



Sommarario

**LA STILOGRAFICHE
DI MARCHET**

"Sudzion", la pecje dai furlans

William Cisilino

pag 3

**UN FRIÛL PÔC FURLAN**

No, non mangio grassi...

Enos Costantini

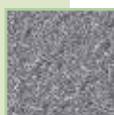
pag 4-5

**DALL'HOSPITALE
DI SAN TOMASO
SULLA VIA DELLA SETA**

Il passaggio in Afghanistan

Marino Del Piccolo

pag 6-7

**PSICOLOGIA
DEL BENESSERE**

Gestire lo stress senza stressarsi

Sara Grassi

pag 8

**TRA I SENTIERI
DELLE FIABE**

Ci sarà una volta

Angelica Pellarini

pag 10

**ASS. CERCHI
NELL'ACQUA**

Donne in cerchio

Milena e Teresa

pag 11

**VIAGGIO NELLE
MERAVIGLIE
NASCOSTE DEL FRIULI**

Sulle tracce di un lontano passato

Giuseppe Muscio

pag 12

**ASS. CULTURALE
AMIGDALA**Aggressività:
un bisogno da soddisfare

Erica Cossettini

pag 14

**L'AGGRESSIVITÀ
NEL CANE**

Come comunicare con lui

Elianto Elisabetta

pag 15

Tratti che lasciano il segno



Claudio Mario Feruglio

Claudio Mario Feruglio è nato a Udine nel 1953. Ha completato gli studi all'Accademia di Belle Arti di Venezia, perfezionando la propria arte sotto la guida del Maestro spazialista Edmondo Bacci. Durante la permanenza a Venezia, lo studio, il disegno, la pittura, le visite a chiese e musei lo impegnano in una riflessione di natura intimista che eleva la sua ricerca pittorica a strumento di introspezione e spazio etico. All'inizio degli anni settanta le prime mostre rilevanti: nel 1974 inaugura la propria personale a Grado intitolata *Racconti Biblici*, titolo emblematico che delinea l'impronta caratteristica del suo lavoro. Definiva dai suoi commentatori come personalità portata alla riflessione, la sua ricerca di trascendenza è fin dagli inizi tema fondante della propria opera, insieme alla sua *friulanità*. Si intensifica negli anni seguenti una partecipazione attiva alla vita artistica friulana e nazionale. Nel 1981 è tra i vincitori del *Premio nazionale San Fedele*, che lo pone all'attenzione della critica milanese. Tiene di seguito mostre



personali e collettive in Italia e all'estero, presso gallerie private ed istituzioni pubbliche: in Austria, Germania, Svizzera, Principato di Monaco, Slovenia, Croazia, Bosnia Herzegovina, Francia, Polonia, Finlandia, Spagna, Gran Bretagna, Turchia, Giappone, Cina, Brasile, Australia. Nel 1995 partecipa su invito alla *XLVI Esposizione internazionale d'arte di Venezia* - nell'ambito delle mostre collaterali - rassegna *Memorie e Attese 1895 - 1995*, con il gruppo *Le Voci del Silenzio*. Nel 2005 ha realizzato con il regista Gianni Fachin un cortometraggio dal titolo *Il mistero e la luce*, in cui racconta la propria poetica interiore incentrata sul silenzio.

È presidente di *AURA Associazione Artistico Culturale del Friuli Venezia Giulia*, organismo di promozione di scambi culturali tra artisti europei. È ideatore della *Casa Comune della Cultura Europea*, progetto culturale fondato su un'idea di arte etica che riunisce il lavoro e le riflessioni di un gruppo di artisti di nazionalità diverse.

segue pag. 2

segue Claudio Mario Feruglio

Ho incontrato nel suo studio il pittore Claudio Mario Feruglio.

Cosa significa per te essere artista oggi?

L'artista di oggi ha bisogno di implementare la propria visione del mondo interiore attraverso una serie di conoscenze che vanno oltre il tecnicismo. Per esempio, oltre a conoscere la storia dell'arte, bisogna che conosca la storia dell'umanità in cammino. Sapere cosa pensano e confrontarsi con i teologi, i filosofi, i sociologi, gli antropologi e tutte le persone di buona volontà al di fuori del sistema complesso dell'arte, tutte indispensabili alla crescita dell'artista. Oggi si va dicendo che è stato fatto tutto! Dopo il taglio di Fontana, l'orinatoio di Duchamp, dopo la "Merda d'artista" di Manzoni aprire nuove vie dell'arte parrebbe difficile. Io credo, invece, che ci sia ancora tanto spazio per potersi esprimere al meglio, purché avvenga nell'ambito di una creatività responsabile che vada al di là di mode o quant'altro. Per aprire a nuovi linguaggi espressivi è necessario che l'artista viva una condizione di serenità interiore. Dobbiamo sostenerlo, aiutarlo nella maturazione e contribuire a diffondere il suo messaggio. Deve ritornare a sentirsi utile e parte attiva della società civile. Altrimenti ahimè il suo ruolo verrà meno. È un contributo che tutti possiamo e dobbiamo fare.

L'artista di oggi risente della crisi che ha coinvolto l'umanità, e da uomo sensibile qual è ne percepisce le istanze dibattute tra un'arte etica o estetica. Gli artisti sono disorientati, a volte delusi. Seguono logiche di mercato, percorsi fuorviante rispetto al processo creativo vero e proprio. Il superamento di queste criticità può avvenire soltanto attraverso la bellezza. Una bellezza che abbia la capacità di essere anche, se necessario, superamento dei canoni classici e nel contempo denuncia. Non posso pensare a un artista rinchiuso nel proprio studio a esercitarsi in ricerche estetico-visuali senza prendere coscienza di quello che succede al di fuori del proprio ambito creativo!

Quanto Friuli c'è nelle tue opere?

Sono un artista friulano che ama la Piccola grande Patria e qui si ispira con lo sguardo rivolto ai monti al mare. Appena posso mi ritiro nei silenzi moggessi a sentire la "voce del silenzio". Mi nutro di questa poesia che si fa carico, a volte, dei lamenti di una umanità ferita, e le opere risentono la voce di questi drammi inascoltati esaltando i colori neri, rossi, gialli. Delle luci del Friuli, amo soprattutto quelle dell'aurora e del tramonto a cui ho dato il significato della

vita e della morte, dove il silenzio si fa ascolto, preghiera, parola senza tempo, mistero. Ed è qui, in questo ambito creativo che ti poni le domande sul senso di stare al mondo, e ami la vita quale dono preziosissimo di Colui che l'ha voluta e ti ha innestato il soffio vitale dell'eternità. Tutto questo è bellissimo! È a questo magistero che mi ispiro. I paesaggi interiori nascono da queste visioni fatte di albe e tramonti, di silenzi, di ascolti, di teodie, di arcobaleni, di passaggi di filosofi ecc.

Vi è un particolare che si ripropone in tutte le tue opere?



I miei quadri sono bipartiti. In primo piano, lande deserte raccontano la solitudine dell'uomo. Ma anche l'uomo che ascolta e si pone di fronte al creato, essere alquanto piccolo. A volte i primi piani contengono rigagnoli di acqua, alberi solitari o isole dell'acqua e del pane, a cui approdare. Ma una luce "oltre" si fa largo a significare che quella è la meta a cui dobbiamo tutti aspirare. "La luce sconfigge le tenebre" recita un mio ultimo quadro. In tutte le mie opere insiste una piccola presenza. È l'uomo "piccolo" di fronte al mistero, ma prezioso a Colui che lo ha voluto. Siamo piccole pietre vive, come ha detto Papa Francesco in questi giorni. Noi siamo delle meravigliose architetture di carne, create a immagine e somiglianza di LUI con il compito, ognuno secondo i propri talenti, di contribuire a costruire ponti di fratellanze tra persone nel rispetto reciproco di culture, religioni e tradizioni diverse. L'arte, la "vera arte" può contribuire in questo e l'artista per vocazione è portato a elargire quanto di bello, di buono, di vero c'è in tutte le cose. Nella società in cui ci troviamo, di grande trasformazione, sentire il bisogno di appartarsi in silenzio ad ascoltare la "voce del silenzio", credo sia indispensabile come medicina dello spirito, strumento terapeutico di riconciliazione con la vita.

Andrea Biban

Data delle USCITE TRIMESTRALI de

LO SCATOLINO

- IV trimestre: 01/12/2017
- I trimestre: 15/03/2018

Se anche tu vuoi pubblicare qualcosa mandaci articoli, foto, immagini, lettere, poesie, commenti... entro 30 giorni dalla pubblicazione.

Potrai far parte anche tu di questa piccola realtà editoriale. Si ringraziano tutti coloro che fino ad ora hanno contribuito e collaborato per arricchire queste pagine.

La pubblicazione degli articoli è gratuita

Contatti:

mail: info@scatolificiudinese.it
tel. 0432 84500

DOVE TROVARE

LO SCATOLINO

Ass. Cure Palliative Mirko Spacapan
Via Gorizia, 84/a - Udine

Progettoautismo FVG

Via Perugia, 3 - Feletto Umberto

Istituto salesiano Bearzi - FVJob

Via Don Giovanni Bosco, 2 - Udine

Trivisan Sanitaria

Via Celio Nanino, 129 - Reana del Rojale

Oasi dei Quadris

Via Caporiacco - Fagagna

Ludoteca Comunale di Udine

Via del Sale, 21 - Udine

Codacons FVG c/o

Città Fiera - Via A. Bardelli, 4 - Martignacco

La Pescheria Verzegnassi

Via Mantica, 2 - Udine

Ass. Amigdala

Via Ampezzo, 52 - Udine

Libreria Friuli

Via dei Rizzani, 1 - Udine

Pasticceria Myriam

Via Fortunato De Santa, 18 - Forni di Sopra

Cooperativa Aurora

Via Venezia, 70 - Codroipo

Cooperativa Aurora

Via Bersaglio, 7 - Udine

La Bioteca

Via Villa Glori, 41 - Udine

DOVE CONSULTARE

LO SCATOLINO

Biblioteca Comunale

Piazza Unità d'Italia 3 - Fagagna

Al 2° piano del Municipio

Biblioteca Comunale

Via Nazario Sauro, 10 - Chiopris - Viscone

Biblioteca Civica

Via De Amicis, 40 - Gonars

Biblioteca Civica Vincenzo Joppi - sez. periodici

Piazza Marconi, 8 - Udine

Biblioteca Civica

Via della Rimembranza, 4 - Mereto di Tomba

Biblioteca Bindo Chiurlo

Via Divisione Julia, 10 - Cassacco

Reg. Tribunale di Udine

nr. 9 - 24 settembre 2013 - Nr. Roc 24037

Editore: Igab sas

Proprietà: Scatolificio Udinese srl

Direttore responsabile: Davide Vicedomini

Caporedattore: Angelica Pellarini

Presidente del comitato direttivo: Andrea Biban

Responsabile comunicazione: Giovanni Cassina

Progetto grafico: Igab sas

“La stilografiche di Marchet” a cura di William Cisilino

“Sudzion”, la pecje dai furlans

Questo scritto di Giuseppe Marchetti, del 1947, spiega le ragioni storiche che hanno portato i friulani ad essere dei “sotans”. Il succedersi di dominazioni straniere, sommate alla endemica mancanza di istruzione, secondo l'intellettuale gemonese, hanno prodotto nei friulani un complesso di inferiorità che tuttora stentano a scrollarsi di dosso.

