ad usare il nostro spirito competitivo per «avere ragione» sugli altri che, se ci pensate, è una vera idiozia. Che bisogno abbiamo di avere ragione sugli altri? Abbiamo bisogno di andare d'accordo con gli altri! Perché se così non fosse, tutto si complicherebbe. Per portare avanti temi e obiettivi che ci stanno a cuore, dobbiamo agire in sinergia con i colleghi, dobbiamo avere un consenso condiviso con nostra moglie, una collaborazione della squadra. Da soli, anche se vittoriosi, ma odiati, combiniamo poco!
E noi invece tendiamo a complicarci la vita sempre, anche per via del nostro spirito competitivo mal compreso e mal usato.
Insegnare a dover essere dei vincenti (avere ragione, primeggiare, battere gli altri...), secondo me è insegnare ad essere conflittuali, che è la cosa più stupida da fare.
Insegnare invece ad essere degli agonisti, come lo sono gli atleti, vuol dire insegnare a mettercela tutta e a fare sacrifici, allenandosi quotidianamente, ma con l'obiettivo di una resistenza e di una qualità di vita a lungo termine.
Non esiste un atleta che vinca sempre.
Anche lui passerà attraverso crisi, acciacchi fisici, incidenti di percorso, il tramonto...
Imparerà in quei momenti l'umiltà, il valore di quello che ha seminato oltre alle vittorie, imparerà l'importanza delle relazioni, la capacità di trovare altre risorse dentro di sé. Così sarà una persona vera e completa che ha imparato a comprendersi e ha dare il giusto valore al suo spirito competitivo, che è si un'arma straordinaria, ma può essere anche un terribile fardello.

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

E TU?

Uno spazio bianco in prima pagina è qualcosa che va contro
ogni linea e buon senso editoriale.
Eppure *Il Bullone* non trova modo migliore di ripeterlo:
questo giornale è di chiunque abbia il coraggio di mettersi in gioco,
l'autenticità di mostrarsi per come è, la ferma convinzione
di non voler giudicare e la necessità di fare e farsi domande,
perché l'incontro con punti di vista diversi permette
a sempre più persone di crescere in consapevolezza e rispetto.
Il Bullone è per tutti ed è di tutti, *Il Bullone* è fatto di storie, sguardi, racconti,
esperienze e punti di vista che si incontrano.
Il Bullone è uno spazio in cui tutti possono trovare
una modalità per esprimersi e per raccontarsi.
E tu?
L'idea di questo spazio bianco nasce dal lavoro del *Bullone*
all'interno degli ospedali, nasce dall'esigenza di accompagnare
i giovani che stanno affrontando un percorso di malattia
nei tempi di attesa dell'ospedale, nasce dall'idea di un incontro reale
nel quale il giornale diventa un pretesto per iniziare a narrarsi.
E tu? Tu come stai? Dove stai? Come ti senti? Cosa senti?
E noi come possiamo trasformare insieme tutto questo?
Hai la possibilità di riempire questo spazio
bianco con qualcosa che parli di te e poi,
se vorrai, di condividerlo con noi: scrivendo una mail a
ilbullone@fondazionenear.org
oppure taggandoci sul nostro canale IG
#ilbullonefondazione

CARRARO E CUAMM MEDICI PER L'AFRICA

«In questo modo aiutiamo tanti bambini»

di Emanuela Niada, B.Liver

L'anno scorso ho conosciuto don Dante Carraro a una serata all'Associazione Donna e Madre, dove presentava la Onlus che dirige, CUAMM Medici con l'Africa, e insieme ad Alberto Mantovani, patologo e immunologo, sensibilizzavano sulla necessità di vaccinare le popolazioni africane contro il Covid 19. Don Dante, cardiologo divenuto prete nel 1991, dirige il CUAMM (Collegio Universitario Aspiranti Medici Missionari), la prima Ong in campo sanitario, nata nel 1950 a Padova. È la più grande organizzazione italiana per la promozione e la tutela della salute delle popolazioni africane. Realizza progetti a lungo termine in un'ottica di sviluppo e si impegna nella formazione in Italia e in Africa di medici, infermieri, ostetriche. In settant'anni 2060 persone sono partite dall'Italia, rimanendo in servizio in media 3 anni, operando in 239 ospedali di 43 Paesi. Gli studenti ospitati nel Collegio sono stati 1139 di cui 854 italiani e 285 da 34 Paesi diversi. Nel 1995 Don Dante è partito per la prima missione in Mozambico, poi in Etiopia, dove si è fermato a lungo. Di recente è stato insignito dal Presidente Mattarella del titolo di Commendatore al Merito della Repubblica per la sua opera instancabile.

Com'è arrivata la «chiamata»?
«Dopo aver assistito impotente alla morte di un bimbo di due anni in Africa, mi sono ripromesso di dedicare la mia esistenza a queste creature, e così da 28 anni lavoro per le mamme e i bambini. Purtroppo, in Africa le mamme muoiono ancora di parto e per i bambini malnutriti nessuna somministrazione è efficace, perché i loro organismi sono prostrati».

In quanti Paesi africani siete presenti?
«In 8 Paesi: Repubblica Centrafricana, Sud Sudan, Etiopia, Uganda, Tanzania, Angola, Mozambico, Sierra Leone. Non abbiamo ospedali nostri, ma operiamo in 23 ospedali, 95 distretti sanitari, 761 strutture sanitarie, 4 scuole infermieri, 1 Università cattolica a Beira, in Mozambico».

E quanti sono gli operatori?
«In Africa sono presenti 4518 volontari (270 europei,di cui 230 italiani). In Italia, per sensibilizzare sui bisogni dell'Africa, CUAMM conta su una rete di 4590 volontari e sostenitori che animano 39 gruppi di appoggio in 15 regioni».

