

Il Potere delle parole

Bollettino on line di Psicologia e Attualità



Numero 48 Giugno 2013

Organo d'informazione del Centro Studi di Medicina Psicosomatica

Sede redazionale: Viale dei Primati Sportivi, 50 00144 ROMA

Tel. 06.54210797 fax 06.97258889

www.ilpoteredelleparole.it

info@ilpoteredelleparole.it

EDITOR:

Caterina Carloni psicologa e psicoterapeuta

Hanno collaborato in questo numero:

Giulia Abbate esperta in scienze della comunicazione

Ornella Campo psicologa e psicoterapeuta

Fabrizio Ciccarelli ambientalista

Nello Garro poeta vernacolare

Leonardo Facchini poeta e saggista

Lancilla Farinelli counselor

Elisabetta Mastrocola scrittrice e giornalista

Davide Mazzucco agente immobiliare

Questa pubblicazione nasce dall'intento di offrire un panorama di insegnamenti filosofici e psicologici nella prospettiva dell'incontro tra cultura occidentale e orientale.

periodico on line presente su



in questo numero:

I LUOGHI DELLA MEMORIA



SOMMARIO

IL QUADRO

*"La camera di van Gogh"
di Vincent van Gogh*

CRISTALLI DI RICORDI

di Ornella Campo

LA CIVILTA' DEL SOLE

LA FRATELLANZA BIANCA UNIVERSALE

a cura di Elisabetta Mastrocola

UNO SGUARDO AL PASSATO

di Giulia Abbate

L'OPINIONE

IL TEMPO SI E' FERMATO IN CIOCIARIA

di Leonardo Facchini

SCIENZA BHAKTIVEDANTICA

CON GLI OCCHI DI UN BAMBINO

(estratto di un articolo di C.Carloni, "Con gli occhi di un bambino", OV luglio 2012)

SRI NRISIMHA

a cura di Caterina Carloni

ECOLOGIA E AMBIENTE

di Davide Mazzucco

TURISTA PER CASO

di Fabrizio Ciccarelli

LIBRI, MOSTRE E SPETTACOLI

a cura di Lancilla Farinelli

CALCIO CHE PASSIONE!

di Nello Garro

NEWS & CORSI

*Care lettrici e cari lettori,
dedichiamo questo numero alle tradizioni, ai ricordi, ai luoghi del nostro passato, a quella parte di noi che rimane per sempre dentro le memorie di un paesaggio, di un mobile di famiglia, di una stanza antica, quasi a testimoniare l'eternità della nostra essenza spirituale attraverso l'alternarsi delle vicende umane e l'inarrestabilità del tempo...
C.C.*



BUONA LETTURA!

"Il ricordo è un modo d'incontrarsi"

(Kahlil Gibran)

IL QUADRO



La camera di van Gogh, olio su tela, 1888, Van Gogh Museum, Amsterdam

CRISTALLI DI RICORDI

di Ornella Campo

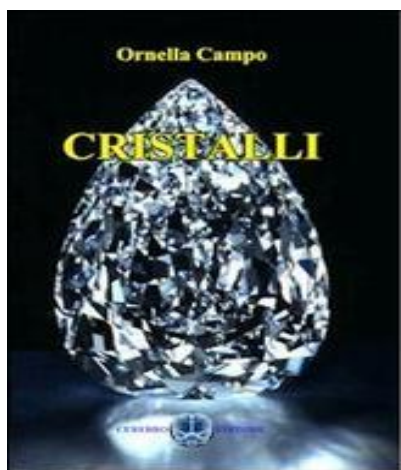
- Che cosa sto facendo qui? - gemette. In un lampo rivide la sua comoda casa, con le poltrone davanti al caminetto acceso, l'albero di Natale scintillante, e Khjol lì accanto a lei.

Le venne in mente una scena di quando era bambina, e correva incontro a sua madre per mostrarle la sua bambola col braccio penzoloni, o forse era lei che si era sbucciata un ginocchio, no, era sua madre che le porgeva un libro, un volumetto sulla vita delle formiche.

"Le formiche vivono in una tana sotterranea, formata da molti corridoi che si diramano in tutte le direzioni..."

Ma come faranno mai le formiche a vivere sottoterra e al buio, si domandò, era una cosa atroce, una cosa adatta solo per i morti, ed era quello che stava per succedere a lei, se fosse stata una formica non avrebbe sofferto, sarebbe stato meglio per lei essere una formica.

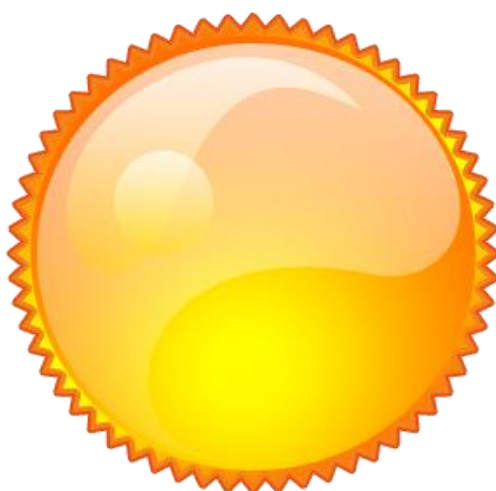
(da "Cristalli", O.Campo, Lulu.com)



Ornella Campo è psicologa e psicoterapeuta specializzata in ipnosi ericksoniana. È presidente dell'Associazione Areté di Palermo: www.assarete.it.

LA CIVILTÀ' DEL SOLE

a cura di Elisabetta Mastrocola



La Fratellanza Bianca Universale

Dalle tradizioni millenarie alla Nuova Era dell'Acquario



La Bulgaria - paese del Maestro Omraam Mikhaël Aïvanhov nato in Macedonia, ma cresciuto in Bulgaria, dove diventa discepolo del Maestro Peter Deunov - patria di Orfeo e già nota con l'antico nome di Tracia è stata fino al Medio Evo una delle culle della tradizione esoterica alla frontiera fra Oriente e Occidente.

Nel cuore del massiccio del Rila, la catena di montagne che attraversa la regione, si trovava anticamente un centro iniziatico in cui veniva conservata e custodita la dottrina dei Misteri, la Scienza di tutte le scienze, insegnata da tempi immemorabili nei templi egizi e indiani.

Al sito, tenuto segreto, potevano accedere i soli adepti.

Fra costoro si trovava Bogomil, anche conosciuto come Boian il Mago, che dopo essere stato iniziato in India, fondò nel X° secolo la dottrina del Bogomilismo con l'intento di portare un profondo rinnovamento spirituale per il miglioramento di una società fortemente amorale e corrotta.

La rinascita auspicata ebbe però breve durata: i Bogomili vennero torturati, uccisi o esiliati all'estero.

E proprio in Europa, dove si rifugiarono in gran numero, ebbero una grande importanza per il percorso spirituale dell'occidente diffondendo il loro pensiero che influenzò la nascita dei movimenti dei Catari e dei Templari.

Peter Deunov, maestro di Aivanhov, appartiene alla tradizione spirituale dei Bogomili, perché il suo insegnamento poggia sulle stesse basi: la luce, la padronanza di sé, la purezza (senza averne però la stessa rigorosa austerità).

Deunov interpreta i Vangeli, rivelandone il senso esoterico alla luce di una giustizia cosmica spiegata dalla teoria della reincarnazione.

Figlio di un pope, medico, frenologo, teologo e musicista, prepara le basi di una fratellanza spirituale - la Fratellanza Bianca** Universale - che fonda in Bulgaria all'inizio del Novecento e che raggiungerà nell'arco di 44 anni l'adesione di 40.000 discepoli.

Aivanhov, discepolo di Deunov dal 1917, resta per venti anni con lui e poi, alla fine degli anni trenta, inviato dal suo Maestro, si trasferisce in Francia per diffondere nel mondo occidentale la Fratellanza Bianca Universale.

Di nuovo, dalla Bulgaria, terra di confine, arriva in Europa un Insegnamento che porta con sé la ricchezza e il peso delle più antica e vitale tradizione spirituale perché innesti nuova linfa espressiva nella spiritualità occidentale e risvegli l'uomo alla sua completa realtà.

La sintesi che ne nasce coniuga in sé la pratica e la teoria, la preghiera e la contemplazione, il sentimento e la ragione, il quotidiano e lo straordinario, lo spirito e la materia, il personale e l'universale, la fede e il lavoro, il Dio Padre e la Madre Divina.