L'attualità di questo testo è a tratti sconcertante. Come quando scrive: “Ai furlans no ur pâr nuie di strani che dute la lôr vite e sedi direzude di forescj, che i prefets, i cuestôrs, i diretôrs, i parons di ogni fate a vebin simpri di vignî di fûr vie”. Guardiamoci attorno: chi detta legge, nelle istituzioni civili e religiose, oggi, in Friuli? Chi ricopre i posti più importanti di comando? A settant'anni di distanza, siamo forse più “sotans” di prima. Con l'aggravante che, nel 2017, non possiamo addurre come scusa la mancanza di istituzioni democratiche o l'ignoranza del popolo. Siamo “sotans” per scelta.

William Cisilino

O cirin di spiegâ par furlan, cun cheste peraule, chê debulece morâl che tal lengaç dai studiâts e ven clamade «complesso d'inferiorità». Lassin di bande il significât just che i à volût dâ cui che le à inventade, e cjapinle come che si le dopre usualmentri: cheste «sudzion» e je une des pecjjs dal popul furlan, ancje dai plui brâfs, dai plui bogns, dai plui seris e dai plui galantoms tra ducj i furlans. A son scuasi nome i salabracs, lis lingjeratis, i barabàs, e je nome la pointe, il rifudum de popolazion che no cognôs cheste malatie!

No podin crodi che e sedi une tare de nestre raze che in altris timps, e in cualchi ocasion ancje cumò, e sa alçâ il cerneli e lâ incuintri cun dute la grinte aes plui gruessis e periculosos difficultâts. Pluitost o crodin che e sedi une consequence de vite disperade che il Furlan al à scugnût menâ sot di tancj parons forescj che lu àn folpeât, e ancje dal bas nivel di culture ch'al à vût e ch'al à ancjemò: par colpe de miserie che lu oblee a lavorâ cence padin e no i lasse un moment di timp par tirâsi sù e meti in moviment il so çurviel. Cheste idee di jessi bon juste di ubidî e di vivi sot paron, di cjaminâ nome se un altri i mostre la strade, e je salacor plui di dut une des bielîs ereditâts dai trê secui e mieç che e à comandât culi

Vignesie. La Serenissime e à simpri doprade la pulitiche di tratâ i furlans tant che une sdrume di puare int di raze inferiôr, indaûr in dutis lis robis, brave di lavorâ e nuialtri. Ju cjariave di tassiss, ju spelave cence rimission, e disvuedave dutis lis risorsis de regjon, e spietave che la int stremade e presentàs suplichis e lements ogni volte che e capitave cualchi disgracie — une cjaristie, une inondazion, un taramot, une pestelence — e dopo ur smolave un plasê, un fregul di jutori, un solêf di nuie, lassantlu colâ dal alt, cul fâ di un miliardari ch'al dà la caritàt al ultin pitoc.

Di chel di che Vignesie e metè pît in Friûl, mai che un dai nestris umign al sedi rivât adore di fâsi strade te pulitiche, di jentrâ te machigne dal guvier, di vè un puest di comant e di responsabilitât, fûr di chês parvencis di autonomie locâl che i parons a vevin vude la furbarie di lassâ in pîts, gjavantjur ogni sostanza di autoritât e di libertât. E se un furlan al lave a Vignesie, al restave inceât di dut chel sflandôr, di chel lusso, di chê grandece e al tornave scunît e mortificât tal so puar paîs di miserie, di sudôrs e di cragne. Cussi, un pôc a la volte, i furlans a rivarin a persuadisi ancje lôr de superioritât e de potence dai parons e a adatâsi al distin di ubidî e di preâ. Prime, sot dai patriarcjîs, a vevin un altri spirt, a jerin stâts bogns di alçâ la vôs e di volê fâ a lôr mût, almancul cualchi volte; il paternalisim di Vignesie al rivà adore di spadâju, di taiâur lis ongulis, di fâju diventâ pioris. E pioris a forin sot dai francês, sot da l'Austrie; e pioris a son ancjemò sot da l'Italie. No ur pâr nuie di strani che dute la lôr vite e sedi direzude di forescj, che i prefets, i cuestôrs, i diretôrs, i parons di ogni fate a vebin simpri di vignî di fûr vie, che i cadreghins plui comuts a sedin distinâts al pesenâl dai «talians», che l'autoritât, il comant, la direzion e sedi tes mans di int che e fevele un altri lengaç e che e à un'altre mentalitât: anzit cheste diference ur pâr scuasi la mostre di une vere superioritât. Insumis a son ben persuadûts di vè bisugne di lôr e di no savê lâ indenant cence la bachete o il stombli dal forest. Magari cualchi volte a molin une rugnide, ma cuintri il puar diaul vignût di fûr vie a cirî di vivi o lavorant o imbroiant, no cuintri la leghe onipotente dai parons che a viarzin la strade e che a proviodin il puestut

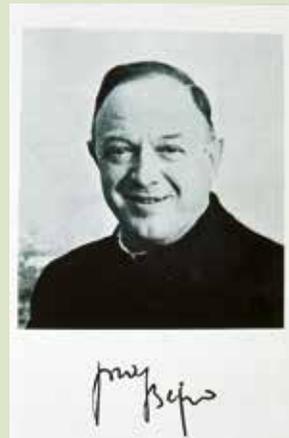
al paisanut, parant vie il furlan che lu ocupave prin. Che il paron al sedi forest ur pâr just e inevitabil, che il pedoglôs nol sedi un furlan ur pâr dal im-

possibil e se cjapin cuintri di lui, pensant che chel nol vebi dirit di cundividi la lôr miserie, e nancje di fâle diventâ plui nere.

L'uniche manifestazion di indipendence spirituâl che nus restave e jere chê des costumancis e de lenghe, che a resistevin massime in mieç dal popul des vilis, mostrand che la medole nostrane e jere ancjemò vive e sane. Ma la stupide psicologjie des miezis veladis, ch'al ven a stâi di chê borghesie e piçule nobiltât che e je plui infetade di «sudzion» e che plui pidadis e cjape e plui e leche il pît che jes mole, e tacà adore a simiotâ il costum e il lengaç dai parons, par fâ viodi di jessi diferente dai biâts campagnûi e montagnûi. E cumò plui che mai, ognidun ch'al vebi il ghiti di mostrâsi un scjalin plui alt dal contadin, al spessee a pestâ par talian o par venit a sun di strambalots, strapaçant e bastardant in maniere ridicule tant il furlan che il talian, e mostrand di no savê ben ni chest ni chel. E nancje cuintri cheste pietose debulece nol è rimiedi: cui cu nas cu l'anime dal famei o dal pitoc, al restarà simpri famei o pitoc.

Ma noaltris no vin ancjemò piardude dal dut la sperance di podê dâ une buine scjassade tal stomi de nestre int, di podê dismovi cualchi lusigne di dignitât, cualchi sgrisul d'indipendence morâl in mieç a dut chest trop di pioris bastonadis e contentis. Nome par chel o tignin dûr e o cirin di lâ indenant, ancje se la plui part dai furlans nus cjale cun simpatie platoniche cence movi un dêt e nus jude nome di peraulis, o e reste li cu lis mans te sachete a viodi ce ch'ò sin bogns di fâ.

Puare int: lôr a àn «sudzion»! Noaltris no'ndi vin fregul!



Pre Josef Marchet

Un Friûl pôc furlan *Enos Costantini*

No, non mangio grassi...



Gallo e galline che attoniti stanno chiedendosi: "ma come, per decenni ci avete detto che il colesterolo è colpa nostra e adesso dite che è colpa degli zuccheri? Chi sono questi briganti assassini? Qui nella bassa corte non li abbiamo mai visti, ve ne inventate ogni giorno una?"

Sarà ben ora...

Sarà ben ora che chimici e biochimici, nutrizionisti e dietisti, dietologi e immunologi e endocrinologi e oncologi ed epidemiologi, comincino a dirci quali cibi e non quali molecole privilegiare. Chi mi dice che i glucidi dentro una patata abbiano, a parità di quantità, lo stesso effetto dei glucidi dentro uno yogurt?

E basta con *diktat* e *ukase* e *befèi* e proibizioni privi di fondamento logico e scientifico.

Niente formaggi – sentii più volte pontificare – per via degli acidi grassi saturi e del colesterolo. Ma io non mangio acidi grassi saturi, né colesterolo, mangio formaggio. Non è la stessa cosa.

Come dire “non respirate più perché l’aria è inquinata”.

Allora:

- tra non respirare e respirare inquinato, preferisco la seconda opzione; cioè tra mangiare zero e mangiare ciò che passa il convento delle multinazionali la scelta è obbligata. Ma il nutrizionista e il dietista e il dietologo mi ordinano di non mangiare formaggio, qualsivoglia formaggio, non mi consigliano di boicottare il cosiddetto formaggio della multinazionale Pinkopalla Corporation Ltd.

No, non mangio grassi, e neppure lipidi, e neanche glucidi, e neanche carboidrati, e neppure protidi, e neanche proteine, e neppure vitamine, e neanche sali minerali; non mangio antiossidanti, e neanche omega-3, e i nutraceutici non so che cosa siano...

Io mangio pane e salame, polenta e formaggio, musetto e brovada, bagigi, noccioline, *peanuts*, *groundnuts*, pasta, riso, burro, *spongje*, olio, marmellata, miele, spezie, erbe aromatiche, radicchio, carote, cavoli miei, capre e cavoli, cavoli a merenda, finocchi, *sclopit*, erbette, *vuainis*, fagiolini, tegoline, *argjelut*, *matavilz*, valerianella (non valeriana), zucchine, cozze, pomodori, mele, pere, armellini, baracoccoli, patate in umido, patate fritte, patate al forno, minestre, minestrine, minestrini...

Che faccio? Calcolo quanto c’è di grassi, lipidi, glucidi, carboidrati, zuccheri, vitamine liposolubili, vitamine idroso-

lubili, antiossidanti in ogni minestrone? Che indice glicemico ha la minestra di fagioli? E se al posto dei fagioli borlotti ci metto le lenticchie? E se al posto dell’orzo ci metto il farro monococco? O il farro dicocco? O il farro spelta? E se faccio il minestrone col miglio e con i ceci? E la pasta coi ceci? E i risi coi bisì? E il frico con le patate? E il frico senza patate? E le patate al vapore? E le patatine industriali? E le patate appena bollite col Montasio? E le patate appena bollite col Latteria? E le patate appena bollite col Brie?