Come vengono formati i giovani medici?
«Il CUAMM è presente in un'università africana (in Mozambico a Beira, e in Etiopia ad Addis Abeba) dove contribuisce alla formazione dei medici locali. Inoltre, grazie a un accordo con 32 atenei italiani, i giovani specializzandi che lo desiderano possono trascorrere un periodo di tirocinio in Africa, dove sono accompagnati da un medico Senior. Questo periodo è riconosciuto come parte integrante del percorso di studi e dal 2002 271 specializzandi in medicina (Chirurgia, Ginecologia e Ostericia, Igiene e Sanità pubblica, Malattie infettive, Medicina tropicale, Medicina Interna, Pediatria) sono partiti con il progetto Junior Project Officer. Oltre a loro, grazie alla collaborazione con 39 sedi del SISM (Segretariato Italiano Studenti di Medicina) 361 studenti in medicina hanno passato almeno 1 mese in un ospedale del CUAMM e, dal 2016, anche le ostetriche possono trascorrere un periodo in Africa. Ad oggi ne sono partite 50. Fuori dall'Italia e dall'Africa CUAMM ha sviluppato una rete di relazioni per la continuità e lo sviluppo dei progetti. Dal 2002 337 specializzandi sono stati inviati nei vari Paesi africani per un periodo dai 6 ai 12 mesi. 40 di questi sono ripartiti per l'Africa con CUAMM».

(Foto: ©NicolaBertiP1330749)

Mi diceva che c'è un'emergenza per mamme e bambini, acuita dalla guerra in corso e dalla crisi globale.
«Sì, c'è carenza di grano, che arrivava dall'Ucraina, e i prezzi dei generi di prima necessità, così come del carburante e delle medicine sono aumentati in modo esponenziale e incidono soprattutto sui più poveri. Abbiamo avviato il progetto Prima le mamme e i bambini. Persone e competenze per assistere le mamme al parto in sicurezza e nutrire i neonati che altrimenti non possono sopravvivere. Stiamo incrementando la preparazione del personale sanitario locale, come garanzia di continuità e sostenibilità, per sviluppare l'efficienza del sistema sanitario e aumentare l'accesso in ospedale di mamme e bimbi. Uno studio della Bocconi ha evidenziato che in Africa il costo di un cesareo arriva a 100 euro (tra strumenti, farmaci, sangue), mentre un parto normale sicuro è di 40 euro. In 5 anni si sono svolti 500.000 parti assistiti, sono stati sfamati 16.000 bimbi malnutriti, si sono formati 1.500 manager sanitari, 500 specializzandi in Italia e Africa e sono state condotte 100 ricerche operative. Per la salute di base e le vaccinazioni contro tetano e morbillo vengono investiti dai 20 ai 40 dollari procapite all'anno e la copertura totale arriva al 25/30%. Possiamo contare sul sostegno di Fondazione Cassa di Risparmio di Padova e Rovigo, Cariplo, Cariverona, Compagnia di San Paolo e tanti operatori privati. Quando Angela Merkel era al governo si parlava di un piano Marshall per l'Africa. Nei Paesi subsahariani come in Sud Sudan, su 12 milioni di persone, 2 milioni e mezzo di bambini non vanno a scuola. E così l'Africa non cresce. È necessario portare più risorse, come ha ribadito anche il Papa nella sua recente visita. Bill Gates aveva portato fondi privati per sostenere le fasce più povere con una sanità di base. Non è possibile sfruttare le risorse dell'Africa senza lasciare niente alla sua popolazione. A Bangui, nella Repubblica Centrafricana, c'è un fiume da cui si estraggono pepite d'oro. Una multinazionale francese si è già aggiudicata la concessione. Purtroppo esiste una corresponsabilità tra le multinazionali e i governi corrotti. È necessario investire nelle risorse umane locali. Si tratta di una sfida che coinvolge tutti i cristiani e chi ha a cuore le sorti degli esseri umani».

