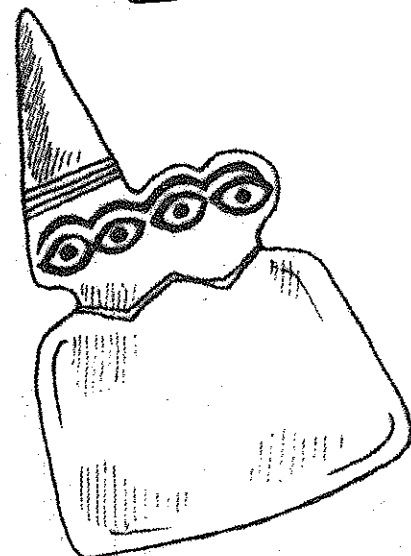
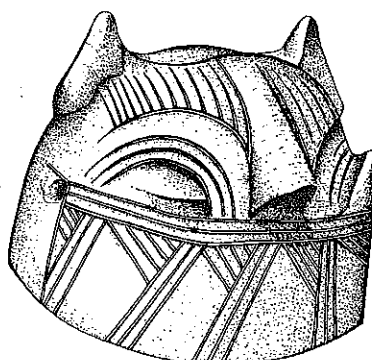
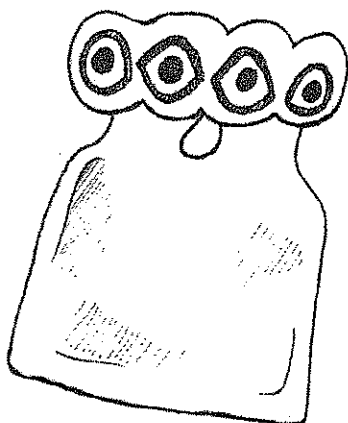
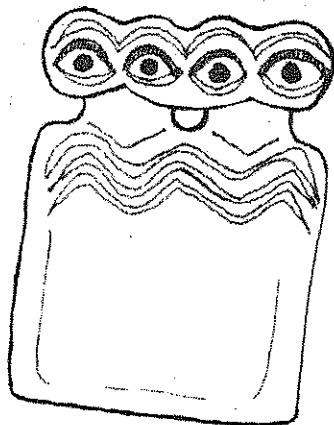
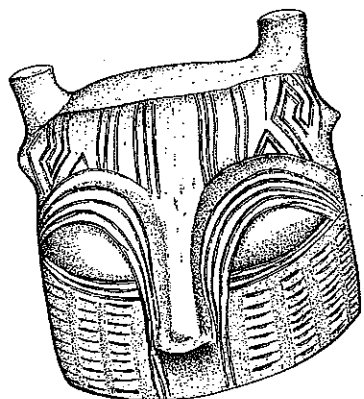


# Vivere con cura

Rivista di educazione permanente e di gemellaggi eco-conviviali - Periodico bimestrale n°16 - Luglio 2006



## NATURA STAGIONI ZODIACO

Atti della tre giorni di Calcata: 29-30 Aprile e 1 Maggio

## COMUNICARE RACCONTARE EVOcare

- Archetipi naturali, psichici e mitologici a confronto
- Jim Koller a Calcata • Il parto della Terra
- Raqqas e Arfai a Calcata
- Il giornalismo, impegno laico per eccellenza
- Uomo-donna: emisferi cerebrali ed etica vegetariana
- Comunicazione povera e informazione consona

## Presentazione e riconoscimenti

Questo numero di *Vivere con Cura* nasce dal desiderio di Antonio D'Andrea, del Movimento degli Uomini Casalinghi, di lasciare una memoria di alcuni incontri svoltisi recentemente a Calcata su argomenti di interesse generale.

Questi incontri, organizzati dal Circolo Vegetariano, avevano per tema lo studio e l'attuazione di forme concrete di vivere con cura la propria vita, partendo dal concetto della qualità del tempo e delle consone azioni in sintonia con questa qualità.

"Natura, stagioni e zodiaco", "Comunicare Raccontare Evocare", "L'altro nome dell'economia" sono i titoli collegati ai diversi appuntamenti distribuiti in un mese di attività (ovvero dal 29 aprile al 2 giugno 2006). Alle manifestazioni hanno contribuito varie associazioni ed Enti che qui vogliamo menzionare: Comune di Calcata, Parco Regionale Valle del Treja, Centro Culturale Polivalente di Calcata, Scuola Elementare di Calcata, Rete Bioregionale Italiana, Movimento Uomini Casalinghi, Associazione Vegetariana Italiana, Unione Vegetariana Animalista, Forum Vegetariano, Ass. Amici di Tolstoj, Coop. Editoriale le Due Città, il periodico Mondo Sabino, Ass. Libero Pensiero Giordano Bruno, Villa Lina Biofficina, Compagnia Teatrale Il Gruppo di Edoardo Torricella, Il Gruppo del Sogno, European Consumers, la rivista Etrurialand, oltre ovviamente a tutti i singoli partecipanti che in parte sono menzionati in questo numero ed in parte restano semplicemente nella memoria collettiva di chi è intervenuto ai diversi incontri. Tutti sono compartecipi e coautori.

È cosa buona e saggia che questo bagaglio esperienziale non sia andato disperso e di ciò in particolare vanno ringraziati Silvia, curatrice dell'impaginazione, Antonio D'Andrea, editore di questa rivista, Roberto Caivano e Francesco Uda, coadiutori telematici.

Paolo D'Arpini – 11 luglio 2006

### RINGRAZIAMENTI

Dedico la rivista a mia madre Peppina, a mia zia Elena, a mia sorella Maria Bambina e a mia nonna Mamma Letta. Ringrazio gli autori degli interventi, Silvia per l'impostazione della rivista, Fabio e Rosaria per le fotocopie e mia madre, che ha permesso la realizzazione di questo numero mettendo a disposizione la casa. Invito i lettori a scrivere e inviare articoli. Antonio

*Vivere con Cura*, rivista di educazione permanente e di gemellaggi eco-conviviali, n°16, Luglio 2005, periodico bimestrale.

Per abbonamenti e arretrati contattare le sedi di redazione:

Milano: c/o Legambiente - Gruppo d'Acquisto Città del Sole - via Padova, 29 - cap 20127

tel. 02/28040023 - fax 02/26892343 - info@legambientemilano.org

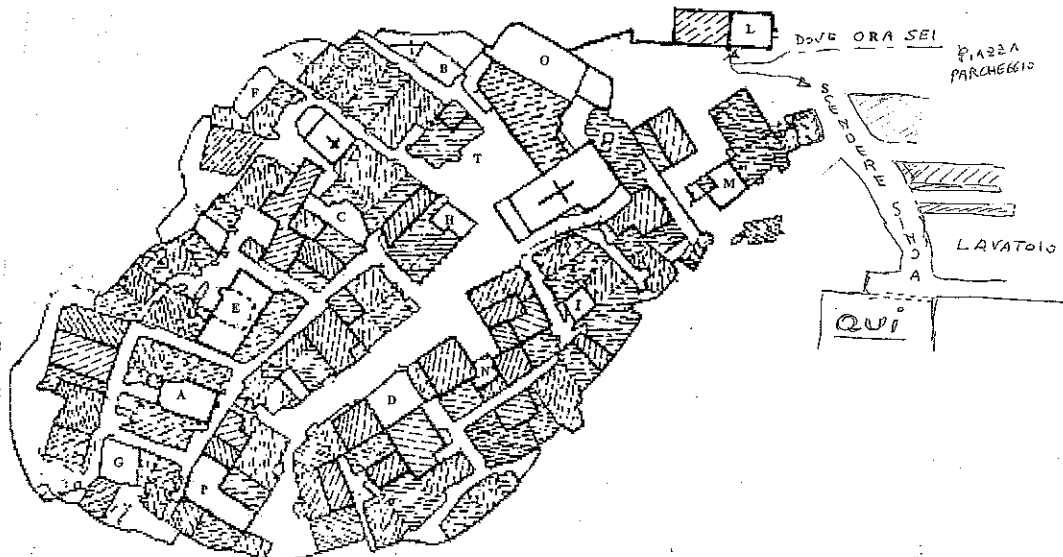
Capracotta (IS): c/o Antonio D'Andrea, via S. Maria delle Grazie, 8 - cap 86082 - tel. 333-1006671

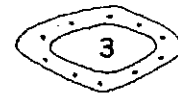
La rivista è fotocopiata su carta riciclata, in attesa di trovare una casa editrice che la distribuisca a livello nazionale.

La scritta della testata e il motivo coi puntini, presente anche nel sommario e nei numeri di pagina, sono stati realizzati da Stefano Panzarasa. Queste decorazioni sono un omaggio ai pastori appenninici, che nel Villanoviano le usarono per adornare il loro vasellame.

nel

## Borgo di Calcata per una nuova stagione della terra





# CALCATA: Natura Stagioni Zodiaco

3 giorni di arte, ecologia e cultura a cura del Circolo Vegetariano di Calcata

Osserviamo che i periodi mensili e stagionali che si susseguono in natura sono accuratamente suddivisi negli archetipi dello zodiaco.

Non è infatti difficile osservare la combacianza delle caratteristiche vitali con la descrizione caratteriale relativa ad ogni segno. Dall'analisi di questi segmenti del continuo mutamento ne ricaviamo informazioni precise che ci dicono ciò che sta avvenendo nello spazio-tempo in cui siamo.

Il coraggio di accettare la verità di fondo, come descritta nei vari sistemi archetipali, può venirci solo da una accurata analisi scientifica e dal riscontro esperienziale. Alla fine la ricerca, sia sul campo in natura che attraverso la comparazione logica, diviene sincretica, pur mantenendo la differenziazione delle diverse visioni.

## 29 aprile 2006

10.30 – Scuola comunale di Calcata (nuovo centro)

Lettura di poesie del poeta americano Jim Koller e canti ecologisti di Stefano Panzarasa e Roberto Pietrosanti ispirati alle poesie di G. Rodari.

16.00 – Palazzo Baronale Anguillara (centro storico)

Sincretismo possibile nei modelli divinatori dell'emisfero settentrionale.

Relazione di Paolo D'Arpini. Durante l'incontro lettura verranno letti brani dal Libro dei Mutamenti, Jim Koller leggerà sue poesie ispirate dal Libro dei Mutamenti e Stefano Panzarasa eseguirà canti in sintonia.

## 30 aprile 2006

15.30 – Archetipi naturali, psichici e mitologici a confronto: Tavola Rotonda.

Partecipano: Maria Castronovo, scrittrice; Athon Veggi, architetto; Etain Addey, scrittrice; Antonio D'Andrea, matrista; Marina Canino, studiosa di miti; Ludovica de Nava, esperta di medicina cinese.

“Calcata come scenografia” – Studio e bozzetti teatrali di Sofia Minkova, artista e scenografa.

“Caprice d'avril” – Canti ecologisti della poetessa francese Jacqueline Fassero.

## 1 maggio 2006

11.00 – Passeggiata alla ricerca delle erbe perdute, accompagna Felix. Appuntamento davanti al Palazzo Baronale Anguillara al Centro Storico.

16.00 – Sala Consiliare del Comune di Calcata (piazza Risorgimento) “Almanacco di Fine Millennio” – Libro-inno alla corretta informazione locale in 20 anni di Mondo Sabino.

Partecipano: Gianfranco Paris, direttore della testata; Maria Mantello, ass. Libero Pensiero Giordano Bruno.

“Calcata altervista” – Video sulla mostra di foto alternative di Annamaria Celeste Quintela.

Con il patrocinio del Comune di Calcata del Parco Valle del Treja. Organizzazione a cura del **Circolo Vegetariano di Calcata e Rete Bioregionale Italiana**.

Per informazioni: Paolo D'Arpini, tel. 0761/587200 – e-mail: [calcata@vegetus.net](mailto:calcata@vegetus.net)  
Stefano Panzarasa della Rete Bioregionale Italiana: [bassavalledeltevere@inwind.it](mailto:bassavalledeltevere@inwind.it)

Campagna di tesseramento: inviare contributi a Paolo D'Arpini – Circolo Vegetariano di Calcata, 01030 Calcata (VT).

Quei soci che così decidono di coinvolgersi nella gestione del Circolo si impegnano a versare – per un anno continuativo – un contributo mensile di 50 Euro. Questo contributo servirà alla creazione di una cassa comune ed al pagamento delle spese gestionali ordinarie. Tutte le decisioni relative all'uso dei locali del Circolo e le decisioni diversificative per incrementare la vitalità associativa saranno prese collegialmente a maggioranza tra coloro che entrano a far parte del Comitato di Presidenza.

Per ulteriormente rendere appetibile l'adesione a questa forma di auto-finanziamento verrà concesso ai soci membri del Comitato di Presidenza la condivisione di 4 pasti mensili (assieme al sottoscritto) ed anche un pernottamento in loco in un soppalchino.

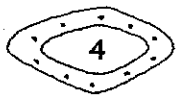
Per chi volesse invece contribuire in forma più modesta si può prevedere un contributo annuale di 50 Euro, senza complicazioni decisionali, con il diritto di 4 presenze annuali ed un pernottamento (sempre nel soppalchino).

## Rete Bioregionale Italiana

La Rete Bioregionale è ispirata dall'idea di Bioregione: aree omogenee definite dall'interconnessione dei sistemi naturali e dalle comunità viventi che le abitano. Una bioregione è un insieme di relazioni di cui gli umani sono chiamati a vivere e agire come parte della più ampia comunità naturale che ne definisce la vita.

Riferimento locale della Rete:

Stefano Panzarasa, via dei Portici 39, 00010 Moricone (RM), tel. 0744/605084 – [bassavalledeltevere@inwind.it](mailto:bassavalledeltevere@inwind.it) – [www.orecchioverde.ilcanocchiale.it](http://www.orecchioverde.ilcanocchiale.it)



## COMUNICARE RACCONTARE EVOCARE

Presentazione della tre giorni "Natura, stagioni, zodiaco e comunicazione" tenuta a Calcata, a cura del Circolo Vegetariano e della Rete Bioregionale: 29, 30 e 1 Maggio 2006

La manifestazione inizia con il reading di Jim Koller alla scuola comunale, con la partecipazione della direttrice didattica, i maestri e le mamme assieme ai bimbi. Lo scambio di poesie fra il poeta americano e gli alunni è stato molto sentito e scenografico.

La maestra Carla ha introdotto il lavoro dei bambini sulla valle del Treja, le loro ricerche ed i loro scritti.

Un momento corale è stato durante il canto, accompagnato da Stefano Panzarasa, del poemetto "L'orecchio verde" di Gianni Rodari: "Un giorno sul diretto Caprinica Viterbo ho visto salire un uomo con un orecchio acerbo... è un orecchio bambino, mi serve per capire le voci che i grandi non stanno mai a sentire". Ascoltava commosso e contento anche il neo nonno Luigi Gasperini, presidente del Parco.

Il gruppetto, musicanti e poeta, si è poi trasferito al Centro Visite dove c'è stata una lettura di aforismi ispirati al libro dei mutamenti: "Importa forse se il falco comprende causa ed effetto? Non al coniglio, al topo o al piccolo serpentino (Jim Koller)".

Si è tenuta quindi una sessione per il riequilibrio dei cinque elementi con vari esercizi yoga insegnati da Rita Guerrieri.

"Cosa significa conquistare i cinque elementi? Conquistare significa comprendere, capire che ogni essere è la combinazione degli elementi. Partiamo pensando di sconfiggere la natura arrivando poi a realizzare che la natura stessa è la matrice della coscienza (Anasuya Devi)".

L'incontro è proseguito con una descrizione degli archetipi cinesi: "Ad esempio dal 21 maggio al 21 giugno ricorre la stagione del cavallo. Il cavallo esprime la libertà di pensiero e di azione. Egli non è condizionato da limitazioni concettuali, il suo tempo è quello del Cielo e il suo spazio è quello della Terra (N. d. R.)".

Il secondo giorno è stata inaugurata la mostra delle "Maschere di Calcata" di Sofia Minkova e quella delle "Figurazioni mitologiche" di Gianfranco Castelli e presentato il nuovo libro di poesie e CD di Jaqueline Fassero.

Poi uno scambio di opinioni sui vari modelli archetipali di cui trascrivo alcuni flash.

- "Colchici nei prati fioriscono, fioriscono. È la fine dell'estate, la foglia d'autunno portata dal vento, in cerchi monotoni cade volteggiando (Jaqueline)".

- "La natura ci parla, la metafora è poesia per eccellenza, è gioco, ammiccamento. Prima c'è il dipingere, il cantare, il ballare, gli screzi fra amore e morte. Dopo c'è il muro del mistero, i miti che diventano Logos, conversazione fra uomo e natura (Maria Castronovo)".

- "Il nostro corpo è una metafora completa, dalla postura, al sintomo, al colore degli occhi, in senso analogico (Ludovica de Nava)".

- "Edipo e antiedipo. Nel teatro delle maschere vi sono tre archetipi: il maschile, il femminile e la forza generata dal

loro incontro. Da ciò l'azione, l'intuizione e la sintesi (Sofia Minkova)".

- "L'unicità è una palla di fuoco, un riflesso in un prisma. È il mito di Proserpina con in mano il melograno: il molteplice nell'Uno (Paola Iglioni)".

- "La nostra è una vita da casalinghi e dobbiamo viverla con cura, sperimentando modi diversi di convivenza. Penso alle streghe, alle comuni alternative, alla gioia del nuovo armonico (Antonio D'Andrea)".

- "A questo incontro son quasi tutte donne (Marejke Van der Maden)".

- "La natura è il nostro biorganismo, sia dentro che fuori (Anna)".

- "L'esistente è in ogni momento. Ciò si percepisce chiaramente anche nelle tradizioni popolari che non son mai una cosa meccanica ma un fluire (Leonardo)".

- "Il sangue mestruale porta la vita mentre il sangue dell'eroe porta la morte (Antonio D'Andrea)".

- "Non dimentichiamo che l'amore per la natura, le piante e gli animali deve comprendere la paletta ed il secchiello per raccogliere la cacca dei cani (Domenica)".

- "L'informazione su come prevenire lo squilibrio fra uomo ed animali richiede estrema attenzione e partecipazione da parte dei cittadini tutti (Rosy)".

- "La vita nasce spontaneamente, non inducendo ma riconoscendo il moto energetico, attimo per attimo (Stefania)".

- "Come praticare un'economia naturale, valorizzando cose concrete, necessarie, lasciando spazio ai bioritmi? (Valeria)".

- "Ma che ci faccio qua? (Anonimo)".

Eccoci infine giunti al Primo maggio, la festa dei lavoratori e dei comunicatori laici, in cui nella Sala Consiliare del Comune, con la partecipazione dell'Ass. alla Cultura Gianni Ferrauti, si è tenuta una tavola rotonda sulla corretta informazione.

Gianfranco Paris, direttore di Mondo Sabino, ha raccontato le gioie ed i dolori della libertà di espressione. (Numerose le associazioni presenti, fra cui: AVI-Lazio, Forum Vegetariano, UVA, Amici di Tolstoj, Le Due Città, European Consumer, AVA, ecc.).

Il dibattito è stato vivacizzato dalla recita straordinaria del Gruppo di Edoardo Torricella che ha toccato in poesia i vari temi trattati.

Gli artisti calcatesi Angela Marrone e Franco Tonnarini hanno contribuito con canti e mottetti dialettali.

"Grazie per essere intervenuti. Solo una grande causa, come questa della corretta informazione e comunicazione, poteva convogliare qui tante anime nobili, mentre altri passano questa ricorrenza in gozzoviglie, noi siamo qui a prendere a cuore il valore del comunicare, raccontare, evocare". Questo il saluto finale.

Paolo D'Arpini - Tel 0761/587200

E.M. calcata@vegetus.net - circolo.vegetariano@libero.it

## Jim Koller a Calcata

di Stefano Panzarasa

Nell'ambito dei readings di poesia che Jim ha fatto a maggio 2006 ospite mio e di Mariagrazia a Moricone, sabato 29 maggio andiamo a Calcata (VT), nella Bioregione Tuscia, ospiti di Paolo D'Arpini del Circolo Vegetariano per un reading alla scuola elementare e poi al convegno che abbiamo organizzato dal titolo "Natura, Stagioni, Zodiaco" dove Jim leggerà alcune poesie tratte dal suo libro "The bone show" (letteralmente "Lo spettacolo delle ossa" ma riguardante l'antico metodo di divinazione basato sulle ossa di animali) ispirato al Libro dei Mutamenti "I Ching" cinese.

Paolo D'Arpini è una persona speciale, per me come un fratello, sono tantissimi anni che vive a Calcata dove si occupa di cultura ecologista e della sua pratica nel posto dove vive, la splendida Valle del Fiume Treja (ora Parco Regionale), un vero bioregionalista...

Prima di partire per Calcata con Jim portiamo all'antico forno di Moricone (nel centro storico) una pizza che ho realizzato apposta per lui, la pizza "Jim Koller" (tutti i sabati preparo sempre pane e pizza e poi vado dalla mia amica fornaia che apre l'antico forno a legna del paese).



Nella pizza è rappresentato per Jim un animale totemico, la volpe (dal titolo del piccolo libro "La canzone della volpe", che ho realizzato per lui e che raccoglie tutte le poesie lette alle bambine e ai bambini) e le lettere del suo nome sono scritte richiamando alcuni elementi, simboli e lettere della civiltà neolitica matriarcale dei nativi europei come il serpente e la spirale (per comporre la "J"), il famoso allineamento di menhir bretone di Carnac (per la "I") e il simbolo della "M", tutt'ora usato e che rappresentava l'acqua ed era, per dirlo con le parole dell'archeomitologa Marjia Gimbutas, l'emblema della Dea dispensatrice di vita.



L'arrivo a Calcata arrociata su una rupe tufacea nella valle del Fiume Treja (viterbese, bioregione Tuscia).



Scuola elementare di Calcata; alcune bambine leggono poesie per Jim. In prima fila Mariagrazia, Paolo D'Arpini, il presidente del Parco del Treja e la preside della scuola.



Io e Roberto cantiamo una canzone di Jim insieme alle bambine e ai bambini.



Canterò per Jim "Ultima volontà e testamento", forse la mia più bella canzone creata per lui...





Eccoci da Paolo e Mariagrazia prepara una buona insalata...



Da sinistra: Paolo, Antonio D'Andrea (ideatore del Movimento degli Uomini Casalinghi – un caro amico), Mariagrazia, Jim e Roberto.



## ULTIMA VOLONTÀ E TESTAMENTO

Voglio solo cielo blu sopra di me.  
Voglio le nuvole, tante  
Di loro, varie, fugaci,  
mutevoli al passaggio  
Voglio le notti più nere  
Piene di stelle cangianti,  
voglio che gli uccelli mi trovino,  
voglio il caldo respiro degli animali.  
Anche il vento passerà,  
per la sua strada verso i posti in cui  
sono stato.

Jim Koller



Al Centro visita del Parco si svolge l'incontro "Natura, Stagioni, Zodiaco" condotto da Paolo.



Jim e Chiara D'Ottavi della Rete Bioregionale Italiana nella piazza di Calcata.



In giro per Calcata scopriamo una bella edicola dedicata alla Madonna del Grano... È un segno, è come se la madre, la Dea si congratulasse con Jim, il poeta, per il suo impegno a favore della Terra, delle piante, degli animali, delle bambine e dei bambini...

## La Scuola incontra il poeta Jim Koller

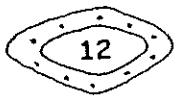
Il 29 aprile 2006 i bambini della scuola di Calcata hanno avuto l'occasione di presentare il percorso, legato al loro territorio, al poeta americano Jim Koller.

Sono molti anni che la Scuola di Calcata ha assunto, come percorso culturale, l'educazione alla ricerca, alla scoperta e alla conoscenza del proprio ambiente di vita. Il territorio di Calcata, inserito all'interno del Parco Valle del Treja, è stato una fonte inesauribile di conoscenze dell'aspetto naturalistico.

La giornata del 29 è stato un momento di confronto tra le sensazioni dei bambini e lo spirito della poesia in un contesto che ha visto la partecipazione di figure istituzionali di genitori e di tutta la comunità.