Insomma se gli scienziati, i chimici e i biochimici, i nutrizionisti e i dietisti vogliono continuare a divertirsi con la chimica e la biochimica facciano pure, ma il popolo non mangia le componenti chimiche del cibo (non ho mai sentito esclamare “*ce mangjade di proteinis!; o ai cjapade une sglonfe di omega-3 di chês!*”), mangia cibi associati, consociati, confederati.

- mai che ti dicano che esiste anche aria buona. Cioè che non tutti i formaggi (o i burri, o le ricotte, o *lis strissulis*, o le pere sono uguali). Non può non esserci una differenza abissale tra un pecorino stravecchio da pecore che hanno brucato la flora della gariga e le Frisone italiane imbottite di soia argentina, di semi di cotone, di mais sotto ogni forma (bel rapporto omega-3 / omega-6), di sottoprodotti industriali, di cereali di origine ignota... Tutto latte italiano, per carità, ma non è l'aria di Abbiategrasso che influenza la composizione o la struttura molecolare del latte.

Ti diranno che i grassi son grassi e le proteine son proteine. Già, ma la somma delle parti non forma il tutto. Come si mettono assieme le sostanze che formano un alimento? Come interagiscono? Come vengono utilizzate dal nostro organismo? Ci serve proprio un biochimico per dirci che il formaggio da vacca che mangia erba non è il formaggio da vacca che mangia semi di cotone? I lipidi son lipidi, ma sono gli stessi in entrambe le condizioni? E quali altre sostanze note entrano in gioco? E le sostanze ignote? Chissà quante sostanze devono ancora scoprire chimici e biochimici.

E il penultimo studio americano dice che le ostie non consacrate fanno male, mentre l'ultimo studio americano dice che le ostie non consacrate fanno bene, basta non esagerare.

Come se noi non avessimo altro da fare che mangiare ostie non consacrate.

Andate al bar: ci trovate proteine e lipidi e glucidi? No, ci trovate tramezzini, panini, brioches che solo a pensare alle materie prime che li compongono (farine, non protidi, glucidi e lipidi) sei preso da incubi *horror*...

Vale per il bar sottocasa come per il bar della stazione come per il bar dell'ospedale.

Ah, i bei tempi in cui era un'azienda agricola (*Toni di Merèt, Svualt di Sante Marie, ...*) che poteva prendere l'appalto di questi bar e offrirvi pane e salame di casa, e un *tai* di vino che sapeva di uva.

E quando scuole e ospedali avevano la cuoca o il cuoco che faceva cibi noti, *real food*, e non pastoni e brode? Era un male tanto grande per un collegio o un ospedale avere un'azienda agricola che forniva latte e derivati, frutta e ortaggi? Meglio i cibi precotti, vero? Con materie prime di provenienza non nota, vero? Abbinare e sposate contro ogni principio della dietetica, dico bene?

Brovada e muset avevano un senso, perbacco! E anche concretamente positivo se messi insieme.

Il formaggino molle ne ha altrettanto, perbacco, ma solo in senso negativo, perdirindindinapernondireperlama-donnina.

- Niente uova - ci dissero. Perché contengono colesterolo. Già, ma siamo sicuri di un rapporto causa effetto immediato? Mangio una frittata con le erbe e va su il colesterolo tic e tac? Suvvia, siamo seri! E ora i medici ti dicono che sono gli zuccheri a tirarti

su il colesterolo, dopo che per decenni hanno demonizzato le povere ignare incolpevoli galline.

Le mie lettrici più attente (tuttavia piacenti, perbacco!) ricorderanno la martellante campagna degli anni Sessanta a pro della margarina, una delle schifezze più innominabili del gastrouniversomondo. Tutto a detrimento del burro, alimento all'epoca dietetico come pochi altri perché se ne usava poco in quanto prezioso e perché le vacche mangiavano erba. I tanti principi nutrizionali dell'erba, che sono all'ennesima potenza quelli delle tanto decantate verdure, passavano nel burro.

Conclusione

Ora vorrei che chimici e biochimici, dietisti e dietologi, nutrizionisti e gastroscicologi mi spiegassero perché la zuccina appena colta nel proprio orto è più buona della zuccina che ha percorso 800 chilometri su camion e che ha fatto la scema per tre giorni sul banco del supermercato.



Non state a bazzilare tanto dietro di calorie, proteine, lipidi, glucidi, vitamine e compagnia briscola. Voi mangiate fagioli con la cipolla, ma anche senza cipolla, ceci con pasta, ma anche senza pasta, risi coi bisi, ma anche bisi senza risi; insomma alimentatevi con alimenti... anche perché è obbligatorio. Mai visto neanche uno chef che metta assieme proteine derivate magari dal petrolio, zuccheri dal mais, grassi da palma, vitamine di sintesi, coloranti consentiti dalla legge e amalgami il tutto per proporvelo... Uno chef magari no, ma provate a leggere le etichette di certi pseudofarmaci ben implasticati e molto ben reclamizzati che allignano nei frigoriferi dei supermercati: vi servirebbe una laurea in biochimica. Meglio i fagioli che non portano analisi chimiche di sorta, non hanno etichette che specificano le calorie e la composizione, credete a me.

Dall'Hospitale di San Tommaso sulla via della seta

Il passaggio in Afghanistan

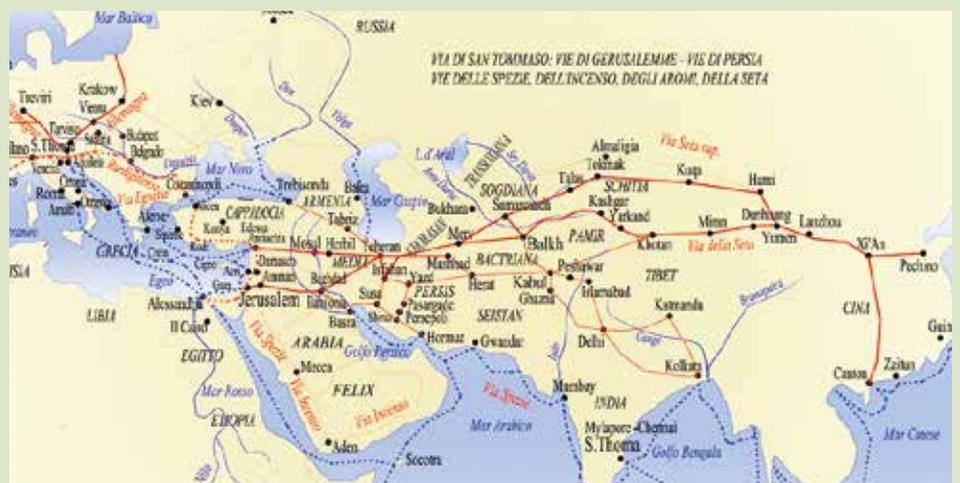
L'Hospitale e le sue vie antiche ci hanno rimesso in cammino, abbiamo scelto la via di Gerusalemme il Centro del Mondo, e lì abbiamo trovato altre vie che proseguono verso l'altra metà, dall'altra parte. Vie antiche che attraversano confini, che non c'erano, linee di una storia di relazioni che giungevano sempre da oriente, fino alla Persia e oltre. È la Via di San Tommaso. Fino a Gerusalemme è costellata dai segni della devozione a lui e oltre Gerusalemme è segnata dal suo passaggio a oriente. Le chiese più antiche sono quelle fondate da lui in Siria, Iraq, in Iran e in India, secondo la tradizione storica. Non è sicuro che sia avvenuto ma è certo che milioni di persone per due millenni lo hanno creduto. Le chiese sono ancora lì. La storia della speranza dell'umanità è la più autentica che abbiamo, è frammentata ma allineata sull'antica Via. È la storia non degli eventi ma delle relazioni e del tempo tra gli eventi. La storia non delle mura ma delle vie, dello spazio tra le città. Seguendo le tracce di san Tommaso così siamo giunti in Iran e quindi in Afghanistan. L'abbiamo esplorato attraverso tre giornate di incontri all'Hospitale dal 18 al 20 agosto 2017, abbiamo cercato la sua storia, quella antica e quella recente, nella memoria di chi ci ha vissuto. Ed è la memoria di una terra vertiginosa, di una natura straordinaria, di deserti spettacolari, wadi, oasi con frutti di tutti i tipi e di città di culture millenarie come Bactra, *Balkh*, "la madre di tutte le città" che aveva dato i natali a *Zarathustra-Zartosht*, a Jamal al-Din *Rumi*, ad *Albumasar*. Scienziati, filosofi, matematici, mistici, poeti. Città con mercati dove si incrociavano prodotti, preghiere e idee sulle vie della Seta e delle Spezie. Comunità per le quali l'ospitalità era sacra e l'incontro delle culture la regola. Cento anni di *Great Game* e gli ultimi 40 anni di guerra hanno sconvolto quella terra, eppure da quelle parti si è manifestata nella memoria l'idea del paradiso (*pairidaeza*, è il giardino in persiano antico, il Giardino del vangelo di Giovanni) e della lotta tra il bene e il male. Il monoteismo, la preghiera incessante, la stretta di mano di riconoscimento, tutto quello che fu poi persia-

no era giunto da lì, dall'Afghanistan, sulle Vie Reali di Persia, poi Vie della Seta, collegate a Gerusalemme con le antiche vie dell'Hospitale: via Adriatica, in fondo a sinistra. Siamo sulla stessa via. Qualcosa cambia?



Collezione Schinasi. La colonna del sapere e dell'ignoranza, 1970

Uno dei documenti fondamentali per riprendere quella storia è la Collezione Schinasi, nel periodo dal 1900-1979, dalla modernizzazione del primo 900 alla fine della monarchia. Le foto raccolte da Rolando e May Schinasi tra il 1960 e il '78, sono state presentate in anteprima da **Valerio Pellizzari**, giornalista con esperienza quarantennale in Medio Oriente. La collezione sarà oggetto di una mostra itinerante con la collaborazione della redazione de "Lo Scatolino". Pellizzari ha presentato anche il suo libro *In Battaglia quando l'uva è matura*. L'Afghanistan fu, tra gli stati mediorientali, uno dei primi a scegliere la via del modernismo tra fine 800 e inizi '900, con riformatori come *Jamal al-Din al-Afghani*. Con Re *Amanullah Khan* l'Afghanistan intraprese riforme laiche che abolirono l'obbligo del velo e istituirono la scolarizzazione obbligatoria per maschi e femmine nel 1921.



L'Architettura, i costumi, l'industrializzazione potevano competere con quelle occidentali. Poi la prima guerra fredda ha interrotto di nuovo, dopo il *Great Game* dell'800, la storia di questo grande paese.