L'ILLUSTRAZIONE È DI PAOLA PARRA

L'ARTE SVIZZERA

DAL DESIGN ALLA MODA COSÌ L'ARTISTA GLENN ROSSI SI ISPIRA ALLA MUSICA

di Lorenzo Morandotti, B.Liver

Dal design all'arredamento, alla moda: la creatività e l'arte, insiti nel Dna di una famiglia che ha origini italiane, come strumenti per affrontare una sfida quotidiana. Glen Rossi, che vive e lavora a Camignolo, in Svizzera, è nato a Bellinzona nel 1972. Fin dai primi passi vive in simbiosi con il mondo artistico, fra la musica di papà Ugo, trombettista che girò mezza Europa con la sua band e la danza classica di mamma Wilma. Affetto da un problema motorio dalla nascita, Glen affronta l'iter scolastico ben consapevole dei limiti che avrebbe dovuto affrontare. Tra cui non poter scrivere a mano, ostacolo che divenne però una sfida a suon di dita. Dai tasti verdi di un'Olivetti al primo pc Macintosh, all'esplosione dell'informatica nel mondo visivo, Glen costruisce infatti, il suo percorso formativo fino a diplomarsi come grafico all'istituto CSIA di Lugano e nel 1998 si mette in proprio. Il primo appalto importante arriva nel 2000 con la segnaletica del Cardiocentro Ticino. A seguire un libro su Via Nassa, storica arteria luganese dello shopping di lusso, per poi lavorare per dieci anni nell'ambiente dell'arte per un importante istituto bancario fra Lugano e Monte Carlo. Fedelissimo del jazz, Glen organizza concerti conoscendo artisti di livello internazionale, tra cui il pianista Enrico Pieranunzi. Poi, come detto, l'impegno nell'arredamento d'interni. E ora la sua ricerca, forma pura che segue la funzione, si avventura nel mondo della moda con la realizzazione, attualmente in fase di progetto avanzato lanciato in anteprima alla mostra mercato d'eccellenza «YouNique» di Villa Ciani a Lugano, di una linea di calzature in collaborazione con artigiani italiani.
Gli orologi da parete di Glen, i suoi arredi, sono nel segno dell'essenzialità. Il vetro, elemento di base, accosta le sue linee a materiali ogni volta diversi, forgiati dal tempo, quali il ferro, l'acciaio, il rame, il bronzo e le pietre. Accostamenti irripetibili quelli nati dalla fantasia di Rossi, come è ogni secondo della nostra vita a ben vedere, frutto della creatività di un designer che non si ferma di fronte alla disabilità, ma la fa diventare una sfida quotidiana incessante e un incentivo a immaginare nuovi orizzonti.
«Ogni mio pezzo - dice Rossi - è un mondo a sé. Una composizione unica che offre a chi la sceglie un pezzo realizzato su misura. E tra le mie muse ispiratrici c'è la musica, che per me è suono e materia, tempo e spazio». «La mia è una sfida – aggiunge - combatto fin dalla nascita con i miei problemi motori guardando avanti con coraggio». Un esempio è la nuova avventura nel mondo della moda femminile, dove Glen declina con sapienza artigiana gli stilemi già sperimentati nell'arredo. Nel suo laboratorio di Camignolo, tra Lugano e Bellinzona Rossi dà vita a un circolo virtuoso «glocal» - prospettiva globale e radicamento sul territorio - in cui se la collezione guarda a prospettive di mercato internazionali, la filiera produttiva che la sostanzia si basa su una componentistica rigorosamente *Swiss made*, garanzia proverbiale di qualità e rigore. Il sito di Glen è www.glenpromotion.ch.

«Ogni mio pezzo è un mondo a sé. Un'unica composizione»

Extremity Style by G-Collection, Urban Street Series, Wipo | Hague The International Design System, DM/224252, Design by Glen Rossi

RINGRAZIAMENTI

LA MADRE OLTRE LE NUVOLE

di Melania Ferrari, B.Liver

I granelli della clessidra del tempo mortale sono finiti per mia mamma la sera del 4 maggio 2023. La malattia è stata ingorda nei suoi confronti e ha pensato bene di portarsela via in fretta e furia. Ma non è riuscita a beffarmi fino in fondo.
Nel pomeriggio ho letto a lei, immobile nel suo letto d'ospedale, il suo ritratto di mental-personal-coach-combattente che avevo fissato in un libro che ho scritto (condiviso nella stesura con un caro amico) per allontanarmi da una precedente mia storia di dolore.
Ha ascoltato nel suo silenzio apparentemente di gomma, regalandomi un tempo sacro, anzi, sacralizzato da una condivisione che teneva le nostre anime insieme.
Poi qualche ora dopo è arrivata la telefonata della divisione. Quella che annuncia una partenza di cui l'uomo immagina la destinazione metafisica o sovrumana, ma che poi torna stranamente a un luogo fisico: a noi che restiamo, a me che ho amato chi se n'è andata.
Quindi quella meravigliosa preposizione «con», «ginestramente» leopardiana, in questi momenti devastanti sembra puntare i piedi e decidere di appiccicarsi al termine «divisione». E lo cambia! Gli fa costruire abbracci, pianti caldi, occhi che si chiamano e accolgono il dolore di chi è stato diviso. Le mie maestre in questa pratica generosa e coraggiosa della condivisione sono delle persone che rispondono all'etichetta 5°BSU.
Egoisticamente voglio usare lo spazio del *Bullone* per condividere un GRAZIE che è stato nutrito con la vicinanza e con la disponibilità dei miei ragazzi, maestri di bellezza. E noi abbiamo bisogno di dissetarci con la bellezza. Sempre, nonostante la clessidra del tempo.

BASKET L'impegno di Bruno Cerella e Tommaso Marino con *Slums Dunk*.

Oltre il canestro per due super giocatori Progetto solidarietà nei quartieri fragili

di Michele Tedone, B.Liver

Per il *Bullone* di questo mese ho avuto la fortuna di intervistare Bruno Cerella, un giocatore di basket professionista argentino con cittadinanza italiana, che oltre a giocare a basket è impegnato nel sociale, infatti è co-fondatore, con il collega, Tommaso Marino, di una stupenda realtà nominata *Slums Dunk*, che utilizza questo fantastico sport per creare qualcosa di sostenibile nel tempo, che porti opportunità e miglioramento nelle condizioni di vita delle nuove generazioni che nascono e crescono in zone disagiate del mondo. Bruno gioca attualmente a Treviglio in A2, mentre Tommaso gioca a Legnano, in serie B. Qui di seguito le domande della nostra stupenda chiacchierata:

Bruno Cerella e Tommaso Marino al *Slums Dunk*. (Foto: slumsdunk.org)

***Slums Dunk*: mi spieghi in una città come Milano come ha preso piede?**
«*Slums Dunk* nasce durante il primo lockdown, quando non potendo viaggiare nei diversi Paesi del mondo, abbiamo deciso di creare un progetto tutto italiano che diventasse un punto di riferimento sociale, pensando a non utilizzare più il territorio italiano come strumento di promozione e raccolta fondi, ma proprio con un progetto tutto nostro dove incontrare gli amici e i sostenitori, creando un "progetto di quartiere" all'interno della comunità di Milano, in questo caso».

Chi finanzia i vostri progetti?
«I nostri progetti vengono finanziati da tantissime persone che ci aiutano attraverso le donazioni e i contributi economici sicuramente, ma anche con il loro tempo, perché la forza di *Slums Dunk* è anche avere persone che portano avanti i nostri progetti e che quindi dedicano del tempo per gestire le nostre attività».