Nell'Insegnamento della Fratellanza Bianca Universale che verte sulla struttura dell'uomo e dell'universo, i fondamenti e i principi sono immutabilmente gli stessi delle dottrine indiana, egiziana, ebraica, greca e cristiana, ma la loro forma e la loro espressione cambiano seguendo l'evoluzione del nuovo corso dell'umanità.

L'Era dell'Acquario, nella quale stiamo entrando, mantenendo i principi assoluti dell'amore e della saggezza, porta con sé un diverso modo di pensare l'uomo e la collettività e un diverso modo di vivere la comunità.

Arriva un'epoca che chiede di allargare il senso di appartenenza ad una famiglia umana che abbia a cuore la felicità e il benessere spirituale e materiale di tutti, che si senta responsabile di e per tutti gli uomini, di e per tutte le creature, di e per tutta la terra... Così come dicono le parole del Maestro Aivanhov nella conferenza inedita del 09.12.1968:

«Il mio solo desiderio è la fratellanza. La famiglia... nel mondo intero... E' molto importante quello che la Fratellanza Bianca Universale prepara oggi. È venuta per qualcosa che nel passato non era nella testa degli uomini. Pensavano ad altre cose: come diventare chiaroveggenti, come ottenere i poteri, come legarsi con il Signore. E si abbandonava la terra, si abbandonava il mondo. Ci sono stati talmente tanti iniziati, guru, santi e profeti che non pensavano che a salvare le proprie anime, e il mondo restava in questo disordine, in questa miseria... »

Dal passato al presente, proiettati nel futuro.

A memoria d'uomo, nell'antichità l'Iniziazione avveniva nel segreto dei templi, dopo che l'aspirante aveva dato prova di potersi avvicinare ad essa.

Oggi stiamo vivendo un momento straordinariamente eccezionale e raro: le porte delle conoscenze ultraterrene e ultrarazionali si aprono ad ogni essere - indistintamente dal ceto sociale e dalla preparazione culturale - desideroso di percorrere un cammino consapevole con lo scopo di ritornare alla sua verità esistenziale. Tale possibilità offerta ad ogni individuo accentua altresì la realtà di una comunione spirituale che ci riconosce figli di uno stesso Padre e di una stessa Madre, fratelli e sorelle che condividono l'essenza spirituale e l'appartenenza terrena. L'Età dell'Acquario apre il ciclo di una dimensione dell'esistenza più ampia per le infinite applicazioni materiali e l'incommensurabile sviluppo intellettuale, in cui, come afferma Steiner, l'umanità imparerà a conoscere il carattere concreto dello spirituale.

**Il simbolo della Fratellanza Bianca Universale rappresenta due mani che offrono da bere e un'ancora. Riproduce una sorgente che si trova in una montagna del massiccio del Rila, in Bulgaria. La sorgente sgorga da un enorme blocco di pietra tagliato a forma di prua, e scorre su un letto di pietre bianche terminanti con due mani unite che offrono dell'acqua a cui tutti possono attingere. Sul fianco sinistro della roccia è impressa un'ancora dipinta in blu, sul fianco destro si può leggere la seguente iscrizione:*

*Fratelli e sorelle,
padri e madri,
amici e stranieri,
professori e studenti,
tutti voi, servitori della vita,
aprite i vostri cuori al bene,
siate simili a questa sorgente!*

** Il termine "bianca" significa l'insieme di tutti i colori, quindi l'insieme di tutte le razze umane

Elisabetta Mastrocola è giornalista e scrittrice.

Pubblicazioni, attività e programmi sul suo sito www.scrittura-creativa.it.

UNO SGUARDO AL PASSATO

di Giulia Abbate

Tutti abbiamo bisogno di tradizioni, di un passato nel quale riconoscersi. Senza un legame con ciò che siamo stati, ciò che eravamo è difficile sentirsi sicuri nell'affrontare il domani. I racconti dei nonni, i ricordi di un tempo che non c'è più devono essere custoditi, fanno parte della nostra formazione, ci appartengono, sono la nostra cultura.

Oggi vivere il presente è molto faticoso, sostenere ritmi serrati ci proietta già nel futuro e non ci lascia il tempo di guardare al passato per avvicinarci alle radici, al quel senso di appartenenza che l'uomo ha bisogno di sentire fin da piccolo.

La parola "tradizione" deriva dal verbo latino "trādere", cioè "trasmettere", "consegnare": Non basta ascoltare le storie del passato, bisogna saperle proteggere e tramandarle di generazione in generazione. Le donne sono sempre state il simbolo della famiglia e per questo le più adatte alla trasmissione dei ricordi: il loro saper ascoltare, guardare, osservare e conoscere la propria famiglia ha fatto in modo che negli anni si conservassero i momenti più importanti in cui ritrovare se stessi.

Mia nonna paterna, nonna Enza, mi raccontava del suo passato in Sicilia, a Catania, quand'era una bambina e i suoi ricordi erano così lucidi che sembrava fossero accaduti pochi giorni prima. Tra le sue storie m'impressionava soprattutto il racconto sulla festa di Sant'Agata, la Santa patrona della città.

Mi sembrava di vivere con lei quell'aria di festa, di passione, di libertà; mi affascinava la storia di questa Santa e la devozione di mia nonna nei suoi confronti: incolpava suo marito, mio nonno Gianni, per non aver scelto Agata come nome di una loro figlia. Rosalia invece: mio nonno era di Palermo ed era Rosalia la Santa patrona della sua città.

Il modo delicato in cui s'immergeva nei suoi ricordi mi riempiva di amore, i suoi momenti ... nessuno glieli avrebbe potuti strappare via, erano suoi e lei li condivideva con me.

Sono passati tanti anni da quando mi faceva salire sulle sue ginocchia e mi raccontava con un accento siciliano che non aveva mai perso nonostante i suoi quarant'anni a Roma, l'amore per il suo passato che sapeva non poter più vivere e sapevo anch'io di non poter più vivere in quel modo. Troppo era cambiato il mondo in pochi anni, troppo diversa era la vita: io facevo fatica a capire la sua ingenuità, la sua spensieratezza che la vedeva felice per niente.

Mi raccontava di Agata: una donna forte, una martire naturalmente. La sua storia era immersa tra realtà e leggenda. Una donna giovane che consacrò la sua vita alla religione cristiana e per aver rifiutato la corte di un governatore romano fu prima martirizzata e poi messa a morte: era il 5 febbraio del 251. "Sant'Ajtuza", il vezzeggiativo con cui mia nonna e tutti i catanesi chiamano la santa, divenne subito un simbolo di ribellione dall'oppressione straniera. Ancora oggi è una delle più grandi feste religiose del mondo che si celebra tutti gli anni dal 3 al 5 febbraio e il 17 agosto. Se la prima data ricorda il martirio della santa catanese, l'altra ricorda il ritorno a Catania delle sue spoglie, dopo che queste erano state portate a Costantinopoli da un generale bizantino come bottino di guerra e dove rimasero per 86 anni.

Con questo racconto mia nonna rimaneva attaccata alle sue origini, portava in quel momento tutta la sua famiglia con lei, il suo ricordo le permetteva di vivere il presente, consapevole e

fiera delle proprie origini. Oggi abbiamo in parte perso l'interesse a mantenere viva la tradizione: partiamo, andiamo lontano in cerca di una vita migliore dimenticandoci spesso da dove veniamo. Ci sono però dei momenti in cui è necessario guardare indietro, alle nostre origini: un album di fotografie, un diario o una lettera, come quella in cui mia nonna appuntò una poesia su Sant'Agata:

Pi sant'Aita

Nà sta vara si reggina
Si la prima cittadina.
Di Catania si a pattruna
Nà sà facci si na luna.
Di la lava ni savvastu
E a Catania a vita rasti.
U fedeli cittadinu ti potta ncoddu
E ta dduma u luminu.
Mentre u capu si sgola e sbraita
"Cittadini" "evviva sant'Aita".
Dopu stanchi ra iunnata
Stannu cu ttia tutta a nuttata.
Quannu agghiona....tutti rutti..
Sunu tutti devoti tutti.



Giulia Abbate, laureata in Lettere all'Università degli Studi di Roma Tre, è iscritta al corso di laurea Magistrale in Italianistica presso la stessa Università. Ha collaborato al quindicinale "L'Ardeatino" e "Il Nettunense"; scrive per il mensile "Tempi Nuovi".