Sulle vie storiche dall'Europa, sulla Via Adriatica, Balcanica giunsero in Siria-Palestina e proseguirono verso oriente pellegrini di ogni tempo che hanno lasciato diari straordinari come lo stesso **San Tommaso**, e **Marco Polo**, **beato Odorico da Pordenone**, **Caspani e Cagnacci**, i barnabiti del '900, e **Sergio Stocchi**, **Peter Levi**. Ne abbiamo letto alcuni passi imperdibili scelti da Giovanni Pedrini: *il mercato di Balkh* e *il Caravanserraglio*. Negli anni '70 erano migliaia in viaggio verso Oriente, Kabul, Katmandu, in fuga dall'Occidente, alla ricerca di un modello alternativo e antico, diversamente libero, in cui fedi diverse e spiritualità convivevano. Erano alla ricerca di un senso altro della vita e della comunità. Diversamente pellegrini. Era il tempo della fuga verso Kabul. Alcuni sono rimasti laggiù, altri sono tornati sufi, o cristiani orientali, o grandi storici e giornalisti. Una storia descritta in modo straordinario nel libro "Viaggio all'Eden" presentato da **Emanuele Giordana**. Hanno conservato la memoria di com'erano il Pakistan e l'Afghanistan prima della guerra iniziata 40 anni fa e mai conclusa. Oggi la fuga è da Kabul



verso l'Europa. Ragazzi afghani, con scarpe meno performanti, seguono ancora la via antica, la Burdigalense balcanica e la via mare. Chi cammina sa che ogni incontro ti salva un po', se ti fidi. Ti fa superare i pregiudizi, la trappola del Noi e Loro, l'atteggiamento paternalistico di tipo orientalistico che per definizione non può essere fecondo. L'incontro aperto, alla pari, consente di rimetterti in discussione e di guardarti, con la tua storia, dall'altro lato, per questo l'incontro con la diversità è efficace, è come l'incontro con l'altro genere, è impossibile ma interessante e fecondo, ci può essere innamoramento, forza vitale, bambini che giocano. Abbiamo avuto testimonianze di operatori umanitari, Letizia Cialli e Ilaria Zamburli di Emergency, Maurizio Peselj sul problema dell'acqua in Afghanistan e le maestre di Ospiti in Arrivo della Refugees Public School e di giovani afghani sulla storia della loro terra e attraverso la lettura di poesie di autori afghani. **Giovanni Pedrini**, antropologo, ci ha fatto



Donne Wakhi

scoprire il Badakhshan, il corridoio del Wakhan, una parte di Afghanistan risparmiata dalla guerra, rimasta fuori dai "grandi giochi". Lì il misticismo e le relazioni dell'uomo con il tempo e con la terra sono ancora quelli iniziali. **Al centro dell'Asia**, forse si può ancora intravedere l'origine e l'identità etnica dei popoli mongoli, turco orientali e persiani. **Lì dove la via finisce, dove la Via è iniziata.**

L'Afghanistan, terra vertiginosa, le sue genti hanno resistito ad ogni tentativo di colonizzazione e non hanno mai colonizzato nessuno. Nella terra senza mare al centro dell'Asia nel deserto è nata la Via più lunga l'asse della civiltà non segue fiumi e non va verso il mare, dal centro dell'Asia procede come a sbalzo nel deserto, sembra avere un'idea precisa. Cerca l'altro polo della civiltà. E' la via più lunga e antica, l'asse principale, delle relazioni tra occidente e oriente. L'ha percorsa Abramo, è la via della speranza dell'umanità, quella percorsa dal monoteismo e dall'idea del paradiso, dai primi libri della Bibbia, dalla cristianità, da San Tommaso, dalla storia degli ospedali moderni, la cura dell'umanità, l'accoglienza



Caravanserraglio sulla Via della Seta

reciproca. La via ha portali che la contraddistinguono, porte di accesso principali, quella siriana palestinese, quella mesopotamica, quella iranica, quella indiana, quella mediterranea, balcanica, quella Friulana e quella Afghana, l'ultima e la prima porta. Sono i nodi pulsanti, i linfonodi della rete viaria. Sono le porte principali, e sono state praticamente tutte sbarrate, declassate a zone di confine anziché zone di incontro, zone critiche da isolare in una guerra di posizione iniziata cento anni fa e che non è ancora finita. L'asse principale, delle civiltà è bloccato e irriconoscibile e deve essere liberato a partire dalle sue porte solo così la storia impigliata delle relazioni potrà sbloccarsi. Non sono aree critiche da bombardare ma incroci da salvare insieme alle relazioni che sono ancora necessarie per questo occidente dis-orientato e questo oriente terra madre tormentata.

Ecco la testimonianza di **Tamin Ansary** giornalista e scrittore americano. (...) *La tensione che i governi afghani hanno dovuto risolvere tra le potenze straniere e le tribù interne tenute insieme dall'Islam, ha generato una divisione tra zone rurali e urbane che sono esplose in conflitto più e più volte nel secolo scorso. Questi ultimi 37 anni di guerra hanno aggravato questa divergenza, e il mondo esterno dovrebbe prenderne atto, perché questa terribile tensione tra area urbana e rurale si manifesta altrove, anche nel cosiddetto primo mondo, per esempio nell'attrito tra Red State e Blue State in America. Le stesse dinamiche che hanno prodotto i talebani in Afghanistan nel 1990 hanno prodotto il donaldtrumpismo in America in questo decennio.* [mail del 16-8-17] (...) *Un'identità basata sull'alterità dell'Altro è intrinsecamente inautentica e non può mai avere un esito sano. In ultima analisi, "Noi contro di loro" è esattamente ciò che abbiamo bisogno di superare. L'Islam afgano era permeato dal sufismo. Sono laico, ma mio grande, grande, grande nonno Sheikh Sa'duddin è stato un poeta Sufi eminente del suo tempo (conosciuto come Shur-i-Ishq, "Agitazione d'amore"). Egli ha detto: "In sinagoga o un tempio, chiesa o moschea, la colorazione di amore è tutto quello che vedo." E c'era Rumi, che ha scritto, "E' solo sui nomi che siamo in disaccordo / Quan-*

do si tratta di significati, siamo in armonia. / Siamo a contemplare la stessa essenza da diversi punti di vista. Islam in Afghanistan era quella dolcezza sufi. L'Afghanistan ha avuto il lusso di percorrere questa strada e forse anche per questo è la parte dell'Islam che non ha mai colonizzato nessuno. Altrove la lotta con l'imperialismo ha allevato amarezza, che ha allevato il dogmatismo e il fondamentalismo. E anche in Afghanistan, ogni volta che il britannico ha cercato di invadere, la mano dei dogmatici e dei fondamentalisti è stata rafforzata, e il Sufismo e l'Islam culturale e altri ceppi hanno perso terreno. L'invasione sovietica ha reso possibile l'impensabile, la sopraffazione dei musulmani razionali, laici, mistici da parte del let-

teralismo e del jihadismo, ed è quello che infuria in Afghanistan oggi. [mail del 19-8-17]

Ora si prepara il rinforzo delle truppe in Afghanistan. Ancora.

La guerra è un affare migliaia di volte quello della droga. Niente più negoziati di pace, ma di petrolio, armi, oppio, arte, acqua, profughi. Non serve più a risolvere problemi anzi deve renderli complessi in modo che nel racconto ci possa essere sempre un po' di verità per coprire la realtà. E cioè che la guerra serve a crearne altre e non è più fatta tra eserciti, ma da eserciti e milizie contro popolazioni, cerca nemici nelle città inermi. Serve a tenere chiuse le porte principali delle antiche vie, quella afghana, irakena, siriana. Vie imbarazzanti perché non riconoscono i confini, i muri. Passano oltre e con l'incontro diretto, finiscono per ritrovare fratellanza nei nemici, polverizzando propagande, ricreano ponti, scambi e sviluppo reale, reciproco, non a spese dell'altro. La guerra serve a tenere chiuse quelle porte e quelle vie perché il colonialismo e i nazionalismi oggi non sono più sufficienti. Quella friulana era già stata chiusa secoli fa. Cominciamo a riaprire quella. Possiamo dedicare ogni giorno a una memoria o a un problema diverso, uno per l'acqua uno per la Terra e così via. Il palinsesto ce l'hanno già preparato. Bussiamo, leggermente, ogni giorno ad una porta diversa, in una rassicurante processione circolare. Oppure: cerchiamo di aprirne una veramente.

Marino Del Piccolo
amicidellhospital@gmail.com

Psicologia del BenEssere

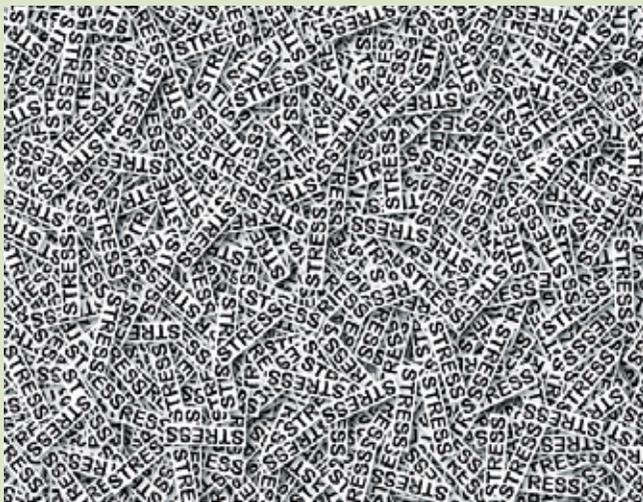
Gestire lo stress senza stressarsi

Tutto può essere fonte di stress, la pressione sul lavoro come la sua mancanza, relazioni impegnative che non danno tregua come la loro assenza o perdita, la presenza di figure di riferimento invadenti e oppressive, come la mancanza di punti di supporto, i troppi impegni, il vuoto esistenziale, il caldo, il freddo, la vita

permette di mantenere una serena perseveranza nel mantenere l'attività intrapresa anche se faticosa. Viene vissuto quindi come un'attivazione impegnativa ma appagante.

Il distress invece rappresenta lo stress negativo, che ci rimanda a una sensazione di angoscia, di impotenza, di impossibilità di uscita dalla

situazione, di subire senza avere la capacità di rispondere adeguatamente alle richieste. Si ha la sensazione di non avere il controllo sulla propria vita, per cui si mettono in atto risposte non adeguate o funzionali alla situazione perché dettate da reazioni impulsive, non ragionevoli o poco lucide a circostanze che sembrano travolgere senza via



tutta può essere fonte di stress. Ma che cosa significa stress? Lo stress è la tensione cui si è sottoposti nell'affrontare prove e difficoltà, in inglese significa infatti sforzo o spinta, di per sé non è negativo, in quanto rappresenta la capacità insita negli esseri viventi di adattarsi alle situazioni.

Esistono due tipi di stress: l'eustress o stress positivo, legato alla spinta motivazionale a raggiungere un obiettivo, a lottare per conquistare una meta, all'intensa e attiva preparazione per migliorarsi in un ambito di vita, studio, sport, lavoro... Ciò che lo caratterizza è la percezione di padronanza, la consapevolezza di avere le capacità per affrontare le difficoltà, la scelta volontaria di portare avanti l'impegno. L'eustress

di scampo.