Carla Carnà, maestra della Scuola elementare di Calcata





## In compagnia della vita che ci circonda, dal di dentro

Intervento di Paolo D'Arpini

L'ecologia del profondo è come sapere che ciò che è dentro di noi è anche fuori di noi. La percezione è 'singola' e variegata ma l'essenza è unica e totale. Infine dove possiamo attingere se non alla comune matrice in cui noi tutti siamo?

Veramente non possiamo scindere ciò che consideriamo noi stessi dall'insieme multiforme della vita, è per questo che vivere l'ecologia corrisponde a vivere la vita. Il grembo è lo stesso, la nascita e la morte di un insetto non sono diversi dalla nostra nascita e dalla nostra morte.

Nell'ecologia del profondo il concetto di 'utilità' scompare lasciando fluire la condivisione e compartecipazione in libertà manifesta.

Un gatto viene, gironzola soddisfatto e lascia la sua traccia, uno schizzo di urina, per memorizzare la sua presenza. Cosa c'è di così diverso nella società umana (se non fosse per l'importanza che noi diamo alle nostre opere)?

Quando passeggiavo per le strade affollate e puzzolenti di Roma, se chiudo gli occhi, mi ritrovo sulle pendici del Vesuvio. L'opera dell'uomo si trova tutta all'interno di una manifestazione vitale indivisibile. Capire ciò non significa rinunciare alla ragione per tornare indietro al primitivismo, piuttosto armonizzare la nostra vita in senso ecologico, adattandola alla situazione presente. Ogni oggetto che viene trasformato o prodotto deve potersi comunque reinserire nell'ampio processo biologico. Anche questa civiltà, così incurante della vita, può essere modificata in modo da funzionare nel ciclo naturale (a noi idoneo). Ma per ottenere un vero cambiamento dobbiamo necessariamente partire da noi stessi. In qualche modo è come rinascere, in questa stessa forma, approfondendo la coscienza di appartenenza al tutto. Non importa se apparentemente la nostra 'rinascita' ecologica sembra poco influire sul resto del mondo; è come un seme, così delicato, così unico, così imprevedibile, che faticosamente germoglia, si propaga, ed alla fine vince. Bisogna iniziare da noi stessi, nel luogo in cui ci troviamo, che sia in città o in campagna, all'interno delle strutture o nel villaggio sulle colline dell'Umbria. Se il nostro approccio è innocente, privo di aspettative o finalità personali, siamo destinati a 'vincere': il seme germoglia e vive.

In fondo le cose buone della vita sono solo quelle che soddisfano i nostri bisogni primari, ivi compresa la gioia.

"Pur agendo in ogni campo egli rimane tranquillo; pur sperimentando le conseguenze di un precedente agire egli è intoccato da esse; pur possedendo un corpo (dotato di nome e forma) egli è privo di identificazione con esso; pur limitato nell'azione la sua coscienza è ovunque". Questa la descrizione fatta da Shankara di un illuminato e corrisponde esattamente alla realiz-

zazione dell'uomo/seme che vive in simbiosi ecologica con tutto ciò che è.

Breve profilo dell'autore. Uno dei fondatori della Rete Bioregionale e presidente del Circolo Vegetariano di Calcata. A livello concreto si occupa di una sperimentazione ecologica nel riabitare il luogo ed a livello di studio di una ricerca sincretica e spirituale. Ha diretto alcune pubblicazioni, come il *Bullettin* e il *Provinciale*, e collabora da parecchi anni con varie riviste del settore (AAM Terra Nuova, Lato Selvatico, Quaderni delle Due Città, Mondo Sabino, etc.). Sua un'analisi comparata dei vari modelli filosofici rivisitati nella visione dell'ecologia profonda.

Nei suoi pensieri sia le conoscenze non duali che la pratica del Siddha Yoga a cui è stato iniziato da Swami Muktananda nel 1973. Dal 1984 custodisce il Tempio della Spiritualità della Natura a Calcata, l'ex discarica comunale ora adibita a luogo di contemplazione e rifugio per animali erbivori. Nel 2004 ha compiuto 60 anni.

### Paolo ad Antonio:

Come in un sogno prendiamo una forma per comunicare con "gli altri" da noi sognati (che sono sempre noi stessi in un'altra forma) così continuiamo a passare vicendevolmente dalla parte dello scrittore a quella del lettore.

Quando ciò avviene in piena consapevolezza diciamo che avviene la comunicazione. In realtà vera comunicazione è quando non sussiste differenza fra il soggetto/oggetto, dove esiste uguale identità, altrimenti la comprensione stessa non sarebbe possibile.

Una volta entrati nel sistema mediatico non si può fare a meno di riconoscersi come 'noumeno' assoluto di tutte le forme comunicative intercorse, siano esse di provenienza o di invio, parte integrante dell'azione virtuale vissuta (chissà perché mi viene in mente la grotta platonica). Parliamo di comunicazione come fosse una coreografia di messaggi consequenziali ma il pensiero che ha ispirato tutto ciò ha una ragione, un'essenza sottile, che va oltre il messaggio e la stessa memoria. Quel 'pensiero' – libero s'intende – è la nostra vera natura, indefinibile se non nella forma riflessa nella coscienza. La mente umana comprende e supera quel che appartiene a qualsiasi metro, infatti si dice "la misura non sta nel metro". In questa libertà dal concetto di tempo e spazio possiamo finalmente affermare (come già Platone fece) che tu ed io, in quanto pensiero, siamo la medesima ed identica cosa (e inseriamo nel novero anche tutti gli "altri" sognati).

Che lo Spirito sia sempre!

## I sette chakra

Intervento di Rita Guerrieri

Oltre al corpo fisico composto di materia grossolana esiste un corpo più sottile formato dall'energia e che influenza e interagisce con il corpo fisico. È composto di 72.000 nervi sottili o nadi (in alcune tradizioni tantriche 300.000) che veicolano le energie vitali, prana, e che danno la vita al nostro corpo fisico.

Il respiro è l'energia sottile più importante ed anche la più percepibile per l'uomo (e su cui egli può facilmente intervenire), infatti la vita si manifesta con il primo respiro e cessa con l'ultimo.

Dei nervi sottili 3 sono i più importanti: quello centrale, chiamato sushumna, situato all'interno della spina dorsale, in cui confluiscono, una volta risvegliate, le energie dei due canali laterali, maschile e femminile (ida e pingala, sole e luna), producendo così il risveglio spirituale.

Le energie del corpo sottile quando si incontrano in alcuni punti del corpo formano dei vortici chiamati chakra o ruote d'energia che si aprono sulla parte anteriore della colonna e sono in corrispondenza con gangli e organi del corpo fisico. Sono anche chiamati loti e il numero dei nervi sottili che li alimentano, da due a più di mille, sono detti petali.

I principali chakra sono 7, il primo, chiamato muladhara, a differenza degli altri si apre verso il basso ed è connesso con la terra. Il settimo, detto sahasrar, si apre invece verso l'alto ed è connesso al cielo. I primi tre chakra partendo dal basso sono centri di energia fisica ed emotiva, dal quinto al settimo chakra si tratta di centri d'energia mentale e spirituale. Il quarto chakra, del cuore, corrisponde all'unificazione in cui cielo e terra si incontrano e si fondono.

Tutti i chakra sono di fondamentale importanza per le funzioni di corpo, mente e spirito e ci connettono come antenne a vibrazioni energetiche universali, ambientali ed anche aldilà del mondo fisico. Ma non sempre questi centri funzionano in modo armonico, anzi quasi mai, in quanto paure, blocchi emotivi, difetti mentali impediscono alle energie di scorrere liberamente nelle nadi, formando dei seri blocchi energetici che provocano un funzionamento disarmonico o insufficiente.

Ora esaminiamo attentamente le caratteristiche di ciascun chakra ed il loro funzionamento e come riequilibrare le eventuali disfunzioni.

Il primo chakra muladhara, della radice, ha quattro petali, è situato alla base della colonna

all'altezza del coccige, perineo nell'uomo e cervice nella donna, è di color rosso vivo, associato al sole, è collegato all'elemento terra e governa il senso dell'olfatto; esso costituisce il fondamento vitale di tutti gli altri chakra ed è la radice della forza vitale. Quando esso funziona armonicamente produce voglia di vivere, coraggio, facilità a raggiungere gli obiettivi prefissi, stabilità e fiducia nel sostentamento della madre terra. Il suo funzionamento disarmonico causa attaccamento ai beni materiali, paura della perdita, irritazione, malumore, fatica di vivere.

I metodi di riequilibrio in hatha yoga sono: vajarasana – sukasana – siddhasana. In natura: contemplare il sole al tramonto. Meditare sul profumo dei fiori, muschio, erbe tagliate, etc. Pronunciare la vocale "u" per il risveglio mantrico attraverso il suono.

Il secondo chakra, swadistana, è situato all'altezza dell'osso sacro e collegato all'apparato riproduttivo, di colore arancione è associato all'elemento acqua, ha sei petali e governa il senso del gusto. È il centro dell'energia sessuale, delle emozioni primordiali, della creatività. Se funziona in modo armonico, si è aperti e spontanei, felici ed entusiasti ed inclini ad avere rapporti appaganti con il sesso opposto. Il funzionamento disarmonico causa mancanza di autostima, tensioni ed incertezze, soprattutto con l'altro sesso, oppure paralisi emotiva o repressione sessuale e depressione vitale. A volte succede che tale disarmonia è dovuta ad una carenza affettiva subita nell'infanzia, mancanza di carezze e tenerezze.

I metodi di riequilibrio in hatha yoga sono: badhakonasana in avanti – setubanda.

Meditazioni in natura: contemplare la luna ed il chiaro di luna, ascoltare il canto degli uccelli ed il suono delle acque, fiume, cascate ed il bagnarsi in esse. La vocale da pronunciare "o" chiusa.

Il primo ed il secondo chakra sono profondamente connessi l'uno all'altro.

Il terzo chakra, Manipura, è situato all'altezza dell'ombelico e corrisponde al plesso solare. È di color giallo dorato associato all'elemento fuoco, ha dieci petali, governa il senso della vista e vi dimorano impulsi e desideri, energia ed attività. In esso si struttura la nostra personalità ed i rapporti con gli altri. Da qui si irradiano le nostre energie emotive. Se funziona in modo armonico si è in pace e in grado di accettarci comple-

tamente, così come gli altri. Saremo di umore gioioso e faremo tesoro delle nostre esperienze; se invece il funzionamento è disarmonico, tenderemo a controllare esageratamente la realtà interna esterna, cercando di conquistare e manipolare potere. Saremo iperattivi e non riusciremo ad incanalare le emozioni oppure per sentirci accettati e guadagnarci la comprensione altrui saremo disposti a compromessi sentendoci comunque sempre spaventati ed inadeguati.

Metodi di riequilibrio. In natura: contemplare un campo di grano maturo o di girasoli aprendoci alla luce dorata del sole.

Vocale "o" aperta. Hata Yoga: Setubanda – Suptavirasana – Adhomukkaswanasana.

Il quarto chakra Anahata situato all'altezza del cuore, unifica i tre centri inferiori vitali ai tre superiori spirituali, quindi è il centro dell'unificazione. Esso è associato all'elemento aria, ha dodici petali, è di colore verde/rosa o in altre tradizioni grigio fumo. È il centro dell'amore vero e incondizionato, dell'accettazione amorevole, della consapevolezza dell'unione con l'universo. Al suo centro c'è un lago con un loto blu da cui nasce un albero (Chittamani) che esaudisce i desideri. La forza che emana da questo chakra è enorme e consente quando è aperto di trasformare e sanare se stessi e gli altri. Si amerà per il solo piacere di amare senza aspettarsi nulla in cambio, irradieremo calore umano, sincerità e felicità.

Funzionamento disarmonico: saremo dipendenti dall'amore altrui, ci sentiremo offesi dal rifiuto o al contrario diverremo troppo succubi e servizievoli. A volte non essendo capaci di accettare l'amore reagiremo con freddezza chiusura e indifferenza.

Metodi di riequilibrio. Nella natura: passeggiare nel verde, osservando corolle rosa, fiori ed erbe, o contemplare un cielo dalle nubi rosate. Vocale "ah". Hata Yoga: Paswottanasana Namaste – Vrkasana Namaste – Utkathasana – Respirazione ajapa-japa con il mantra So Ham.

Vishuddhi è il quinto chakra, situato all'altezza della gola, color azzurro chiaro è associato all'elemento etere e collegato al senso dell'udito. Ha sedici petali. Attraverso questo chakra ci esprimiamo e comunichiamo con il mondo esterno, soprattutto tramite la voce e la parola ma anche attraverso la danza, la musica e la pittura, idee e sentimenti. L'etere è l'elemento da cui tutti gli altri procedono, allo stesso modo questa capacità eterea ci consente di riflettere per manifestare una espressione idonea. Con un funzionamento armonico siamo capaci di espri-

merci al meglio per ottenere ciò che desideriamo, il nostro parlare è chiaro e colorito ma siamo capaci anche di restare in silenzio e ascoltare. Siamo in grado di trasmettere la conoscenza senza temere giudizi o reazioni. Qui ascoltiamo la voce interiore ed entriamo in contatto con il mondo dello spirito, il mondo sottile sarà così reale per noi come quello fisico. Qui scopriamo il nostro dharma (compito spirituale nella vita).

Funzionamento disarmonico: si è timidi, incapaci di esprimere i sentimenti più intimi, la voce è forzata oppure si parla in modo logorroico per attrarre su di sé l'attenzione. Talvolta ci si chiude nel mondo mentale privo di intuizioni.

Metodi di riequilibrio. Nella natura: contemplare un cielo azzurro e senza nuvole, aprendoci alla vastità e allo spazio. Vocale "eh". Hata Yoga: Sarvangasana – Viparithakarani – Halasana.

Il sesto chakra Ajna, situato fra le sopracciglia, è collegato alla ghiandola pituitaria, di color indaco o viola, due petali. Esso presiede alla conoscenza dell'essere ed è il chakra della mente pura. Si è aperti all'intuizione, alla visione interiore, si possono avere percezioni extrasensoriali spontanee e gioiremo della danza della vita nella creazione. La mente sarà stabile e aperta alle verità mistiche e le facoltà intellettuali saranno elevate.

In caso di funzionamento disarmonico saremo portati a concettualizzare esageratamente e a impostare intellettualmente tutti gli aspetti della nostra esistenza. Percepiremo solo attraverso l'aspetto razionale della mente, oppure i nostri ragionamenti saranno disordinati confusi e dominati da conflitti emotivi.

Metodi di riequilibrio. In natura: contemplare un cielo notturno pieno di stelle appena apparse.

Vocale "i". Hata Yoga: Anantasana – Paripurna Navasana – Respirazione Nadisodana.

Il settimo chakra Sahasrara, sulla fontanella del cranio, ha 1000 petali di colore iridescente. Qui si incontrano le energie di tutti gli altri chakra, qui il vuoto e il pieno, la beatitudine dell'essere e del non-essere, la creazione è un gioco che si forma nella nostra infinita consapevolezza, gli opposti si uniscono e proviamo l'estasi dell'unione, amore puro, conoscenza infinita.

Hata Yoga: Shirshasana. Lettera "m". In natura: dalla cima di una montagna percepire la vastità e spaziosità. Ascoltare il silenzio.

Rita Guerrieri

## Il parto della Terra

Intervento di Alessandro Curti

*Che un terzo degli esseri umani, nello stesso istante e con identica motivazione, emetta analoghi pensieri di pace e amore incondizionato, e la struttura di ogni materia ne sarà mutata per sempre.*

Annali dell' Akasha

*La persona seria è tesa, preoccupata. È sempre ansiosa di essere sulla giusta via. Ma non esistono cartelli indicatori. Tutte le vie sono immaginarie.*

*L'esistenza è come il cielo, non esistono vie. Gli uccelli volano, ma non lasciano alcuna impronta: il cielo resta limpido. Allo stesso modo la tua consapevolezza è simile a un cielo, ma molto più chiaro e terso, senza strade né sentieri.*

*Non puoi perderti. Per andare fuori strada ci vuole una via. E trovare la verità non è un obiettivo, né può essere un'ambizione. Trovare la verità equivale a trovare se stessi. E puoi trovare te stesso solo in uno stato rilassato. Chi può allontanarti da te stesso? Il vento può portarti a nord, oppure a sud, ma non può allontanarti da te stesso: ovunque sei, esisti.*

*Se nella vita inizi a giocare, avrai appreso la preghiera più grande: avrai appreso il sentiero privo di sentiero.*

Osho

Sempre più persone stanno realizzando la consapevolezza che viviamo in tempi estremi, ultimativi. Come specie umana siamo alla resa dei conti, di fronte ad un bivio ineludibile, al punto di svolta possibile, all'orlo d'un burrone in cui, se non impariamo a volare, stiamo per precipitare.

Antiche e nuove profezie indicano questa come un'epoca critica di doloroso e profondo cambiamento, una fase di transizione d'Ere nella quale fine e inizio, vita e morte danzano insieme, confondendosi, e a ciascuno di noi e a tutti vengono poste per l'ennesima ed ultima volta le domande di sempre, con l'aggiunta di alcune mai udite.

La crisi che stiamo affrontando è senza precedenti, in una forma o in un'altra investe ogni essere vivente, ogni donna ed ogni uomo, la Terra stessa.

Le emergenze a tutti i livelli hanno assunto dimensioni, gravità, ritmi tali che portano facilmente a disperare del futuro, a non vedere vie d'uscita, a perdere fiducia nell'essere umano e nella vita stessa. Le pulsioni di morte dilagano ai mille angoli del pianeta, quelle esplosive dei kamikaze o quelle subdole ed irriconoscibili dentro ognuno di noi.

Ma, per fortuna, oltre ad essere capaci di distruggere e pur avendo grosse difficoltà a raccapezzarci col nostro cervello altamente evoluto, siamo anche una specie capace di riverire la vita, di esprimere la bellezza in molte forme, di amare nonostante tutto. Se troviamo il verso giusto e non ci facciamo prendere la mano dalla nostra abilità a trasformare la materia e la coscienza,

possiamo ancora provare a portare a frutto le qualità specifiche di cui Madre Natura e Padre Cielo ci hanno dotati e sulle quali, pare, avrebbero riposto molte speranze.

È possibile, infatti, che uno dei misteriosi fini evolutivi della nostra presenza sia quello di farci finalmente sedere tutti insieme al Cerchio Arcobaleno dei Popoli della Terra per condividere le rispettive esperienze e per accenderci, poi, e far emergere una Coscienza Planetaria, un po' come dai neuroni del cervello emerge l'autocoscienza del corpo, per permettere, magari, a Madre Terra di scambiarsi racconti con pianeti di altre galassie.

Ma se anche fosse davvero così non c'è motivo di orgoglio e arroganza ego-antropo-centrica, non c'è motivo di sentirsi superiori e di non rispettare rocce, piante ed animali; dobbiamo invece ringraziare per la forse mal riposta fiducia nei nostri confronti, prenderci cura con amore di ogni vita ed ammettere, umilmente, che il lavoro affidatoci lo stiamo portando avanti molto male, in modo sporco e rischiamo di non condurlo a termine affatto.

Certamente abbiamo delle attenuanti, in fondo siamo una specie giovane, inesperta, dotata di grandi poteri e di libero arbitrio, non tutto ci è dato in modo semplice, possiamo sbagliare e divenire il peggiore dei parassiti senza neanche rendercene conto. Però sappiamo anche imparare dagli errori e questo è il tempo di tirare fuori da noi stessi il meglio, di ricordarci e mettere in pratica le lezioni fondamentali della nostra storia, del nostro bagaglio comune, e riscattare in qualche modo il prezzo altissimo che abbiamo pagato e fatto pagare per apprenderle.

Ci siamo azzuffati, incuriositi dai vicini, per conoscerci. Un po' come i bambini che si mordono, giocano, si fanno i dispetti, poi litigano e finiscono per farsi male, per odiarsi e fare a botte tra bande rivali. La Storia si è fatta pericolosa ed è per questo che alcuni popoli, più isolati e più saggi, ne sono rimasti fuori finché hanno potuto, restando custodi fedeli delle loro Tradizioni originarie accordate spontaneamente con il Cosmo e la Terra, espressioni naturali di una bioregione come lo è una foresta di querce. Sono i popoli sciamanici, le cui profezie parlano dei nostri giorni e del loro ruolo di Maestri nell'insegnarci ancora ciò che gli altri popoli, presi via via da giochi troppo umani, si sono dimenticati: che siamo figli e figlie della Madre Terra e parenti di tutte le sue creature, che siamo fili della Trama della Vita, che la Vita ha aspetti Visibili ed aspetti Invisibili, che Tutto è permeato di Coscienza, che la nostra conoscenza è limitata e che dobbiamo inchinarci al Mistero.

La consapevolezza del lato invisibile, spirituale, del mondo si è conservata anche presso i popoli che hanno preso la Via del Potere Esteriore e si sono ubriacati di

Materia. Nei monasteri di tutti i continenti, nell'esoterismo orientale e occidentale, è stata mantenuta accesa la fiaccola sui territori selvatici interiori. Facendo di necessità virtù, l'esplorazione si è spinta sempre più lontano, facilitata dal prolungato silenzio e isolamento degli eremi che, rispetto ad una movimentata vita di villaggio in cui lo sciamano deve prendersi continuamente cura della sua gente e se rimane troppo nella foresta da solo rischia di finire preda della magia nera, permette maggiore concentrazione, individuale e comunitario, per uno studio approfondito e sistematico degli stati di coscienza e del paradossale rapporto tra questa e la materia. Dai loro viaggi solitari, dalle loro apparenti fughe dal mondo, i mistici di ogni tempo e paese sono tornati con dei doni per noi tutti: quella che è stata chiamata Scienza Sacra è ricchissima di resoconti dettagliati e di mappe che servono, a poterle, volerle e saperle utilizzare, ad orientarci non solo nei territori dell'Altrove, ma anche qui ed ora, nel quotidiano delle complicità psicologiche, relazionali, socio-politiche, ecologiche, perché come dicono le antiche saggezze: 'come in Cielo così in Terra, 'come in alto così in basso'. Ma anche la scienza contemporanea d'avanguardia, dopo il suo lungo viaggio all'interno della materia, si riavvicina al misticismo e allo sciamanesimo ed arriva a scoprire, dalla fisica alla biologia molecolare alla cibernetica, che la coscienza è ovunque e che, insieme e più della gravità, dell'elettromagnetismo e dell'energia nucleare, è una delle forze fondamentali e costitutive dell'Universo, della Vita.

Dall'alto della visione panoramica sul nostro comune passato oggi a disposizione, purtroppo ancora per troppo pochi, quella che va sotto il nome di psicologia transpersonale sta mettendo assieme tutta una serie di informazioni e conoscenze provenienti dalle culture di epoche e luoghi diversi e sta elaborando delle cartografie aggiornate.

Stanislav Grof, ad esempio, attraverso l'utilizzo personale e clinico dell'LSD, che può essere paragonato ad un tele-microscopio per esplorare la coscienza, ha dimostrato l'influenza determinante delle esperienze vissute nel periodo di gestazione e durante il parto. Ha individuato quattro fasi 'perinatali' - vita intrauterina, inizio del travaglio con la cervice ancora chiusa, apertura della cervice e inizio delle contrazioni d'uscita, parto vero e proprio - che fanno da 'matrici' di tutta una serie di stati d'animo e comportamenti, sia in positivo che in negativo. Le implicazioni che risultano da una profonda guarigione emotiva derivante dal rivivere traumi vissuti nelle fasi perinatali sono enormi, e a leggere i suoi resoconti sbalorditivi; basti dire che, dove vengono praticati, i riti d'iniziazione, attraverso le loro esperienze estreme, fanno rivivere e sciogliere le tensioni accumulate durante la nascita biologica e permettono una seconda nascita, culturale, pronta alla vita adulta senza il peso di irrisolti grumi emotivi che, invece, dilagano in società come la nostra

e possono assumere proporzioni impensabili; basti dire, di nuovo, che molto del linguaggio simbolico usato in guerra e nelle perversioni che si consumano nelle carceri, dai campi di concentramento a Guantanamo, può essere ricondotto ad esperienze perinatali negative non digerite.