Nei vostri progetti sono coinvolti anche i Paesi del terzo mondo, ma avete anche progetti che coinvolgano altre categorie di persone, per esempio i disabili come me o ragazzi che hanno avuto o hanno un problema di salute, come i redattori del *Bullone*, per esempio?
«In Argentina stiamo facendo pallacanestro con donne malate di cancro al seno, abbiamo inserito lo sport come parte del loro percorso di guarigione, per far sì che oltre al divertimento dello sport potessero trovare anche le forze per condividere con altre persone malate e supportarsi a vicenda. In più, nel territorio italiano stiamo comunque collaborando, per esempio, con Casa Fontana con ragazzi diversamente abili che vengono a fare sport: quando riusciamo a organizzare è bellissimo».

E questo è il Bruno Cerella visto dal punto di vista «umano». Adesso ti faccio una domanda che vuole coinvolgere l'altro aspetto per cui ti sei fatto conoscere ed apprezzare: il basket. Tu hai giocato sia a Milano che a Venezia, vincendo in entrambe le società, e ora giochi a Treviglio. Quali sono gli aspetti positivi e negativi di ciascuna di queste tre esperienze professionali?
«Milano e Venezia sono state sicuramente le esperienze più importanti per quelle fasi della mia carriera e per gli obiettivi conquistati: trofei, vittorie, percorsi, amicizie, mille ricordi belli. Treviglio è stata per me una nuova sfida: arrivare in una società ambiziosa, che ha come obiettivo provare ad andare in serie A, e devo dire che di negativo trovo solo il fatto che sto invecchiando (ride), ma non posso dire altro, perché vivere di sport è magnifico e io ho avuto la fortuna di giocare in grandi squadre sempre a livelli competitivi, provando sempre a vincere qualcosa di importante».

Ultimissima domanda per chiudere questa intervista di cui ti ringrazio davvero infinitamente, e ti ringrazierò sempre perché hai confermato semplicemente quello che io già sapevo di te, cioè che sei una persona coraggiosa in tutto e per tutto. Tre parole che descrivono Bruno Cerella, sia dal punto di vista del giocatore di basket, che dal punto di vista del tuo impegno sociale che si concretizza evidentemente con *Slums Dunk*.
Dedizione, perché penso che sia quello che mi ha permesso di fare la carriera che ho fatto, la costanza e la dedizione al lavoro. Amicizia, perché penso che la qualità della mia vita sia dovuta anche e soprattutto alle persone di cui mi sono circondato in tutta la mia vita, e poi amore perché penso che sia ciò che ci spinge in qualsiasi fase della nostra vita, in qualsiasi progetto a fare le cose con il cuore, provando a dare il massimo e provando a dare un futuro luminoso.

Questo è Bruno Cerella, un giocatore di pallacanestro e un Uomo, con la U maiuscola e lo ringrazio per il tempo dedicatomi per questa fantastica chiacchierata!

UNA STAGIONE DA DIMENTICARE

Il mio anno difficile da juventino

di Michele Fagnani, B.Liver

Andare allo stadio e sostenere la mia squadra è una delle cose che mi piace di più al mondo.
Considerate che sin dai tempi delle elementari ascoltavo i cori su Youtube, fino a impararli tutti.
Ho assistito spesso a partite e momenti memorabili, ma quello più emozionante l'ho vissuto senza alcun dubbio il 13 Maggio 2012, il mio esordio allo Stadium, coinciso con l'addio del nostro Capitano di una vita, Alessandro Del Piero.
In questa stagione sono andato a vedere due partite, la sconfitta 1-2 contro i portoghesi del Benfica e il pareggio (all'ultimo secondo) per 1-1 con il Siviglia, semifinale d'andata dell'Europa League. Non ho portato purtroppo una gran fortuna, ahimé.
Un plauso merita senz'altro l'organizzazione che consente l'accesso allo Stadium alle persone con disabilità, come me.
Il meccanismo per l'accredito online è molto semplice, viene assegnato un comodo parcheggio nei pressi dell'ingresso dedicato, si arriva con un'ampia rampa all'anello dove sono dislocati gli spazi per le carrozzine, con la possibilità di avere l'accompagnatore seduto nelle immediate vicinanze.
Per quanto riguarda i risultati sportivi è stato un anno difficile per la Juve, complicato anche dalle vicende extra sportive che hanno tolto la giusta serenità al gruppo. Non poteva essere diversamente: prima viene comminata una penalizzazione di 15 punti che fa sprofondare la squadra in classifica, poi viene tolta e di nuovo applicata con penalizzazione, stavolta di 10 punti. Senza entrare nel merito, sicuramente una giustizia all'italiana lenta e farraginosa. Condivido chi l'ha definita una stagione folkoristica! Purtroppo la squadra difficilmente parteciperà alle coppe europee nella prossima stagione, che quindi sarà ancora di sofferenza per noi tifosi Juventini.
Massimiliano Allegri era tornato sulla panchina bianconera nell'estate 2021 per vincere, come nel glorioso ciclo appena passato, ma a parte i risultati negativi, non ha convinto il suo modo di far giocare la squadra, che secondo me non rispecchia i canoni del calcio di oggi.
Devo però riconoscere che l'allenatore livornese quest'anno è stato bravo a isolare la squadra dalle situazioni extra campo e a dare spazio in formazione ai giocatori giovani provenienti dalla squadra under 23, tra i quali si sono particolarmente distinti Nicolò Fagioli, Fabio Miretti e Samuel Illing Junior.
Due anni senza trofei in bacheca pesano, vediamo cosa succederà dal punto di vista tecnico e gestionale della società, perché come diceva Giampiero Boniperti, leggenda bianconera: «Vincere non è importante, è l'unica cosa che conta».
Fino alla fine, forza Juventus!

Michele Fagnani allo stadio per la sua Juventus.