L'OPINIONE

di Leonardo Facchini



IL TEMPO SI E' FERMATO IN CIOCIARIA

Bella la Ciociaria dei novantuno Comuni del frusinate, disseminati dai versanti degli Appennini, fra cui il Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise, fino alle soglie del mare. Genuina terra di gente semplice, che si imprime nella memoria.

Ho lasciato le mie radici a Sant'Elia Fiumerapido e mi sono portato appresso i frutti della nostalgia.

"Ascolta la Ciociaria, amico,/ tu fuggitivo per strade forestiere/ che vanno sempre altrove,/ ascolta nella conchiglia remota del mio cielo,/ nella lagrima che goccia dal mio frutto,/ cantava il poeta fondano "ciociarizzato" Libero De Libero qualche decennio fa. Mentre lo scrittore inglese David H. Lawrence, quasi cento anni fa, così scriveva: " Eppure cosa vi poteva essere di più bello delle giornate di sole, quei giorni puri, caldi e azzurri ai piedi delle montagne", riferendosi, nel suo romanzo "La ragazza perduta", a Picinisco e alla verde, ondulata Val Comino.

Pizzica, proseguo io, la primavera in Ciociaria, gradevole è l'estate nei pressi di monti e colline, l'autunno odora di mosto e di ulivi, l'inverno apparecchia i paesi in presepi viventi; di notte, poi, si possono contare tutte le stelle del firmamento. Vi si recupera il senso della vita nel silenzio dei giorni, nella quiete dell'interminabile campagna, nel respiro delle montagne sovrastanti, e, perché no, nel suono del dialetto locale. Ecco, proprio quell'insieme di voci confidenziali, espressive d'immediatezza e spontaneità di sentimenti e d'emozioni, adesso mi manca e riecheggia spesso nella mente. "Pigliame gliu lannature (il matterello); "Maronna gliu mammaciuoce!" (Madonna le ragnatele); "uarda gliu sbinghigare!"(guarda il pipistrello);"puparuole!" -con rotazione delle dita chiuse a cono- (peperone- cretino), sono i ricorrenti ritornelli di vissute situazioni familiari e sociali.

Ma perché Ciociaria? Il nome deriva da cioce, cioè da calzari in tutto cuoio o con suola di gomma, ricurvi ai lati del piede, con punta rivolta all'insù, allacciati lungo i polpacci avvolti da fasce. Li portavano i contadini e i pastori fino a dopo la guerra, sotto pantaloni alla zuava e

gilet o giubbotti in stoffa o in pelle. La donna vestiva su di essi una gonna rigonfia ed era "stretta al busto da lacci mordenti" (Liberio De Libero). I territori sono stati abitati fin da epoche preistoriche, come attestano alcuni manufatti litici rinvenuti ad Anagni. Questa città collinare è però maggiormente nota per aver dato i natali a ben quattro papi tra il 1160 (Innocenzo III) e il 1235 (Bonifacio VIII). Tutti sanno da cenni storici come quest'ultimo venne, quasi alla fine del suo pontificato, umiliato da Sciarra Colonna (lo schiaffo di Anagni).

Altro centro diventato famoso per le nascite di illustri personaggi della storia, è Arpino: Gaio Mario (157 a. C.) sette volte console di Roma e Marco Tullio Cicerone, oratore, scrittore e uomo politico, studiato in tutte le scuole. Per onorarlo la città organizza ogni anno il "certamen ciceronianum", giunto ormai alla XXXIII edizione, alla cui gara di traduzione dal latino hanno partecipato il 10 maggio studenti di tutta Europa, in numero preponderante rispetto ai nostri. Nell'acropoli di Arpino, Civitavecchia (città vecchia), si trovano le mura "ciclopiche" con l'apertura di un rarissimo arco a sesto acuto (VIII sec. a.C.). Vestigia di epoca romana, sia per le guerre che per le alleanze con Roma, è facile rinvenirle in quasi tutti i novanta e più Comuni. Anche nel mio, è conservato l'arco del ponte romano del Gallo, a monte del Rapido, e quello di Lagnaro (I sec. d.C.) a valle, distante dal corso deviato del fiume. E oltre a epigrafi rupestri in latino, si scopre l'opera romana nella parte iniziale dell'acquedotto della frazione Valleluce, che convogliava le acque sorgive verso Cassino, l'allora Casinum. Interessante è, in questa città, la zona archeologica, dove, nonostante i bombardamenti a tappeto del 1944, è ben visibile un anfiteatro, a pianta quasi circolare, il mausoleo di Ummidia Quadratilla (I sec. d. C.) e tratti di strada romana. Nelle vicinanze, le Terme Varroniane testimoniano il passaggio in quei luoghi dello scrittore e storico Marco Terenzio Varrone e di Marco Antonio.

A nove chilometri di tornanti si erge l'Abbazia di Montecassino, meta di quotidiano turismo, anche perché nei pressi c'è il monumentale cimitero di guerra polacco. Montecassino rappresenta l'emblema di tutta la religiosità e il misticismo ciociaro.

Un'altra abbazia di richiamo è quella di Casamari, presso Veroli, in architettura gotico-cistercense; ma quanto a cattedrali, chiese e santuari (Casalucense dalle mie parti), il territorio ne è molto ricco, in lungo e in largo.

A Sant'Elia ero abituato a svegliarmi al suono delle campane, all'alba, quando i contadini erano già nei campi a lavorare, le donne si accingevano ad andare a messa e le ortolane, con i canestri stracolmi sulla testa, si recavano al mercato a vendere i loro prodotti, le uova fresche e le ricotte. Mia madre mi teneva sotto braccio e mi mostrava alle contadinelle che l'aspettavano per riempirle la borsa di primizie. "Che begliu criature" mi dicevano accarezzandomi con le loro mani callose che odoravano di zappa, e mi bucavano un ovetto fresco da succhiare crudo o mi regalavano un cestino di ricotta appena fatta. Quanta gente generosa, quante chiese, quante campane! Io sono nato a giugno, alle otto di sera mentre suonavano a distesa perché era festa: chissà se le sentivo o ero sgomento di venire al mondo!

Ma vi assicuro che era un bel mondo di gente povera e bella. Mia madre si sedeva in chiesa e pregava più del prete; si metteva vicino alla luminosa statua di Sant'Antonio e guardava sia me che il Santo; poi a casa mi riferiva che ci somigliavamo così tanto da sembrare la stessa persona. Era di fede mia madre, come tutti i compaesani che ascoltavano attentamente i predicatori che, salendo sul pulpito, tenevano tutti col fiato sospeso, quasi in uno stato ansioso, perché non facevano altro che parlare del peccato e dell'inferno. Io, a volte, ne rimanevo impressionato, specie da chi usava toni apocalittici, e il giorno dopo correvo a confessarmi, magari dal prete più benevolo, perché avevo dato un'occhiatina a qualche ragazzina di quinta elementare come me e avevo appreso che con un peccato veniale non mi

sarei salvato dall'inferno. Fattomi più grandicello, continuavo a dare sbirciatine, ma la paura m'era passata; solo notavo che le ragazze, accompagnate dalle mamme, tenevano la testa diritta verso l'altare e giravano gli occhi con fatica, temendo rimproveri. Era tempo in cui andavo a suonare pure io le campane e mi alzavo da terra dandomi lo slancio, a costo di rimanere appeso alla corda. Ad agosto si andava al santuario di Canneto, dalla Madonna a cui era e resta devota una moltitudine di gente di tutto il Lazio, delle regioni confinanti e di altre ancora. Ho visto qualcuno strisciare sul sagrato per redimersi o ricevere la grazia, qualcun altro procedere a ritroso per entrare in chiesa, ritenendo normali tali comportamenti da parte di pellegrini fortemente ispirati. Piuttosto, m'incuriosivano i rituali compiuti da altri che miravano a contrarre la "comparanza", cioè a diventare comparati gli uni con gli altri, come i testimoni d'anello o i padrini di battesimi e cresime, immergendo i piedi nell'acqua gelida dei ruscelli e tenendosi per mano. Canneto si trova in una spianata sopra Picinisco, da una parte, e Settefrati dall'altra, a mille metri di altitudine: dalla prima località transitano, di solito quelli che vanno a piedi, in gruppi o in processioni.