Un altro psicologo ad orientamento transpersonale, Ken Wilber, ha avuto il colpo di genio di provare a pensare che la coscienza, come la luce, si manifesti lungo uno spettro e da trent'anni sta offrendo al mondo una delle mappe più affascinanti, complete e sintetiche che ci siano. Lo spettro della coscienza, con le sue 'bande', i suoi 'livelli' e i rispettivi dualismi presenti (ombra/autocoscienza, corpo/mente, organismo/ambiente, transpersonale/Tutto-Vuoto-Mente-Dio), fa ordine e rende giustizia della molteplicità di approcci sia delle psicologie occidentali che delle pratiche spirituali e sciamaniche e, soprattutto, ci da una direzione di marcia. Le mappe non sono il territorio ma permettono di muoversi in esso con consapevolezza, sapendo dove si sta andando e dove sono gli altri, senza giudicarli e senza presumere di noi più di quello che siamo.

È tempo di smettere il gioco dei buoni e dei cattivi, degli schieramenti e degli -ismi irrigiditi, smettere di farci accecare dalla rabbia; mangiamoci ognuno la sua Ombra e non proiettiamola più sugli altri, soprattutto non sui Potenti che sennò gliela alimentiamo! Quello di cui abbiamo bisogno è perdonarci e aiutarci a guarire a vicenda, tornare alla Terra e alla Coscienza, tendere verso la goccia di Infinito che, come una perla, è nascosta dentro di noi, ed arrivare a bruciare, bruciare, bruciare dell'Amore 'che move il sole e le altre stelle'.

*Viviamo in Tempi Estremi. Ultimativi.  
Ultima fase del parto della specie umana  
ora unificata sulla Terra intera,  
pronta al Salto Quantico  
del suo Campo collettivo di Coscienza.  
Un'accensione di livello ulteriore.  
Convergono profezie.  
Questo è il Tempo della scelta,  
il Tempo di trascendere la scelta.  
Il Tempo del Paradosso  
dei Sigilli disvelati  
Il Tempo delle doglie  
della Terra Madre  
per dar luce  
Ai suoi figli e figlie.  
Corpo di carne e onda di coscienza.  
Il tempo dell'inaudito  
Plurale dell'io siamo.*

Alessandro Curti

Vedere schemi alla pagina seguente (ndr) →



OMBRA	<p>Compensazioni palesi: orgoglio, bisogno di successo, indignazione, sensibilità, impersonare ruoli, "creatività nevrotica"</p> <p>Amore romantico - eterosessuale ed omosessuale (abbraccio con l'ombra)</p>	<p>Panico</p> <p>Sensi di colpa (Super-Io)</p> <p>Odio (lotta con l'ombra)</p> <p>Depressione (rabbia introflessa)</p> <p>Pressione (desiderio proiettato)</p> <p>Paura (aggressività proiettata)</p>	<p>-24</p> <p>"Condizione negativa; dolore, sensi di colpa, paura."</p>
EGO	<p>Approccio filosofico-intellettuale</p> <p>Stabilità di carattere</p> <p>Buona educazione, autocontrollo</p> <p>Comunicazione verbale</p> <p>Pensiero di tipo lineare, cristallizzazione della prima modalità di conoscenza</p> <p>Adattamento alla Banda Biosociale</p>	<p>Abbassamento cronico della soglia di vigilanza (Perls)</p> <p>Depressione come mancanza di contatto con il corpo (Lowen)</p> <p>Assenza di prensione e d'intenzionalità</p> <p>Il mondo come banalità (Watts)</p> <p>Assenza di spontaneità e di valori-B</p> <p>Il mondo lineare</p>	<p>+48</p> <p>"Condizione neutrale del biocomputer; assorbimento e trasmissione di nuove idee; ricezione e trasmissione di nuovi dati e programmi; insegnamento ed apprendimento altamente facilitati; condizione neutrale sulla Terra."</p>
BIOSOCIALE	<p>Civiltà</p> <p>Cultura</p> <p>Stabilizzazione delle convenzioni</p> <p>Percezione tradizionale</p> <p>Senso di appartenenza alla società</p> <p>Linguaggio, legge, logica</p>	<p>Biosocializzazione della consapevolezza, dei bisogni, delle percezioni, ecc. esistenziali e transpersonali</p> <p>Il Grande Filtro</p> <p>Collasso della visione convenzionale del mondo (comune nella "schizofrenia", ma anche, con risultati diversi, nella meditazione profonda - quest'ultima raramente dà luogo a patologie, perché la visione convenzionale del mondo può essere facilmente recuperata ai fini pratici</p>	<p>+24</p> <p>"Tutti i programmi necessari operano fluidamente nell'inconscio del biocomputer. L'io trae piacere dalle attività che più conosce e preferisce."</p>
ESISTENZIALE	<p>Prensione</p> <p>Intenzionalità</p> <p>Emergenza dei valori-B</p> <p>Autenticità (Perls)</p> <p>Contatto con il centro</p> <p>Fede biologica (Lowen)</p> <p>Religione exoterica</p> <p>Spontaneità biologica</p>	<p>Angoscia come "crampo" (Benoit)</p> <p>Disperazione esistenziale</p> <p>Disagio metafisico</p> <p>Senso di colpa umanistico (Fromm)</p> <p>Irruzioni perinatali (Grof) di natura negativa</p> <p>Ansia esistenziale come "incapacità di accettare la morte" (Brown)</p> <p>Odio primordiale contro l'altro-da-sé - come risultato del dualismo primario</p>	<p>+12</p> <p>"Stato di beatitudine; amore cosmico, accoglimento della Grazia, elevata consapevolezza corporea; elevata funzionalità della coscienza corporea, capacità d'amare, ecc."</p>
TRANSPERSONALE	<p>Valori-B</p> <p>Consapevolezza mitologica</p> <p>Esperienze plateau</p> <p>Distacco, il Testimone transpersonale</p> <p>Fenomeni paranormali</p> <p>Incontri extra-terrestri</p> <p>Il prana raggiunge i chakra più elevati, lungo il percorso della kundalini (a Livello Mentale, i chakra [sephirot] sono solo simbolici)</p>	<p>Irruzione degli archetipi</p> <p>Ansia transpersonale (Lilly)</p> <p>Eresia del Vuoto assoluto (Zen)</p> <p>Esperienze fuori del corpo negative</p> <p>Irruzioni filogenetiche negative</p>	<p>+6</p> <p>"Origine della coscienza. Viaggi astrali, chiaroveggenza e chiarudienza, fusione con altre entità nel tempo."</p> <p>-6</p> <p>"Negatività purgatoriale"</p>

LIVELLO                      SOGNI    BISOGNI    ALTRE ANALOGIE

OMBRA

<p>Incubi Ombra simbolica Aspetti malevoli Ombra proiettata</p>	<p>Bisogni nevrotici (manipolazione, potere, ecc.) Sessualizzazione Tratti fobico-ossessivi</p>	<p>Sé idealizzato (Horney) Dominatore/Dominato (Perls) Genitore/Figlio (Berne) Inconscio inferiore (Assagioli) Residui dell'io infantile (Freud)</p>
---	---	--

EGO

<p>Avvenimenti spiacevoli della giornata Gestalten ambientali incomplete Psicodinamica</p>	<p>Bisogno di un'auto-immagine accurata ed accettabile (Putneys) Bisogni di base (Maslow), che in genere emergono in modo gerarchico Stabilità lineare Bisogni finalizzati</p>	<p>Sé funzionale (Horney) Sé (Rogers) Io (Freud) Eigenwelt Io adulto (Berne) Livello freudiano (Grof) Livello analitico della memoria (Houston/Masters)</p>
--	--	---

BIOSOCIALE

<p>Come succede per molte altre caratteristiche, i sogni al di sopra della Banda Biosociale riflettono le convenzioni della società; quelli al di sotto cominciano ad avere caratteristiche universali: esistenziali o archetipiche.</p>	<p>Biosocializzazione dei bisogni esistenziali Richieste (Lacan) Traduzione accurata della realtà secondo paradigmi convenzionali  (Il principio di Realtà diventa qui principio di Convenzionalità)</p>	<p>Filtro sociale del: Carattere Linguaggio Logica (Fromm)  Mitwelt Patina sociale Validazione consensuale</p>
--	--	--

ESISTENZIALE

<p>Background ambientale non convenzionale Angoscia, sogni di morte Fattori perinatali Sogni ontogenetici</p>	<p>Emersione dei meta-bisogni Bisogno di durare (tempo) e di esistere (spazio) - per compensare la repressione primaria e secondaria Crescita (Perls) Intenzionalità</p>	<p>Unwelt Vero Sé (Horney) Organismo totale (Rogers) Corpo-io (Freud) Sé centrato (Perls) Sé biologico (Lowen) Strato ontogenetico (Ring) Matrici perinatali di base (Grof) Livello rankiano (Grof)</p>
---	--	---

TRANSPERSONALE

<p>Conseguenze storiche di carattere negativo Filogenesi Incarnazione Archetipi Sogni di carattere paranormale Sogni translucidi (condizione del Testimone transpersonale)</p>	<p>Soddisfazione dei meta-bisogni Elaborazione degli archetipi Rapporto trans-individuale Fuga dalla Mente (a questo livello si tratta di un vero e proprio bisogno, l'ultimo ad essere eliminato)</p>	<p>Sé Superiore (Assagioli) Inconscio collettivo (Jung) Strati trans-individuale, filogenetico, extra-terrestre (Ring) Testimonianza sovraindividuale (Maslow) Livello integrale (Houston /Master)</p>
--	--	--

Bibliografia da cui sono tratti gli schemi:

- Ken Wilber, Lo spettro della coscienza, Ed. Crisalide, 1993.
- Stanislav Grof, Psicologia del futuro, Red Edizioni, 2001.

## Poesie dedicate alla Terra di Maria Castronovo

### ADDA

Adda, proprio perché non mi appartieni,  
a me è venuta  
voglia d'amarti.

E anche perché solo a guardarti  
da qualche metro  
di sponda rada,  
lo si capisce – sai – che sei Qualcuno.

Per questo Amor ti chiedo di donarmi  
i segreti alpini del tuo viaggio,  
e quelli del torrente che balbetta  
le acque prime gelide innevate,  
il germogliare rapido dell'onda,  
lo scroscio dei cristalli sui tuoi sassi:  
la piccola grandezza del neonato.

Dentro un gorgheggio di spuma, trasportami  
l'erratica sapienza dei tuoi monti  
e le fiabe dei boschi e delle valli.  
Parlami degli orridi – fragorosi –,  
delle rapide strozzate – e forti –,  
della fatica dura del tuo Orgoglio,  
dell'esperta furia della Natura.

E poi,  
di come tanto barbaro vigore  
finisca dentro l'immobilità  
del Grande Lago.  
La tua Creatura.  
Il tuo Signore.

Raccontami della pigrizia antica  
delle sponde, dell'inesausto cerchio  
delle nebbie, e il rifiorir superbo  
ed iridato delle primavere.  
Di quanta Grazia apprendi dagli orti  
declinanti, e dai giardini sacri  
alle rose e ai tigli e ai rampicanti...

E perché ti piace di farti specchio  
di tutti i vizi umani e del valore...

Divinità anche tu, indifferente  
- saggia di colori e di profumi -  
ti sai svelar piacevolmente sazia  
nelle albe nei tramonti ridipinti  
da luce sfacciata ed insolente.

Adda, proprio perché non mi appartieni,  
a me è venuta  
voglia d'amarti.

Per questo Amor ti chiedo di donarmi  
i segreti arcani del tuo Tempo.

Fiume freddo,  
allobrogo e celtico,  
gallico e romano.  
Povero fra i poveri.  
Signore dei Signori.  
Veneto, lombardo, e manzoniano!

Che fai, divinità onnisciente...  
T'arrabbi se divento impertinente?

Ma io ti voglio rammentar  
di quanto fosti  
dio cannibale e crudele.  
Di quando i sacerdoti drudi  
- gli elfi abduani -  
placavan le tue furie con sacrifici  
- umani -.

Oppure, potresti liberar dalle  
correnti, l'eco degli scalpitanti  
eserciti, e il cozzo di battaglie.  
O i passi trepidanti  
dei carri dei mercanti.

TU,  
frontiera inabissata di questa terra,  
limite luttuoso e natural difesa,  
TU,  
da riva a riva  
da roccia a roccia  
da bosco a bosco  
da ponte a ponte

rifletti

lo sfibrato suono della Storia.  
Adda, proprio perché non mi appartieni,  
a me è venuta  
voglia d'amarti.

Per questo Amor ti dico che ti amo  
per quello che tu sei nel tuo presente.

Domata belva e ventre di sabbia,  
fuoco di gigante moderno e temerario,  
fabbrica di luce,  
ferita sanguinante del progresso,  
ricco  
e proletario.

Sei il compagno allegro  
dei fine-settimana,  
il gioco dei bambini,  
la quiete intermittente del fragore.

Oasi di fuga dallo strazio urbano.

Ma sopra ad ogni cosa  
io ti amo  
perché continui  
a ricordarci  
il NULLA che noi siamo.

E per l'airone,  
di cui ti fai Custode.

Che ogni tanto  
alza - distratto -  
dal nido del canneto,  
qualche inatteso  
ed inebriato volo...

### ESTATE

È immobile quest'ora in cui  
l'anima parla al ronzio dell'ape.

Dormono le cince  
e chiedo asilo  
all'elitra d'un grillo.  
Un riparo verde  
di formiche e ragni...  
questo,  
dove la coda inquieta  
della lucertola sibila ed offende  
l'edera calma e il mio silenzio  
pigro  
e acceso da malinconia.

(Così mi pesa ancora  
- come memoria antica -  
così mi pesa il  
differito svelarsi della Vita.)

### AGLI ULTIMI

Abbandonammo i campi seminati...  
E non saremo noi  
- in qualche settimo anno -  
a benedirne il frutto.

Nemmeno è sacro  
Il peso  
Che ci schianta  
Perché non ha una forma  
E non è segno  
E non è croce.

Un cammino di fango ci divora  
Un piede martoriato  
Avanti all'altro.

Ma non è un calvario.  
Non ci sarà per noi  
Una Morte Alta.

Fortunato chi cadde  
Sui germogli.

Lasciando impronte.

A saperla com'è  
la zolla dura  
quando si spacca  
e si disegna  
nei crateri dell'ape...

A saperlo com'è  
l'erpice ingordo  
dell'estate  
che ne sfalda i contorni  
... che ne penetra il nero...

... Saperla com'è  
l'argilla bianca  
quando la sete  
patisce  
del greto disseccato  
dalle squame del vento...

Sapere...

Saperla non serve  
l'arsura  
che ha le mani vuote della notte...

Bisognerebbe sapere...  
aprire il segreto  
del sentiero  
che porta alle radici  
dal midollo bianco...  
alla saliva verde  
che trasuda  
nell'ombra del canneto...

Oppure...  
scontare  
al ventre dell'ibisco  
la sua gemma di pioggia...  
orfana delle nuvole  
  
e stregata dal sole.

### LA BUONA PAROLA

Il mio riposo è breve  
Ed è cortecchia dura alla mia schiena  
Dolore stretto ai fianchi  
Ombra di sangue e miele  
Ombra di gelso  
Il mio riposo è breve.

E finalmente vedo com'è nero  
Il fuoco delle stoppie  
E doloroso il parto del profumo  
D'origano e di more.  
Le parole buone che la terra  
Non nega al pellegrino.

È terra calda  
Alta  
Vicina al sole...  
Dispensa che si spalanca al povero  
Una volta sola:  
Quando il latte del grano  
S'aggruma sulla falce  
E diffonde intorno l'eco del pane.

Pregherei la falce  
Di accogliere i miei polsi  
Perché è di sangue la parola buona  
Di fame che non ha suono  
Dolore che non ha artigli  
Non è parola... la parola buona  
: solo la senti quando il silenzio è curvo  
e stritola preghiere.  
È ciò che resta di un sogno messo a nudo:

l'urlo del vuoto  
l'aria che trema e sbianca...  
la spina  
che non sa  
difendersi dal vento...

La terra  
- a non toccarla -  
non ti parla.

Vuol essere distesa e penetrata.  
Rinvigorita di sudore e pioggia.

Vorrei sapere

ORA  
tutte le sue ferite  
e interrogare le zolle  
bianche di sole e aperte dalle tane  
delle talpe, dai cespi delle ortiche.

La carne mia  
sventrata  
dai solchi dei filari,  
bruciata  
dal sangue della vite.

Forse dovrei sapere altro dolore...

Ma questo, ora, m'appaga:  
  
essere sorella della terra  
e del vuoto  
che s'arrende al picco del germoglio...

Non saprà mai la serpe  
la geometria marina  
che traccia sulla sabbia,  
e l'onda di Bellezza  
che trascina  
ogni sua squama...

(Invidia l'Insiemenza  
e tutto quello che  
si sposa al Caso...)

## Raggas e Arfai a Calcata

Intervento di Antonio del movimento "Vivere con Cura"

Care amiche e amici, sarò breve... in realtà avevo detto a Paolo (D'Arpini) di registrare tutti gli interventi per poi trascriverli; questo non è accaduto e alla fine questo mio intervento scritto contiene più cose di quello fatto a voce che ho cercato di contenere nei dieci minuti richiesti. Anzi più che un intervento vuol essere il racconto dei tre giorni in cui sono stato a Calcata.

Sono partito venerdì 28 aprile alle 5.30 del mattino per non incappare nel traffico. Ero di buon umore perché vedere albeggiare mi affascina sempre e quindi alleviava la fatica di guidare; sarei voluto andare in treno, ma a Roma avrei caricato dei mobili della casa di zia Elena da portare a Capracotta, e così ho preso il furgone.

Ogni ora e mezza circa mi sono fermato a sgranchirmi le gambe e a fare un po' di esercizi e ho pensato che sarebbe carino organizzare fuori dagli autogrill sedute di ginnastica dolce o yoga per le/gli autisti, in modo che possano fare esercizi giusti per contrastare gli effetti deleteri del guidare tante ore, soprattutto per il cuore e l'intestino (vedi per esempio i diverticoli).

### Arfai a San Casciano

Pensavo di arrivare per le 14.00 a Calcata, ma un po' per le code dovute a due incidenti impreveduti, un po' per le soste e un po' per una sosta in più a Bagni di San Casciano, sono arrivato a Fabro dopo sette ore di viaggio. Intanto avevo mangiato il cibo che ogni volta che viaggio, Peppina, mia madre, che il 30 maggio compie 90 anni, desidera prepararmi nonostante io non voglia, perché in realtà mi basterebbe una mela bio, delle gallette di riso e del caffè d'orzo nel termos; lei invece mi prepara in un sacchettone di cartone tante cose: l'immane frittata con cipolle o altre verdure, grandi fette di pane con caciocavallo, mele, banane del Commercio Equo, fave, frutta secca, avanzi dell'uovo di Pasqua, arance, caffè d'orzo... alla fine ho finito tutto questo cibo il Primo Maggio a Roma! Una volta mi arrabbiavo, mentre adesso lo accetto e semmai regalo questo cibo strada facendo.

Dicevo che arrivato a Fabro, ricordo che lì vicino ci sono le vasche-lavatoio di acqua sulfurea e mi dico che non posso perdere questo dono divino di fare un bel bagno, e così ho fatto. Che delizia stare in quei lavatoi, con poche persone, perché la maggior parte va alle terme a pagamento: mi sembra incredibile che ci sia ancora un posto così! E mi sono ricordato degli Arfai, le fate maschili della Val di Susa che vivono nella Dora: la leggenda dice che quando le donne vanno al fiume con il bucato, gli Arfai sottraggono loro i panni e glieli fanno ritrovare il giorno dopo belli puliti e stesi sui sassi o sull'erba. E un po' mi sentivo un Arfao a

stare in quel lavatoio: quante volte infatti ho desiderato andare a vivere a San Casciano per vivere di bucati... e ora mi dico che almeno ogni sei mesi una sosta di qualche giorno dovrei farla per vivere in quel lavatoio, inserito tra orti lussureggianti, perché grazie al microclima tiepido-caldo, tutta la vegetazione esplose. Mi domandavo perché non fare un bel raduno, oppure fare lì un incontro del circolo di Calcata?

### Amore per i paesi in abbandono

Arrivo a Calcata verso le 16.00, tutto bello rilassato, il tempo di salutare Paolo, Stefano, Mariagrazia e James Koller venuto dagli Stati Uniti per una tournée. Tra me e me mi dicevo: se ci definiamo 'ecologisti' non dovremmo prendere l'aereo, perché è troppo inquinante. Non è già tanto che lui scriva poesie che noi possiamo leggere, semmai ad alta voce, in gruppo? Oppure che ci mandi una videocassetta o una videoconferenza in diretta? Altrimenti predichiamo bene e razzoliamo male, a cominciare da me con il furgone.

Andiamo quindi nel salone del Parco del Treja, nel centro di Calcata. Che emozione ogni volta tornare qui. Il tempo si ferma, il cuore mi si scioglie, non ho più rabbie e rancori! Che gioia rivedere e passeggiare per tutti gli angoli di Calcata e con quel clima poi... in quei giorni c'erano nuvole basse, tutta quella vegetazione, le rondini... ormai amo vivere solo nei paesi d'abbandono, sperduti, mezzi diroccati, con la natura che vi fa da padrona, e ovunque ti giri vedi verde, uccelli, gatte e niente auto. Tutto ciò mi riconcilia con l'esistenza e mi passa quella piccola ruggine verso il poeta che viene dagli Stati Uniti.

Il pomeriggio è stato tanto bello: mi sono piacute le poesie di James, le canzoni di Stefano e anche le cose dette da Paolo. Sì, ne è valsa davvero la pena affrontare un viaggio tanto lungo per venire qui.

Intanto ho fatto il banchetto con i saponi e le locandine di Vivere con Cura a Capracotta e Triora; inoltre ho salutato diverse donne e maschi che non vedevo da tanto.

Verso le 20.00, quando è finito l'incontro e la terra stava tramontando, ho rifatto il giro per Calcata e ho provato di nuovo tante emozioni per i colori, il crepuscolo, gli angoli struggenti... e camminando mi sono detto di andare a mangiare qualcosa in uno di quei localini tanto carini, e così con la scusa di sapere i piatti del giorno sono entrato in quasi tutti! E anche in questo caso, che meraviglia: uno più carino dell'altro, sembrano proprio locali da fiaba; alcuni sono piccolissimi... che amore!! Alla fine mi fermo dove fanno degli ottimi ceci crudi (mi dice il cuoco che li mette in ammollo nel bicarbonato per 24 ore) con ruchetta e cicoria saltata, con un ottimo bicchiere di

vino rosso... una cena buonissima e poi il bagnetto era delizioso, mi ricordava la canzone di Sergio Endrigo che diceva "in via dei matti numero zero"!

### Una giornata di incontri e scontri

E così vado a dormire nel furgone che ho parcheggiato appena fuori Calcata. Al mattino mi sveglio prestissimo, saranno state le 5.00, per fare la pipì, e vista la giornata meravigliosa faccio una bellissima passeggiata di oltre un'ora per il sentiero che porta a Civita Castellana: una meraviglia, e se non fosse stato per l'incontro previsto per le 9.00-10.00 (quindi dovevo scaricare il furgone per preparare bene il banchetto) l'avrei percorso tutto – poi invece mi hanno detto che ci vogliono almeno due o tre ore di cammino per arrivare a Civita.

Alle 10.00 riprendono gli incontri con le relazioni e anche il mio intervento. Intanto vedo allestire banchetti che di solito mettono il sabato e la domenica, ce n'è uno di confetture bio e pecorino. Lì vicino c'è il banchetto di Giorgio, amico da tanti anni. Mi piace il suo spirito leggero, ironico e auto-ironico.

Ma ogni volta torna la polemica con Paolo. Mi dice che Paolo lo ha denunciato tre volte per affissione abusiva e che poi ha ritirato la denuncia ma comunque ha dovuto pagare; ma la cosa negativa è l'averlo denunciato. E mi trovo coinvolto in una bega che si trascina da anni. Paolo è quasi asceta, gandhiano, spiritualista, impegnato, e Giorgio è ancora Indiano Metropolitano-di Calcata, cioè l'area creativa, giocosa, irriverente... e mi chiedo come mai non riescano a dialogare, collaborare.