L'ILLUSTRAZIONE È DI PAOLA PARRA

TENNIS Il tennista russo ha trovato il modo di vincere gli Internazionali di Roma.

Traiettorie alte e agilità in scivolata Così Medvedev si scopre campione

di Jacopo Di Lorenzo, B.Liver

Fino a poco tempo fa eravamo abituati a dissociare contestualmente le due parole «Medvedev» e «terra rossa»: ebbene, signore e signori, oggi non è più così. La difficile relazione del numero uno di Russia con la superficie più lenta del circuito si è finalmente aperta a nuovi orizzonti molto promettenti: non più un Medvedev lento e impacciato, ma agile e oltremodo pericoloso anche su questo tipo di campi.
Qual è stata la chiave di volta, il fattore determinante, che ha cambiato diametralmente l'esito delle partite del moscovita? Era solo questione di maggiore allenamento, o ha adottato proprio un nuovo modo di giocare? Tanto per cominciare, il Medvedev da terra in stile 2022 odiava giocare la stagione sul rosso, tanto che non partecipò nemmeno a tre dei più importanti tornei: i Masters 1000 di Montecarlo, Madrid e Roma. Poi perse già al secondo turno nell' ATP 250 di Ginevra contro Richard Gasquet in due set, e infine raggiunse - più in virtù della resistenza del suo fisico che non della sua bravura - il quarto round del Roland Garros, sconfitto agli ottavi da Marin Cilic. Fine. La stagione di Medvedev sul rosso nel 2022 è consistita in due tornei, di cui uno un mal giocato 250. Direi che vi siete fatti un'idea del motivo per cui non si riteneva Medvedev esattamente un gran tennista da terra rossa…
Nel 2023 però, ecco invece arrivare un Medvedev molto diverso, già a partire dalle scelte strategiche di partecipazione ai tornei nei fatidici mesi della stagione a lui più ostile: non compete in nessun torneo che non sia degno della sua alta classifica, e gioca pertanto i tre tornei saltati l'anno precedente, tutti di fila, da Montecarlo fino a Roma, passando per Madrid. Per iniziare una stagione su una superficie poco congeniale, il russo non si è certo fatto pregare e ha tuttavia raggiunto risultati senza dubbio migliori rispetto agli scorsi anni, nonostante le possibili perplessità riguardo a una programmazione forse un po' azzardata.
Ma la differenza vera l'ha ottenuta in quel di Roma. Che potesse infatti battere tennisti come Sonego, Vavassori e Shevchenko, a Monaco o a Madrid, non sorprendeva infatti, ma che vincesse il trofeo di Roma, uno dei più vinti da Nadal - re della terra rossa per antonomasia- battendo, tra gli altri, tennisti come Tsitsipas e Rune - ben più prolifici di risultati di lui, sul rosso - questa sì che è stata una sorpresa. Tanto più sorprendente, se si aggiunge che lo stesso Rune aveva precedentemente battuto Djokovic ai quarti e Ruud in semifinale, ovvero due tra i papabili contendenti al titolo. Come ha fatto, dunque, il ventisettenne moscovita a venirne a capo, in una prova dalle difficoltà per lui oggettivamente elevatissime?
Era tutta questione di capire in che modo adattare un gioco già privo di punti deboli a una superficie più lenta del tanto amato campo veloce. Traiettorie più alte e cariche, agilità nel scivolare e una buona dose di palle corte: ecco le tre armi con cui Medvedev ha impallinato Tsitsipas e surclassato Rune a Roma. E ora, ottenuto l'amore per questa superficie e la fiducia contro qualunque avversario affronti su di essa, è potenzialmente in grado di battere chiunque in questo nuovo Roland Garros appena iniziato.

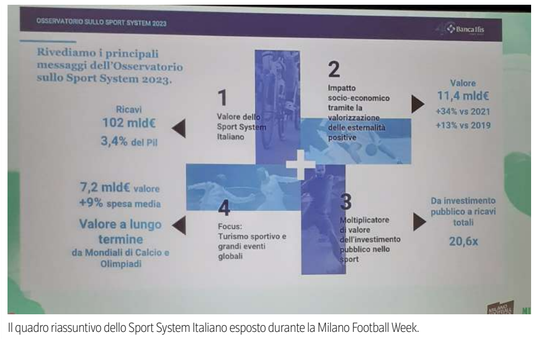
Una delle particolari esultanze in pieno stile Medvedev, firma d'autore del russo sui fortunati campi di Roma.

INCHIESTA

Ma quanto vale il nostro sport?