Io, con amici, una volta ho dormito in auto la vigilia del 22 agosto, giorno culminante delle celebrazioni, ma al mattino battevo i denti per il freddo.

Le feste delle Madonne e dei Santi sono numerosissime, specie d'estate, e fanno parte delle cosiddette sagre paesane. Vengono predisposti fuochi d'artificio, giochi vari, balli in costume e non, e ogni altro tipo di spettacolo folcloristico. Partecipa moltissima gente locale e forestiera, oltre gli emigranti che rientrano dalla Francia, dall'Inghilterra, dalla Svizzera, Belgio e Germania. A me piaceva assistere al tiro alla fune e alla salita dell'albero della cuccagna, cioè di un lungo palo cosparso di oli e di grassi con in cima premi in natura. Quasi nessuno riusciva a raggiungere la sommità se non prima che venisse sgrassata dal continuo strofinio delle tute indossate la superficie spalmata. Altri giochi praticati e divertenti erano la corsa nei sacchi e la rottura, con un bastone e la benda agli occhi, delle cannate ripiene d'acqua e di cenere, tranne quella con il premio, appese in alto ad un filo. Si ballava nei palchetti o nelle case di amici, poi arrivavano i gruppi folcloristici a danzare il salterello. Intanto le massaie esperte di arte culinaria, tramandata di madre in figlia, stendevano grandi sfoglie di pasta all'uovo da tagliare, con mano veloce e infallibile, a maccheroncini o tagliolini da far cuocere, condire con sugo piccante al pecorino e, quindi, distribuire a code di affamati con l'acquolina in bocca. In alternativa si cucinava pasta e fagioli cannellini o gnocchi di patate, o altre specialità, a seconda dei paesi festeggianti. C'era chi si abbuffava passando cinque sei volte e chi, non avendo nemmeno completato il suo giro, veniva invitato da qualche visionario bevitore, proprio davanti alle pietanze, a uscire dalla fila. A me è capitato, ma era bello così; del resto nessuno era raccomandato e quindi sarebbe stato inutile reclamare.

In vista del Natale, ci pensavano i suonatori di pifferi e zampogne ad allietare le giornate, per lo più montanari vestiti da pastori, sfilando per le strade.

Ho usato di frequente l'imperfetto perché abito a Torino da anni, ma quando mi capita di tornare, trovo che tutto è rimasto pressappoco come prima.

Ufficiale dell'Esercito in congedo, Leonardo Facchini ha ricevuto numerosi e prestigiosi riconoscimenti in vari concorsi letterari. Vive a Torino con la sua famiglia.

SCIENZA BHAKTIVEDANTICA

a cura di Caterina Carloni



Un dato incontrovertibile che emerge dalle ultime ricerche scientifiche condotte in tutto il mondo sull'utilità e sull'efficacia della psicoterapia è costituito dall'importanza imprescindibile della qualità del rapporto paziente-terapeuta nel produrre modificazioni di personalità. L'American Psychological Association, in occasione del centenario della sua fondazione, ha pubblicato un articolo di Lambert e Bergin in cui vengono riassunte le principali conquiste della ricerca in psicoterapia. Ne è emersa la necessità di prestare attenzione non solo all'aspetto metodologico del processo terapeutico, poco determinante in termini assoluti, ma anche e soprattutto alla varietà dei fattori connessi al rapporto emotivo tra lo psicoterapeuta e il paziente (la fiducia, l'empatia, il calore umano, l'accettazione).

Questi dati aprono un nuovo orizzonte di studio e di riflessione sul valore dei sentimenti e degli affetti nel promuovere la trasformazione delle coscienze, oltre a spiegare l'effetto positivo di tante terapie non convenzionali e di tante figure paraprofessionali nel trattamento e nella prevenzione della sofferenza psichica.

Ben lontano dal sentimentalismo e dalla passione fisica, questa grande fonte di cambiamento e di elevazione della coscienza si trova all'interno di ognuno di noi e rappresenta un potere speciale di integrazione e sviluppo della personalità.

I risultati di queste ricerche trovano un ampio riscontro negli insegnamenti tramandati fino a noi, attraverso una successione disciplica, da un'antica tradizione culturale indiana: la Scienza Bhaktivedantica (da Bhakti=amore, devozione e Vedanta=conoscenza, saggezza).

CON GLI OCCHI DI UN BAMBINO



"Tre cose ci sono rimaste del paradiso: le stelle, i fiori e i bambini" (Dante Alighieri)

"Un tempo lontano, quando avevo sei anni, in un libro sulle foreste primordiali vidi un magnifico disegno: rappresentava un serpente boa nell'atto di inghiottire un animale. Sotto c'era scritto: "I boa ingoiano la loro preda tutta intera, senza masticarla. Dopo di che non riescono più a muoversi e dormono durante i sei mesi che la digestione richiede". Meditai a lungo sulle avventure della jungla, e, a mia volta, riuscii a tracciare il mio primo disegno. Poi mostrai il mio capolavoro alle persone grandi, domandando se il disegno li spaventava, ma tutti mi risposero: "Spaventare? Perché mai uno dovrebbe essere spaventato da un cappello?". Ma il mio disegno non era quello di un cappello. Era il disegno di un boa che digeriva un elefante. Fu così che a sei anni io rinunciai a quella che avrebbe potuto essere la mia gloriosa carriera di pittore. Scelsi un'altra professione e imparai a pilotare gli aeroplani. Nel tempo, ho incontrato molte persone importanti e ho vissuto a lungo in mezzo ai grandi. Li ho conosciuti intimamente, li ho osservati proprio da vicino. Ma l'opinione che avevo di loro non è molto migliorata. Quando ne incontravo uno che mi sembrava di mente aperta, tentavo l'esperimento del mio primo disegno, che ho sempre conservato. Cercavo di capire così se era veramente una persona comprensiva. Ma, chiunque fosse, uomo o donna, mi rispondeva: "E' un cappello". E allora non parlavo di boa, di foreste primitive, di stelle. Mi abbassavo al suo livello. Gli parlavo di bridge, di golf, di politica, di cravatte. E lui era tutto soddisfatto di aver incontrato un uomo tanto sensibile." Così comincia il famoso racconto di Antoine de Saint-Exupery *"Il piccolo Principe"* (1943), un vero e proprio inno alla purezza dei sentimenti dei bambini e alla loro capacità di vedere il mondo con idealismo e candore, riuscendo a ricontattare, pur tra le asprezze e le delusioni della vita, il lato poetico e misterioso dell'esistenza.

Il Piccolo Principe - l'archetipo del *puer aeternus* (l'eterno fanciullo o fanciullo divino) - incarna la tendenza, tipica dell'infanzia, a restare affascinati dalla natura, dal gioco, dalle

piccole cose che appaiono come doni inestimabili della vita; esprime la saggezza che deriva dal saper ascoltare le favole, parlare con gli animali e coglierne i segreti, come quello sussurrato al bambino dalla sua amica Volpe: "Ecco il mio segreto. E' molto semplice: non si vede bene che con il cuore, perché l'essenziale è invisibile agli occhi".

Coniato nel 1912 da Jung, il termine *puer aeternus* fu successivamente ripreso da altri psicologi e terapeuti dell'epoca che addirittura lo impiegarono come sinonimo dell'*Es*, l'inconscio individuale.

L'archetipo, vasto e complesso, racchiude, in realtà, come tutti i simbolismi, molte contraddizioni, zone d'ombra e differenti sfumature interpretative: per Jung il bambino interiore rappresenta l'inizio e la fine, la creatura che esisteva prima dell'uomo e, al tempo stesso, la creatura finale, un'anticipazione di quello che la creatura sarà e della sua vita oltre la morte. Il suo tema è legato alla *rinascita*, alla gioia e alla creatività, ma può avere anche una connotazione aggiuntiva diversa: l'allieva prediletta di Jung, M.L. Von Frantz, ha preso in esame, ad esempio, nel suo libro "*Il Puer aeternus*", il suo aspetto di ombra; se da un lato, infatti, il bambino rappresenta il rinnovamento della vita, la spontaneità ed una nuova apertura verso il futuro, dall'altro manifesta anche un aspetto distruttivo: la tendenza a essere dipendente, pigro e a fuggire i problemi, rappresentando "l'infantilismo" che deve essere sacrificato per poter crescere.