Più lo stress è prolungato nel tempo più avrà ripercussioni sull'umore, sull'affettività e anche sul corpo, complicando ulteriormente la situazione. Per riprendere in mano la propria vita è fondamentale lavorare sui seguenti punti:

Dott.ssa Sara Grassi, Psicologa Clinica, appassionata ricercatrice delle dinamiche personali e relazionali, di ciò che crea nelle persone la capacità di superare le difficoltà e di raggiungere uno stato di benessere, consapevolezza e serenità, propone percorsi individuali e di coppia volti a trovare la soluzione più adatta alle problematiche portate in un clima di non giudizio, accettazione e valorizzazione delle risorse personali.



- **Gratificazione quotidiana.** Ritagliarsi piccole parentesi in cui svolgere attività appaganti, che permettano di staccarsi dalla frenesia nella quale si è immersi. Vivere con presenza mentale ogni momento piacevole e cogliere tutte le sensazioni che vengono suscitate, assaporandole.
- **Riappropriarsi della percezione di padronanza sulla nostra vita.** L'obiettivo è di passare dall'angoscia del distress, alla soddisfazione dell'eustress. Sentirsi impotenti e senza possibilità di scelta ci pone in una posizione passiva nella quale deleghiamo le responsabilità al mondo esterno e rimaniamo inermi in attesa di essere salvati. Ma se si comincia a progettare un'alternativa e ci si applica attivamente nella ricerca delle risorse necessarie per realizzarla, allora una vita diversa, più in armonia con il nostro modo di essere, la possiamo davvero creare.
- **Portare con sé il concetto di permanenza.**

"Stai calmo, tutto questo tra cent'anni non avrà alcuna importanza"
Ralph Waldo Emerson.

Ridimensionare l'importanza dei problemi che ci assillano ci aiuta ad acquisire uno sguardo più sereno sul fluire delle cose, che ci permette di vivere al meglio la vita che abbiamo a disposizione.

Sara Grassi - psicologa
saragrassi.psy@gmail.com
cell. 340 7544714

Per chi cerca lavoro



Disoccupazione (in Fvg): non solo statistiche

Troppo spesso siamo (stati) abituati dai mass-media a giudicare la situazione relativa alla disoccupazione in base ai dati forniti dalle statistiche. Ma questi ultimi, sebbene attendibili, sono tuttavia parziali in quanto alcune categorie non vi rientrano (come i cosiddetti *neet*) e costituiscono comunque il sunto di situazioni diversificate dal punto di vista geografico e demografico. Inoltre bisogna ricordare che all'interno della fascia "positiva" di popolazione che lavora una parte fin troppo cospicua è costituita da precari, lavoratori part-time e sottoccupati. Per rendersi conto della situazione attuale bisogna quindi andare al di là dei numeri delle statistiche.

Per la nostra Regione, ad esempio, l'Ires FVG, sulla base dei dati Istat, ha decretato che l'ultimo trimestre del 2016 si è chiuso con un numero di occupati pari a circa 501.300 unità, 7.300 in più rispetto allo stesso periodo del 2015. Un dato certo positivo ma che non deve illudere, in quanto, se è indice di una tendenza positiva la lotta contro la disoccupazione locale, è lungi dall'esser vinta.

Esemplificativo è il fatto che, sempre secondo i dati Ires, nel 2015 in Friuli Venezia Giulia c'è stata una forte crescita delle assunzioni a tempo indeterminato sulla scia dei contributi a essi dedicati in tale anno, mentre nel 2016 è tornata prevalente l'occupazione a termine a causa dell'esaurimento di tali contributi e del ridimensionamento generale degli sgravi contributivi concessi alle imprese. Indice questo di un'occupazione che aumenta ma diventa sempre più precaria.

C'è poi da dire che nella nostra Regione il problema principale non è, come in altre (soprattutto del Nord), la mancanza di iniziative o di progetti formativi, quanto la costante presenza di ostacoli burocratici e l'insufficienza del controllo sulla loro effettiva esecuzione secondo i parametri prestabiliti. In Friuli Venezia Giulia è attivo infatti il programma PIPOL, diviso in Garanzia Giovani (per i giovani fino ai 29 anni) e Progetto

Occupabilità (per i disoccupati o sospesi dal lavoro). Un'iniziativa che in teoria dovrebbe contribuire fortemente alla soluzione del problema, ma che in pratica non riesce a esprimere il suo pieno potenziale.

Gli ostacoli che minano l'efficacia di questo programma sono imputabili sia alla sua fonte, a causa dei tempi burocratici con cui le aziende che vogliono usufruirne si scontrano (in particolare le piccole imprese che



si ritrovano a spendere soldi e tempo prezioso per produrre carteggi per gli uffici regionali o per destreggiarsi con il sistema informatico che regge il sistema), sia agli enti incaricati di metterlo in atto, che propongono programmi ambiziosi ma non sempre in linea con le richieste del mercato del lavoro e delle aziende.

Il fulcro del problema è costituito comunque dai centri per l'impiego, di certo potenziati rispetto al passato, ma ancora percepiti come insufficienti da chi cerca lavoro. A loro infatti spetta il compito di accompagnare e orientare nel ricollocamento i disoccupati, ma spesso i tempi di attesa o di esecuzione del percorso sono lunghi e l'assistenza troppo frammentata.

Il problema non è quindi che il progetto PIPOL non funziona, la situazione sta effettivamente migliorando, ma troppo lentamente per essere percepita chiaramente.

E la tanto sbandierata occupazione giovanile? Anche qui i dati locali parlano di calo della disoccupazione ma questo non deve ingannare, basti pensare al fenomeno della migrazione di giovani all'estero il cui tasso per il Friuli Venezia Giulia è, in rapporto alla popolazione, tra i più alti d'Italia. Tra il 2013 e il 2016 hanno lasciato affetti e familiari in cerca di fortuna più di 15.000 friulani tra uomini e donne, vale a dire l'1% della popolazione. In gran parte under 30. Un altro dato che visto da una diversa prospettiva

va cambia significato.

Passando dai problemi alle soluzioni, ne esiste una per la situazione che si è creata? Probabilmente no, tuttavia si possono indicare alcune linee guida a medio termine.

L'esigenza primaria consiste nell'allineare l'offerta formativa alla domanda di lavoro. Per fare questo bisogna coinvolgere imprese e datori di lavoro nella definizione delle competenze da creare: essi devono collaborare con scuole e università per definire programmi utili a colmare i gap formativi e a valorizzare le qualità utili al momento dell'inserimento nel mondo del lavoro. Troppo spesso formazione e lavoro costituiscono mondi separati e non comunicanti. Tra i giovani bisogna invece diffondere una cultura dello "studio quindi lavoro", attivando un piano di potenziamento dei servizi di orientamento professionale, in modo da portarli a intraprendere con piena coscienza percorsi professionali adeguati alle loro qualità. Quello che manca oggi infatti non è la domanda di lavoro ma la qualità degli aspiranti, sia in termini di competenza che di passione.

Soprattutto bisogna dare ai disoccupati un piano semplice e immediato per cercare lavoro, un percorso da seguire con fiducia. Bisogna infatti ricordare che esiste una forte percezione di inadeguatezza dei canali di supporto alla ricerca del lavoro. Un'indagine ha stabilito che l'80% dei disoccupati under 30 in Italia utilizza la rete di amici, conoscenti e familiari per cercare lavoro, mentre solo circa un terzo sperimenta i canali istituzionali (contro l'80% di paesi come la Germania).

Infine per una politica del lavoro davvero efficace bisogna, inoltre, tener conto delle esigenze dei disoccupati, diverse a seconda dell'età, che porta a diversi modi di apprendere, di aver modo di frequentare corsi, di vivere la ricerca del lavoro. Per aiutare i disoccupati bisogna conoscerli.

Giovanni Cassina - cell. 328 7342796
redazione@fvjob.it - www.fvjob.it

Tra i sentieri delle fiabe a cura di A. Pellarini

Ci sarà una volta

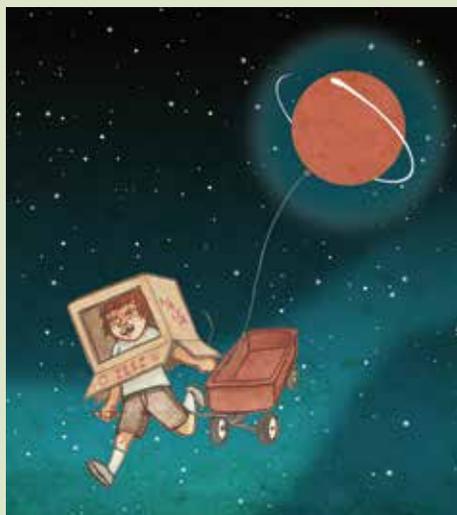


Illustrazione di Pietro Nicolaucich

Ci sarà una volta un punto in cui finiranno tutte le volte che c'erano una volta, che ci sono adesso e che ci saranno in futuro. Tutte le storie avranno fine in quel momento, anche quelle che non conoscete, persino quelle che nessuno ha mai sentito perché non sono mai state raccontate o perché non c'era nessuno a sentirle. In quel punto e in quel momento finiranno tutte le storie e quindi tutte le cose: i galeoni, le astronavi, le biciclette, i cavalieri, i vigili urbani, gli squali, i virus, gli astronauti, le stelle, i pianeti, le galassie e tutto quello che vi viene in mente. Ogni cosa dell'universo finirà lì, compreso l'universo stesso. Ma non dovete aver paura, questo accadrà tra molto molto tempo, tanto che non siamo nemmeno capaci di comprenderlo. A dirla tutta, quando succederà probabilmente non ci saranno già più gli squali, le biciclette, i vigili urbani e le maestre. Tutti noi saremo già scomparsi da moltissimo tempo e forse qualche nuova razza avrà preso il nostro posto e poi si sarà estinta come noi. Ma le storie, quelle ci saranno ancora: le storie resistono alle estinzioni, ai buchi neri e persino alla censura, e quando esiste una storia che racconta di qualcosa, allora esiste anche quella cosa. È talmente tanto il tempo che manca a quel punto, che potrebbe quasi sembrarci

un tempo eterno. Ma poi chi lo dice che il tempo non sia eterno per davvero? Il tempo degli uomini è diverso dal tempo dei corpi celesti. Il nostro tempo scorre: non si può tornare indietro e non si può saltare in avanti, possiamo solo vivere il presente e invecchiare col presente. Per l'universo invece il tempo è uno solo, tutt'uno col passato e col futuro, senza una direzione: per l'universo il punto in cui tutte le storie finiscono è già lì, adesso, assieme al punto in cui tutte le storie sono iniziate. Mentre per noi le storie sono iniziate una volta, tanto tanto tempo fa e finiranno un'altra volta, fra tanto tanto tempo.