di Luca Malaspina, B.Liver

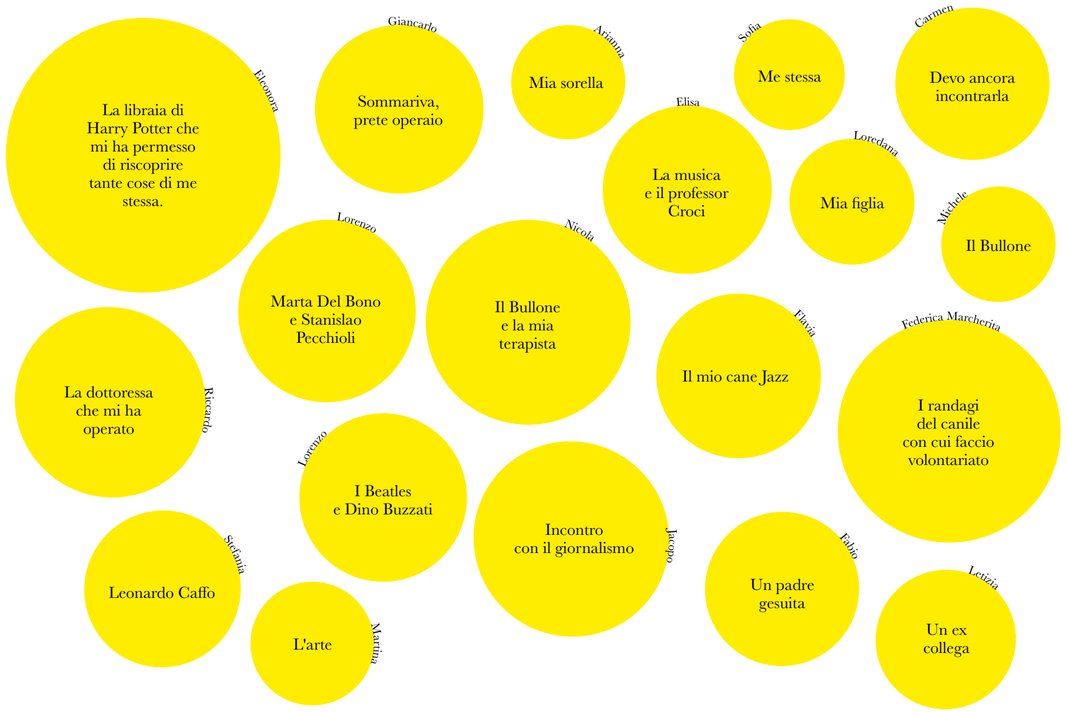
Vi siete mai chiesti quanto vale, a livello economico, il sistema sportivo di un Paese? Fino a qualche anno fa, un appassionato si concentrava solo esclusivamente a vedere i propri idoli dentro a un palazzetto, o a uno stadio, pronto a sostenerli fino a una possibile vittoria. Ora, oltre a essere un tifoso, l'amante dello sport dà anche uno sguardo ai possibili benefici economici che una competizione può dare in diversi ambiti.
Per cercare di rispondere alla domanda iniziale, possiamo dare uno sguardo allo studio del nostro sistema sportivo, grazie all'*Osservatorio sullo Sport System italiano*, redatto da Banca Ifis, che monitora l'andamento del movimento sportivo e dà indicazioni sui possibili problemi che si possono creare. Uno dei dati che emergono dall'analisi è l'aumento del 4% degli occupati, dai 389mila prima della pandemia a 409mila del 2022. Questo perché negli ultimi due anni l'Italia ha raccolto tantissimi risultati di rilievo grazie alle medaglie o titoli europei/mondiali conquistati. Le persone, vedendo questi trionfi, rimangono affascinate e talvolta cercano di trarre ispirazione dai vari atleti, iniziando a praticare l'attività sportiva; così facendo, gli italiani cominciano a scoprire gli eventi di quella disciplina e, incuriositi, acquistano il biglietto per viverne uno in prima persona.
Non solo. Se si tratta di andare in trasferta, non ci viene la voglia di fare un piccolo giro turistico per scoprire i musei e le specialità culinarie della città? Infatti, sempre guardando i dati del 2022, il «turismo sportivo» è tornato a essere un valore potenzialmente determinante di tutto il sistema sportivo italiano, totalizzando un volume economico pari a 7,2 miliardi di euro, lo 0,36 del PIL italiano. Chiaramente, non ci dobbiamo scordare che c'erano di mezzo ancora alcune restrizioni dovute alla pandemia. Però, vedendo l'ultimo anno senza alcuna limitazione, il 2019, notiamo che la spesa dei visitatori agli eventi sportivi non è poi così tanto superiore, solo il 5% in più. Quindi, ci sono tutti i presupposti in questo 2023 per alzare ancora di più l'asticella e trainare l'economia locale, oltre che quella nazionale.
Ma non sempre gli appassionati sportivi possono permettersi di contribuire alla crescita del sistema sportivo. Un esempio concreto è quello dei giochi olimpici di Parigi 2024. Poco tempo fa, ho avuto il privilegio (con anche un po' di fortuna, che non guasta mai) di essere sorteggiato per poter avere 48 ore di tempo per comprare i biglietti per assistere alle gare olimpiche. Ovviamente, prima dell'estrazione ho dedicato del tempo per decidere cosa vedere, ma non ho fatto i conti con la realtà… Infatti, appena ho avuto accesso al sistema della biglietteria ufficiale, non potevo credere ai miei occhi: i prezzi erano davvero esorbitanti, se non fuori dal normale. Per vedere una sessione serale di atletica leggera, meno di 700 euro non potevi spendere, addirittura arrivando a 980 per quella con inclusa la finale del 100 metri maschili. Stesso discorso vale per il nuoto, per non parlare della cerimonia d'apertura (meglio che non vi scriva il prezzo…).
Augurandomi che nei prossimi mesi ci siano altre possibilità di acquistare i biglietti per Parigi 2024 a prezzi molto più contenuti, la domanda sorge spontanea: ma lo sport è davvero per tutti o solo per alcuni? Sembrerebbe che anche il mondo sportivo stia guardando con attenzione più ai bilanci economici delle singole federazioni, piuttosto che a essere faro e punto di riferimento (a volte anche un rifugio) delle persone comuni. Ed è un peccato, perché, come diceva il nostro Alex Zanardi «ci si può drogare di cose buone: certamente una di queste è lo sport».