Incontro Paolo e chiedo delucidazioni: cerco di farli dialogare in mia presenza per cercare di capire, capirmi... mi sembra di stare sul set di un film di Pasolini o quarant'anni fa a Capracotta, ove da piccoli screzi poi nascevano odi e muri... E tutto quello che dicono i vari santoni sulle pratiche di dialogo? O forse è proprio del mondo maschile il relazionarsi banale che inevitabilmente porta ad altrettanti banali litigi e non-collaborazioni? Alla fine mi dico che ognuno si vive il proprio percorso e a niente valgono i tentativi di capire e cercare dialogo: mi è bastato ascoltare e cercare di guardarmi dentro... così li ringrazio tutti e due e non parteggio per nessuno.

A mezzogiorno mangio le fave di Giorgio con il pecorino e il pane dell'altro ambulante: ottimo il tutto, sempre con un bicchiere di vino e il tutto seduto all'aperto, altra piccola gioia.

Quando intervengo, faccio mettere delle maschere di cartone che ho fatto, semplicemente ingrandendo dei disegni di maschere dei libri della Gimbutas e di Vicki Noble (v. immagine di copertina, ndr).

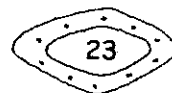
### Un ritorno al matriarcato

Sottolineo che secondo me l'unica società ecologica e rispettosa di tutti gli esseri è quella matriarcale, che

andrebbe ricostruita con tutte le simbologie, saperi e pratiche. In particolare ogni attività era gestita da almeno due donne (alcune maschere hanno quattro occhi, a simboleggiare la forza del doppio), sia gemelle, oppure madre-figlia o amiche. Inoltre la complementarità era tra due donne, non tra uomo e donna, senza escludere l'amore o le relazioni con l'altro sesso, ma si praticava quello che era chiamato "l'amore itinerante": cioè ognuna/o viveva presso il proprio ramo familiare, il proprio albero materno, facendo incontri più o meno saltuari presso la fidanzata o fidanzato – che mai arrivavano ad essere moglie o marito – e le figlie e figli che nascevano venivano cresciuti da tutto il clan materno.

Inoltre bisognerebbe rilanciare la pratica di raccogliere le erbe, sia per uso alimentare, curativo, cosmetico, ecc., e quindi in generale tornare a quella sapienza femminile nell'arte di conoscere, massaggiare, curare i corpi uniti agli spiriti, con maghe, streghe, fate, sacerdotesse e profetesse che ogni tanto fanno concili di donne nei boschi per discutere, incontrarsi, crescere, sviluppare le percezioni, governare... è un'idea attuale più che mai, visto lo sfascio dei governi patriarcali autoritari.

### Possibilità per i maschi



E i maschi? Tornare ad essere ragazzi, non diventare uomini. "Ragazzo" deriva dall'arabo *raqqas*, che significa fattorino, corriere, messaggero e per estensione *factotum*.

Mentre l'uomo adulto è colui che comanda avendo sviluppato la sua identità e la sua personalità – e più è spiccata e più è considerato – il ragazzo invece agisce nella cura, nel servizio, non nella "produzione". Mi viene in mente "Arlecchino servitore di due padroni" di Carlo Goldoni, una commedia tanto divertente, con il protagonista tanto caro e umano che faceva il servo di due padroni maschi (che quasi non compaiono) che sfruttavano i lavori di cura di donne ed altri servi; e lui, Arlecchino, non aveva mai un minuto di tempo!

Ecco perché ti dico, caro Paolo, che il Circolo Vegetariano purtroppo è un'esperienza "bruciata", non è mai decollato, nonostante il tuo impegno e la tua generosità. Dal mio punto di osservazione dovresti lasciarne la gestione ad almeno due donne, come succede in Africa o in India, dove anche nelle situazioni più povere e disgraziate, quando almeno due donne (amiche, sorelle o madri-figlie) iniziano a dialogare, riflettere, agire, nascono quelli che si chiamano "miracoli" ma che invece sono il frutto della arcana sapienza femminile elaborata nelle antiche società matriarcali e ripresa dal movimento delle fate e streghe del 1300-1600 (e invito a leggere sia i due libri di Marija Gimbutas: "Il linguaggio della Dea" e "Le dee viventi"; sia "La dea doppia" di Vicki Noble; sia i tre libri di Vanna De Angelis "Streghe", "Dalla parte delle Streghe" e "Il libro nero della caccia alle

streghe”); saperi e pratiche perseguitate con incredibile ferocia dal potere patriarcale, sia religioso che laico.



## L'arte di *ammacunà*

Ti suggerisco, Paolo, di proporti come ragazzo casalingo, in particolare presso il centro “Il Granarone” gestito da Marijcke van der Maden, un'artista olandese, che ha aperto qualche anno fa questo centro in cui tiene mostre e organizza concerti ed eventi, oltre ad avere una sensibilità straordinaria. Il tutto curato con amore, senza fanatismi o spiritualismo eccessivo che portano, come fai tu Paolo, a disprezzare o sottovalutare il denaro.

Secondo me, come mi hanno insegnato mia nonna Mammaletta, mia madre Peppina e mia zia Elena, il denaro non è un fine, né dà felicità, ma è un mezzo come altri per poter fare una vita decorosa e poter soddisfare desideri e bisogni. Era quell'arte che a Capracotta si chiamava *ammacunà* – ormai il termine è sconosciuto – cioè saper riconoscere i doni della natura, i talenti e le potenzialità degli esseri umani e animali e saperli valorizzare, stimolare, far crescere in modo che dall'interazione nasca una vita sana, conviviale, gioiosa, aperta all'altra/o, al futuro e all'imprevisto. Con tante produzioni domestiche e quasi in autarchia (oggi si dice “decrescita”), tanti baratti e scambi (oggi si dice “Banca del tempo”), accoglienza per parenti caduti in disgrazia o forestieri (oggi si dice “Comunità di accoglienza” e “Servas”); senza trascurare l'arte di raccontare, affabulare e stare nella natura.

Ecco perché a Marijcke e alle altre donne di Calcata, a partire da quelle che ammiri e che si mettono in gioco, potresti proporti come *raqqas*, mettendoti d'accordo anche per il compenso – suggerisco dai 3 ai 5 euro all'ora o con baratti, tipo avere la garanzia di una camera tutta per te o la fornitura di cibo.

Questo ti permetterebbe di esplicitare le tue competenze culinarie-vegetariane e di servizio, e farti avere un po' di denaro per le tue necessità o passioni, mentre per le donne sarebbe un riconoscere la loro soggettività e la preziosità di avere un sostegno maschile.

### “Ri-accapezzolarsi” nella crisi maschile

Non ultima, la possibilità di offrire il tuo petto: infatti un anno fa è circolata la notizia (v. pag. 47) che presso i Pigmei, quella popolazione africana di statura bassa e di indole non-violenta, quando le madri vanno a lavorare nei campi lasciano le figlie e i figli ai maschi, sia genitori che zii, amici o fratelli (si dovrebbe dire “sorelli”, in quanto nelle antiche società matriarcali non esisteva il termine *fratello*, che significa *figlio dello stesso padre in lotta con il padre e i fratelli per prendere il posto del padre*; invece *sorella* significa *figlia della stessa madre*, e quindi abbiamo coniato il termine *sorello*, che personalmente mi piace usare). E quando il bambino è ansioso o vorrebbe attaccarsi al capezzolo della madre, ebbene loro li attaccano al

proprio, e certe volte esce anche il latte: questo è veramente un miracolo dell'amore!! Quindi bambine e bambini crescono al riparo da ansie non gestibili – tanto che la società patriarcale colpevolizza le donne perché non si sacrificano abbastanza per i figli.

Ecco perché va rilanciata la campagna – e la pratica conseguente – di far attaccare bambine e bambini ai capezzoli maschili, e tu con la tua indole bonaria e mammona (leggendola in positivo) potresti proporti come allattatore di bambine/i, sempre a prezzi conviviali. Mi viene da fare la battuta che questo è uno dei modi per “ri-accapezzolarsi” nella crisi maschile!

Tu mi dirai: “E tu Antonio?”. Personalmente metterò i miei due capezzoli a disposizione di bambine/i, adulte e adulti. Tieni conto che nei giochi amorosi e sessuali ho sempre più sviluppato quella che a questo punto definisco “sessualità capezzolare”, cioè un piacere enorme dall'offrire i miei capezzoli (mio nonno paterno, in una lettera alla sua fidanzata, che poi sposerà, arriverà a scriverle: “Potrai sempre riposare sul mio seno”). Insomma, parafrasando Gesù: “Lasciate che i bambini si attacchino a me”.

Avrei voluto finire l'intervento invitando a chiudere gli occhi, avrei alzato la maglia di lana e la canotta e avrei mostrato il mio petto, e avrei invitato ad aprire e poi richiudere subito gli occhi, come dire... un flash ipnotico! Secondo me questo gesto dovrebbe essere giocato nelle manifestazioni pacifiste, ovvero alzare le canotte e mostrare i nostri capezzoli: è iniziata una nuova fase del movimento pacifista!

### Vivere in luoghi fortemente simbolici

Poi abbiamo mangiato da Paolo con Paola Iglori (e tu Paolo potresti fare da *raqqas* anche a lei), e infine ho riposato nel furgone.

Lunedì 1 maggio sono partito presto alla volta di Lunghezza, a trovare Emilia che vive in una casa da fiaba, e alle 15.00 ero a Roma, ove ho preso volantini e striscione e sono andato al concerto del Primo maggio, dove c'erano migliaia di giovani, portando anche le locandine di Capracotta e Triora (che qui allego insieme alla storia di Vivere con Cura).

Infine, chi si definisce ecologista e pacifista non può riconoscere che a Triora, un paese della Liguria ai confini con la Francia, si scatenò quella che è stata definita la più feroce caccia alle streghe per sradicare quella società e quei saperi di donne, e quindi Triora, ove abbiamo aperto un centro, dovrebbe essere uno dei punti centrali per la rinascita della società matriarcale. In particolare bisognerebbe rilanciare pratiche e saperi, come l'*incubatio* per esempio, cioè il dormire da sole o insieme in posti di gran valenza simbolica ed energetica (grotte, boschi, ecc.), che trasmettevano messaggi all'inconscio, o meglio, contribuivano ad attivare percezioni e sapienza collettiva, in modo che il giorno dopo le idee erano più chiare su ciò che c'era da fare (ovvero, quando si dice “La notte porta consiglio”). Cari saluti. Antonio, Maggio 2006



## Proposte per Vivere con Cura

Intervento di Lanfranca Braganza

Voglio ringraziare Paolo D'Arpini per avere organizzato questo evento che ci permette di incontrarci per raccontare cose vecchie e nuove della vita e dintorni e per sapere, per esempio, quali erano i rituali che venivano praticati in occasione dei solstizi e degli equinozi o per poter parlare dei miti dei vari paesi che servivano ad accompagnare l'uomo nella vita di tutti i giorni, ma ancora più importante trovo la possibilità che questi appuntamenti ci permettono di parlare dei problemi che riguardano il vivere quotidiano. Ed è a questo proposito che voglio intervenire per fare una critica propositiva su come mi sarebbe piaciuto vivere questo evento.

Trovo che Antonio abbia, sostanzialmente, colto nel segno proponendo un'offerta di prodotti fatti artigianalmente e ci fa capire quanto sia importante adottare un sistema di pensiero di "vivere con cura" la propria vita e quindi avere la capacità e la volontà di elaborare con le nostre mani i prodotti che poi noi stessi consumeremo. E questo è il punto!

Mi sarebbe piaciuto infatti trovare in un incontro come questo una maggiore offerta di prodotti che indicassero le variegate possibilità di circondarci di oggetti adatti a noi la cui provenienza sarebbe stata senz'altro determinata dalla nostra volontà di utilizzare, possibilmente, quelle cose che comunque rappresentiamo come valori, vale a dire decidere per esempio di utilizzare piatti che siamo riusciti a forgiare con le nostre mani, avendo appreso l'arte di lavorare la creta per esempio, oppure indossare abiti che siamo riusciti a cucire da noi, ecc.

So benissimo che nei nostri tempi rarefatti di vita, questo discorso potrebbe risultare utopistico; tuttavia potrebbe essere un banco di prova per capire quanto è possibile auspicare un vivere in maniera creativa la nostra vita, partendo da un compito verso noi stessi, oppure quanto c'è di finzione nell'auspicare un domani basato sull'espletamento delle nostre qualità. Di sicuro si creerebbe uno spartiacque

su ciò che vorremmo fare o su ciò che potremmo fare, come dire "vorrei ma non posso"! Ma anche questo già sarebbe un inizio nel veder chiaro e in maniera concreta ciò che realisticamente potremo mettere in campo, altrimenti rimarremo a livello di chiacchiere e si sa che con le chiacchiere non si arriva da nessuna parte.

Ad ogni modo esistono molte persone capaci di insegnare i vecchi mestieri e gli antichi saperi, basterebbe cercarli e potremo mettere su un laboratorio per iniziare ad imparare.

Per esempio a Ronciglione c'è Paola Iglioni che sta già progettando con la sua bio-officina un percorso di "vivere con cura" attraverso la raccolta delle piante, la conoscenza dei vari tipi di foglie, la preparazione degli infusi, tisane, colori vegetali ecc. Trovo che questa sia già una traccia che ci indica come muoverci.

Pertanto sono fortemente convinta che un vero cambiamento della società non può prescindere da questi presupposti, e cioè la capacità di saper creare ciò che ci serve in modo da renderci autosufficienti e soprattutto indipendenti dalle mode e dai tentativi di orientare i nostri desideri.

È altresì fondamentale ritrovare l'antico contatto con la nostra madre terra. Il sentire, per esempio, quando era il tempo della semina che si era in contatto con l'Universo, quale generatore di vita unito, avvertire il ritmo della crescita di ciò che è stato seminato e poterne contemplare la realizzazione.

Esperienze e realizzazione che passano attraverso le nostre mani, sono queste le cose che ci danno il senso della nostra origine quando cioè l'Uomo attraverso l'Atto riusciva a collegare la Terra al Cielo divenendone divino!

Lanfranca Braganza

# LA TARANTELLA

di Marina Canino

Forse è l'unico ballo che si può danzare da soli, in coppia o in gruppo, ossia rispecchia tutte le possibili situazioni della vita.

Essa proviene da una ideazione inclusiva e non selettiva. Per questo motivo si cantava e danzava ai funerali come pure ai matrimoni, accompagnava il corteggiamento ma anche il duello (la danza delle spade), la guarigione, la ricchezza, la povertà, la malattia.

Danza di "ianare" e di briganti, dalla Dea celtica Brigantia che evoca l'idea del ragno nella tela come Universo. Ma non per questo è un pasticcio, un "caos".

Solo chi strumentalizza questa realtà la trascina verso la non identità. Invece questo mondo magico mantiene, in nuce, tracce delle Menadi e delle Baccanti, di Orfeo e delle Sirene.

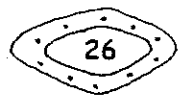
Saghe di zingari che addomesticavano i cavalli suonando il violino o di chi si perdeva danzando fino a trovare Dio. Per via della "coincidentia oppositorum": perdersi per ritrovarsi. La festa era il

momento sacrale in cui la comunità ritrovava la sua vera identità e ristabiliva in se stessa quella continuità in cui integrare tutto e tutti. Lo stesso effetto veniva raggiunto con la musica dei griot, i maghi cantori africani, che parlavano con Dio ed allo stesso tempo tessevano la memoria collettiva.

Così la vera festa della Taranta, prima di essere banalizzata e manipolata dalle religioni monoteiste, era re-integrazione nel Tutto, Pan-Gea.

Ballano i vecchi, ballano i giovani, ballano i bambini, le ragazze, i malati. Ogni emozione o sentimento viene manifestato e danzato. Si balla l'odio (la tammurriata a morte), si balla l'amore, si balla la fecondità della Terra, si balla il litigio (i canti a dispetto), si balla per la Madonna e i Santi, si balla per i fuorilegge ed i ladri.

Non siamo noi, con i nostri limiti, che teniamo insieme tutto ciò ma veniamo attraversati dal fluido della Tarantella. Il Tutto prende la forma musicale e, come i miliardi di cellule tenute insieme nel nostro corpo, tesse una nuova alchimia...



## Fuori della finestra

In ricordo dell'incontro del 30 aprile 2006

Dalla finestra del mio ufficio si può vedere tutta la valle del Tevere. All'orizzonte si stendono i Monti Lucretili, una catena di dolci colline e montagne di varie altezze. In cima alla più alta, il Monte Gennaro, ho pernottato qualche anno fa – proprio sotto la Croce, sola, nel sacco a pelo sotto un cielo stupendo coperto di stelle che sembravano toccarmi.

L'arrampicata sul sentiero era stata dura, un dislivello di oltre 800 m, in totale il monte è alto 1250 m, ma ne valeva la pena! Ricordo, era Ferragosto e si vedevano dopo il tramonto i fuochi d'artificio dei tanti piccoli paesi come dei meravigliosi piccolissimi fiori colorati. Rumori non si sentivano lì su, così in alto. Solo il canto degli uccelletti all'alba, quando un pallido sole saliva dalle nebbie.

Tutto questo mi sovviene ora guardando fuori – ogni volta che vedo la cima del monte.

Nella valle il quadro cambia in continuazione. Una valle larga, con filari di vari alberi, sulla riva del Tevere, con tante braccia, come le dita di una mano che si stende. Da lontano si osserva Palombara in collina, S. Angelo, a sinistra Moricone e Montelibretti e Monte Flavia, tutti piccoli paesi poggiati, rannicchiati sulle colline.

Quando il vento fa correre le nuvole, cambiano le mille tonalità di verde, tra ombre e sole, tutto si muove. Piccole nubi di fumo salgono dagli uliveti, da lontano sembrano sigari, appoggiati da un gigante per terra, invece sono i fuochi dei contadini, della potatura degli alberi.

Oggi le prime allodole salgono in alto per cantare la tipica lunga canzone, ferme nell'aria. La primavera sta per arrivare.

Sul prato pascola un immenso branco di pecore, circondato da ben quattro cani, i due pecorai dividono le mamme con le pecorelle dal resto branco per portarli dove c'è più erba succosa. Mentre si muove il branco sembra che scivoli, slittando nel verde, le zampette si muovono all'unisono, solo gli agnelli saltano, ancora un po' insicuri, hanno pochi giorni, sempre alla ricerca della propria mamma. Lungo la siepe confinante ci sono grandi rotoli di fieno – nel caso mancasse da mangiare.

Nel pomeriggio, quando il sole piega la sua via verso l'ovest, si colora tutta la valle di un verde scuro interrotto da nebbie sottili che si formano, annunciando la sera. I cani maremmani guidano il branco al recinto per la notte, dove restano fino all'alba di un nuovo giorno.

Beatrix Reichel, Maggio 2006

# I Cinque elementi della Medicina Tradizionale Cinese e i tipi psicofisici correlati

di Ludovica De Nava

Più che di archetipi... tratterò di tipi. Tipi caratteriali, o per essere più precisi, tipi di energia (psicofisica) che si rivelano anche nel carattere, cioè nel modo di relazionarsi dell'essere umano.

La Medicina Tradizionale Cinese affonda le sue radici nel Taoismo, nella teoria dello Yin e dello Yang e nella teoria dei Cinque Elementi.

Sia la teoria dello Yin e dello Yang sia quella dei Cinque Elementi, pur partendo da regioni diverse e da ambiti politico culturali diversi, hanno avuto un'ampia diffusione verso il IV secolo a.C., raggiungendo l'Occidente attraverso la Grecia e la Palestina. Tracce di questa diffusione sono evidenti, per esempio, nella filosofia epicurea.

Lo Yin e lo Yang sono gli archetipi complementari che compongono il tutto: "nascono dal movimento e dall'immobilità del vuoto", recitano testi taoisti. Lo Yin è il movimento energetico che tende verso il basso, l'oscurità, il freddo, l'umido, l'interno, il femminile, l'attrattivo-ricettivo (preferisco questa definizione di polarità a quella di "negativo" che nella nostra cultura ha un'altra connotazione). Lo Yang è il movimento energetico che tende verso l'alto, la luce, il calore, il secco, l'esterno, il maschile, il movimento attivo.

Che l'energia abbia queste due modalità di manifestarsi è evidente da tutti i fenomeni naturali, e che questa alternanza del suo manifestarsi abbia un ritmo è altrettanto evidente. Pensiamo per esempio al movimento delle onde del mare sulla riva, a fenomeni come i maremoti e le maree, alle fasi lunari, all'alternarsi di giorno e notte, al ritmo del nostro respiro, e alle stagioni.

Qui ci vengono in aiuto i Cinque Elementi: Legno, Fuoco, Terra, Metallo, Acqua. Sono metafore per esprimere le modalità con cui si manifesta l'energia (il ritmo Yin-Yang) nel cosmo (macrocosmo).

Immaginando un sistema di assi cartesiani, con all'incrocio l'elemento Terra, come mondo dove si manifesta tutto questo, il Legno si colloca all'estremità sinistra, il Fuoco in alto, il Metallo a destra, l'Acqua in basso.

Ciò ha a che fare con l'alternarsi delle stagioni: il Fuoco con il calore dell'estate, l'Acqua con le piogge invernali, il Legno con il risveglio della vegetazione in primavera, il Metallo con il ripiegarsi

dell'energia verso le viscere della terra nell'autunno (Metallo = oro, contenuto nelle viscere della terra).

Ogni essere vivente è un microcosmo e partecipa perciò dell'essere composto da questi cinque elementi. Se facciamo attenzione, per esempio, a come il variare del clima e delle stagioni influenzi il nostro modo di essere, il nostro stato d'animo, la nostra energia, ciò ci pare più chiaro. Chi non si è mai sentito galvanizzato dalla primavera, triste in autunno, uggioso e pigro in inverno?

I meridiani energetici, canali in cui scorre l'energia nell'organismo, scaturiscono da un primo impulso energetico: un *little-bang*, che è il concepimento dell'individuo: incontro e unione della carica attiva (spermatozoo) e di quella ricettiva (ovulo). Questa energia iniziale comincia ad esprimersi man mano che l'embrione si sviluppa, e si esprime formando i circuiti o meridiani energetici che si manifesteranno secondo la modalità dei Cinque Elementi e saranno sempre a coppie: un meridiano Yin per l'accumulo e uno Yang per il trasporto dell'energia. I meridiani Yin producono organi Yin, compatti e che costituiscono magazzini di energia, quelli Yang produrranno viscere per il trasporto della stessa energia e delle sostanze nutritive (cibo, sangue, linfa) e di scarto. Ogni coppia di meridiani, collegata a una coppia di organi, esprimerà il tipo di energia di uno dei Cinque Elementi.

Così abbiamo:

Legno: Fegato e Cistifellea

Fuoco: Cuore e Intestino Tenue

Terra: Milza e Stomaco

Metallo: Polmoni e Intestino Crasso

Acqua: Reni e Vescica Urinaria

Sorvolando su altre considerazioni che riguardano per esempio il ritmo circadiano e il picco energetico su ogni meridiano nelle ventiquattro ore, vorrei concentrarmi sul fatto che ognuno di noi esprime un particolare tipo di energia, con prevalenza – in equilibrio o in squilibrio, cioè nel bene e nel male – di uno dei Cinque Elementi. Questo fatto riguarda non solo il (buon) funzionamento degli organi connessi a quell'elemento, ma anche la valenza psico-emotiva particolare dell'elemento in questione. In altri termini: il carattere.

La persona "Legno", se l'elemento è in equilibrio ha un buon senso di solidarietà ed è assertiva. Sa collaborare bene, ha una buona capacità di ideazione e un sano controllo di sé.

Se l'elemento è in squilibrio, oltre ad avere problemi di salute che colpiscono il fegato e la cistifellea (per es. calcoli, cirrosi, ecc.) avrà sonni agitati, difficoltà ad addormentarsi la sera, sarà molto indecisa, farà progetti difficilmente realizzabili e proverà spesso accessi d'ira. Potrà anche avere disturbi alla vista e ai tendini e legamenti.