Quel punto è un punto piccolissimo, più piccolo della punta di uno spillo, ma talmente denso e pesante che sprofonda e si trascina dietro tutto l'universo con tutte le sue storie, come biglie in un imbuto. Il punto sprofonda e sprofonda, e tutto lo segue, fino a quando tutte le cose dell'universo non sono andate a fondo con lui. Quando non ci starà più niente dentro quel punto pesantissimo più piccolo della punta di uno spillo, allora tutto schizzerà di nuovo fuori in un'esplosione fortissima, come l'elastico di una fionda: un grandioso gioco pirotecnico in cui nasceranno nuove galassie con dentro nuove stelle, nuovi soli e nuovi pianeti, con dentro galeoni, biciclette, vigili urbani, squali, eschimesi, siti internet e tutto quello che vi viene in mente... e con loro nasceranno nuove storie che all'inizio ci sono e basta, ma poi invecchieranno e allora si dirà che c'erano una volta. Ma non dimenticate che anche quelle storie una volta non ci saranno più, perché finiranno tutte in un punto pesantissimo e piccolissimo che tutto trascina con sé per poi esplodere di nuovo in un ciclo senza fine. Lo capite ora che il tempo è eterno? L'universo lo sa già, da sempre, e ora lo sapete anche voi.



PIETRO NICOLAUCICH

Figlio di una decoratrice e di un falegname-maestro di sci, sono cresciuto nella (e dalla) foresta di Tarvisio, dove i miei genitori avevano un negozio di giocattoli antichi. Direi che questa premessa potrebbe già di per sé bastare a spiegare il mio rapporto con le "storie" (non amo il termine fiabe, tantomeno quello di "favole", li trovo riduttivi e mi piace pensare che ogni storia

sia in qualche modo vera, se non altro per il semplice fatto che ogni cosa che creiamo esiste di fatto). Disegno da quando ho ricordi, leggo romanzi da quando ho imparato a leggere, e cerco di scrivere romanzi, racconti e versi da quando frequentavo le scuole medie. A oggi il disegno è il mestiere che mi dà di che vivere, la lettura è il motore che mi fornisce quotidianamente ispirazione, emozione e intrattenimento, e la scrittura rimane ancora una passione priva di soddisfazioni editoriali. Per il futuro la priorità purtroppo rimane la sopravvivenza nella caotica Milano dove vivo da nove anni, ma spero nel salto che mi consenta al più presto il ritorno nella mia valle. Diversi sono i romanzi che ho scritto (per l'infanzia e non) ancora in cerca di editore, inoltre sto lavorando a un nuovo romanzo e a una graphic novel. Mi mancano ancora alcuni sentieri per chiudere il giro di tutte le mie montagne.

manzi, racconti e versi da quando frequentavo le scuole medie. A oggi il disegno è il mestiere che mi dà di che vivere, la lettura è il motore che mi fornisce quotidianamente ispirazione, emozione e intrattenimento, e la scrittura rimane ancora una passione priva di soddisfazioni editoriali. Per il futuro la priorità purtroppo rimane la sopravvivenza nella caotica Milano dove vivo da nove anni, ma spero nel salto che mi consenta al più presto il ritorno nella mia valle. Diversi sono i romanzi che ho scritto (per l'infanzia e non) ancora in cerca di editore, inoltre sto lavorando a un nuovo romanzo e a una graphic novel. Mi mancano ancora alcuni sentieri per chiudere il giro di tutte le mie montagne.

www.pietronicolaucich.com
pietro.nicolaucich@gmail.com

Pietro Nicolaucich

Associazione Cerchi nell'acqua

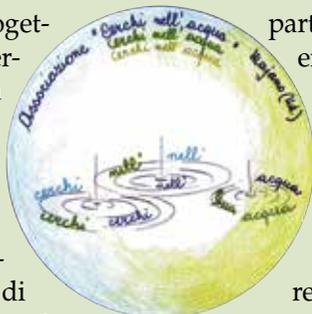
Donne in cerchio

"Donne in cerchio" è il progetto che l'Associazione "Cerchi nell'acqua" sviluppa dal 2007, in base alla L.R. 17/2000, con l'obiettivo di sostenere le donne in difficoltà, promuovere, stimolare e coordinare iniziative per la prevenzione di tutti i tipi di violenza contro la donna e per accogliere le problematiche e supportarne la realizzazione. Abbiamo offerto sostegno, formazione e informazione a tutte le donne, indipendentemente dal loro indirizzo politico, religioso o razziale.

Abbiamo fatto:

- promozione della salute e del miglioramento della qualità della vita della persona, della famiglia e della comunità
- potenziamento di condizioni di benessere personale delle donne
- ascolto e consulenza per la figura femminile e non solo, con relativa ricaduta positiva sulle famiglie.

Nell'arco degli anni abbiamo notato una differenziazione nella richiesta,



partecipare attivamente e con entusiasmo ai vari corsi di benessere fisico e psichico e a quelli di autodifesa. Sono stati dedicati progetti specifici anche alle donne straniere, inizialmente restie a partecipare, soprattutto per lo scarso entusiasmo dei mariti, ma poi rivelatesi brave organizzatrici di feste con musiche, cibi, usanze e meravi-



giosi vestiti multicolori. Siamo state bene insieme! Ci attende ora una nuova piacevole esperienza che vogliamo condividere con tante: "Dolcemente complicate. Un viaggio alla scoperta dell'universo femminile: la Donna, la Mamma, l'Amante". Sarà un incontro organizzato in occasione della Settimana del Benessere Sessuale 2017 e tenuto dalla sessuologa dottoressa Valentina Benedetti, lunedì 25 settembre alle 20.30 nella sala consiliare del Comune di Majano.

Milena e Teresa

L'Ass. "Cerchi nell'acqua" ha la sua sede al 4° piano del centro anziani di Majano, in via Bertagnolli, 1. È aperta il mercoledì dalle 16.00 alle 18.00 - cell. 347 5016128 (Milena) Mail: info@cerchinellacqua.org



sempre di più rivolta a risolvere i problemi personali e meno ad affrontare le problematiche sociali, se pur di carattere generale. Si cerca di risolvere il problema strettamente personale per poter star bene anche con gli altri. È così che l'Io diventa più importante del Noi. Siamo orgogliose di aver aiutato tante donne e di averle viste

MaisenzaperlaFriuli

Anche questa volta voglio essere generosa: non vi parlerò di un solo libro, ma di due! E adesso vi spiego anche come mai. È da poco uscito in libreria "L'enigma Nefertiti" di Brando Quilici e Zahi Hawass (ed Mondadori). In copertina compare il "Suo" ritratto: il bellissimo busto della regina, quello che si trova al Neues Museum di Berlino. Il libro è in realtà un saggio, anche se di carattere estremamente divulgativo e parla, della grande regina e del suo tempo. Vi si può leggere, infatti, di come, dopo moltissimi anni e innumerevoli ricerche, FORSE si sia ritrovata la mummia della "Bella tra le Belle" e di come FORSE si potrà fare un po' di chiarezza sul ruolo che lei ebbe nella storia millenaria dell'antico Egitto. Insomma, un libro non solo per chi ama la misteriosa cultura del Nilo, ma anche per chi è appassionato di archeologia in generale e di enigmi storici in particolare. E proprio di enigmi nascosti che narra il secondo libro di cui vi voglio parlare. Si tratta questa volta di un romanzo, bellissimo e per certi aspetti anche commovente: "I custodi del libro" di G. Brooks (ed Neri Pozza). Qui l'enigma si dipana attorno a un libro vero che è davvero custodito nel Museo Nazionale di Sarajevo (anche se mi dicono che da un po' di tempo non si riesce a vedere...). Una Haggadah, cioè un manoscritto miniato del 1300 in cui gli ebrei sefarditi, giunti in Bosnia fuggiaschi dalla Spagna, raccolsero vari scritti tra cui la storia della fuga del Popolo Eletto dall'Egitto. L'autrice unisce sapientemente l'avventurosa storia vera dell'Haggadah (salvata in modo rocambolesco dalla barbarie dei nazisti prima e dall'assedio del '92 poi), a un racconto inventato che parte dalla Spagna del 1400 e arriva ai giorni nostri. La narrazione è storicamente verosimile, la storia è avvincente e a tratti commovente. Le avventure vere o verosimili di un manoscritto ebraico, diventano anche in qualche modo simbolo degli orrori delle guerre e degli odi razziali. Messaggio questo, quanto mai attuale.

*Sara Rosso - Libreria Friuli
Via dei Rizzani, 1 - Largo del Pecile
Udine - tel. 0432 21102
sarasrosso87@gmail.com*

Viaggio nelle meraviglie nascoste del Friuli

Sulle tracce di un lontano passato



La lastra con le piste di rettili etosauri visibile nel piccolo museo di Dogna: sono evidenti le fratture di disseccamento del fango originario esposto all'aria (mud cracks) (Foto Archivio MFSN).



Una coppia di orme di etosauro: sotto quella della zampa posteriore (lunga 20 cm), sopra l'anteriore (Foto Archivio MFSN).

Il torrente Dogna è un affluente in sinistra idrografica del Fella, nel quale sfocia proprio all'altezza dell'omonimo paese, uno dei comuni meno popolosi della nostra regione. Percorrendo la vallata lungo la strada che conduce a Somdogna si incontra, un paio di km dopo il paese, un stradina che scende ripidamente verso il torrente all'altezza di una centralina idroelettrica.

Nel fondovalle affiorano, spesso ben visibili, le rocce prevalentemente calcareo-dolomitiche o calcareo-marnose del Carnico, una delle suddivisioni del periodo Triassico (fra 228 e 216 milioni di anni fa). L'assetto della vallata e le sue caratteristiche geologiche fanno sì che continui franamenti, alluvioni ed eventi meteorologici ne modifichino spesso l'aspetto: in particolare nel fianco destro della vallata è venuta alla luce una superficie di strato sulla quale sono stati individuate, nel 1994, numerose impronte fos-

sili. La superficie inoltre è interessata da "mud cracks", ovvero una serie di fratture fra loro intersecanti che formano "poligoni di disseccamento". Sono strutture che ancora oggi si formano quando un deposito sabbioso-limoso, coperto originariamente da un velo d'acqua, viene a seccarsi e così, con l'evaporazione dell'acqua, i sedimenti si "contraggono" fratturandosi: ciò avviene in aree costiere o al bordo dei bacini lacustri e, in particolare condizioni, queste strutture si possono conservare. Queste rocce testimoniano quindi un ambiente costiero di oltre 220 milioni di anni. L'eccezionalità dell'affioramento è data - come detto - dalla presenza di decine di impronte di vertebrati, ben riconoscibili con le dita evidenti, di due forme diverse; una più allungata (circa 20 cm) e l'altra meno. Sono riferibili quindi ad un animale con *pes* (parte finale delle zampe posteriori, quello che per noi è il piede) più grande della *manus* (arto anteriore).

Dove i rettili passeggiavano e curavano i loro piccoli

Tutte le orme, riunibili in almeno due piste distinte, sono impresse da uno stesso tipo di animale, un vertebrato quadrupede con una zampa posteriore pentadattila sensibilmente più grande di quella anteriore, dal corpo abbastanza largo e che si spostava piuttosto lentamente. Non corrispondono ad alcuno dei gruppi di impronte sinora conosciuti, ma sono riferibili alla grande famiglia delle orme impresse da rettili ar-



sauri quadrupedi con un piede a cinque dita delle quali quello esterno è situato posteriormente ed è diretto lateralmente. L'autore delle piste di Dogna è probabilmente un etosauro, un rettile che poteva ricordare gli attuali cocodrilli, lungo più di due metri, che camminava lungo una spiaggia sabbiosa.