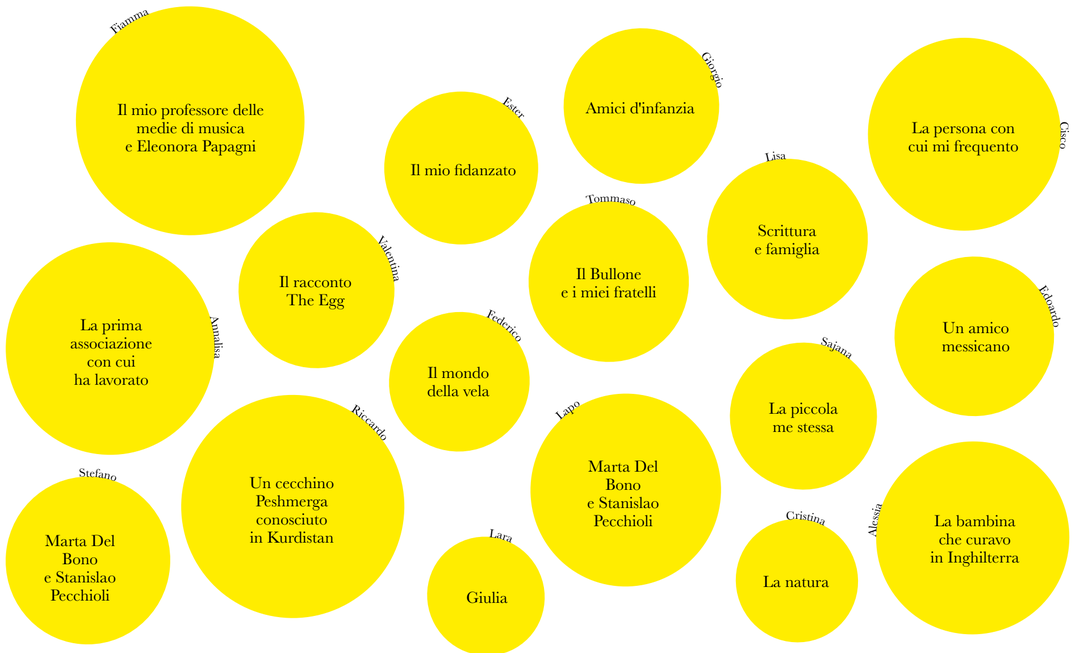


Il quadro riassuntivo dello Sport System Italiano esposto durante la Milano Football Week.

I B.LIVER INDICANO PERSONE, LUOGHI E COSE IMPORTANTI PER LORO STESSI.

Incontri che cambiano la vita





L'ILLUSTRAZIONE È DI **PAOLA PARRA**

CINEMA di Giuseppe Schiavi, B.Liver

Il Bullone vi segnala cinque nuovi film Da *The Whale*, storia di umanità e redenzione ai divertenti *Shazam* e *Mario Bros*.

The Whale

Il ritorno di fiamma di Brendan Fraser (che gli ha regalato un Oscar, il suo primo) è uno spettacolo di umanità e di redenzione. Dopo aver toccato il fondo, la lezione del film è che si può riemergere: la vita sempre e comunque, è degna di non essere sprecata. Con pochi attori e uno spazio ridotto, il film riesce a far emozionare e piangere.

Shazam 2

L'atteso seguito del film del 2017 che fece innamorare il pubblico per la positività e giocosità con i super-eroi, è generico, come molti film dei super-eroi. Con una trama tipo già-visto, e un mix di archi narrativi che la regia sembra non saper utilizzare al meglio, il risultato è modesto e banale. Con una Lucy Liu, di cui mi era sfuggito quanto non sapesse recitare, e con il ritorno di Zachary Levi in lotta con Dwayne Johnson per scarso appeal, c'è poco da dire. Il film avrebbe potuto essere migliore se la WB non fosse in guerra civile contro sé stessa sulla mesa in scena dei Cinecomics.

Super Mario Bros

Illumination e Nintendo hanno vinto. Hanno dato il più duro colpo alla Disney dai tempi in cui la Dreamworks sconfisse il colosso dell'animazione con *Shrek*. Il film dell'amico Mario Bros, tutto sommato, è esattamente come deve essere un film ispirato al videogioco. Il fatto che abbia raggiunto la cima della classifica degli incassi per un film di cartoni animati supera i meriti della trama.
Poteva andare peggio, perché Nintendo ha riscritto il film che Illumination voleva. Adatto agli amanti dei videogiochi, padri e figli.

Il Sol dell'Avvenire

Opera molto personale sui principi dell'arte e dell'artista. Quanto sei disposto a sacrificare per vedere la tua opera realizzata rispettando la tua visione? Scenderesti a compromessi per la possibilità di realizzare una parte della tua opera? Venderesti l'anima a Netflix? Tutti gli artisti prima o poi fanno i conti con la realtà delle produzione: devi fare sacrifici e tagli. Ma cosa succede quando sei così convinto delle tue ragioni da non accettare aiuti o giudizi?
Il film racconta in modo surreale la vita, nel bene e nel male, di un certo tipo di regista. E di come la sua visione del mondo non vada tanto bene nel mondo reale...

Proprietà dei Metalli

Thriller sovrannaturale all'italiana, con un tema classico.
Un giovane con poteri speciali, in una vita normale ma complicata dalla famiglia e dalla vita in campagna. Un dottore che scopre con umanità come arrivare alla «sovrumanità» del ragazzo.
Tutto con il giusto approccio, sebbene alla fine non si sappia come concludere: poiché questa è una storia di famiglia e la tragedia è nata lì dentro.

FESTIVAL di Odoardo Maggioni, B.Liver

A *Short Out* sullo schermo margini e periferie Il festival cinematografico di cortometraggi in programma a luglio a Villa Litta

Short Out è un festival cinematografico internazionale di cortometraggi ideato dall'*Associazione Tutti Frutti ETS* che quest'anno giunge alla seconda edizione, dal 12 al 16 luglio 2023, nella storica cornice di Villa Visconti Borromeo Litta a Lainate (MI).
Al centro di *Short Out* ci sono i margini e le periferie. Questi temi portanti vengono esplorati e sviluppati sotto ogni sfumatura possibile: artistica, ambientale, sociale, culturale.
Quattro serate di proiezione cortometraggi in gara, nel suggestivo Teatro Naturale della Villa, e una dedicata a un evento speciale.
Il Cortile Nobile ospiterà alcuni stand, una zona lounge, un'ampliata area food&beverage e due palchi: il consueto Talk Short, dedicato a incontri sul margine e alle interviste con i registi, e un altro per la musica live.
La call per i cortometraggi ha raccolto per questa seconda edizione 226 cortometraggi provenienti da 42 paesi, da 5 continenti: dall'Italia al Canada, dalla Polonia alla Cina, fino ad Australia, India e Iran.