La persona "Fuoco", se equilibrata e in buona salute sarà capace di diffondere intorno a sé un caldo sentimento di amore, avrà la capacità di dire le cose giuste al momento giusto, proprietà di linguaggio, equilibrio, facilità ad assimilare le esperienze, sarà ottimista e contenta.

Se in squilibrio, potrà avere disturbi di circolazione e al cuore, o ulcere duodenali, e avrà disturbi dello Shen, cioè agitazione, parlare scomposto e fuori luogo, scarso controllo sulle manifestazioni emotive: eccessi di gioia o turbamenti improvvisi e "cadute di umore".

La persona "Terra", se in buona salute sarà centrata e equilibrata, saprà aiutare in modo concreto gli altri, li farà sentire "nutriti" dalla sua presenza. Saprà trarre nutrimento per sé dalle esperienze della vita. Sarà capace di prendere e di dare.

Se in squilibrio, potrà sviluppare malattie del metabolismo (per es. il diabete) e dipendenze (alcool, fumo, droghe). Potrà avere problemi di digestione, bruciori di stomaco, ernia iatale, ecc. Psicologicamente sarà insaziabile negli affetti, dipendente e fagocitante. Sempre "affamata".

L'individuo "Metallo" con energia equilibrata è capace di autentico scambio con l'ambiente in cui vive. Consapevole del proprio valore e anche dei propri limiti, sa valutare bene gli altri e apprezzarli, sa empatizzare con loro; le sue azioni hanno un buon ritmo (sono tempestive) ed è duttile, cioè sa adattarsi bene alle circostanze.

Se l'energia metallo è in squilibrio, si hanno patologie dell'apparato respiratorio, del colon e della pelle. La persona si chiude, e la prima cosa che chiude è la respirazione. La pelle è un organo della respirazione ed esprime il confine, il contatto e lo scambio con l'ambiente esterno. Il colon rappresenta la capacità della persona di eliminare le scorie. La

persona che soffre per capacità ridotta di scambio con l'esterno è rigida, poco duttile ed ha scarsa autostima, è rancorosa (non riesce ad eliminare i pensieri negativi), non sa valutare ciò che riceve dagli altri, è triste e si isola.

L'individuo "Acqua" ben equilibrato ha un giusto senso del pericolo e sa destreggiarsi in ogni occasione scegliendo la via del coraggio ma con il senso della realtà. Non eccede, non sviluppa dipendenze, ha "spina dorsale" e volontà, nervi saldi; una buona dentatura, uno scheletro saldo, reni e vescica ben funzionanti, orecchi grandi, buon udito, ed è longevo.

Se l'elemento è squilibrato, soffrirà dell'apparato urinario, frigidità o impotenza, avrà ossatura e dentatura fragile, o capelli precocemente bianchi, scarsa volontà e vitalità (si stanca facilmente), sordità primaria, e oscillerà pericolosamente fra paura e temerarietà. I tipi fobici hanno uno squilibrio a carico dei meridiani Acqua.

Ognuno di noi può avere squilibri di più o meno lunga durata a carico di tutti i meridiani; complessivamente, per capire qual è l'elemento dominante, si guarda al carattere della persona e alle patologie in cui incorre più spesso nell'arco della vita.

Comprendere se stessi dal punto di vista energetico è indispensabile al percorso di autoconoscenza, e rappresenta una base importante per la propria evoluzione.

Quello che conta è comprendere e assimilare il concetto che noi, come microcosmi, partecipiamo dell'energia del macrocosmo e siamo tutt'uno con la Natura, che dobbiamo rispettare perché la sua salute è la nostra salute, il suo benessere è il nostro.

La nostra esistenza dipende dall'equilibrio della Natura: non dobbiamo arrogarci il diritto di violentarla.

Non c'è battito d'ali nell'altro emisfero che non ci riguardi. Terra, Cielo e Mare respirano con noi.

Ludovica De Nava  
Operatore Shiatsu, Rignano Flaminio

Tornata dal mio viaggio, non nel senso turistico-consumistico del termine, mi accorgo sempre di più dell'importanza del nostro camminare su questo pianeta; non è necessario andare lontano, basta quel poco per proiettarci in nuove dimensioni e nuove conoscenze, o meglio in quello che è la consapevolezza di vivere in un meraviglioso e infinito intreccio di percorsi.

*Tutto è uno / in mille diversità / nubi nel cielo.*

E non ho più dubbi sulle ragioni delle mie scelte personali mentre guardo la rugiada sull'erba e ascolto il canto degli uccelli.

*Diventa sogno / la voce della terra / dall'anima profonda.*

Ora, sento anche il bisogno profondo di capire che cosa sta succedendo al pianeta, a noi tutti i viventi, che ci ostacola nel realizzare il più delle volte il proprio cammino ecologico.

Perché è proprio lì che risiede la difficoltà: quale strategia usare per combattere o resistere alle energie negative circostanti? Siamo, in effetti, tutti consapevoli che, al di là delle proprie idee o stili di vita, vi è quella forza pesante (multinazionali, governi, politici, economisti, religioni, tecnologie...) che tende ad inghiottirci nella sua enorme bocca, nutrendosi delle nostre vite per diventare più potente ancora ed annientarci tutti (continenti, oceani, cielo, Luna, Marte...). Noi umani ne conosciamo perfettamente tutti i meccanismi, dal Neolitico al mondo contemporaneo, in nome dell'intelligenza, attraverso varie rivoluzioni e attraverso le arti (date, periodi storici, statistiche, grandi culture, scuole di pensiero). Non ne voglio parlare, credo più giusto di ritornare ad una analisi che riguardi i bisogni e i valori profondi dell'essere vivente, oltre ogni forma di società o civiltà che ha trascinato con sé un patrimonio storico-culturale carico di violenze ed egoismi.

Sento il bisogno di cambiare linguaggio per esprimere la varietà e la ricchezza di mondi possibili all'interno della visione ecologista, l'unica in grado di contrastare l'ingiustizia e la povertà; un linguaggio interiore che naturalmente ci riporta a lontane radici, mai completamente dimenticate, un linguaggio di rispetto e d'amore di fronte all'immensità dell'orizzonte, alle forze della natura.

*Ritmo costante / suono originale / il mutamento.*

In questo linguaggio vi è innanzitutto la diretta implicazione delle proprie vite, la nostra responsabilità individuale riguardo alla storia stessa, ai luoghi che ci circondano, e la consapevolezza che il nostro benessere dipende da quello degli altri. Guardare e disegnare forme e colori, ascoltare le voci, muoverci camminando o ballando per meglio capire, penetrare nelle invisibili reti della vita, inventare melodie e canti per il bene comune, amare e sentirsi amati, toccare con tutto il corpo altri corpi e altre

forme, lavorare con ritmi naturali, giocare e soprattutto ammirare giorno dopo giorno la bellezza di ciò che si offre a noi.

*Un sentier de mousses / grimpe au bout de mon âme / lichens dans l'ombre.*

*(Un sentiero di muschi / si inerpica fin su nella mia anima / licheni nell'ombra.)*

Questo modo di esistere, di stare nel mondo non piace a chi vuole dominare, non porta denaro, progresso, quindi neanche la realizzazione. Invece, questo modo di esistere è esistito per migliaia di anni senza recare danni, in un processo intelligente ed equilibrato, ricco di emozioni e di realizzazioni. Questo fa paura perché ci porta fuori dalle convenzioni prestabilite dalle società, dai ruoli che dovremmo assumere per rendere il sistema più efficace. Ecco perché mi sembra che non ci sia modo di riconoscere nelle formazioni politiche tradizionali una via interessante attraverso la quale ricordare le nostre origini. Il problema della collocazione del mondo selvatico a destra o a sinistra è un falso problema. Conta di più lavorare attorno all'idea di una coscienza che recuperi ciò che ha da dire il nostro cuore.

*Le corps qui plonge / au coeur de la haute vague / quelle immense joie!*

*(Il corpo che si tuffa / nel cuore dell'onda alta / Che gioia immensa!)*

I problemi della società sono molti e complessi, e la sfida è quella di resistere, in maniera pacifica seppur non ingenua, alle aggressioni che subiamo incessantemente, per difendere un pezzo di terra, un fiume, una montagna, i saperi ancestrali, la gioia di vivere semplicemente. Lottare contro la distruzione quotidiana dei nostri luoghi di vita, delle vite più fragili, senza difesa, della bellezza spontanea.

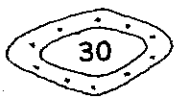
*Dal nulla cresce / il fiore si trasforma / senza pensieri.*

In fondo, non ho ricette da proporre ma posso dire che per me è importante sentire il flusso, le energie degli altri attraverso la visione ecologista, per scambiare le emozioni e non rimanere isolati, frammentati in mezzo alla confusione e l'incomprensione che pervadono le menti. Per questo, lottare diventa una questione di sopravvivenza, una ricerca interiore profonda che si propone necessariamente a livello collettivo, questo filo invisibile che ci unisce tutti attraverso le nostre infinite presenze.

*Lì immobili / guardano nel buio / occhi nascosti.*

E se continuiamo la strada insieme finiremo per ritrovarci nel cerchio, fuori dalle menzogne, per il bene di tutti.

*Dentro il cerchio / gli spiriti scacciano / le illusioni.*



## HAIKU

di Jacqueline Fassero

*L'Haiku è un componimento poetico, una brevissima poesia formata solo da tre versi*

Piccoli passi  
leggeri tra i boschi  
luna rotonda.

Ritmo costante  
suono originale  
il mutamento.

La luce pura  
apertura del frutto  
la rinascita.

Dentro il cerchio  
gli spiriti scacciano  
le illusioni.

Diventa sogno  
la voce della terra  
anima pura.

Il luogo è qui  
il tempo è adesso  
tutto accade.

Voci dei boschi  
mormorano le foglie  
battito caldo.

La grande mente  
la ginestra in fiore  
in comunione.

L'uccello vola  
orizzonte dorato  
torna la calma.

Lì immobili  
nel buio guardano  
occhi nascosti.

Dal nulla cresce  
il fiore si trasforma  
senza pensieri.

I rami freschi  
respirano nell'aria  
Naturalmente.

Tutto è uno  
in mille diversità  
nubi nel cielo.

Nel non essere  
il bello si rivela  
come presenza.

Paesi alti  
dimenticando tutto  
sguardo lontano.  
(Provenza, 2004)

C'è un bel gelso  
al centro del cortile  
guarda il cielo.  
(Pratale, Gubbio, 2004)

Il sole splende  
nella lavanda viola  
profumi forti.  
(Provenza, 2004)

Il vento soffia  
di sera tra le foglie  
trema l'albero.  
(Pratale, Gubbio, 2004)

Tra mille rocce  
sgorga il verde fiume  
della Valchiusa.  
(Provenza, 2004)

Il vento freddo  
piega le cime alte  
degli alberi.  
(Provenza, 2004)

Andando al mare  
il fiume attraversato  
un sole caldo.  
(Ravenna, 2004)

Nelle paludi  
fenicotteri rosa  
dai lunghi colli.  
(Camargue, 2004)

Dolci colline  
cipressi testimoni  
tutto silenzio.  
(Toscane, 2004)

Di sabbia bianca  
la duna in discesa  
sull'oceano.  
(Landes, 2004)

Le ninfe gialle  
del mondo interiore  
insegnamento.

Dentro il sogno  
di pini e brughiere  
colmi di sabbia.  
(Landes, 2004)

Kindness everywhere  
small secrets in the silence  
a green bird sings love.

La strada verso  
le paludi del delta  
e noi ridiamo  
(Delta del Po, 2004)

Un champ d'oliviers  
l'homme coupe la branche  
et s'interroge  
(Pour Pino, 2005)

Tes yeux et Venise  
de Canaletto c'est du  
pareil au même.  
(Pour Julita, 2005)

Fleurs de cerisiers  
abondent dans mon jardin  
fête du printemps.

Bianchi cavalli  
su praterie verdi  
stagni con rane.  
(Pianabella, 2005)

Dormir à Khamma  
près de l'étang en île  
rêves en suspens.

L'algue dans l'eau flotte  
la mer s'engouffre sans cesse  
la roche est changeante.

Rochers de lave  
noire et bleue est la côte  
la mer profonde.

Des étincelles d'eau  
sur un chaos de lave  
calment tout conflit.

Ile rocailleuse  
aux contours indéfinis  
poissons abyssaux.

Dehors fleurs d'été  
la femme assise à l'ombre  
Tresse la lavande.

Polaris Véga  
au-dessus des vignobles  
ordre harmonieux.

L'intense lumière  
miroitante sur la mer  
diamants de roches.  
(Pantelleria, 2005)

Le vent qui souffle  
fait danser les méduses  
la crique au levant.  
(Pantelleria 2005)

Le gallerie  
nella notte strisciano  
vermicciattoli.

J'aime et je dévore  
des yeux des mains  
de la bouche  
la beauté du monde.

Energie sombre  
aux forces répulsives  
pousse les galaxies.

Un sentier de mousses  
grimpe au bout de mon âme  
lichens dans l'ombre.  
(Pyrénées, 2005)

Il y a la place  
le soleil la musique  
et des gens heureux.  
(Marciac, 2005)

La vague brutale  
s'affale et se déchire sur  
la longue plage.

Mille grains de sable  
dans la paume de ma main  
splendeur océane.

Le corps qui plonge  
au cœur de la haute vague  
Quelle immense joie!

A marée basse  
l'alignement des vagues  
le ciel imparfait.  
(Océan Atlantique 2005)

S'asseoir sur les marches  
de l'imposant escalier  
voir passer le fleuve.  
(Auch, 2005)

La pluie au marché  
richesse de fruits et de fleurs  
les femmes discutent.  
(Auch, 2005)

Douce lecture  
paysages fabuleux  
aux senteurs de thé.  
(Toulouse, 2005)

A pied dans la ville  
ses musées et ses cafés  
rencontre d'amies.  
(Toulouse, 2005)

En passant le col  
les cimes et l'air s'imprègnent  
d'incertitude.  
(Andorre, 2005)

Minuit aux Escaldes  
la maison qui s'est remplie  
le thé est servi.  
(Andorre, 2005)

Sulla montagna  
le donne selvatiche  
ci accolgono.  
(Andorre, 2005)

Longue promenade  
au bord de la rivière  
le seul chant de l'eau.  
(Prades, 2005)

Mer plénitude  
noirceur dense des courants  
horizon courbe.  
(Ile d'Elbe, 2005)

Le ciel et la mer  
blancs goélands planent dans  
le ciel  
vraie solitude.  
(Ile d'Elbe, 2005)

Le lac aujourd'hui  
plus profond et limpide  
que le ciel lui-même.  
(Bolsena 2005)

je t'ai vue soudain  
souriante et surprise  
qu'avais-tu en tête ?  
(pour M. Dol)

Pesa l'aria di  
passi, corse e sudore  
vola l'uccello.

Prova d'orchestra  
ça ira Monsieur Waters  
all will be perfect.  
("ça ira" Auditorium,  
Nov. 2005)

Toutes ces énergies  
corps allongés qui respirent  
très profondément.  
(Re-birthing)

L'herbe sous mes pieds  
grasse, fraîche, endormie  
du bois pour l'hiver.

Accords de guitare  
juste un instant de bonheur  
gazouillis d'oiseaux.

Lettre que j'écris  
d'amour et d'impatience  
te revoir encore.

You sit down slowly  
there is silence around us  
you read some poems.  
(For Jim Koller, Nov. 2005)

Vous venez chez moi  
sans projets ni programmes  
sincères, purs, libres.  
(pour Jim et Giuseppe,  
Nov. 2005)

Peupliers jaunis  
dites-moi où se cachent nos  
âmes  
feuilles qui tombent au sol.

Ouvrir grands les bras  
courber puis lancer le corps  
la forme accomplie.

**ARCHETIPI****Come sviluppare il cosciente compagno co-creatore  
per un futuro non solo di videocassette**

Relazione sull'incontro "Natura stagioni zodiaco" – Intervento del 30 Aprile di Aurora Bussi

Sono decenni che la più moderna informazione, con immagini, suoni, documentari, ecc., ci informa che in molte zone del pianeta aumenta il numero delle persone, anzi bambini, che muoiono nelle più atroci sofferenze per fame, malattie, disastri ambientali. Però gran parte della popolazione mondiale, grazie al suo millenario caleidoscopico egoismo, cliccando costantemente, si preoccupa più di clonarsi, fecondarsi artificialmente, interrogarsi se come e quando permettere lo stato vegetativo permanente, o altre moderne capacità, ingrandendo così l'innaturale frattura fra la "res cogitans" e la "res extensa". Frattura che è all'origine della più completa e forse irreparabile alienazione della modernità con se stessa, vittima com'è del complesso di "onnipotenza" che in passato era comodamente in possesso solo dell'Onnipotente in base ad archetipi come principi, immagini divine che il microbo Platone purtroppo iniziò a comprendere non vivendoli più totalmente come tutti gli altri esseri, intendendoli come "idee o proto-modelli divini di tutte le realtà", originando così il moderno complesso di cui sopra.

Nel corso della storia tali archetipi hanno subito nuove interpretazioni, negazioni, valutazioni, come quella recente di psicologia analitica di C.G. Jung, secondo il quale gli archetipi sono immagini di esperienze primordiali della specie umana, parti costituenti del suo inconscio collettivo.

Però nella concreta quotidianità, si è oggetto di rispetto, dignitoso valore, solo se si appare o si possiede tutto ciò che gli altri considerano in qualche modo.

Ma i disastri ambientali e le innaturali, ma scientifiche tecnologie conducono necessariamente e velocemente a riconoscere antichi o moderni archetipi che ci aiutino a scegliere il comportamento più opportuno per il futuro del pianeta intero, dato che per la prima volta è nelle umane mani (coscienti?).

È già più di un secolo che la scrittrice russa Helena Petrovna Blavatsky (1831-1891) con le sue presunte e quindi indagate capacità medianiche di chiaroveggente ha posto all'attenzione mondiale queste questioni con le sue importanti opere: 1877 "Iside svelata", 1888 "La dottrina segreta", 1890 "La chiave della teosofia",

e in numerose altre opere e interventi pubblici nel corso della sua intensa vita in giro per il mondo, dove incontrò maestri occulti delle gerarchie spirituali che le assegnarono particolari missioni, sollevandola a loro strumento di azione, così che un giornalista americano la definì "Sfinge del XIX secolo". Nel 1874 H.P.B. incontrò il noto colonnello Olcott, promotore negli USA dell'agricoltura scientifica, commissario straordinario di esercito e marina, avvocato nel foro di New York, giornalista e ricercatore nel campo dei fenomeni psichici. Con le sue opere H.P.B. ha reso note esperienze umane primordiali espresse in un manoscritto preistorico in cui già allora era perfettamente comprensibile la circolarità del Tutto in divenire come manifestazione di un principio unico, divino, sostanziale, omogeneo che con la sua presente realtà è la cosciente essenza assoluta. Però le realtà temporanee, sono solo "illusione o maya", ma anche così manifestazione del misterioso non-essere, del movimento animato e diretto ciclicamente dall'interno verso l'esterno, di tutto l'universo contraentesi ed espandentesi secondo l'esistenza di entità intelligenti gerarchiche intuibili per l'uomo in quanto le rispecchia completamente, ma non capire spiegandole con i suoi mezzi!

La vita è una, eterna, invisibile, onnipresente, ciclica.

Il misterioso fuoco, soffio vitale, nella sua unità viene rivelato da tre testimoni. La luce, il calore, l'umidità. Inoltre la natura la si potrà nuovamente e vitalmente rispettare come nell'antichità, solo restituendole ciò che le si toglie e non sviluppando il rapporto a senso unico verso la morte, di saccheggiatore come l'uomo da sempre sta compiendo.

L'incontro di queste due vaste personalità portò nel 1875 a New York alla fondazione della Società Teosofica Internazionale, con lo scopo di creare un nucleo di fratellanza universale. Tale società si sviluppò velocemente in tutto il mondo non proponendosi come credenza, ma intesa solo alla ricerca comune verso la verità che non può essere imposta d'autorità o dogma, ma compresa solo come ricompensa di conoscenza che ogni religione è espressione della divina saggezza. È



evidente dunque che per i teosofi, PACE è la sola parola d'ordine e VERITÀ la principale meta. Chiunque preferisce la tolleranza, abolendo dunque ogni discriminazione di razza, religione, censo, cultura, ecc. e con perseveranza eseguire studi comparati di religioni, filosofie, costumi di tutti i tempi e di tutto il pianeta, agisce vivendo già teosoficamente contribuendo come migliaia di simpatizzanti a restituire al mondo la coscienza dello spirito, conducendo l'uomo a riconoscersi come parte riflettente lo spirito stesso aiutato dal corpo e dalla mente come suoi servi.

Nella mia quotidiana passeggiata fra le riviste e altri scritti del moderno sapere-conoscere planetario, mi sono consapevolmente fermata ad ammirare la completa armonia dell'ulteriore definizione di natura come "commonwealth" esprimente l'urgente necessità dell'allargamento della rigidissima etica Kantiana, a comprendere anche le realtà non-umane in quanto finalmente anche empiricamente o modernamente, si riconosce che nell'ambiente tutte le realtà - umana e non - si costituiscono totalmente a vicenda trasformando così il vasto impatto ambientale umano condotto dalla sua cecità egoistica, in vitale quanto urgente "altruismo ambientale". È dunque inevitabile riconoscere che l'io umano non può più rimanere incapsulato come un prigioniero nel suo sé differenziato dall'ambiente, per poter riconoscere finalmente solo così come nell'antichità l'armonica razionalità, saggezza, moralità, che da sempre la natura ha insegnato e insegnerà, ma che gli umani pregiudizi hanno costantemente annullato applicando solo gli umani limitati pesi, misure, valori desacralizzando Tutto.

L'ormai devastante a tutti i livelli impatto ambientale indica l'urgente funzione di moralità biologica con a base il trascendente interesse e benessere di ogni eco-sistema per rispettare la qualità di vita di ogni essere, trasformando il vanitoso "homo sapiens", da "economicus-destructivus" a consapevole amministratore illuminato o gestore razionale.

Ma riuscirà l'uomo moderno amplificato tecnologicamente com'è per agire, ma non-essere ovunque schiavo di superiorità antropologica culmine della creazione, ad analizzare criticamente l'ambiente osservandolo per mezzo di conoscenza operativa riconoscendone così la radicale interdipendenza sia naturale che culturale costituendo costantemente L'umano Io in

evoluzione, così che l'ambiente cesserà di essere "res nullius" a disposizione umana, ma suo indispensabile e necessario "bene educativo" non rinnovabile ed esclusivo, acquista valore proprio dalla natura eticamente costitutiva la soggettività umana come risultato del costante rapporto fisico, animico, spirituale con ogni luogo. Infatti fin dalla sua nascita, ma anche prima si rilevano le influenze di ogni luogo.

Sviluppando dunque così un'etica allargata, ma solida e fondamentale generata dai nuovi rapporti fra consapevole uomo moderno e natura realizzando nuovi valori gerarchici con all'apice non più e solo l'appagamento a tutti i livelli dell'umano dominatore, ma la "piramide biotica" di generale interdipendenza in cui il soggetto cosciente inizierà a chiedersi, "dominatore di che? E di che cosa?".

Quando se lo chiederà potrà con la completa umiltà che ha perso nel corso del tempo, tornare ad essere creatore e compagno di tutta la realtà, potendo dunque inscendere e non più trascendere con sacre credenze, modernissime invenzioni, mode e comportamenti prodotti solo dall'appagamento esclusivamente temporaneo.

Tale umile e necessaria riconsiderazione di se stesso nei rapporti con l'altro da sé, da qualche tempo sembra iniziata grazie al diffondersi di sensibili pensieri bioregionali e bioetici. Infatti già negli anni quaranta dello scorso secolo il pensatore Leopold riconobbe che ogni regione è il frutto di una fitta e complessa rete di interrelazioni fisiche, biologiche, culturali che frantumano i tradizionali rigidi dualismi rendendo così evidente che i confini amministrativi non tengono in alcun conto la visibile e invisibile grammatica della natura.