Per l'unicità e l'importanza del ritrovamento, a causa del rischio di imminente danneggiamento, legato alla notevole dinamica dell'area come sottolineato precedentemente, la parte principale della superficie è stata asportata alla fine del 1996, con un intervento estremamente complesso e unico nel suo genere, e rimontata per l'esposizione nel piccolo museo di Dogna. La parte inferiore, posta allora in corrispondenza del letto del torrente, era stata nel frattempo sepolta dal sedimento grossolano depositato da una piena.

Negli anni successivi (2003), l'erosione del detrito che ricopriva il fianco della valle poco a ovest del sito delle orme, ha messo a nudo una superficie di calcari marnosi sulla quale sono evidenti una dozzina di depressioni di grandi dimensioni circondate da un evidente bordo rilevato. Sono di forma circolare, hanno un diametro di 1-1,5 m e una profondità massima di 20 cm. Alcune di queste depressioni sono unite fra loro.

Forma e disposizione suggeriscono che si tratti di strutture di nidificazione



La superficie con i nidi di etosauro al momento della scoperta, avvenuta nell'estate del 2003. Purtroppo oggi alcuni dei nidi - unici al mondo - sono stati distrutti (Foto F.M. Dalla Vecchia).

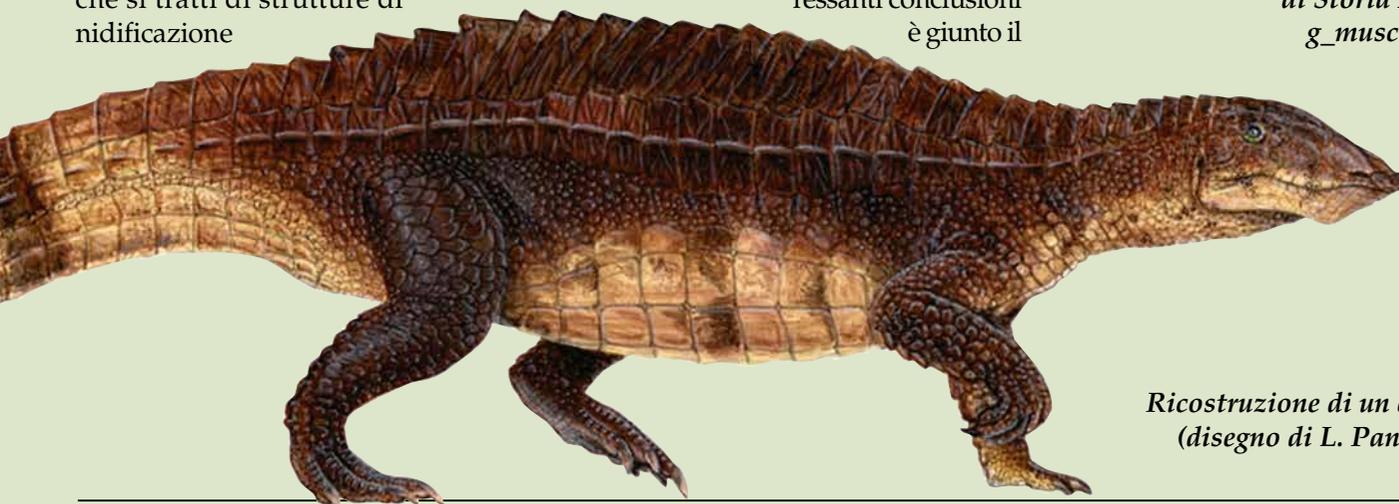
di tetrapodi (vertebrati con 4 arti, quindi anfibi, rettili o mammiferi), un ritrovamento di enorme valore scientifico ed estremamente raro.

Fino ai ritrovamenti di Dogna la presenza di nidi di questa forma era collegata solo a uccelli o a grandi dinosauri teropodi, ma nel Carnico (quindi 220 milioni di anni fa) questi gruppi non erano presenti. Gli anfibi erano in regressione e non avevano dimensioni coerenti con quelle dei nidi, così come i mammiferi allora presenti. Rimangono gli altri rettili fra i quali i più probabili sono quelli dello stesso gruppo cui appartengono gli autori delle impronte. A queste interessanti conclusioni è giunto il

paleontologo Fabio Marco Dalla Vecchia studiando questi siti.

La nidificazione è piuttosto complessa e implica un comportamento sofisticato, mai segnalato prima in animali relativamente primitivi come i crurotarsi (il gruppo che include gli etosauri e che oggi comprende solo i cocodrilli). È quindi probabile che i parenti più primitivi ed estinti dei cocodrilli avessero un comportamento riproduttivo più sofisticato di quello odierno di questi ultimi!

*Giuseppe Muscio, geologo
direttore del Museo Friulano
di Storia Naturale
g_muscio@tin.it*



*Ricostruzione di un etosauro
(disegno di L. Panzarin)*

Associazione culturale Amigdala

Aggressività: un bisogno da soddisfare

La parola **aggressività** letteralmente significa *andare verso*. Nel suo significato originario essa sta a rappresentare un movimento verso qualcosa o qualcuno; la sua funzione è quindi quella di muovere la persona verso una meta, un oggetto, un'altra persona; è la capacità di aggredire l'ambiente, fondamentale anche per la costruzione dell'identità e della sicurezza interiore.



L'**aggressività** può essere **affettuosa e giocosa**: quando la mamma fa il solletico al proprio bambino c'è una forza di tipo giocoso, ma non ha nulla a che fare con la cattiveria e la distruttività. I bambini amano molto venire schiacciati sul materasso e sbatacchiati, lanciati in aria, misurarsi in giochi di forza anche con gli adulti: quando giocano in questo modo ridono di cuore.

Solamente se, ad esempio, i bambini hanno esperienze di rimproveri pesanti, attacchi, critiche continue, se non vedono che con la forza ci si può divertire, allora perdono l'**aggressività affettuosa**. Si perde la capacità di tirare l'altro amichevolmente dalla propria parte, ci si irrigidisce nelle proprie posizioni, si impongono aut aut violenti. In questo senso, meno ci si esprime **con forza in modo tranquillo e aperto**, più si accumula rabbia e rancore; la forza allora diventa distruttiva ed esplosiva divenendo **aggressione**.

I termini **aggressività, rabbia e violenza** vengono spesso usati come sinonimi per descrivere comportamenti di sopraffazione, giudicati negativamente e condannati; questa semplificazione di significati è dovuta anche al fatto che frequentemente la persona non distingue chiaramente questi affetti dentro di sé, ma li vive come un'unica manifestazione emotiva. In certe condizioni infatti l'aggressività può trasformarsi in rabbia e la rabbia in violenza e quando, nella persona, queste trasformazioni diventano automatismi inconsapevoli, anche

i sentimenti si confondono e perdono il loro significato profondo e originario.

Nel tentativo di contenere la violenza, la nostra cultura male accetta anche l'aggressività e fin da piccoli impariamo a reprimerla, inibirli o mascherarla; ma l'**inibizione dell'aggressività porta alla rabbia** (che è l'emozione suscitata dalla frustrazione o dalla proibizione) e la **repressione della rabbia** (perché

considerata ancor più 'pericolosa' dell'aggressività) **porta a rancore** (un misto di rabbia trattenuta e di paura), chiusura e spesso alla violenza. In conclusione, l'**espressione**

dell'aggressività permette "di prendere", di essere forti e di esprimerlo, di farsi spazio nella vita affrontando le difficoltà e gli impedimenti; la **rabbia** permette di affrontare e risolvere situazioni di sopruso; la **repressione dell'aggressività e della rabbia** porta a riduzione della capacità di prendere, con il conseguente accumulo di rancore, odio e talvolta violenza.

Dott.ssa Erica Cossettini,
psicologa psicoterapeuta
ad indirizzo funzionale

erica.cossettini@associazioneamigdala.it
cell. 392 9816587

Riceve a Udine presso Associazione
Culturale Amigdala

Il Drago Blu di Chiara Pistrino

Alla Terrazza Mare di Lignano Sabbiadoro nel Maggio-Giugno 2017 si è svolta la mostra "Diversamente Arte" organizzata dal Rotary, a cui ha partecipato anche l'artista Chiara Pistrino esponendo "Il Drago Blu" in cartapesta di circa 1 metro. Un'opera che rappresenta uno dei personaggi, forse il più caro a Chiara, di una storia illustrata a fumetti alla quale l'artista sta lavorando da tempo, scrivendone anche i testi. Si tratta di un racconto avvincente ambientato sia nel mondo attuale che in un mondo parallelo dove l'artista sembra trovare la gioia di esprimersi. I draghi, ma non solo, sono i protagonisti di una serie di avventure cui Chiara dona vita con disegni e colori che ci sentiamo di definire vere opere d'arte.



La tecnica e i materiali per la realizzazione del Drago Blu sono molteplici: cartapesta, ferro, maizena o amido di mais, colla e stoffa. Una meraviglia a parte è rappresentata dalle scaglie della pelle del drago perché sono realizzate con quadratini di stoffa ripiegati, tagliati a mano e incollati. Sono la dimostrazione dell'ispirazione e della cura certosina che l'artista sta riversando nel suo lavoro. Senza amore il Drago Blu non avrebbe potuto essere realizzato. I colori sono a tempera e verniciati a lucido.

Chiara Pistrino ha 20 anni, è diplomata presso l'Istituto d'Arte G. Sello ed è l'autrice della striscia illustrata della pagina accanto.