L'opposto polare del *Puer*, secondo la visione di Jung, è il *Senex*, ovvero la rappresentazione mitologica di Saturno/Cronos, il signore del Tempo e del Karma. Saturno è il pianeta simbolicamente preposto alla strutturazione dell'Io, quindi alla maturazione e concretizzazione degli obiettivi, associato alla razionalità e alla fredda logica. Mentre il *Senex* si perfeziona attraverso il tempo, per il *Puer* non esiste sviluppo. Egli non possiede un volto organico che maturi, cresca e si trasformi.

Come ben rileva Hillmann nei suoi studi ("*Saggi sul Puer*", 1986), tuttavia, ".... è solo nella prospettiva dell'Io che divengono possibili le opposizioni, generando, come nel caso di *Puer* e *Senex*, un archetipo bifronte". I due modelli convergono, secondo l'autore, nella figura di Ulisse, il quale, grazie a questa sua doppia valenza, viene condotto dal cieco Tiresia all'iniziazione rituale della discesa al mondo degli inferi. "...Ciò gli consente di cogliere il significato della sua missione nel mondo: lo spirito giovane trova la sua controparte ammonitrice e piena di esperienza che gli insegna la sopravvivenza mentre l'uomo adulto ritrova il pathos dell'eroe e il cuore ridestato. Può così salpare di nuovo e continuare a viaggiare".

Sul piano mitologico, il *puer* è correlato all'immagine del paradiso perduto, quel luogo d'amore, armonia e felicità che precede il cosiddetto peccato originale e la conseguente "caduta" al piano dualistico dell'esistenza (o separazione da Dio). La letteratura occidentale ce lo propone personificato, a seconda degli autori, in Peter Pan, Icaro, Hermes/Mercurio, i gemelli Castore e Polluce ed Eros/Cupido. La *puella* trova invece la sua raffigurazione più potente nella figura di Kore- Persefone.

Hermes è il giovane Dio, messaggero dell'Olimpo, dotato di calzari alati che gli permettono di volare. Si diletta a fare scherzi ai divini fratelli, ma viene sempre perdonato dal Padre Zeus, poiché la caratteristica dell'eterno fanciullo è di suscitare in tutti simpatia. Il dio presiede le facoltà intellettive e la comunicazione; ha il compito di far circolare le informazioni e le notizie. Per fare ciò, sorvola velocemente il mondo delle idee, saltando da un luogo all'altro, discontinuo e in perenne moto.

Anche Peter Pan, noto *puer aeternus* delle favole, ama solo giocare, anzi; per lui non c'è alcuna differenza tra gioco e realtà, e la cosa che più teme è la noia. È in grado di volare perché non ha mai smesso di credere di poterlo fare.

Una rappresentazione recente del *puer* è anche la figura di Mozart così come è stata portata sullo schermo nel film di Milos Forman *Amadeus*: gioioso, giocoso, irriverente, ben convinto del suo talento, in estasi di fronte agli apprezzamenti.

La letteratura dell'India antica contiene numerose storie i cui protagonisti sono fanciulli dotati di qualità divine. Non solo: le Scritture Vediche affermano chiaramente che i bambini rappresentano una delle molte vie attraverso le quali Dio si manifesta agli uomini per indicare loro la strada per raggiungerLo.

L'undicesimo Canto dello *Srimad Bhagavatam*,, indica, oltre al *diksha-guru*, che inizia ai sacri mantra, e allo *siksha-guru*, che dà gli Insegnamenti, ben altri ventiquattro *guru*, tra cui il *bambino*. Essi appaiono all'inizio della sezione chiamata *Uddhava-gita*, in cui Uddhava, devoto e cugino di Krishna, s'incontra con Lui poco prima della Sua partenza da questo mondo per chiederGli istruzioni spirituali.

Shri Krishna spiega ad Uddhava che il loro antenato, il re Yadu, conosceva un giovane *avadhuta*, un rinunciato senza fissa dimora che aveva lasciato tutte le sue proprietà e le sue responsabilità materiali. Yadu notò che questo giovane aveva un aspetto sereno e gioioso benché non avesse alcuna delle consuete comodità della vita. E allora gli chiese come facesse ad essere così felice. L'*avadhuta* rispose che era stato abbastanza fortunato da avere avuto molti maestri, i quali gli avevano indicato il cammino da percorrere:

"O re, ho preso rifugio in ventiquattro *guru*, che sono i seguenti: la terra, l'aria, lo spazio, l'acqua, il fuoco, la luna, il sole, il piccione e il pitone; il mare, la falena, l'ape mellifera, l'elefante e il ladro di miele; il cervo, il pesce, la prostituta Pingala, l'uccello *kurara* e il **bambino**; la ragazza, il fabbricante di frecce, il serpente, il ragno e la vespa. Mio caro re, studiando le loro attività ho appreso la scienza di sé" (*Srimad-Bhagavatam* XI.7.35).

L'insegnamento ricevuto dal bambino viene così descritto:

"Nella vita di famiglia, i genitori sono sempre ansiosi per la casa, per i figli e per la reputazione. Ma io non ho nulla a che vedere con queste cose. Non mi preoccupo affatto della famiglia, non m'importa dell'onore e del disonore. Godo soltanto della vita dell'anima, e trovo l'amore sul piano dello spirito; così viaggio sulla terra come un bambino" (*Shrimad-Bhagavatam* XI.9.4).

La vicinanza tra il mondo infantile e quello divino è testimoniato anche da altre tradizioni spirituali, come quella cristiana: "Lasciate che i bambini vengano a me, perché di essi è il regno dei Cieli; se non diventerete come bambini non potrete entrare nel regno di Dio", è scritto nel Vangelo di San Luca (18.15-17). Diventare come bambini significa recuperare lo sguardo incantato sul mondo; sapersi liberare da schemi e pregiudizi per ritrovare la purezza, la capacità di provare meraviglia e di sentire una fiducia incondizionata verso la vita. Vuol dire ritrovare la semplicità e l'abbandono filiale a Dio.

Negli *Yoga Sutra* di Patanjali, ciò è sottolineato con forza:

"*Ishvara pranidhanad va*", [*samadhi* può essere ottenuto] praticando l'abbandono a Dio.

"Il *samadhi* può anche manifestarsi non necessariamente come il frutto di una metodologia rigorosa ma spontaneamente, causato dall'amore per Dio" (Marco Ferrini, "*Psicologia dello Yogd*", commento agli *Yoga Sutra* di Patanjali, *Samadhi Pada*, sutra XXIII).

È fondamentale per ognuno di noi riuscire a contattare e risvegliare il fanciullo divino che dimora nella nostra anima, perché è l'unico che ci consente di vivere la realtà senza rinunciare ai nostri sogni, ideali e valori.

Recuperare la dimensione archetipica del bambino equivale a portare nella nostra vita valori di umanità, coraggio nel tendere una mano anche a chi ci osteggia, ricongiungersi con la nostra parte bambina ferita e trascendere quel dolore, imparare a perdonarsi e a perdonare. Come dimostra la straordinaria storia di Prahlada Maharaja, un bambino di appena cinque anni dal cuore puro e dotato di divina saggezza, narrata nel settimo canto dello *Srimad-Bhagavatam*.

Per ognuno di noi è facile identificarci in un bambino. Tutti siamo stati piccoli e indifesi, tutti siamo stati sgridati e abbiamo subito ingiustizie, tutti abbiamo avuto paura di perdere la sicurezza, l'approvazione, l'amore dei genitori, e tutti avremmo voluto per magia recuperare il calore, l'affetto e il benessere originario.

Tutelare l'infanzia, curare l'educazione dei bambini e proteggere la loro crescita valorizzando e sostenendo i talenti individuali dovrebbe essere il primo dovere di una società civile.

Nella cultura Vedica classica, la cui filosofia di vita si basava sui principi eterni del *dharma* e del *karma*, l'insegnamento dei bambini avveniva nella *guru-kula*, l'*ashrama* del maestro spirituale, dove il padre mandava i figli quando avevano raggiunto l'età di cinque anni. Oltre all'adeguata istruzione accademica, essi ricevevano una formazione spirituale completa, che li rendeva buoni cittadini, capaci di adempiere i loro doveri verso la società, e soprattutto di liberarsi dalle quattro miserie dell'esistenza materiale (nascita, malattia, vecchiaia e morte).