Il Festival è un'occasione per valorizzare gli spazi periferici, quelli ai margini delle grandi metropoli, dove vive una linfa artistica inespressa o non ancora esplorata.
Il desiderio è di metterla in luce e di promuoverla attraverso tutte le forme di espressione artistica, portandola così dal margine al centro.
«Il cinema spesso si è soffermato a raccontare i margini, i luoghi di confine e gli umani limiti. La nostra idea è far raccontare alla periferia stessa cosa rappresentano il cinema e l'arte. Un'inversione di ruoli, in cui il margine si fa detentore delle chiavi della soglia e non è più il luogo di abbandono del logoro e della seconda mano, ma il centro di un moto innovatore, da cui si spande cultura, bellezza e vitalità. *Short Out* nasce con questo principio e vuole essere un primo (grande) passo».

CAMBIA PUNTO DI VISTA

Al Bullone andiamo oltre i limiti della malattia.
Diamo valore ai talenti.

DONA IL TUO 5X1000
94624410158

BULLONE
Pensare. Fare. Far pensare.

CHI SIAMO

Siamo una **fondazione non profit** che attraverso il coinvolgimento e l'inclusione lavorativa di ragazzi che hanno vissuto o vivono ancora il percorso della **malattia**, promuove la **responsabilità sociale** di individui, organizzazioni e aziende.
I ragazzi si chiamano B.Liver e la loro esperienza genera ***Bullone*, un nuovo punto di vista** che va oltre **il pregiudizio** e **i tabù** verso uno **sviluppo sociale**, **ambientale** ed **economico sostenibile**.
Bullone è **pensiero**: un giornale, un sito e un canale social, i cui contenuti sono realizzati insieme a studenti, volontari e professionisti per pensare e far pensare.
Bullone è **azione**: esperienze con i B.Liver, progetti di **sensibilizzazione**, **lavoro** in partnership con aziende.
Bullone
Pensare. Fare. Far Pensare.

COME SOSTENERCI

Abbonandoti al giornale sostieni la redazione e i ragazzi.
Puoi donare in tanti modi:
- con Paypal (donazioni@fondazionenear.org)
- con carta di credito sul nostro sito web: ilbullone.org/sostienici/
- con un bonifico bancario intestato a Fondazione B.LIVE ETS (IBAN: IT75U0623001614000015408620)
- con il 5 per mille della tua dichiarazione dei redditi (CF 94624410158).

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

ilbullone.org @bullonefondazione Bullone

IL BULLONE

Direttore responsabile
Giancarlo Perego

Vicedirettore
Elisa Tomassoli

Coordinamento editoriale
Sofia Segre Reinach

Capo redattore
Flavia Cimbali

Art director
Chiara Bosna

Editore
Fondazione B.LIVE ETS

Via Enrico Toti 29,
20900 Monza

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

Redazione
Viale Cassala 30, 20143 Milano
ilbullone@fondazionenear.org

www.ilbullone.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, Arnoldo Mosca Mondadori, Alice Nebbia, Bill Niada, Emanuela Niada, Roberto Pesenti, Andrea Pisano, Nicola Saldutti, Elisa Tomassoli, Lorenzo Viganò

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

LE ILLUSTRAZIONI SONO DI **MAX RAMEZZANA, CHIARA BOSNA, ELISA LEGRAMANDI E SANDRA RIVA**

15

Le persone rimaste vittime della recente alluvione in Emilia-Romagna

80335

È il numero delle frane censite nella regione Emilia-Romagna

La lettera ai ragazzi del *Bullone* di Paolo Cognetti, autore de *Le otto montagne*

Paolo Cognetti nasce a Milano nel 1978. Dopo aver studiato Matematica, si diploma in Sceneggiatura alla Civica Scuola di Cinema di Milano e fonda una casa di produzione indipendente, Cameracar. Successivamente si è dedica alla realizzazione di documentari a carattere sociale,

politico e letterario, tra i quali: *Vietato scappare*, *Isbam*, *Box*, *La notte del leone*, *Rumore di fondo*. Ha pubblicato le raccolte di racconti *Manuale per ragazze di successo* (2004) e *Una cosa piccola che sta per esplodere* (2007, Premio Fucini, Premio Settembrini e finalista al Premio Piero Chiara). Dopo una serie di documentari sulla letteratura americana e diversi soggiorni newyorkesi ha pubblicato nel 2010 la guida *New York è una finestra senza tende*, nel 2014 la guida enogastronomica *Tutte le mie preghiere guardano verso Ovest* e il saggio *A pesca nelle pozze più profonde, meditazioni sull'arte di scrivere racconti*. Dalla sua passione per la montagna è nato un diario: *Il ragazzo selvatico* (2013). Tra i suoi romanzi più recenti occorre segnalare *Sofia si veste sempre di nero* (2012, finalista al Premio Campiello 2013), *Le otto montagne* (2016, Premio Strega giovani 2017 e Premio Strega 2017; da cui F. Van Groeningen e C. Vandermeersch nel 2022 hanno tratto l'ominimo film, Premio della giuria al Festival di Cannes dello stesso anno e David di Donatello come miglior film nel 2023) e *Senza mai arrivare in cima. Viaggio in Himalaya* (2018), mentre è del 2021 la cura del volume biografico *L'Antonia. Poesie, lettere e fotografie* di Antonia Pozzi.