L'aggressività nel cane

Come comunicare con lui

L'aggressività è un concetto molto generale che va a indicare semplicemente la presenza di comportamenti aversativi rivolti a individui della stessa o di altre specie, o rivolti a oggetti. Deriva dal latino **adgredior** che letteralmente significa avvicinarsi. È una componente centrale nell'espressione comportamentale di tutte le specie animale (uomo compreso) ed è fondamentale perché ne permette la sopravvivenza e la riproduzione. Ad esempio attraverso l'aggressività è possibile la difesa dei cuccioli, la dispersione degli individui su un territorio con conseguente suddivisione delle risorse presen-

la convivenza e le regole sulla collaborazione. Se infatti noi usassimo la forza per spiegare le regole a un cane sarebbe normale che, nel momento in cui lui volesse comunicarci una sua esigenza, utilizzerrebbe lo stesso metodo. L'aggressività inoltre può essere legata alla paura di qualcosa e alla necessità di difendersi; ecco che, il modo migliore per ridurre o evitare comportamenti aggressivi, è dare al nostro cane la possibilità di conoscere. Più cose conosce un individuo, meno avrà paura. Più ha la possibilità di conoscere individui della stessa o di altre specie e più li andrà a considerare come

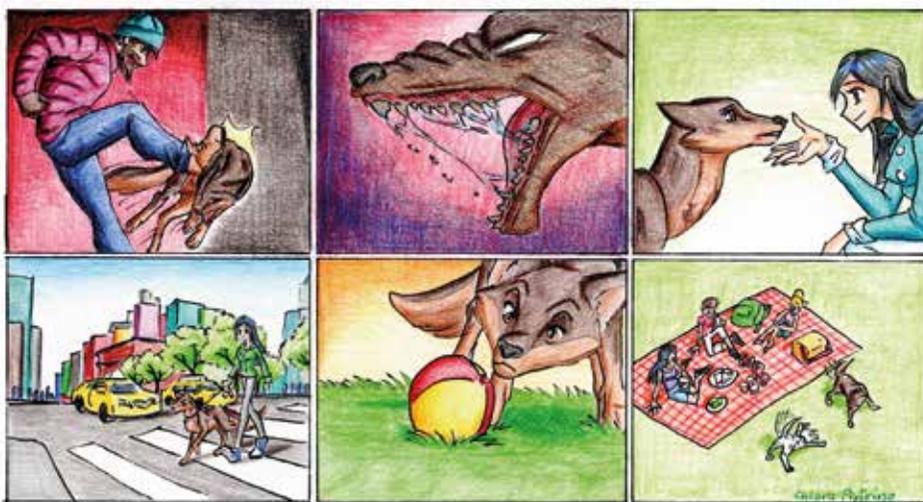


Illustrazione di Chiara Pistrino

ti e sviluppo degli equilibri eco sistemici. L'aggressività diventa un problema se eccessiva, priva di autocontrolli e rivolta verso individui che dovrebbero essere considerati "amici". Va ricordato che il cane è un predatore, ma anche un animale sociale: all'interno di un gruppo esistono ruoli e ranghi ed esistono regole da seguire. Esistono vari modi per far rispettare tali regole e per spiegare a un cane quale sia il suo ruolo all'interno di un determinato gruppo. Fermo restando le caratteristiche di razza e del singolo soggetto (esistono, indubbiamente, alcune razze più portate alla messa in atto di comportamenti aggressivi) il modo migliore per evitare che l'aggressività diventi uno strumento utilizzato dal nostro cane per raggiungere un obiettivo è cercare di impostare

facenti parte del proprio gruppo sociale, non quindi prede o competitori. Più esperienze farà e più avrà competenze sul comportamento più corretto da mettere in atto in ogni singola situazione e sull'uso degli autocontrolli.

Fermo restando le caratteristiche di razza sarà quindi da seguire un percorso educativo che permetta al nostro cane di aumentare il più possibile il suo bagaglio di esperienze. Inoltre sarà fondamentale lavorare sulla socializzazione con tutti i cani e in tutte le età della sua vita poiché un individuo è in continuo cambiamento e non basta un solo corso di educazione per avere il cane perfetto per i successivi venti anni! Ogni fase evolutiva ha le sue caratteristiche e porta a importanti cambiamenti nel soggetto che potrà mostrare improvvisi comporta-

menti aggressivi o comunque problematici, che andranno gestiti nel modo corretto.

Altro fattore fondamentale per evitare i comportamenti aggressivi è la comprensione del linguaggio usato dai cani per comunicare con noi. Spesso infatti i cani ci spiegano in molti modi le proprie esigenze, le fonti di disagio e quelle di frustrazione; dopo mesi in cui tutti questi messaggi non vengono ascoltati ecco che si rendono conto che il ringhio prima, e il morso poi, vengono ascoltati e capiti velocemente. Finalmente hanno scoperto una "parola" capita anche dall'essere umano, e da qui arriveranno a usarla sempre più spesso... senza neanche avvisarci prima! Ecco quindi che se l'uomo comprendesse correttamente tutti i primi segnali lanciati dal nostro cane potrebbe prevenirne i comportamenti scorretti e pericolosi.

In definitiva è importante ricordare che tutti i predicati adattativi sono il frutto di un processo di evoluzione e far passare l'aggressività come comportamento delinquenziale o deviante rappresenta un'enormità sotto il profilo etologico. L'aggressività si manifesta tutte le volte che il soggetto, umano o non umano, si trova a dover difendere una propria prerogativa irrinunciabile. È uno dei tanti strumenti comportamentali che sorreggono l'esistenza dell'individuo. Già Lorenz aveva capito l'importanza di conoscerla per convivere: «perché negare la realtà è un modo stupido - o forse furbo per chi fa di mestiere il demagogo - per affrontare i problemi. È necessario evitare di negarne l'esistenza, conoscerne le manifestazioni sulla base delle circostanze e delle situazioni che la rendono probabile e sulla base di queste considerazioni trovare il modo per limitare i rischi; quindi trovare delle soluzioni che sappiano indirizzarne l'espressione». (R. Marchesini, 2016). Nostro compito in quanto compagni del cane è conoscerlo, rispettarlo, crescere e imparare insieme a lui; nostro compito è dargli la possibilità di vivere al meglio nell'ecumene che, oramai da ben 120.000 anni, non è solo terra dell'uomo ma terra delle coppie cane-uomo; nostro compito è garantire ai cani che vivono con noi benessere fisico, mentale e relazionale. Soltanto così i comportamenti aggressivi problematici saranno sempre meno presenti e soltanto così eviteremo di sentire troppo spesso frasi come «quel cane è cattivo» o «quel cane è pericoloso!»

*Dott.ssa Elianto Elisabetta
Medico veterinario esperto
in comportamento e Istruttore Cinofilo*

Collettivo Spicelapis

Spicelapis presenta Anna Givani "Impara l'arte e mettila da parte"



Anna Givani nasce nel 1977 a San Daniele del Friuli e si diploma presso l'Istituto Professionale Raimondo D'Aronco di Gemona del Friuli come operatore tecnico della moda. Lavora nel campo del restauro e conservazione di opere d'arte e nel campo dell'Oreficeria artigianale, e in seguito come Operatore Socio sanitario. Nel 2000 frequenta il corso di fumetto condotto da Davide Toffolo, "Il gorilla bianco" presso la Biblioteca di Tarcento e nel 2004 il corso di Illustrazione tenuto da Jindra Capek presso la Scuola Internazionale di Illustrazione di Sarmede. Partecipa a varie esposizioni personali e collettive. Il progetto "Karma Kro-

performance. Nel 2013 inventa "The Bloom Machine", strumento analogico per creare animazioni dal vivo, con il quale accompagna in live il gruppo musicale Cameramia, crea un progetto con uno spettacolo di narrazione visiva accompagnato dalla musica dal vivo del gruppo "The Mechanical Tales". "The Bloom Machine" è un progetto "sperimentale", come Anna ama definirlo, e perciò in continua evoluzione. Nell'estate 2013 si svolge il primo laboratorio "Animare con The Bloom Machine" - "Prima della storia", nella cornice naturalistica della zona di Pradis Grotte (Pn). Assieme all'animatore Michele Bernardi, con la collaborazione dell'Associazione culturale Tinaos e dell'Università degli Studi di Ferrara, per due giorni venti partecipanti di ogni età hanno lavorato insieme per creare un cortometraggio collettivo. Nel 2014, in occasione dei 25 anni della caduta del muro di Berlino, Anna viene inserita, con l'animazione "C'era una svolta" (realizzata con "The Bloom Machine") nel dvd prodotto dal Goethe-Institut Rom, comprendente i dieci migliori cortometraggi per International My Wall Contest. Nel 2016 realizza il laboratorio "Animare con The Bloom Machine" per la creazione di uno spettacolo ispirato al racconto "Il Colombre" di Dino Buzzati, presentato insieme a Marta Zanello presso il circolo Arci Mis(s)kappa di Udine. Tra l'inverno 2016 e la primavera 2017 propone, con Angelica Pellarini, un laboratorio espressivo con i racconti e "The Bloom Machine" presso "Il Samaritan" O.N.L.U.S. di Ragogna.

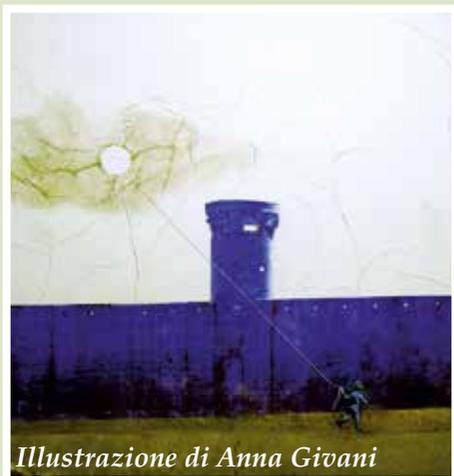


Illustrazione di Anna Givani

ma" realizzato da "Abat Givani collettiva" viene selezionato e presentato al "Container International Arts Festival 2011" di Kaohsiung (Taiwan). Il suo interesse principale è la sperimentazione: spazia dall'illustrazione alla pittura murale, alla serigrafia su carta e stoffa, all'animazione in stop motion e alle

La passione di Anna per l'arte viene coltivata sin da bambina in famiglia. Il papà, carrozziere, conosceva molto bene la composizione dei colori. Disegnando insieme le insegnò a colorare e a creare diverse tinte di colori: è nato così l'interesse profondo per il disegno e l'arte visiva. La passione per il ci-

nema e le animazioni le viene trasmessa dal nonno Rocco, che possedeva una macchina da presa a pellicola e inventava marchingegni per animare il suo presepio: un capolavoro! «L'acqua che scorreva nel fiume, i raggi luccicanti che attorniavano la testa del bambino nella mangiatoia, i pastori seduti accanto a un finto fuoco e alla luna e al sole alternati dal tramonto e dalle stelle, dalle case le cui luci si accendevano allo scendere della notte. Questi due esempi familiari credo abbiano fatto scattare in me la curiosità che poi si è trasformata in passione e gioia di imparare e sperimentare nel campo del fare attraverso la conoscenza e la mescolanza dei materiali per ottenere immagini o effetti sempre nuovi». Anna collabora da sempre, con le sue creazioni, con Spicelapis. Per guardare le opere di Anna e tutti i suoi progetti potete visitare il suo sito www.thebloommachine.com e il suo blog <http://catartic.blogspot.it/>.

Spicelapis sta preparando nuovi progetti per l'autunno e per l'anno nuovo. Il 14 luglio, presso i Giardini Del Torso a Udine, esponendo all'interno dell'evento B.A.A.M. Blud Art Acoustic Music, Spicelapis ha sancito una collaborazione con Blud, associazione culturale che si pone come obiettivo la promozione del territorio attraverso eventi culturali, o come dicono loro: «Vogliamo dimostrare che la nostra città e la nostra provincia non sono quel "paese per vecchi" che molti sostengono, il nostro obiettivo è mostrare una città culturalmente attiva, divertente e innovativa e per farlo ci avvaliamo di redattori, illustratori fotografi e videomaker. Blud diventerà i vostri occhi e le vostre orecchie, cercherà di essere presente ovunque ...».

info@blud.life

Collettivo Spicelapis
spicelapis@gmail.com
www.facebook.com/SpiceLapis