Preservare l'infanzia dai condizionamenti del mondo adulto e aiutare i bambini a crescere senza perdere lo stupore e l'immediatezza espressiva che li caratterizzano è fondamentale per l'acquisizione di quella dimensione puramente infantile che costituirà, in futuro, una realtà della loro struttura psicologica, quel *puer aeternus* che dimora in ognuno di noi e che mantiene in sé le caratteristiche legate al mondo dell'infanzia: giocosità, creatività, stupore, contatto con le profondità dell'anima, forza capace di riequilibrare un mondo adulto spesso svuotato, in cui viene a mancare l'entusiasmo, in cui non si sa godere del qui ed ora, in cui ci si vergogna ad esprimere le proprie emozioni e a chiedere aiuto.

Ascoltiamo i bambini e impariamo da loro il segreto della semplicità e dell'abbandono fiducioso al vero sapere, al re di tutte le scienze, al più segreto dei segreti: l'Amore universale e incondizionato verso il creato, le creature e il Creatore.

"Quando un uomo ha grossi problemi - diceva Feodor Dostoevskij - dovrebbe rivolgersi a un bambino; sono loro, in un modo o nell'altro, a possedere il sogno e la libertà".

C.C.

(L'articolo integrale è pubblicato su *Orizzonti Vedici*, numero di luglio 2012, edizioni CSB)

SHRI NRISIMHA

Venerdì 24 maggio si è celebrata la sacra ricorrenza vaishnava di Nrisimha Caturdasi, l'anniversario dell'apparizione del Signore Nrisimhadeva. Questa è la sua storia:

"Hiranyakashipu (il terribile demone che terrorizzava l'universo intero) aveva quattro figli meravigliosi, ma tra loro Prahlada era il migliore. Prahlada, infatti, era la fonte di tutte le qualità spirituali perché era un puro devoto di Dio, la Persona Suprema" (*Shrimad-Bhagavatam* VII.4.30).

"Dotato di ottimo carattere e di un'eccellente cultura degna di un *brahmana* qualificato, Prahlada era fermamente determinato a comprendere la Verità Assoluta e dominava in modo perfetto la mente e i sensi. Era gentile verso tutti gli esseri come lo è l'Anima Suprema, ed era il migliore amico di tutti: con le persone degne di rispetto agiva esattamente come un umile servitore, per i poveri era come un padre, per i suoi pari era affettuoso come un fratello comprensivo, e considerava i suoi maestri spirituali e i confratelli più anziani come Dio, la Persona Suprema stessa. Era completamente libero dall'orgoglio innaturale che avrebbe potuto nascere in lui a causa della sua buona educazione, delle sue ricchezze, della sua bellezza, della sua aristocrazia o altro (*Shrimad-Bhagavatam* VII.4.31-32).

Pur essendo nato in una famiglia di demoni (*asura*), il bambino non era un demone, ma un grande devoto di Dio e per questo motivo suo padre lo tormentava continuamente, benché egli fosse il suo stesso figlio. Quanto più Prahlada Maharaja glorificava il Signore Supremo, tanto più il demone suo padre si agitava e s'irritava, fino al punto da decidere di ucciderlo. Un giorno Hiranyakashipu, esasperato dalla ferma devozione e fede di suo figlio, gli chiese se per caso Dio fosse presente anche nelle colonne del palazzo. Prahlada immediatamente affermò che, grazie alla Sua onnipresenza, il Signore era certamente anche là. Nell'ascoltare questa risposta dalle labbra del bambino, Hiranyakashipu cominciò a deriderlo definendo fantasie infantili le sue affermazioni e assestando contemporaneamente con forza un pugno sulla colonna.

Non appena ebbe colpito la colonna, un suono tumultuoso ne uscì, e apparve il Signore nella meravigliosa forma di Sri Nrisimhadeva, mezzo uomo e mezzo leone, che uccise immediatamente il re dei demoni. Quindi il Signore si sedette sul trono, mentre Prahlada Maharaja Gli offriva omaggi e preghiere.

"Quando Sri Nrisimhadeva vide il piccolo Prahlada Maharaja prostrato alle piante dei suoi piedi di loto, sentì una grande estasi suscitata dall'affetto verso il Suo devoto. Sollevando Prahlada, il Signore appoggiò sulla testa del bambino la Sua mano di loto che è sempre pronta a dissipare la paura in tutti i Suoi devoti (*Shrimad-Bhagavatam* VII.7.5).

"Caro Signore - disse Prahlada Maharaja - la gente desidera elevarsi ai sistemi planetari superiori per godere di una lunga vita di opulenza e di piacere, ma io ho già considerato tutto ciò nell'attività di mio padre. Quando mio padre in collera rideva con sarcasmo degli esseri celesti, essi erano immediatamente vinti da un semplice movimento delle sue sopracciglia. Eppure, mio padre che era così potente, è stato dominato e liberato da Te in un attimo. Caro Signore, ora ho un'esperienza completa di ciò che si riferisce all'opulenza di questo mondo, ai poteri mistici, alla longevità e agli altri piaceri materiali di cui godono tutti gli esseri, da Brahma fino alla formica. Nella forma del tempo potente Tu li distruggi tutti. Perciò, grazie

alla mia esperienza, io non desidero possederli. Signore, Ti chiedo di mettermi in contatto con un Tuo puro devoto e fare in modo che io possa servirlo come un sincero servitore" (*Shrimad-Bhagavatam* VII.9.23-24).

Dio, la Persona Suprema, disse: "Caro Prahlada, tu sei così buono. Auguro ogni buona fortuna a te, che sei il migliore nella famiglia degli *asura*. Sono molto soddisfatto di te. È mia gioia soddisfare i desideri di tutti gli esseri, perciò tu puoi chiederMi qualunque benedizione desideri ottenere" (*Shrimad-Bhagavatam* VII.9.52).

Il grande devoto Prahlada Maharaja chiese la sola benedizione del perdono delle attività colpevoli del padre e, su ordine del Suo Salvatore, Shri Nrisimha, si insediò sul trono agendo come un re saggio e giusto, distaccato dai beni materiali e incessantemente assorto ad ascoltare gli Insegnamenti del Signore e ad adorarlo.

L'abbandono al Signore Supremo da parte del piccolo Prahlada, gli consente di superare tutte le prove e di conquistare il favore divino, proprio come affermato nella *Bhagavad-gita*: "Coloro che seguono la via imperitura del servizio di devozione e s'impegnano in modo totale, con fede, facendo di me l'obiettivo supremo, Mi sono molto, molto cari" (*Bhagavad-gita* XII.20).



*Caterina Carloni è psicologa e psicoterapeuta ad orientamento psicosomatico.
Pubblicazioni, attività e corsi su www.caterinacaroni.it*

ECOLOGIA E AMBIENTE

a cura di Davide Mazzucco

LE TRADIZIONI MONFERRINE

L'Italia, grazie all'elevato numero di paesi e alle diverse regioni in cui è suddiviso il suo territorio, è ricca di tradizioni che insieme alla cultura di un popolo possiamo definire anche con il termine "folklore", che deriva dall'unione di due antiche parole sassoni: FOLK = popolo e LORE= sapere, che vuol dire non solo il sapere del popolo ma anche la scienza che se ne occupa, riferendosi anche alle usanze, ai costumi e alle tradizioni.

Fondatore della scienza del folklore fu un filosofo, il famoso Gian Battista Vico, che nella sua opera " Scienza Nuova " afferma la dipendenza del pensiero contemporaneo dal valore dell'origine della natura e dei costumi dei vari popoli, praticamente dal materiale folkloristico che egli chiama " rottami d'antichità".

La tradizione e la cultura di un popolo, di una regione o anche solo di un piccolo paese vengono espressi attraverso leggende, poesie, edifici storici ma anche attraverso il modo di costruire le abitazioni o la cucina.

In questo contesto parlerò principalmente delle tradizioni monferrine attraverso la tipologia delle sue abitazioni, che conosco molto bene grazie al mio lavoro di agente immobiliare, accennando alla tradizione culinaria monferrina che si esprime attraverso diversi piatti simbolo di questa parte di territorio piemontese.

Le abitazioni monferrine si caratterizzano per i materiali utilizzati per la loro costruzione che sono principalmente la pietra da cantone ed i mattoni pieni, che in modo esclusivo o combinato sono stati impiegati per la costruzione delle strutture dei tipici casali monferrini.