Annullando così lo spontaneo, sano, umano rispetto per ogni elemento naturale. Quindi l'ecologia da semplice studio delle interconnessioni-dipendenze biologiche degli esseri, si è sviluppata in "ecologia profonda" che analizza la vitale simbiosi tra uomo e natura cioè tra micro e macro-cosmo potendo così risentire la natura come nido rispettandolo per ri-abitarci., vivendolo nella sua totalità visibile e non.

Quindi torneremo totalmente in armonia con il cosmo solo prendendo coscienza dell'umano passato, di quando si onoravano adorando i luoghi intesi come espressione del Sé creatore, invece di conquistarli per fini egemonici, militari, commerciali, ecc. Infatti nell'antichità, quando ogni albero era un tempio, riconoscendogli

spiritualità biologica, si ammirava la realtà esterna per potersi sviluppare vivendoci.

Modernamente già importanti personalità sia scientifiche che religiose delle più diverse scuole e ambiti culturali, hanno espresso la stessa opinione per limitare al massimo l'impatto umano sull'ambiente. Il tornare ad adorare riconoscendo la natura come diretta espressione della divinità creatrice, soggetto di ogni credo.

Ciò sarà possibile quando le più moderne scienze, biologiche, economiche, diplomatiche, grazie all'illimitata creatività umana, formeranno un 'miscuglio strategico' come i nativi di località da mantenere selvagge che vi potranno lavorare come guardie o guide forestali per il turismo esigente e crescente.

Ulteriore sviluppo dopo l'iniziale miscuglio strategico, sarebbe il tornare cosciente prolungamento della perfezione naturale, dato che essa ha iniziato a pensare da quando l'uomo esercitò tale attività razionalmente cosciente, riconoscendo così la sacra GEA madre di tutto e tutti, insegnante di tutti i valori e virtù, per viverla praticando vitalmente: prudenza, coscienza, forza, temperanza, consapevolezza, conservazione, ossia non producendo solo distruzione più veloce della ricrescita.

Con la "bioetica" finalmente ha valore prendere in considerazione tutta la biosfera tenendo conto del punto di vista dell'universo nel suo unico e fondamentale valore intrinseco espresso in tutte le sue manifestazioni realizzando così un ponte fra scienze naturali e comportamenti umani, considerandoli moralmente positivamente e progettualmente.

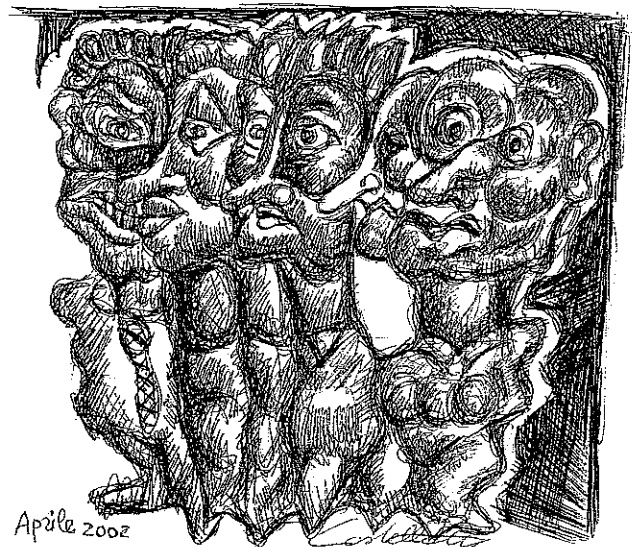
Dalle sopra delineate analisi teoretica, bioregionale, bioetica è riconoscibile la dissonanza psicocognitiva dell'uomo moderno in quanto le sue scienze lo riconoscono come parte costruttiva della dinamica comunità biotica, ma contemporaneamente padrone moralmente, relativizzando il

suo limite rispetto alla vastità naturale, non riuscendo così a confrontarsi con l'altro da sé perché il suo egoismo lo ingabbia rigidamente negli umani valori, misure, capacità rendendolo indifferente alle realtà.

Tutte le noiose analisi hanno aiutato, anche se troppo lentamente, a realizzare i mutamenti desiderati, così ogni lettore avrà l'occasione di rallentare lo svilupparsi della nuova specie "homo sapiens" cosciente compagno co-creatore.

#### BIBLIOGRAFIA:

- Edward O. Wilson, "Il futuro della vita", ed. Codice Torino, 2004
- Gregory Bateson, "Verso un'ecologia della mente", Adelphi, 1977
- "Mente e natura", Adelphi, 1984
- Piergiacomo Pagano, "Filosofia ambientale", ed. Marioli, 2002
- Iovino Serenella, "Filosofie dell'ambiente, natura, etica, società", ed. Carocci, 2004
- Franco Laecla, "Mente locale", ed. Elèuthera, 1995
- Luisa Bonesio, "Filosofia del paesaggio", ed. Mimesis, 1996
- Kirkpatrick Sale, "Le regioni della natura - proposta bioregionalista", ed. Elèuthera, 1991
- Gary Snyder, "Ri-abitare nel grande flusso", Arianna editrice, 2001
- "La grana delle cose" 1987, ed. Gruppo Abele
- Rete Bioregionale Italiana, "La terra racconta, il bioregionalismo e l'arte di disegnare le mappe locali", ed. AAM Terra Nuova, 1997
- H.P. Blavatsky, "La dottrina segreta", 1884, vol. I.



## Il giornalismo, impegno laico per eccellenza

Intervento di Gianfranco Paris, direttore di Mondo Sabino

Il giornalismo, dopo l'impegno politico diretto, è certamente l'attività attraverso la quale il CIVIS può attivare al meglio un esercizio concreto di vita ispirato ai valori della laicità.

Oggi si fa un gran rumore sulla distinzione tra laicità e laicismo, si tratta di un sofisma inventato allo scopo di gettare fumogeni, confondere le idee con la tecnica tutta intellettuale del costume cattedratico italiano che discende dalla cultura clericale, clericale dico, non necessariamente cattolica.

Non ci sono più modi di essere laico, o lo sei o non lo sei. E se ti senti laico e sei coerente agisci da laico. La verifica sta nei fatti espressi dai tuoi comportamenti. Hanno inventato il termine laicista per incolpare i laici di voler imporre la loro visione laica della società agli altri. Sarebbero laicisti coloro che vogliono dallo stato leggi che applicano in concreto la visione laica della società. Niente di più falso e bugiardo.

Il laico è per sua natura tollerante e mai e poi mai penserebbe di imporre agli altri la sua visione della società, ma pretende giustamente il rispetto delle sue idee.

Tale rispetto rientra nel concetto di CIVIS che discende dall'illuminismo che è alla base dei sistemi politici democratici moderni. Tale CIVIS ha il diritto di chiedere allo stato leggi che rappresentino il comune sentire di coloro che la pensano come lui e, quando sono maggioranza, hanno il diritto di tramutare la loro volontà in leggi dello stato.

Questo non significa voler imporre la propria volontà agli altri, significa accettare le regole di una democrazia contemporanea. Distorcere questo concetto significa sopraffare il principio cardine della democrazia, e di questo sono certamente colpevoli coloro che pongono in essere operazioni per confondere le idee.

Io sono laico di formazione culturale mazziniana e come tale ho operato quando ho fatto politica militante, e l'ho fatta per 25 anni, e quando ho fatto il giornalismo, cosa che faccio ancora, ho sentito il diritto-dovere di comportarmi con coerenza.

E penso di averlo fatto bene. Vediamo perché. Ho concepito intanto che un LAICO che fa politica deve operare in un quadro di riferimento nel quale tutti i cittadini debbano essere considerati eguali, deve essere privilegiato un quadro della società dove i diritti civili abbiano la prevalenza su quelli fideistici, deve essere privilegiata una educazione aperta e capace di formare cittadini liberi e senza paraocchi, non condizionati da chicchessia e deve aversi un occhio di riguardo per i più svantaggiati. Ho ancora concepito che un laico che fa giornalismo e che dirige un giornale non deve essere al servizio di nessuno, né deve far finta di non vedere, e deve comunque essere al servizio di quegli stessi principi che ho appena elencato.

Per fare questo debbono ricorrere due condizioni: l'indipendenza economica e la coerenza.

Primo: una stampa per essere veramente libera deve essere autosufficiente dal punto di vista economico ed il direttore della testata deve essere immune da ogni "tentazione". Così io, quando ho assunto la direzione di Mondo Sabino, essendo sicuro di me stesso sul requisito della coerenza, ho cercato in ogni modo di rendere il giornale autosufficiente con le vendite, gli abbonamenti e la pubblicità, che sono le sole entrate di Mondo Sabino.

Oggi questo giornale a venti anni dalla sua nascita e dal suo percorso nelle edicole di tutta la Sabina, è uno dei pochi esempi in Italia di giornalismo indipendente. Esso inoltre ha tutte le caratteristiche del servizio pubblico perché è basato sul volontariato dell'informazione. Ma in questo caso si tratta di un volontariato vero, non come quello a pagamento di cui si ha notizia ogni giorno su tutti i mass media che è a carico della collettività e a vantaggio del sottogoverno. L'ultima inchiesta della Gabanelli trasmessa da Report ha svelato impietosamente cosa c'è sotto al finanziamento della stampa nazionale, dalla quale tra l'altro le testate come Mondo Sabino sono escluse, ed in Italia ce ne sono migliaia.

Così Mondo Sabino è un giornale laico per eccellenza. Uno dei pochi in Italia. Ma per poter fare questo lo stato italiano, governato fino all'altro ieri dal centro sinistra, fino a ieri dal centro destra di ispirazione "liberale", negandomi sempre e comunque l'aiuto mi ha costretto a diventare imprenditore per poter praticare in concreto le mie idee e così per poter esercitare in concreto il giornalismo sono diventato anche editore, cioè imprenditore capace di far quadrare i conti ed in teoria anche di fare utili, anche se con un giornale come Mondo Sabino diffuso in un territorio così piccolo e magro di lettori è oro che cola se si riesce a coprire le spese.

Ma ce l'ho fatta e mi sento un privilegiato. Ma quando ero giovane, mai e poi mai avrei pensato che un giorno per poter realizzare il sogno di portare avanti quel processo di educazione nazionale che sta scritto nei tanti scritti lasciati da Giuseppe Mazzini avrei avuto come nemico numero uno lo stato repubblicano nato dalle ceneri del fascismo, e avrei dovuto affiancare al mio mestiere principale di avvocato quello collaterale di giornalista-imprenditore delle sue idee.

E francamente, rispetto al mio Maestro Mazzini, debbo dichiararmi fortunato perché io comunque, anche se con molta fatica qualcosa sono riuscito a fare, Lui no. Ha subito l'ostracismo a vita, né ha potuto vedere i pochi monumenti che gli sono stati eretti dopo la morte dalla monarchia per salvare la faccia, ed oggi è condannato all'oblio delle sue idee che il potere cosiddetto democratico ha seppellito nei cassetti più riposti delle sacrestie per non correre il rischio che qualcuno li trovi e li legga. E pensare che in quei testi e nei giornali da lui fondati e diretti si trovano tutti i principi posti a fondamento di uno stato laico.

Grazie per l'attenzione.

Gianfranco Paris

# LA COMUNICAZIONE LAICA NEL FUTURO

di Peter Boom

La comunicazione laica ha un futuro? Nel passato soprattutto le religioni regolavano la vita nei paesi, come ancora oggi vediamo da molte parti. Esse cercano di convincere e spesso impongono alla gente di credere e che bisogna vivere seguendo rigorosamente i dettami dei capi religiosi, i quali affermano essere ispirati da una deità e da sacre scritture.

Secondo il mio avviso le deità traggono le loro origini dai fenomeni della natura, e le sacre scritture sono ricordi storici e abbellimenti aperti alle più svariate interpretazioni.

Sono sempre i ministri di culto che parlano a nome di un Dio e che interpretano antiche scritture a modo loro. Qui bisogna tener ben presente che ciò che è stato scritto è stato prima tramandato oralmente, poi trascritto e tradotto nelle varie lingue spesso anche con poca precisione. Chi conosce le lingue sa quanto è difficile dare il giusto senso alle parole ed ai testi.

La grande antropologa Margaret Mead scrive della tribù Manus in Nuova Guinea che questa popolazione vive in un mondo dove "spiriti invisibili dirigono molte delle loro attività". Spiriti invisibili trasmessi da generazione a generazione non solo nelle convivenze più primitive, ma anche nelle nostre società moderne.

Non è cambiato granché dalle origini al giorno di oggi. Spesso l'uomo sembra aver bisogno di credere in qualcosa per riempire il vuoto del suo "non comprendere" la propria esistenza, delle sue paure e di tutte le sensazioni che ci offrono la vita e la morte.

Il credente, sto naturalmente parlando di tutte le religioni, si aggrappa al suo credo come ad un'ancora di salvezza e spesso non vuole sentir ragione per paura di perdersi, di annegare nel grande mare del pensiero. Insomma, è stato convinto dalla forza della comunicazione.

Non mi stancherò mai di dire che ognuno deve essere libero di credere ciò che vuole, ma sappiamo bene che di solito le religioni con la verità in tasca fanno di tutto per condizionare il prossimo fino ad arrivare persino a guerre sante, uccisioni e crudeltà legalizzate in nome di un Dio. Ciò malgrado le religioni esigono il rispetto da tutti.

Anche le parole, soprattutto se pronunciate da leader religiosi e politici, possono uccidere, e le parole che emarginano, negando libertà inalienabili all'essere umano, vanno denunciate.

Nessuno e niente è perfetto sotto la luce del sole e anche le nostre parole vanno ponderate con la massima umiltà, direi in modo agnostico, che in pratica vuol dire "ammettere di non sapere abbastanza".

I diversi religiosi e i diversi laici dovrebbero quindi evitare di usare pronunciamenti assolutistici che possano portare a emarginazione, morte e altri gravi disagi sociali.

Il laico essendo meno condizionato può vivere la spiritualità in modo più aperto ai vari ragionamenti, anche a quelli religiosi, e può osservare con meraviglia la vita, la natura, il tutto.

Sembra che oggi tanti segnali indicano un regresso, un ritorno all'idolatria di gente che adora statuette ed altre manifestazioni assolutamente strumentali.

Il credere diventa una barriera eretta contro lo spaziare liberamente e gioiosamente nel mondo spirituale e anche materiale.

Malgrado questa barriera vedo un grande futuro per la comunicazione laica che, grazie alla globalizzazione culturale ed alla conoscenza delle diverse religioni e filosofie, ha già riscontrato una condivisione di coscienza in paesi dove il pensiero libero viene bandito, ripudiato e talvolta anche vietato per legge.

Molte religioni e molti stati totalitari che manifestano una fissità ideologica non riconoscono i diritti civili ed umani che dovrebbero essere uguali e valere per tutti, il pensiero laico invece questi diritti li promuove.

L'istituzione delle Nazioni Unite è ispirata allo spirito laico e questo vale anche per la Costituzione di stati democratici e liberali, create per far convivere gente di diverse razze, religioni e mentalità.

Cosa certamente non facile da realizzarsi, ma importantissimo al fine di evitare ingiustizie e discriminazioni commesse dalle teocrazie e dai totalitarismi.

Nel mondo moderno, grazie alla laicità, la discriminazione viene sempre più considerata un reato.

Nel futuro, secondo me, si troverà sempre più posto per una visione laica che darà la massima importanza ai diritti civili ed umani. Nascerà una mentalità che include e non esclude.

Attraverso lo sviluppo mondiale delle comunicazioni, oramai irreversibile, la gente verrà sempre più a conoscenza dei differenti modi di pensare, cosa che prima era molto difficile.

Infatti, in Italia l'unica religione era quella cattolica-romana, interrotta soltanto da entità laiche nascoste come la Massoneria, la Carboneria, da un Garibaldi, un Mazzini e altri.

Ricordiamoci anche che il filosofo Benedetto Croce studiò in Germania e contribuì fortemente ad introdurre nuove correnti di pensiero in Italia sfidando l'isolazionismo della chiesa imperante.

La Cina e molti paesi islamici mantengono tuttora uno stretto controllo su internet e i mass-media, ma fino a quando e come potranno continuare in questa politica?

Il mondo è vario e la civile convivenza dovrà necessariamente essere basata sull'accettazione della diversità. Il mio augurio è che una nuova filosofia laica, basata sui diritti civili ed umani uguali per tutti, penetri sempre di più nelle menti per diventare universale.

# uomo - donna Emisferi cerebrali etica vegetariana

di CIRO AURIGEMMA\*

L'emisfero destro e l'emisfero sinistro rappresentano due mondi in continua interazione. Esiste un rapporto tra la struttura del nostro cervello e le scelte che facciamo?

Il cervello, come è stato provato da alcuni studi scientifici, è formato da due parti collegate tra loro chiamate emisferi cerebrali: in generale quello sinistro corrisponde alla parte più "razionale", quello destro alla parte più sensibile e creativa.

Vediamo meglio cosa dicono i recenti studi scientifici basati su tecnologie, dette *Brain imaging*, che permettono di vedere quali parti del cervello si mettono in funzione maggiormente durante certi pensieri, parole e azioni.

Da queste "mappe del cervello" risulta che il pensiero razionale e il linguaggio attivo nella maggior parte dei casi l'emisfero sinistro, che è simile a un computer in quanto accumula i dati delle esperienze in memoria e li ripete su richiesta.

La parte destra del cervello, invece, è attivata dalla musica, dal linguaggio non-verbale, che è fatto di intonazioni della voce, sguardi, gesti, mimica facciale, e così via, e dalla creatività, che è la combinazione originale di elementi presenti in natura.

L'emisfero sinistro memorizza in modo schematico attraverso modelli ripetitivi e categorie rigide e rifiuta quello che non riesce a incasellare in questi schemi. Questo emisfero, serve per la sopravvivenza in quanto ci permette di intervenire rapidamente nelle situazioni di emergenza - o che noi percepiamo come tali - dando risposte rapidissime a stimoli di varia natura e ai pericoli. Questo aspetto è generalmente più sviluppato negli uomini.

L'emisfero destro, invece, che è maggiormente legato all'elaborazione visiva, è molto semplice e unisce stimoli diversi in modo non ripetitivo ma creativo e giusto in quel momento per l'individuo.

Tuttavia, per fare questo lavoro, è più lento di quello sinistro nel dare una risposta. Prevale nei bambini, in cui il sinistro non si è ancora sviluppato, negli artisti e nelle persone sensibili che l'hanno sviluppato maggiormente.

Nelle donne si è visto che i due emisferi normalmente lavorano insieme, perché devono possedere sia la capacità di percepire sfumature di emozioni e situazioni per occuparsi dei bambini, che ancora non parlano, sia essere veloci nella risposta, per proteggerli, oltre che per difendere se stesse.

Tutto questo vale naturalmente in generale, perché il cervello è anche plasmabile in base a varie circostanze come educazione, cultura, ambiente...

Così possiamo spiegarci come nelle persone in cui prevale ad esempio per educazione la parte sinistra del cervello, la visione delle cose avviene per schemi, modelli, pregiudizi, molto rigidi e resistenti al cambiamento; mentre nelle persone in cui prevale l'emisfero destro la percezione del mondo avviene in modo libero e creativo con maggior apertura verso il nuovo, ma con anche maggior difficoltà di adattamento e ipersensibilità.

Ciò spiega inoltre le difficoltà di comunicazione ad esempio tra persone con prevalente razionalità o sensitività, tra uomo e donna, tra bambini e adulti.

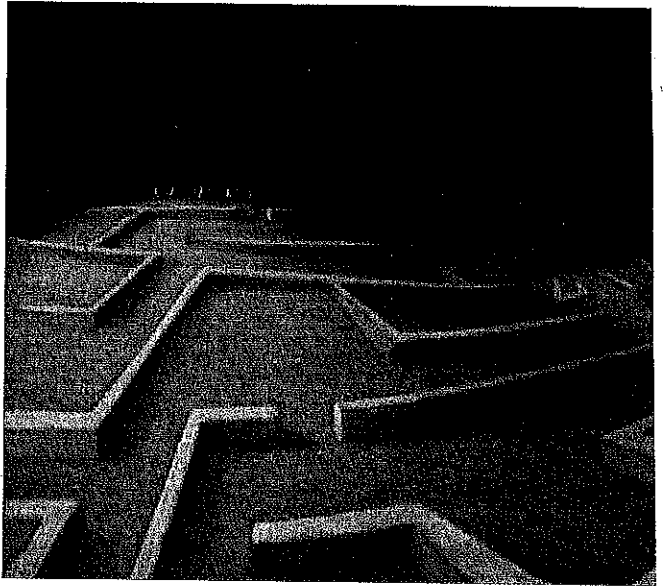
Il condizionamento, in psicologia comportamentale, è considerato una associazione tra uno stimolo neutro e uno piacevole o spiacevole, ripetuti, con una risposta, in seguito, anche di fronte allo stimolo neutro. Prendiamo come esempio l'associazione "scuola - paura del giudizio" che rimane e si ripresenta, in chi la soffre, anche quando si entra in una istituzione simile, come l'università o un Ministero.

Infatti più un pensiero o un'abitudine si ripetono, più si rinforzano nel cervello e più tempo e sforzo ci vuole per cambiare schemi diventati automatici e ripetitivi.

Per gli anziani, che hanno rinforzato gli schemi avuti da giovani, è molto più difficile cambiarli. Per questo tutti dovremmo avere pazienza con noi stessi e con gli altri, poiché anche con la "volontà" non si può fisiologicamente cambiare a piacimento da un giorno o da un mese all'altro, ma solo gradualmente e con costanza nel tempo. Smettere di fumare o bere da un giorno all'al-

tro o intraprendere diete drastiche può provocare nell'organismo una forte pressione che può sfociare in altri vizi o problemi, a volte così forti da non riuscire a controllarli; o scatenare frustrazioni e bisogno di parlare male o rabbia verso chi si concede cose che ci siamo proibiti con violenza (si tratta quindi di una repressione).

Se si sono formati i condizionamenti nell'infanzia, solo in seguito, quando cresciamo, possiamo, spesso con grande sforzo, deci-



dere di combattere le cattive abitudini che riconosciamo negative per noi e per gli altri, ma solo con ripetuto impegno, con contro-programmi positivi o alternativi e a piccoli passi.

Se applichiamo quanto detto all'approccio all'Etica vegetariana, quindi, possiamo concludere che non dovrebbe trattarsi di una moda, cioè dell'influsso di un modello socio-culturale, che poi si stabilizza o di una imposizione a se stessi e poi agli altri, o di una paura delle malattie o del peccato, a motivarne l'adesione. Ma una profonda presa di coscienza dell'Unità di tutti gli esseri viventi e che il benessere personale non può essere disgiunto da quello altrui e da quello dell'ambiente naturale e quindi animale.

Una espansione di coscienza che sta, per fortuna di tutti, prendendo piede nel mondo in innumerevoli associazioni e Movimenti ecologici e spirituali, i quali tuttavia credo dovrebbero cooperare verso obiettivi comuni ove possibile e non combattersi o intralciarsi a vicenda, a causa di quei meccanismi cerebrali automatici prima accennati, per poter essere coerenti e soprattutto utili a tutto il nostro Pianeta, che versa come ormai è noto in gravi difficoltà.

\* Intervento del Primo Maggio di **Ciro Aurigemma**. L'autore è psicologo, membro del Comitato medico-scientifico dell'AVI, Associazione Vegetariana Italiana ([www.vegetariani.it](http://www.vegetariani.it)), delegato per il Lazio, e collaboratore di **Paolo D'Arpini** del Circolo Vegetariano di **Calcata (VT)**.

Per comprendere cosa si intende quando parliamo di comunicazione o informazione bioregionale, partirei dall'esempio di un episodio che, in qualche modo, è stato significativo in questo senso.

Mi viene in mente, ad esempio, quando, partecipando all'università ad un importante convegno su "Risposte morali alle minacce incombenti sull'ambiente", o qualcosa di simile, sono stato costretto a misurarmi con molte relazioni lunghe e noiose sulle risposte corrette dal punto di vista morale al problema della fame nel mondo, delle specie a rischio, della distruzione delle risorse ed altre similari; e di come, conseguentemente, riuscire a penetrare la cortina di ferro dei media in maniera efficace, tale da smuovere le coscienze.