La prima, chiamata impropriamente tufo, è un materiale estratto anticamente nelle cave presenti sul territorio. La caratteristica di questi blocchi sono i segni dello scalpello sulla sua superficie, utilizzato per la loro estrazione e lavorazione e per attribuirgli la classica forma rettangolare.

Il secondo, vale a dire il mattone pieno, è stato utilizzato oltre che nella struttura delle abitazioni anche per la realizzazione degli archi dei fienili, delle volte delle stanze che in base al motivo architettonico si definiscono a vela, a botte o a voltini.

Una particolarità delle case Monferrine è la presenza dell'infernot, sostanzialmente una grotta scavata nella vena della pietra da cantone a cui alcuni attribuiscono un'origine religiosa affermando che erano luoghi di culto di divinità pagane mentre altri gli attribuiscono un'origine esclusivamente pratica, identificando l'infernot come l'abitazione per chi - non potendo permettersi di più - sfruttava la particolarità dell'infernot di mantenere una temperatura stabile, calda d'inverno e fresca d'estate. Oggi principalmente è utilizzato per conservare in modo ottimale il buon vino.

Parlando della tradizione culinaria monferrina, posso dire che trova degni ambasciatori nella "bagna cauda" , piatto che si può definire conviviale e contemporaneamente, ma in modo ironico, antisociale.

E' sostanzialmente una salsa calda ottenuta cuocendo in abbondante olio una quantità considerevole di aglio ed acciughe non deliscate.

Conviviale perché è considerato il piatto dell' amicizia che si gusta in allegria attorno a una grande tavolata di persone ed anche per il modo di consumarlo - sempre se si vuole seguire la tradizione - che richiede che ogni commensale intinga in un unico recipiente, che solitamente è quello utilizzato per la sua preparazione, le verdure crude di accompagnamento, che forse all'inizio erano rappresentate solo da cardi e peperoni a cui in seguito si sono aggiunte ogni tipo di verdura fresca e cotta ed anche la carne cruda. E' considerato un pasto completo. Quella sera non si mangia altro se non, per chiudere, una scodella di brodo e della frutta cotta. E' sicuramente l'unico vero grande piatto delle fredde serate monferrine.

Antisociale perché potete immaginare l'effetto che fa se vi avvicinate a chi malauguratamente non ha degustato con voi questa pietanza, il quale sicuramente avvertirà un certo stordimento olfattivo.

La ricetta completa la trovi qui: <http://www.casnelverde.eu/009bagna-cauda>

Un altro degno rappresentante della tradizione culinaria monferrina è il gran fritto misto monferrino, piatto impegnativo nella sua preparazione, ma non di difficile realizzazione. L'origine di questo piatto è legata alla macellazione del maiale e all' utilizzo di tutte le sue parti più deperibili senza nulla buttare. Successivamente si sono aggiunti altri ingredienti come gli amaretti, i semolini e le mele.

Vi sono diverse versioni ma comunque tutte molto ricche di sapori e di accostamenti.

E' un piatto composto da interiora, carni, verdure, rognoncini di vitello, semolini dolci, amaretti e mele, il tutto impanato, fritto e servito caldissimo. Importantissimi per la buona riuscita del piatto sono l' uso di una padella in ferro e la cottura legata alla temperatura dell' olio e al suo mantenimento.

La ricetta completa la trovi qui: <http://www.casnelverde.eu/005fritto-misto>

Concludo dicendo che non ha importanza in che modo un popolo trasmette le proprie tradizioni, l'importante è che continuino a venire tramandate alle generazioni future, perché ogni volta che una tradizione viene dimenticata muore una parte di noi, perché le tradizioni sono le nostre radici, sono il luogo dove cultura, folklore e saggezza popolare si incontrano.



Davide Mazzucco, agente immobiliare specializzato in rustici di campagna nel Monferrato, ideatore del progetto www.casnelverde.eu, dove unisce la vendita di rustici alla passione per il Monferrato, per la sua cultura e per le sue tradizioni.

TURISTA PER CASO

di Fabrizio Ciccarelli

A me che è sempre piaciuta la campagna, partire dal grigio traffico assordante di Roma per andare a Camerino era e sarà sempre un piacere. Ricordo l'aria fresca e profumata dell'appennino già a metà strada. La nostra casa è fatta di mattoni come non se ne fanno quasi più, con quell'odore inconfondibile di pietra, di campagna. Non ho mai amato il moderno, e tornare nella casa di Palentuccio è come tornare indietro nel tempo. Ambiente spartano e contadino, dove spesso mi trovavo ai piedi scarponi enormi sempre infangati. L'odore della legna che brucia mi dà quel senso di semplicità che in città manca. Ricordo la cantina del pecoraro del paese, sembrava di entrare in una grande botte di vino aromatizzato dalle caciotte tenute sospese su tavole di legno a maturare. Ricordo i pavimenti, mai lisci, fatti di grandi pietroni color argilla, che sembravano sempre impolverati, ed il portone, di legno verniciato di verde geranio, con la classica chiave antica che mi ricordava sempre quella che apriva lo scrigno del forziere dei pirati. Ricordo sempre di tornare in quei posti dove ogni volta scopro l'ennesimo motivo che mi spingerà prima o poi a godere del silenzio della campagna, l'odore dell'erba appena tagliata ed i colori delle colline marchigiane, davanti alle quali mi incantavo ore ed ore ammirandole dall'alto della Rocca di Camerino.



Le campagne intorno a Camerino

La vecchia scuola, la nostra casa e quella della vicina Nena si affacciano sulla strada di passaggio che porta alle ultime due case di Palentuccio, nascoste tra la vegetazione della macchia marchigiana. Come avrete notato venendo da queste parti in macchina, le porte delle case si affacciano direttamente su strade di passaggio più o meno trafficate. La mia è senza balconi, una finestra della cucina al piano terra e due finestre per le due camere al primo e secondo piano. Al tramonto, quando i raggi del sole sembrava squarciassero i folti rami dei due castagni davanti casa, le finestre sembravano due grandi occhioni spalancati ed illuminati

come a meravigliarsi della bellezza dei colori che queste campagne ci offrono. Sempre all'ultimo piano, una finestra più piccola del bagno che si affacciava sulla piazzetta del paese. Ho passato interi pomeriggi fuori l'uscio di casa con mia nonna paterna e la vecchietta vicina di casa. Erano come sorelle, e mentre pulivano fagiolini che avrebbero lessato per cena, o fagioli freschi coltivati nell'orto di famiglia dietro casa, raccontavano le varie storie di vita locali. Erano gli anni di giochi senza frontiere, i primissimi anni 80, e mi divertiva guardare la TV in compagnia di quelli che erano gli abitanti di Palentuccio, oltre a mia nonna e mio zio. C'erano poi due vecchietti, entrambi di nome Carlino; uno era rimasto vedovo ed abitava in una casetta proprio all'angolo della piazzetta, era come se avesse abitato al centro. Per salire dovevi fare 15 scalini a girare, con delle finestrelle che sembravano quelle della Lego. L'altro viveva con la moglie Pierina, alla fine dell'unico vicoletto che c'era. Ricordo di tante giornate trascorse insieme al figlio del pecoraro, che era quello che aveva più terra di tutti, di proprietà di una ricca famiglia di Camerino. Ogni volta che doveva prendere il trattore, io ero con lui. Mi sono sempre piaciuti i trattori, in particolare amavo salire sul carrettone che trasportavano, che contenesse legna o balle di fieno non aveva importanza. Amavo il rumore del ferro dei cingoli, quel rombo sordo ed ignorante del motore e quel continuo dondolio e scossoni che ti obbligava a tenerti ben saldo da qualche parte mentre andavi. Ogni volta era una storia con mia nonna, non voleva che ci salissi perché giustamente aveva paura mi succedesse qualcosa. Anche se ho sempre vissuto in città, in quei momenti mi sentivo al posto giusto, e ci stavo bene. Ci divertivamo semplicemente. Magari scorrazzando senza sapere di preciso dove andare con una vecchia Simca del nonno di uno degli amici del posto. Erano gli anni di Claudio Baglioni e dei primi amori. Quando poi c'erano anche gli altri cugini era ancora più bello. Come se nella bellezza del posto, nella tranquillità della gente e nella semplicità delle cose avessi unito quella parte di affetti che appartiene al traffico ed al grigio di una città come Roma, che sarà anche la città più bella del mondo a detta di molti, ma a mio giudizio ...da turista.



Fabrizio Ciccarelli, commesso. Unisce la passione per la campagna ad attività di cura e tutela dell'ambiente. Vive e lavora a Roma.

LIBRI, MOSTRE E SPETTACOLI

a cura di Lancilla Farinelli

Alberto Manguel

Il ritorno

Ed. Nottetempo



Néstor ritorna a Buenos Aires che ha lasciato trent'anni prima sfuggendo alla dittatura.

E' un ritorno di cui non è convinto ma che asseconda per rispondere a una chiamata che sente profonda quanto lontana.

I ricordi riaffiorano già sull'aereo, ricordi che non sapeva neanche più di avere, ricordi che sembrano materializzarsi al suo arrivo, quando tutto sembra rimasto uguale e immutato; le librerie che vendono gli stessi testi, i camerieri dei bar, gli stessi di allora, anche una vecchia amica gli appare nella sua giovinezza.

Personaggi silenziosi che annuiscono mesti al suo entusiasmo di averli ritrovati e alla sua voglia di ricordare

Solo l'orientamento di questa città pare non assecondare i ricordi di Néstor che finisce per perdersi cercando invano di ritrovare l'albergo.

Ma il suo viaggio è appena cominciato, sale d'impulso su un autobus improbabile che lo porterà in un luogo abbandonato, appena fuori città, un luogo dove il tempo sembra essersi fermato insieme alle persone che lo abitano, fantasmi bloccati in uno strano immobilismo di gesti ripetuti, di parole già dette, un luogo in cui c'è attesa ma anche dolore e nostalgia, un luogo dove si aspetta...

Qui si aspetta la giustizia, quella che non c'è stata.

Qui si aspetta il perdono.

E' un viaggio nell'ingiustizia dei desaparecidos e dei loro carnefici, è un viaggio nel bene e nel male che in questo luogo tragico e fantastico si mescolano.

E, seguendo Néstor, nel suo sogno reale e lucido, attraverso il flusso dei suoi pensieri, la mia coscienza lo segue docilmente senza farsi domande senza incontrare gli ostacoli posti dalla

mia onnipresente e sempre vigile ragione anzi, essa pare cedere il passo a questo sognante flusso.

Avviene così dolcemente e semplicemente, il lettore non avverte il passaggio tra i mondi, vi scivola dentro, nessuna segnalazione o avvertimento..

Come potevo veramente credere che in modo così naturale e spontaneo l'esperienza che stavo percorrendo con Nèstor in qualche modo fosse reale e mi appartenesse tanto da essermi familiare?

Riconoscevo realmente quel luogo?

E perché questo silenzio?

Forse perché la coscienza dell'anima non ha bisogno di rispondere o di chiedere il permesso, eterna sovrana di mondi sconosciuti.

Forse l'anima ci rammenta che se la mente dell'uomo dimentica non lo farà la sua coscienza?

Forse, fino a che il male e il dolore non verranno accolti e compresi lei tornerà in quei luoghi della memoria dove l'uomo ancora non ha capito e compreso?

Difficile dirlo, fantasie o realtà di una piccola mente!

E mi chiedo ancora, quanti luoghi come questi esistono nella memoria personale o collettiva , poco importa, luoghi che, se non illuminati dalla coscienza, saranno calamite permanenti nel cammino evolutivo dell'uomo e dell'umanità , arrestandone o ritardandone il passo alla meta?

Si sa , nella strada del "ritorno" molti sono i "luoghi sperduti e dimenticati che dovranno essere visitati e che pesano oggi, come macigni, nei nostri cuori, unico luogo oggi rimasto in cui ne percepiamo la presenza e l'angoscia e tutto questo, fino a quando non ne avremo accolto e raccolto il carico di sofferenza e di disperazione che ci appartiene e...perdonato.

Perché Viaggiare è un po' "ritornare".

Lo facciamo prima con la mente, poi con il corpo e poi di nuovo con la mente ansiosa di conoscere.

La coscienza umana pare vigilare , materna sui nostri prevedibili umani sforzi, illuminata da un Immenso Amore e da un' Infinita e Divina Pazienza e, mi piace credere, anche da un Celeste Sorriso.



Lancilla Farinelli, counselor. Vive e lavora a Genova. E' responsabile della Biblioteca Civica Cervetto.

CALCIO CHE PASSIONE!

di Nello Garro

Con un tuffo nel passato, Nello ci riporta nell'ormai lontano 1983, regalandoci un po' di buonumore e di nostalgia per la **MAGICA ROMA** di Falcao e Co.

LO SCUDETTO

Ciò l'impressione che a parecchia gente
quello ch'è successo nun je piace
ciononostante nun me ne frega gnente
s'hanno da mette l'animaccia 'n pace

Perché quest'anno, meritatamente,
senza favori o strani risurtati
li lupacchiotti, assai romanamente,
hanno stravinto e cianno accontentati.

Conti, Ancelotti, Di Bartolomei
poi Nela, Tancredi, Falcao co' Righetti
so' tutti fuoriclasse, cari miei
e meritano 'n petto 'sti scudetti.

Mò festeggiamo, cari romanisti,
alla faccia de tutti quelli là
che stanno all'artra sponda, tristi tristi
e che nun sanno se veranno in A.

Perché nun ce credete a certi auguri
ai complimenti che ve fanno in coro
l'invidia se li magna i biancazzuri
e in B hanno da stà, ar posto loro.

Godémese sta festa amici cari,
potremo pure strigne quarche mano,
ma stiano a distanza l'avversari
la festa è nostra, nun la rovinamo.



15/5/83

Nello Garro, poeta vernacolare e tifoso della Roma

NEWS & *CORSI*



CENTRO STUDI DI MEDICINA PSICOSMATICA

*Viale dei Primati Sportivi, 50 00144 Roma EUR
06.54210797 - 3395258380 - fax 06.97258889
www.caterinacarloni.it info@caterinacarloni.it*

Psicoterapia individuale e di gruppo ad orientamento psicosomatico

Consulenza di coppia e mediazione familiare

Sportello di ascolto

Arteterapia

Tecniche di rilassamento psicocorporeo

Corsi Yoga

Medicina naturale

Floriterapia

Shiatzu

Jin shin do

Percorsi brevi di autoguarigione

Fototerapia

Terapia del racconto

....e inoltre tanti corsi on line per chi desidera seguirci da casa!



Giugno 2013: tour Yoga e Ayurveda



CALENDARIO DEI PROSSIMI EVENTI CON MARCO FERRINI E MAHESHVARA DASH DALL' 8 AL 23 GIUGNO 2013

Per la prima volta in Italia il Dr Maheswar Dash esperto di scienza Ayurvedica. In molti pensano che la sofferenza e la malattia siano mali inevitabili; ma è proprio così? E' possibile vivere in uno stato di profondo e naturale benessere, a cui ognuno di noi nell'intimo aspira? Come si può essere i protagonisti della propria salute? Come possiamo favorirla e mantenerla più a lungo possibile?

Yoga e Ayurveda costituiscono una delle più antiche scienze tradizionali della salute che l'umanità conosca, che integra filosofia e spiritualità con psicologia e medicina. Questa scienza insegna in che modo possiamo mantenerci in salute fisica, psichica e spirituale. Ci permette di imparare a distinguere ciò che ci fa bene da ciò che ci danneggia, e con alcune fondamentali conoscenze e abitudini di vita ci aiuta a prevenire le più svariate malattie e, in molti casi, a diventare noi stessi i promotori e i custodi della nostra buona salute. Potrai partecipare a conferenze, seminari, convegni sulla millenaria Scienza dello Yoga e dell' Ayurveda con il Dr Maheswar Dash, esperto di medicina tradizionale ayurvedica eccezionalmente per la prima volta in Italia, e con il Prof. Marco Ferrini, che da quarant'anni si dedica allo studio e all'insegnamento della conoscenza filosofica, psicologica e spirituale dello Yoga.

- SEMINARI ESPERIENZIALI

BOLOGNA 14, 15 e 16 giugno ROMA 23 giugno

- CICLO DI LEZIONI

PONSACCO (PI) 17, 18 e 19 giugno

- CONFERENZE

BASSANO DEL GRAPPA 8 giugno

MILANO 9 giugno

TORINO 11 giugno

PONSACCO (PI) 22 giugno

Per maggiori informazioni su programmi e costi telefona allo 0587-733730 oppure scrivi all' indirizzo secretary@c-s-b.org