Era chiaro che molta gente del pubblico era più sconcertata di me di fronte a questi discorsi ed al momento del dibattito ho sfidato gli oratori chiedendo come potevano pensare che uno abbia un atteggiamento *morale* rispetto a qualcosa che evidentemente non ha alcun nesso con la sua vita e con le sue possibilità di influire sulla realtà.

D'altronde, quale dovrebbe essere la "risposta morale" di fronte alla caccia sterminatrice dei giapponesi alle balene, ammesso che se ne sia al corrente? Cosa ha a che fare questo con la moralità? Forse si è più o meno morali per il fatto di starne male, di protestare o di boicottare la Toyota? E che differenza può fare tutto ciò nei confronti dell'industria giapponese della pesca? Dovrebbero forse avere una "dimensione morale" nel loro lavoro e introdurre considerazioni di ordine morale al fine di salvare gli animali di cui sono cacciatori? E perché fare di tutti i problemi ambientali dei problemi *morali*, quando evidentemente costituiscono puramente e semplicemente dei problemi *pratici*, come per esempio quello di dare da mangiare alla gente affamata o sviluppare dei progetti di impiego dell'energia solare al posto dei combustibili fossili?

Gli oratori interrogati sembravano sbalorditi da queste affermazioni. Sorridevano, ma con viso arcigno, e ritornavano su quanto già detto: dicevano "bisognerebbe" e "si dovrebbe" e continuavano a parlare di "comportamenti corretti": se è un errore sterminare le specie a rischio o inquinare l'atmosfera, allora non bisognerebbe farlo e parlavano di "insegnare" a non farlo, dato che si tratta di una infrazione alla morale.

La gran parte degli ascoltatori continuava ad essere scettica. A questo punto, forse incautamente, ho deciso di intervenire.

La questione, ho detto, non è quella della moralità, ma quella della scala, della dimensione.

Non esiste un modo efficace di insegnare, o di costringere ad adottare un punto di vista morale, o di garantire una corretta risposta morale ad un problema qualunque, o di informare quante più persone possibile.

L'unico modo in cui la gente può adottare un "comportamento corretto" e comportarsi in modo

responsabile è affrontando concretamente il problema e comprendendo il proprio legame diretto con la questione, il che può essere fatto solo su scala limitata.

Si può farlo solo quando le strutture di potere della società sono direttamente riconoscibili e comprensibili, solo dove i rapporti tra le persone sono realmente intimi e dove gli esiti dei comportamenti individuali sono controllabili; dove e quando le intoccabili astrazioni hanno ceduto il posto al qui ed ora, al visto e sentito, al reale e conosciuto.

Le persone costruiranno un ambiente "corretto" non perché si tratti di un obiettivo "morale", ma perché si tratta di uno scopo "pratico". Ciò non può essere realizzato su scala globale, né continentale e neppure nazionale, poiché l'animale uomo, piccolo e limitato, dispone solo di una visione modesta del mondo e di ciò che egli può fare al suo interno.

Le questioni di scala, in altri termini, sono la chiave per risolvere i problemi teorici ed astratti, al fine di ottenere risposte alle minacce incombenti sull'ambiente che non siano un argomento astratto ed accademico ed al fine di comunicare in modo veramente consoni la realtà che ci circonda.

Se esiste una dimensione nella quale si può sviluppare una coscienza ecologica, nella quale i cittadini possono concepire se stessi come cause degli effetti ambientali, questa dimensione è quella bioregionale; è solo a questo livello che i problemi ecologici sono trattati fuori dalle dimensioni filosofiche e morali e si esprimono come fatti immediati e personali.

La gente non inquina o rovina i sistemi naturali dai quali dipende la sua vita se si rende direttamente conto di quel che sta succedendo; allo stesso modo non spreca le risorse che ha sotto i piedi o di fronte agli occhi quando capisce che gli sono preziose, necessarie e vitali; e ancora, non massacra le specie animali che capisce essere importanti per un normale funzionamento dell'ecosistema.

Quando si guarda con gli occhi di Gaia e si ha coscienza dei suoi valori – cosa che non può avvenire se non in una dimensione bioregionale – allora non vi è alcuna necessità di preoccuparsi delle astruse fantasie sui "rapporti etici" con il modo circostante.

Il concetto di scala, dunque, rappresenta l'unico elemento decisivo e determinante di qualsiasi opera costruita dalla specie umana, si tratti di un edificio, di un giornale o della stessa organizzazione sociale.

Alla giusta dimensione il potenziale umano è liberato, la comprensione umana massimizzata, la dimensione dell'uomo moltiplicata. La scala ottimale pare dunque quella bioregionale, una scala non tanto piccola da essere impotente e miserabile, né così grande da essere pesante e incontrollabile, una dimensione in cui il potenziale umano risulta finalmente e pienamente in grado di affrontare la realtà ecologica.

## Comunicazione povera

Relazione di M. Gloria Gazzeri (Amici di Tolstoj) al seminario "La comunicazione" – Calcata, 1 maggio 2006

Uno dei problemi cruciali odierni della cultura alternativa è come diffondere il suo messaggio fra la gente.

I poteri dominanti ingannano la gente con sofisticata abilità ed occupano tutti gli spazi. Il potere sa bene che deve dominare la mente se vuole dominare le persone. E non solo ha in mano tutti i canali di trasmissione del pensiero, ma ci sommerge con un'inflazione di parole ed immagini, carta stampata e trasmissioni televisive.

In questo mare di parole la conoscenza e la cultura autentiche affogano miseramente. Stranamente la libertà di stampa è sfociata in un'oscura oppressione del pensiero.

Narra una tavoletta – citata anche da Tolstoj – che un mago, per distruggere un rivale, trasformò se stesso in gallo e l'avversario in un chicco di grano. Ma un amico di quest'ultimo vi versò sopra un intero sacco di grano e il gallo-mago non poté più trovare il chicco per divorarlo.

Così il chicco prezioso della verità viene sommerso oggi da un tale profluvio di parole e di messaggi che noi non riusciamo più a trovarlo. È urgente dunque, per la cultura alternativa, creare non solo canali propri, ma anche stili espressivi propri.

Un primo passo fondamentale sarà, in controcorrente, imparare ad esprimersi con poche parole, un digiuno di parole, uno stile laconico, essenziale. Questo stile "povero" si fonda su almeno tre punti:

1) La parola scritta deve essere preceduta da una lunga riflessione e deve suscitare in chi legge a sua volta un lavoro di riflessione. Si narra che un famoso conferenziere a chi gli chiedeva di parlare su un certo argomento rispondeva: se devo parlare per un'ora, mi occorre una settimana di tempo per prepararmi; se devo parlare per due ore, mi bastano tre giorni; se poi non ho limiti di tempo, posso cominciare anche subito.

2) Autodisciplina e controllo dell'ego: dovrebbe prevalere sulla frenesia di esprimere se stessi, il proposito di dire qualcosa di utile; e lavorare in gruppo, questo è essenziale.

3) Alla teoria e alla critica dovrebbe collegarsi, ogni volta che è possibile, la proposta operativa. Le parole devono essere stimolo all'azione e non evasione all'azione. Allora saranno poche.

Ed è anche essenziale puntare sulla "interattività".

La comunicazione povera tende già di per se stessa ad essere interattiva, cioè a suscitare in chi legge una riflessione ed un approfondimento dei pensieri comunicati in sintesi.

Dovrebbe essere un lievito (mentre oggi i lettori tendono alla passività!).

Dal punto di vista formale è preferibile che una comunicazione interattiva sia costituita da una serie di moduli brevi, sufficientemente indipendenti l'uno dall'altro, così ciascun modulo potrà essere integrato, modificato, sostituito o soppresso dal lettore, senza alterare tutto il contesto.

Dal punto di vista grafico, sarà opportuno lasciare spazi bianchi a piè di pagina o in fondo per le integrazioni.

Resta il problema dei canali di trasmissione. Uno stile laconico facilita la trasmissione (poca carta, poca spesa, alto gradimento in lettori frettolosi e confusi), ma non risolve il problema.

Se prevalesse la collaborazione sulla spinta egoica (ancora molto diffusa nei movimenti), si potrebbe accentrare la comunicazione alternativa in due o tre case editrici e in tre o quattro riviste; oppure in una rivista "selezione" che scegliesse oculatamente le poche cose importanti che si dicono in giro (anche le immagini dovrebbero essere poche, ma significative!). In stile "povero" si possono fare opuscoli autoprodotti, che ciascuno può facilmente fotocopiare e diffondere a sua volta – tipo catena di Sant'Antonio.

Tutta da studiare sarebbe una comunicazione su internet, non inflazionistica.

Un ultimo problema: occorrerà non limitarsi a comunicare solo fra un'élite di persone colte o coscientizzate, ma riuscire ad arrivare alle masse.

Attualmente, crediamo, la situazione della cultura popolare – arte e sapere – si fa sempre più disastrosa. Da un lato assistiamo all'estinzione della cultura popolare autoprodotta (canzoni, proverbi, poesie dialettali o improvvisate, ecc.); dall'altro viene fornita al popolo, dagli addetti ai lavori, una pseudocultura-spettacolo degradata fino all'inverosimile. I prodotti di TV, radio e stampa sono vere "armi di corruzione di massa", funzionali all'asservimento al potere di pochi.

Lo sport-spettacolo diffonde miti privi di senso e alienanti (la vittoria di una certa squadra, la competitività, la velocità, ecc.). La musica, invece di portarci nei regni celesti, visita oggi quelli inferi.

Il recupero di un'arte e sapere adatti alle masse che suggeriscano buoni sentimenti e comportamenti ragionevoli sarebbe essenziale. Gli intellettuali non asserviti al potere dovrebbero porsi il problema. Finché sussistono le differenze di classe e di cultura, è molto difficile che lo stesso prodotto culturale sia adatto a tutti. Dunque artisti e studiosi dovrebbero preoccuparsi di comunicare le verità più importanti, salvifiche almeno a due livelli: uno più sofisticato, uno più elementare.

M. Gloria Gazzeri

## La corretta informazione

Sintesi della relazione di domenica 1 maggio 2006 tenutasi nella sala comunale di Calcata

A cura di Franco Libero Manco, presidente Forum Vegetariano

La piaga della cattiva informazione e anche della manomissione dei fatti accaduti ha origini antichissime: della tradizione religiosa, il primo a parlarne fu Geremia (8,8) che si lamentava dicendo: "Perché dite 'la legge del Signore'? A legge menzognera l'ha ridotta la penna menzognera degli scribi".

E nel corso della storia i Testi Sacri sono stati più volte manomessi per compiacere il regnante di turno.

Pipino, il re dei Franchi, venne a liberare la Chiesa dai Longobardi e restituì alla Chiesa quei territori che secondo un documento falso fatto preparare da Stefano III erano della Chiesa per donazione di Costantino.

Pare che Gregorio VII creò intorno a sé una schiera di falsari che sfornavano ogni sorta di documento a seconda delle esigenze. Molti scritti originali furono ritoccati.

Sisto V, attenendosi al testo di Lovanio e con l'aiuto di Bellarmino, intervenne sulla versione latina della Bibbia detta *Vulgata* scritta da S. Girolamo nel IV secolo, perché in quel periodo si erano diffuse diverse versioni lacunose. Quando incontrava punti oscuri non si faceva scrupolo di aggiungere o levare parti del discorso con l'intento di renderlo più chiaro.

La tendenza ad alterare le notizie giunge fino a noi, in cui i grandi mezzi di comunicazione di massa, in gran parte manovrati dai centri di potere economico e politico, influenzano le scelte della popolazione con prodotti che tornano solo a vantaggio di chi paga i ricercatori, a dimostrare solo i presunti vantaggi del prodotto che intendono smerciare e non gli aspetti negativi che essi celano e che spesso si rivelano a danno della salute delle persone.

La nostra filosofia mira a dare all'individuo il senso critico delle cose, la consapevolezza che ogni individuo deve imparare ad essere artefice del proprio destino, a saper gestire la propria salute fisica, oltre che il proprio equilibrio mentale e la propria sfera spirituale. Per attuare questa rivoluzione morale ed esistenziale uno dei mezzi più potenti è la filosofia dell'etica universale del biocentrismo, che nella pratica attuazione passa necessariamente attraverso l'alimentazione incruenta vegetariana, che

consente all'uomo di vivere in buona salute, di sviluppare una mentalità di pace, di salvaguardare la natura, di non contribuire ad affamare il Terzo Mondo a causa della distruzione delle foreste per adibirle a pascolo per gli animali da macellare, e di ridurre la spesa economica individuale e collettiva.

La nostra Associazione da molti anni tiene nella sua sede conferenze quindicinali in cui vengono affrontate tutte le tematiche inerenti la cultura del vegetarianismo, con relatori qualificati del settore: scientifico, etico, salutistico, antropologico, ecologico, economico, spirituale, ecc.

I prossimi appuntamenti programmati per dopo la pausa estiva, sono i seguenti:

28 settembre: "Diete comuni ed errori alimentari"; Dr.ssa Leila Nicoletti, biologa, docente, segretaria generale AVA.

12 ottobre: "Il mito dell'onnivorismo dell'uomo"; Prof. Carlo Consiglio, docente Zoologia Univers. La Sapienza, presid. naz. LAC.

26 ottobre: "Alimenti biologici e danni da pesticidi"; Dr. Giovan Battista Baratta, fisico, ecologista, membro Soc. Astronomica Italiana.

9 novembre: "Neoplasie e dieta vegetariana"; Prof. Bruno Fedi, primario patologo, docente Università La Sapienza Roma.

23 novembre: "Osteoporosi ed alimentazione vegetariana"; Dr. Rosario Vincenzo Falabella, primario psichiatra, omeopata, presidente EMC.

7 dicembre: "Mente, corpo e spirito: vegetarianismo e benessere integrale"; Dr. Franco Libero Manco, presidente Associazione Vegetariana Animalista e Forum Vegetariano.

Gli incontri si svolgono in via Celsa, 5 (Piazza del Gesù) dalle ore 17.30 alle 20.00 con ingresso gratuito. Tel. 06/7022863 - 333/96 330 50.



## Intervento di Massimo Andellini

Calcata, 1° maggio 2006

Io credo che bisogna dare a tutti la "Libertà informata", che si ottiene solo con l'acquisizione delle nozioni e dei dati inerenti il vegetarianismo e le sue ricadute personali, fisiche e mentali, etiche, ecologiche, sociali, economiche, di poter scegliere una dieta e un'etica vegetariana ed animalista. Infatti la libertà ha senso solo con l'informazione; l'informazione rende liberi, liberi di scegliere, almeno per se stessi.

Nel caso della scelta vegetariana, però, non solo per se stessi ma anche per gli altri: gli animali, innanzitutto, perché si salva loro la vita; e poi gli altri uomini perché si contribuisce alla salvaguardia della loro salute, della loro stessa sopravvivenza per i membri dei popoli oppressi e sfruttati del terzo mondo. E poi per la nostra madre terra, di cui tutti noi siamo parte.

Con l'acquisizione di un nuovo stato di coscienza grazie al primo gradino del vegetarianismo, impareremo a rispettare ogni forma di vita anche la più minuscola.

Insieme ai nostri figli e agli altri impareremo a rispettare allora anche tutti gli uomini, indipendentemente dal colore della pelle, dalla provenienza etnica, dalla religione, capiremo la necessità di un mondo nuovo dove lo sfruttamento, la sopraffazione, la violenza dovranno essere eliminati, perché prima avremo già imparato ad eliminarli subito verso gli animali, non mangiandoli più e non sfruttandoli più.

Capiremo l'assurdità della guerra, la necessità di eliminarla e prima ancora di eliminare gli strumenti di guerra, gli eserciti. Con la riconversione che si può attuare subito magari in modo progressivo ma costante, delle spese militari in spese civili, cominciando con la metà

di esse e con l'informazione sui vantaggi dell'alimentazione vegetariana, si possono risparmiare in Italia almeno 50-55 miliardi di euro l'anno, 15 dalle spese militari (su un totale di oltre 30, pari a 500 euro a testa, bambini, e vecchi compresi), 40-45 da quelle mediche, riducendo dal 50 all'80% tutte le patologie.

Anche l'amministrazione pubblica dovrà adeguarsi, ed impedire alle società coinvolte nella produzione, o commercio di armi, droghe pesanti, sfruttamento di ecosistemi, alimenti pericolosi per la salute, di partecipare a gare pubbliche.

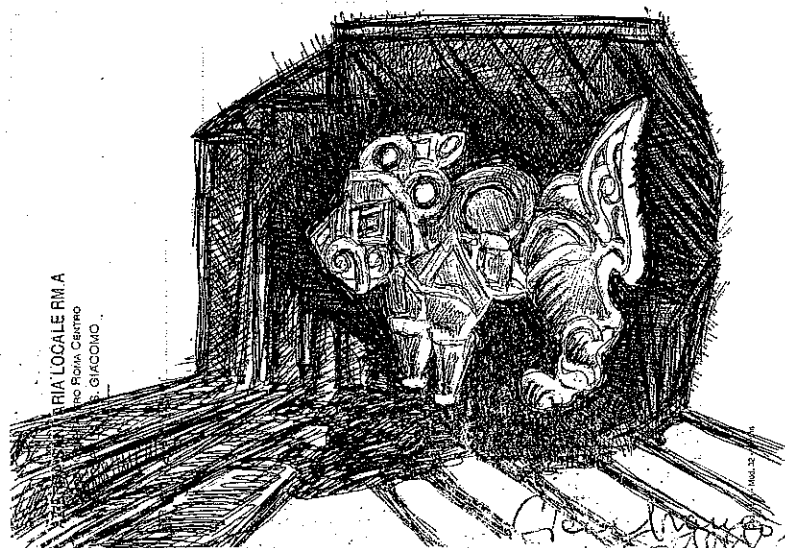
Bisognerà fare elenchi pubblici di tutte le banche e le società implicate in tutto questo per dare ai cittadini la "libertà informata" di scegliere cosa e da chi comprare.

Comportamento etico personale e pubblico, economia etica, produzione e consumo etico ed ecoresponsabile: solo cambiando noi stessi possiamo sperare di cambiare gli altri ed il mondo intorno a noi, per trasformarlo progressivamente nel nuovo mondo dove la sofferenza sia ridotta al minimo e la vita degna di essere vissuta per tutti, specie ed individui dei tre regni.

Perché la nostra vera unica patria è il mondo intero. La nostra patria è il mondo intero.

Massimo Andellini – Presidente U.V.A.-Unione Vegetariana Animalista – Segretario Generale del Forum Vegetariano Animalista – Calcata, 1° maggio 2006.

*Massimo Andellini è candidato indipendente "vegetariano-animalista" nelle liste del PDCI alle prossime elezioni per la carica di consigliere al Comune di Roma.*



## Primo maggio a Calcata COMPAGNIA TEATRALE IL GRUPPO

A conclusione della "Tre giorni di arte, ecologia e cultura", si è svolta il primo maggio, nella sala consiliare del Comune di Calcata, una interessante tavola rotonda dal titolo "Per una informazione consona".

La cosa che più colpiva era che i vari interventi destavano una sensazione particolarissima: quella di trovarsi in una realtà di uomini liberi. Cosa veramente insolita, difficile da riscontrare oggi; soprattutto quella inconsueta sensazione di ritrovarsi in una comunicazione che si muova al di là dei dogmi ideologici, religiosi o consumistici in cui viviamo, per proiettarci invece in una visuale del mondo più vitale, disalienante, ma soprattutto assai meno settoriale, schematica e ingessata.

Gli interventi dei relatori, presentati da Paolo D'Arpini del Circolo Vegetariano di Calcata e della Rete Bioregionale Italiana, venivano intercalati da brani poetici particolarmente pregnanti, recitati dagli attori della Compagnia Teatrale Il Gruppo da me diretta. Mi è sembrato che questi interventi poetici, oltre ad alleggerire simpaticamente le relazioni con eventi di tipo spettacolare, dilatassero maggiormente anche il pensiero e le verità di fondo, con la presentazione di brani di autori come Tolstoj o Mark Twain (ambedue vegetariani), ma anche con uno scritto molto attuale di Franco Libero Manco dal titolo "I polli? Cosa da tritare".

La compagnia teatrale Il Gruppo da diversi decenni, propone interventi spettacolari che evidenziano una cultura estremamente sensibile ai temi ecologisti, animalisti e di rispetto dell'ambiente.

Presenti il 1 maggio:

Attori: Enrica Pizzi, Michele Stigliani, Roberto Romanella, Maria Spagna.

Partecipanti al laboratorio: Mauro Ansovini, Mariangela Mancino, Valentina Liani, Pamela Manni.

**Edoardo Torricella – Regista - attore - autore:**

Edoardo Torricella è probabilmente in Italia, la persona che da più anni pratica con coerenza il vegetarianesimo; è infatti vegetariano da 52 anni.

Ha partecipato, come esperto del vegetarianesimo, a diverse trasmissioni RAI: in televisione ("A

tavola alle Sette" con Ave Ninchi) in radio con una rubrica specifica e con numerosi interventi a Rai Uno anche in diretta.

Un suo radiodramma ecologico "Il Mutante K 12", scritto nel 1969 e realizzato con la sua regia per la Rai, è stato poi tradotto e trasmesso da alcune emittenti nazionali europee.

Uno sceneggiato radiofonico in 12 puntate, "Vita di un guaritore", sulla vita di Maurice Mességué e sulle guarigioni ottenute attraverso la fitoterapia, scritto con la collaborazione di Bruno Sacchini e realizzato per la Rai con la sua regia, ha ottenuto un altissimo ascolto.

Ha partecipato a trasmissioni sull'alimentazione naturale in televisione con i "Programmi dell'Accesso della Rai", (collaborando con l'A.V.I. e l'Associazione Vegetariana Esperantista) e in Tv (Tele Ambiente, etc.) e radio private (Radio Radio, Novaradio Roma, etc.)

Ha effettuato diverse conferenze sull'alimentazione naturale, una delle quali è stata pubblicata dalla rivista "Aam Terra Nuova".

Nel 1984 al Teatro dell'Orologio ha presentato, suscitando un interesse notevole, la lettura scenica de "Il Vangelo Esseno della Pace", un antichissimo testo religioso e antropologico di alta spiritualità che propone la guarigione delle malattie attraverso le cure e l'alimentazione naturale.

Nel 1983 ha frequentato un corso sull'Educazione alla Salute e le prevenzioni delle tossicodipendenze autorizzato dal Ministero della Pubblica Istruzione e organizzato dal Provveditorato agli Studi di Roma.

Ha effettuato interventi in convegni internazionali sull'alimentazione "29th World Vegetarian Congress" (Tel Aviv, 1990) e "World Food Summit" – Conferenza Mondiale della FAO sulla fame nel mondo (tra le organizzazioni non governative, Roma 1996).

La sua compagnia, la Compagnia Teatrale Il Gruppo, è composta da diversi attori vegetariani e da persone molto vicine al vegetarianismo.

[www.compagniateatrale-ilgruppo.it](http://www.compagniateatrale-ilgruppo.it)

06 215 3042 - 349 6396 813



La Compagnia Teatrale "Il Gruppo"

## Una corretta comunicazione

Relazione tenuta da Leila Nicoletti nella sala del Comune di Calcata il 1° maggio 2006

La comunicazione, attraverso una corretta informazione, è un mezzo importante di divulgazione di contenuti e di possibili trasformazioni nel sociale. Come insegnante in Istituti di scienze del II grado devo, purtroppo, constatare che non sempre è possibile recepire i giusti contenuti attraverso i libri di testo.

Ad esempio, per quanto riguarda l'ecologia gli studenti escono dagli Istituti di 1° grado del 2° ciclo (ex scuole medie) sanno che cos'è il buco nell'ozono o l'effetto serra ma non riescono ad inserire tali informazioni in un contesto che metta loro in chiaro gli effetti di tutte le azioni umane tra loro interconnesse. Pertanto i ragazzi acquisiscono conoscenze di effetti separati l'uno dall'altro senza avere le necessarie capacità di metterli in relazione tra loro.

Nel sapere scientifico poi vi sono molte omissioni, legate agli interessi economici da salvaguardare, che non permettono di avere né la giusta informazione né di capire le relazioni tra le varie conoscenze. Ad esempio in quasi tutti gli Istituti scolastici vengono svolti progetti di alimentazione i cui contenuti spesso sono diversi l'uno dall'altro e per tanto può capitare che due studenti di uno stesso Distretto ricevano informazioni non corrette o in contrasto tra loro, nonostante lo sforzo e la buona volontà di molti insegnanti, spesso in buona fede nello svolgimento del loro lavoro.

In campo alimentare poi, l'informazione di massa è del tutto asservita al potere economico. Durante la campagna televisiva giornalistica, a favore delle vaccinazioni influenzali dovute alla ipotetica aviaria prospettata come possibile peste del III millennio, a causa della riduzione del consumo di pollami, numerose sono state le pressioni per tranquillizzare la popolazione sull'innocuità di queste carni.

Con l'ultimo governo Berlusconi si è parlato spesso di conflitto di interessi perché chi detiene un potere politico non può essere proprietario di mezzi di informazione, ma molti hanno capito quanto sia importante una corretta informazione ed "il popolo degli sms" "e delle e-mail" è riuscito a diffondere via Internet notizie in vari campi del sapere permettendo a molti di sviluppare un salutare senso critico e quindi di iniziare un processo di trasformazione interiore che porterà questa società ad un lento ma radicale cambiamento.

## QUALCHE FLASH SULL'INCONTRO DEL 2 GIUGNO AL LAVATOIO DI CALCATA

Diario e note integrative a cura di Paolo D'Arpini

La giornata è iniziata con i migliori buoni auspici: il tempo ci ha consentito di fare una bellissima passeggiata attorno l'acrocoro di Calcata, con un gruppetto di sei persone; le signore presenti sono state molto coraggiose nell'affrontare i sentierini impervi e rigogliosi di ortica e rovi, attraversando anche il fiume su un tronco d'albero abbattuto dalla corrente.

Dopo la condivisione del cibo, che ognuno aveva portato, nel primo pomeriggio hanno iniziato a venire numerose persone, tant'è che all'ora dell'incontro il vecchio lavatoio era pieno di gente, come forse lo era quando veniva usato per lavare i panni, ed anche stavolta il lavoro era quello di "lavare" – ma le coscienze.

L'inizio è stato teatrale e scenografico, con Giorgio Vitali in piedi su una sedia traballante, che ricordava un po' un predicatore di Hyde Park. Egli ha ricordato la nascita del sistema carta-monetario inaugurato nel '600 in Inghilterra e giunto sino al 1944, anno in cui l'unica moneta convertibile restò il Dollaro americano. Dal 1971 nessuna carta-moneta è più convertibile e di fatto viene stampata dalle banche centrali (senza controvalore certificato in oro), con il riconoscimento del "debito pubblico" e di "interessi" pagati dallo Stato. Il fatto che più ha stupito i presenti, pressoché ignorato da tutti, è che la Banca d'Italia, come tutte le altre banche centrali, è un ente privato che ha ricevuto dallo Stato la concessione di stampare carta-moneta e lo fa guadagnandoci a spese dei cittadini.

Per fortuna durante l'incontro sono stati toccati anche altri temi meno deprimenti, come ad esempio il valore inizialmente magico del "denaro" d'oro e d'argento, che nell'antichità stava a rappresentare la purezza basica (Gloria Gazeri). Poi si è parlato della necessità di soddisfare un consumo responsabile (e garantito nella qualità) e del progetto di *European Consumers*, che intende allargarsi a tutte le associazioni ecologiste e vegetariane in modo da far nascere un movimento di consumatori consapevoli (Vittorio Marinelli).

Di tanto in tanto si udivano poesie e sviolate romantiche eseguite dal Gruppo teatrale di

Edoardo Torricella, il quale ha ricordato i suoi trascorsi avventurosi come vegetariano nel mondo a volte dissacratorio del cinema e del teatro.

Antonello Palieri ha ampliato il discorso inserendo il concetto della spiritualità laica, la necessità di vivere anche la politica e la cultura in modo spirituale: "per non buttar via con la placenta anche il bambino".

Massimo Andellini dell'UVA ha invece evidenziato come la riduzione delle spese militari e della sanità aiuterebbe enormemente il bilancio dello Stato "meno missioni di pace – ha detto – e più prevenzione sanitaria", mentre Lanfranca Braganza ha ricordato la tutela che va riconosciuta ai lavoratori italiani in un contesto di mercato globale senza regole. Per finire Gianfranco Paris, direttore di Mondo Sabino, ha ricordato l'esperimento comunicativo del giornale rendendosi disponibile a una collocazione integrativa dei temi trattati.

La sensazione di familiarità che si era creata alla fine fra tutti i partecipanti mi fa tornare in mente uno scritto di Ramana Maharshi, il saggio della collina sacra di Arunachala, che disse: "Ciascuno deve crearsi la propria cerchia ristretta e farla prosperare affinché possa servire gli interessi della società e far prosperare anche questa".

### Discussione su internet a proposito del 2 giugno

Ho ricevuto un commento scritto da Danilo D'Antonio: "Ci dicono che oggi sia la Festa della Repubblica. L'Italia è strettamente Cosa Loro, dei gruppi economici, dei politici professionisti e non, degli amministratori e dipendenti pubblici a vita... Per le altre persone è un giorno triste, perché alcun passo avanti, realmente, è stato fatto, non solo riguardo alla distribuzione del reddito ed a come esso viene calcolato, ma soprattutto riguardo alla distribuzione dei vari diritti/doveri dell'ambito statale, regionale, provinciale, comunale, alla partecipazione di ognuno alla vita civile del proprio Paese". "La chiamano democrazia rappresentativa".

1° Maggio a Calcata

# Festa dei lavoratori e degli informatori laici

Tavola rotonda con presentazione del libro  
"Almanacco di fine millennio" scritto dal nostro  
direttore avv. Gianfranco Paris.

Il mantenimento dell'identità culturale e l'esercizio di una corretta informazione locale sono i due modelli che hanno caratterizzato Mondo Sabino nella sua diffusione in Sabina, la stessa cosa è avvenuta con il suo inserto Mondo Falisco, riguardante il comprensorio falisco, e con la testata Etruria, rappresentante la Tuscia nella sua interezza. Mondo Falisco ed Etruria, che a Calcata ebbero una sede, si espressero infatti con i medesimi intenti, in quanto esperimenti comunicativi sulla stessa linea che di fatto hanno contribuito al gemellaggio fra Rieti e Calcata: poli di cultura bioregionale nell'Alto Lazio. I due luoghi sono geograficamente disgiunti ma idealmente uniti nel messaggio della laicità e dell'approfondimento culturale. Sembra quindi logico che Almanacco di fine millennio, testo esemplificativo degli argomenti ventennali di Mondo Sabino, venga presentato alla popolazione di Calcata, che è stata seguita ed ha seguito negli anni il tracciato parimenti indicato. L'evento, che si svolge il 1° maggio presso la Sala Consiliare del Comune di Calcata, comprende un dialogo sul tema della corretta informazione (in forma di tavola rotonda) a cui aderiscono ricercatori ed uomini semplici, già partecipi di un progetto condiviso. L'incontro, che si tiene alla presenza di rappresentanti istituzionali, sarà ravvivato da recite di poesie e canti e si svolge all'insegna della allegria. Poiché cultura popolare è anche questo.

1 maggio 2006 - Programma del giorno: h. 11.00 Appuntamento al Circolo vegetariano - via del Fontanile (centro storico). Passeggiata alla ricerca delle erbe perdute e

picnic nel Tempio della Spiritualità della Natura

**h. 16.00 - Sala Consiliare del Comune di Calcata (nuovo centro)** Saluto del Sindaco, Luciano Sestili, e del Presidente del Parco del Treja, Luigi Gasperini.

**"Per una informazione consona"** - Tavola Rotonda e presentazione di Almanacco di fine millennio, un inno alla corretta informazione locale in 20 anni di Mondo Sabino. Relazione introduttiva del direttore Gianfranco Paris. Partecipano: Leila Nicoletti, insegnante; Ciro Aurigemma, AVI - Lazio; Antonello Palieri, giornalista; Fulvio di Dio, Rete Bioregionale; Franco Libero Manco, Forum Vegetariano; Marinella Correggia, scrittrice.

h. 18.00 Lettura di poesie del Gruppo di Edoardo Torricella ed esecuzione di canti in sintonia. h. 18.30 "Calcata altervista, al lavatoio". Proiezione del video di Annamalia Celeste Quintela. h. 19.00 "Franco è il poeta" Poesie dialettali calcatesi.

**Info: Tel. 07611587200 - E Mail: calcata@vegetus.net  
bassavalledeltevere@inwindJt**

Con il patrocinio del Comune di Calcata, del Parco Valle del Treja e del Centro Culturale Polivalente.

Organizzazione a cura del Circolo Vegetariano di Calcata e della Rete Bioregionale Italiana.

**MONDO SABINO - 15 Aprile 2006**  
mondosabino@tiscali.it

## Brogliaccio dell'intervento di Paolo D'Arpini

Ma questa apertura, questo concedersi, ha bisogno di una accorta partecipazione, non un semplice ascolto passivo bensì una totale attenzione verso l'altro. L'apertura è come uno spazio vuoto all'interno del nostro cuore, un nido di accoglienza. Ovviamente questa condizione è possibile ove non c'è assunzione o presunzione alcuna né il condizionamento (o giudizio) legato al conformarsi ad un credo. Quindi laicità, quella vera, è un modo onesto e sincero di rapportarsi con il prossimo.

Facciamo ora un passo ulteriore e vediamo come questo stato di distaccata testimonianza possa influire sul nostro vivere nel mondo. La visione del mondo che solitamente abbiamo è quella di un ambiente esterno a noi circostante. Ad esempio con la suddivisione organizzativa di tale ambiente (in termini matematici) nasce il concetto di economia. Economia infatti significa dar nome e valore alle cose. Se la nostra è una comprensione settoriale o separativa subentra allora la tendenza ad usare le risorse ambientali in quanto 'altre' (separate da noi), questa alienazione ci rende ciechi di fronte all'autofagia a cui sottoponiamo l'habitat (ovvero il nostro corpo più grande). Succede così che da lungo tempo avvezzi ad astrarre noi stessi dal contesto (identificandoci con il limitato organismo) non troviamo di meglio che ricorrere al 'dogma' della nostra divisione oggettiva dal tutto. Questa propensione a voler credere a ciò che fa più comodo (forse una penosa automistificazione) è divenuta la gabbia mentale dell'uomo. Il risultato di tale settarismo è una abominevole barriera fra noi, la natura e gli altri esseri viventi e conseguente nascita del concetto di specie, razza, ideologia, religione, nazionalità, etc.

Sembra chiaro, a questo punto, che solo una neutrale laicità è il prerequisito per superare questa immaginaria separazione, questo frazionamento illogico e deleterio. La laicità di pensiero e di azione è in grado di ricondurre la coscienza, il senso di appartenenza, alla sua matrice originaria indivisa (solo apparentemente differenziata).

In questo 'ritorno alla casa comune' scopriamo che laicità significa sincretismo. Si può anche chiamarla empatia, giacché "puoi conoscere l'altro solo se tu stesso diventi l'altro". Un distacco dalla propria persona è necessario per accogliere l'altro, ed a questo punto la laicità diventa persino amore. Ed ora un esercizio pratico di logica laica: la giustizia in Italia viene amministrata in aule di tribunale preposte al giudizio dei reati commessi. Il giudice punisce il cristiano, il buddista o l'ateo, solo in quanto reo di un'offesa alle leggi dello Stato. Quindi l'organo di giustizia dello Stato è laico. Ciononostante nelle aule di tribunale si osserva la presenza del crocifisso, simbolo della fede cristiana - ma i giudici non impartiscono la legge cristiana dell'amore e del perdono bensì comminano pene sulla base di un codice legislativo dello Stato. L'incongruenza sorge immediata, cosa ci fa un crocifisso nell'aula di giustizia del tribunale?

**CALCATA: Natura Stagioni Zodiaco**

La manifestazione del 1° maggio fa parte di una tre giorni dedicata all'arte, all'ecologia alla cultura che comprende il seguente programma:

**29 aprile 2006**

h. 10.30 - Scuola Comunale di Calcata (nuovo centro)

Lettura di poesie del poeta americano Jim Koller e canti ecologisti di Stefano Panzarasa e Roberto Pietrosanti ispirati alle poesie di G. Rodari.

Introduce : Carla Carmà, maestra.

h. 16.00 - Centro Visite del Parco (centro storico)

Esposizione di figurazioni mitologiche di Gianfranco Castelli.

“Sincretismo possibile nei modelli divinatori dell'emisfero settentrionale (Cina ed Estremo Oriente)”.

Relazione introduttiva di Paolo D'Arpini. Esercizi per il riequilibrio dei chakra e dei 5 elementi. Rita Guerrieri. Aforismi di Am Koller ispirati al Libro dei Mutamenti e canti di Stefano Panzarasa.

**30 aprile 2006**

h 10,30 - Centro Visite del Parco (centro storico)

h 11,00 “Calcata e le sue maschere” Studio e bozzetti teatrali di Sofia Minkova scenografa, artista.

h. 15.30 “Caprice d'avrir” Canti e poesie ecologiste della poetessa Jaqueline Fassero.

h 16.00 “Archetipi naturali, psichici, mitologici a confronto - Tavola Rotonda.

Partecipano: Maria Castronovo, scrittrice; Athon Veggi architetto ed artista; Etain Addey, scrittrice;

Antonio D'Andrea, matrista; Marina Canino, studiosa di miti; Guglielmo Peirce, astrologo; Ludovica de Nava, terapeuta; Paola Iglori, ricercatrice esoterica; Nicola Licciardello, poeta.

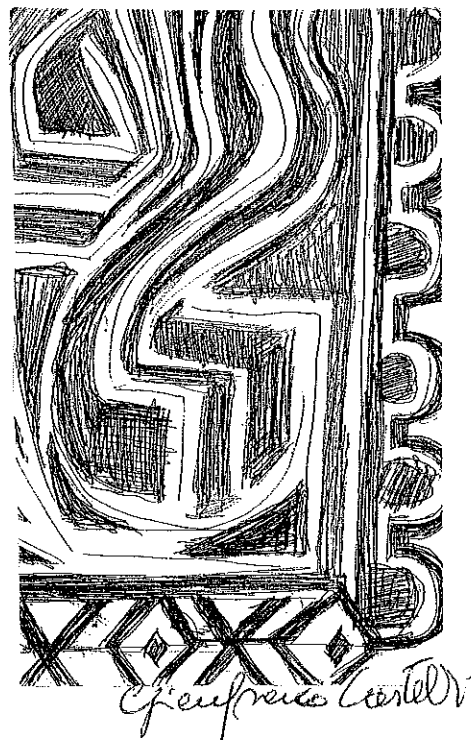
MONDO SABINO - 15 Aprile 2006  
mondosabino@tiscali.it

*Iniziativa firmata dal circolo vegetariano*

## Tra cultura ed ecologia

CALCATA - Natura, stagioni, zodiaco, ovvero una tre giorni di arte, ecologia e cultura promossa dal circolo vegetariano. Il primo appuntamento è fissato per il prossimo 29 aprile. Alle ore 10,30 nella scuola comunale si svolgerà una lettura di poesie del poeta americano Jim Koller con canti ecologisti di Stefano Panzarasa e Roberto Pietrosanti ispirati alle poesie di Gianni Rodari. La presentazione sarà a cura degli insegnanti della scuola. Seguirà uno scambio di poesie fra i bambini e Jim Koller. Alle 16 nel centro visita del parco, si parlerà di sincretismo possibile nei modelli divinatori dell'emisfero settentrionale (Cina ed Estremo Oriente). La relazione introduttiva sarà di Paolo D'Arpini. A seguire esercizi per il riequilibrio dei chakra dei 5 elementi, conduce Rita Guerrieri. Aforismi di Jim Koller ispirati al libro dei mutamenti e canti ecologisti di Stefano Panzarasa e Roberto Pietrosanti.

Corriere di Viterbo - 9 Aprile 2006



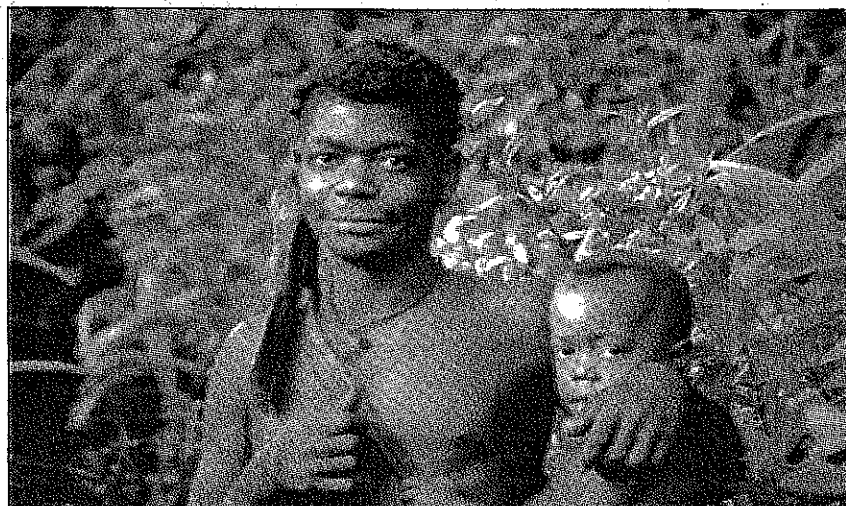
# IL CASO – Un rapporto stilato dal convegno di Oxford analizza il comportamento con i piccoli, paese per paese Pigmei, migliori papà al mondo. In Italia ci pensano le mamme

di Enrico Franceschini

LONDRA. «Perché hai le tette?», chiede con l'ingenuità dell'infanzia una bambina a Vin Diesel, ultimo superforzuto hollywoodiano, in una scena di «The pacifier» (Il ciuccio), il film appena uscito sugli schermi d'Inghilterra in cui lui interpreta un commando sbattuto a fare il baby-sitter di una nidiatata di ragazzini. «Non sono tette», replica il protagonista, «sono muscoli». La distinzione potrebbe tuttavia essere irrilevante per i neonati dei pigmei Aka, tribù di cacciatori del Congo settentrionale. Quando le madri non sono disponibili e i poppanti piangono, infatti, gli uomini della tribù se li attaccano alla mammella lasciandoli succhiare a piacimento: di latte non ne esce, ovviamente, ma i piccoli si calmano. Partendo da questo dato antropologico, un simposio dell'università di Oxford afferma che il capezzolo maschile è perfettamente equipaggiato per tranquillizzare i bebè: e che nell'era preistorica tale comportamento poteva essere la norma tra padri di famiglia.

Non soltanto perché si lasciano succhiare i capezzoli, gli Aka sono «i papà migliori del pianeta», secondo «Father World» («Il mondo del padre»), un rapporto stilato dal convegno di Oxford.

Sono generalmente loro che si alzano la notte se i figli si svegliano e ad occuparsi della prole per buona parte della giornata: in una graduatoria internazionale sul tempo trascorso con i bambini durante una settimana tipica, i pigmei del Congo risultano al primo posto, con il 47 per cento, la percentuale più elevata della Terra. Trattandosi di una società con uno stile di vita primordiale, il rapporto pubblica a parte la classifica dei paesi europei: in testa ci sono gli scandinavi, la Svezia con il 45 per cento seguita nell'ordine da Danimarca, Finlandia, Olanda; poi le nazioni (per lo più di religione protestante) dell'Europa centro-settentrionale, Gran Bretagna, Lussemburgo, Germania, Belgio; infine l'Europa meridionale (per lo più cattolica), con Italia e Spagna alla pari (28



## IL RAPPORTO

Su [www.fathersdirect.com](http://www.fathersdirect.com) un riassunto del rapporto. Sul sito si può anche ordinare l'intera ricerca raccolta in un libro e trovare altre notizie sulla paternità nel pianeta



per cento) e quindi Irlanda, Francia, Austria, Grecia, Portogallo. Il motivo, dicono gli esperti, è che nei paesi nordici la donna è più emancipata, esiste maggiore uguaglianza tra sessi e dunque una divisione più equa delle responsabilità verso i figli; mentre nell'Europa del sud persiste in certa misura la vecchia suddivisione, l'uomo che lavora, la donna che tira su la famiglia.



Nonostante, in generale il rapporto registra una crescita globale dell'impegno dei padri nell'allevare i figli rispetto a una o due generazioni fa: in Gran Bretagna, per esempio, negli ultimi trent'an-

ni è aumentato di otto volte, dunque non bisogna più meravigliarsi se un padre spinge un pupo in carrozzina. Quanto a offrirgli la mammella, «conosco casi del genere anche nel Regno Unito, senza bisogno di andare tra i pigmei», nota Caroline Flint, presidente dell'Associazione Levatrici: «Non che i papà dicano, attaccati alla mia tetta, ma succede che il neonato, annusando il petto del padre, trovi il capezzolo e glielo succhi. I papà di solito restano di stucco, ma i bambini sembrano soddisfatti». E così, commenta il Times, sappiamo finalmente perché gli uomini hanno i capezzoli.

## La classifica del papà

Basata sul tempo trascorso in percentuale dai padri con i propri figli nell'arco di una settimana tipica

	Svezia	45%
	Danimarca	41%
	Finlandia	39%
	Olanda	36%
	Regno Unito	31%
	Lussemburgo	29%
	Germania	29%
	Belgio	29%
	Italia	28%
	Spagna	28%
	Irlanda	27%
	Francia	24%
	Austria	20%
	Grecia	19%
	Portogallo	13%

La Repubblica – 15 Giugno 2005



## SOMMARIO

- Pag. 2 Presentazione e riconoscimenti  
3 Calcata: natura, stagioni, zodiaco  
4 Comunicare, raccontare, evocare  
5 Jim Koller a Calcata  
9 Ultima volontà e testamento  
11 La scuola incontra il poeta Jim Koller  
12 In compagnia della vita che ci circonda  
13 I sette chakra  
15 Il parto della Terra  
17 Schemi  
19 Poesie dedicate alla Terra  
22 Raqqas e Arfai a Calcata  
25 Proposte per Vivere con Cura  
26 La tarantella - Fuori della finestra  
27 I Cinque elementi della medicina cinese  
29 Quaderni bioregionali  
30 Haiku  
32 Archetipi  
35 Il giornalismo, impegno laico per eccellenza  
36 La comunicazione laica nel futuro  
37 Emisferi cerebrali ed etica vegetariana  
38 Per un'informazione bioregionale  
39 Comunicazione povera  
40 La corretta informazione  
41 Intervento di Massimo Anellini  
42 Compagnia teatrale "Il gruppo"  
43 Una corretta comunicazione  
44 L'incontro del 2 giugno al lavatoio di Calcata  
45 Festa dei lavoratori e informatori laici  
Brogliaccio dell'intervento di Paolo D'Arpini  
46 Tra cultura ed ecologia  
47 Pigmei, migliori papà al mondo

Consigliamo la lettura  
delle seguenti riviste:

AAM Terra Nuova - Firenze  
[www.aamterranuova.it](http://www.aamterranuova.it)

AP autogestione  
politica prima  
MAG - Verona  
[www.magverona.it](http://www.magverona.it)

Carta - Cantieri sociali  
Roma - [www.carta.org](http://www.carta.org)

Gaia - Cesena  
[www.tecnologieappropriate.it](http://www.tecnologieappropriate.it)

Gaia Newsletter  
Moricone (Roma)  
[orecchioverde.ilcannocchiale.it](http://orecchioverde.ilcannocchiale.it)

La Nuova Ecologia - Roma  
[www.lanuovaecologia.it](http://www.lanuovaecologia.it)

Segni di identità  
Centro di Ecologia Alpina  
Trento - [www.cealp.it](http://www.cealp.it)

Tra Terra e Cielo  
Bozzano (LU)  
[www.traterraeciello.it](http://www.traterraeciello.it)

In Copertina: Alcuni esempi di raffinati coperchi Vinča,  
da "Il linguaggio della Dea" di Marija Gimbutas, ed. Longanesi;  
immagini della Dea Doppia, da "La Dea Doppia", di Vicki Noble,  
ed. Venexia.