QualBuonVento

2022

13

QualBuonVento.com

Tutto il **POSITIVO** che **CERCHI!**

QualBuonVento - N.13 Aprile - Agosto 2022 - Distribuito gratuitamente - Graphic & Design Demapubblicita.com - n. 235/16 del Registro Stampa del Tribunale di Treviso



Credits: Bizzi/Cip

APPROFONDI-AMO

THE ECONOMY OF FRANCESCO: un patto per un mondo migliore.

LA MIA VITA A BRACCIATE

Intervista a Antonio Fantin, "il nuotatore d'oro"

Coltivare il futuro

Il mestiere della terra: nuova strada del futuro per le giovani generazioni istruite.

Mitica 5^A 1981

Ex compagni di classe si ritrovano con la voglia di realizzare qualcosa di etico e di sociale.

Ricreare il presente,

creare il futuro. Ci vuole coraggio: il coraggio di pensare e vivere da protagonisti.

QUALBUONVENTO

Se vogliamo dare il nostro contributo per la pace nel mondo,
è necessario, secondo me,
<che noi siamo in pace>,
che lasciamo cioè da parte tutti i nostri egoismi,
gli sbagli del passato, le disarmonie della nostra vita,
che ci perdoniamo.

Cercando di iniziare oggi questo nuovo giorno
che abbiamo di fronte,
sentendoci inondati da Dio che è dentro di noi...
allora saremo nella pace.

Così sarà per noi più facile avere pensieri e azioni di pace,
così potremo influenzare positivamente
le persone che incontriamo:
familiari, amici, colleghi di lavoro,
la nostra comunità.

Perché non scegliere adesso?
Buona rinascita di Pasqua e primavera,
in pace...

Nello Mazzer



QualBuonVento.com

N. 13 | Aprile - Agosto 2022

QUALBUONVENETO

4 50 video che raccontano i luoghi del Sacro in terra Unesco

6 Le batterie degli Smartphone si colorano di Sostenibilità

7 Mitica 5^A: ex compagni di classe riuniti nel segno della Solidarietà

ESPERIENZE

10 Imparare facendo. E se il tuo futuro fosse una scuola professionale?

14 Coltivare il futuro. Cresce l'interesse per l'agricoltura tra i giovani

18 Due ragazze e il loro sogno, in divisa.

20 La mia vita a bracciate. Intervista a Antonio Fantin

24 Uscire dalla comfort zone. L'esperienza di Aurora Zaccaron

L'INSERTO

25 I 10 Comandamenti

APPROFONDI-AMO

29 Sognare in grande. The Economy of Francesco: un patto per un mondo migliore

CULTURA

33 Lanny: un romanzo e un bambino che ci sorprendono con le loro peculiarità

34 "C'è tempo": una fiaba dotata di estrema delicatezza che fa l'occhiolino al cinema di formazione

35 Livio Ceschin, l'anima e il segno che incidono la vita e il paesaggio. Con VIP il docufilm "Segni Incisi"

QUALBUONTEMPO

37 Mi chiamo impotenza. Ma è poi vero?

QUALBUONSOGNO

39 Lu cuntu di "si raccunta". Una lettura spirituale

LA DIMENSIONE SPIRITUALE

40 Testimonianza: quando le nostre forze non bastano

41 Kerygma! Il Gioco sugli Atti degli Apostoli

43 Ricreare il presente, creare il futuro

SALUTE

45 Consapevolezza

47 Attività Fisica Adattata e Terza Età

CUCINA

49 Cucinare con... le noci. Le ricette di Foodsore - due sorelle, una passione.

QualBuonVento

Periodico a distribuzione gratuita

DIRETTORE RESPONSABILE Giampiero Maset

CAPOREDATTORE Silvia Boscariol

REDAZIONE Claudia De Vido, Nello Mazzer, Luca Mazzer, Emanuela Marsura, Elena Sartor, Lara Pumo, Anna Zuccaro, Thomas Zanchettin, Anita Varaschin, Irene Rosolen, Nicola Cervo, Valentina Notturno, Michele Francescon, Fr. Alberto Maria Osenga, Chiara e Silvia Tomasi (Foodsore), Silvia Dalle Crode.

COLLABORATORI PER QUESTO NUMERO: Marco Zabotti, le insegnanti della Scuola di Formazione Professionale Don Bosco di Conegliano, Sofia Mattarollo, Aurora Zaccaron, Carlo Meneghetti, Massimo Buset, Giacomo Merlino, Daniele Berti, Alberto Padovan (Nutrigenimed).

PROGETTO GRAFICO Riccardo Collalto

EDITORE

DEMA
ENERGIA DELLA COMUNICAZIONE

SEDE Via Ungheresca Sud, 22 - 31020 San Vendemiano (TV)
CONTATTI Tel. 0438 430698 / E-mail redazione@qualbuonvento.com
eriodico online e cartaceo iscritto al n. 235/16 del Registro Stampa del Tribunale di Treviso



50 video che raccontano i luoghi del Sacro in terra Unesco

Un luogo concreto di immagini e di racconti, uno spazio autentico di condivisione al tempo del digitale, una bella opportunità per "degustare" in video un anticipo di bellezza dei tesori di fede e di arte del territorio, da vivere poi personalmente nelle visite: nasce con questi obiettivi l'iniziativa **"Luoghi del Sacro in terra Unesco"**, la collana di filmati brevi che consente di scoprire e promuovere i più importanti siti religiosi e d'arte sacra nei 29 Comuni dell'Alta Marca Trevigiana facenti parte dell'area Unesco delle Colline del Prosecco Superiore di Conegliano e Valdobbiadene. Una vera e propria video-guida turistica digitale, composta da 50 video che si avvalgono della competenza di storici dell'arte e di esperti, e raccontano a cittadini, visitatori e turisti il valore e la ricchezza delle testimonianze architettoniche e artistiche. Ideato da un gruppo di lavoro di cui fanno parte in particolare l'**Ufficio Arte Sacra della diocesi di Vittorio Veneto e l'Istituto Beato Toniolo. Le vie dei Santi**, il progetto "Luoghi del Sacro in Terra Unesco" è interamente sostenuto da **Banca Prealpi SanBiagio**, che, con il suo presidente **Carlo Antiga**, ha accolto con grande favore la proposta di uno strumento innovativo per la valorizzazione dello straordinario patrimonio culturale e artistico del territorio. Va detto che l'Istituto di credito cooperativo con sede centrale a Tarzo ha sempre rivolto un'attenzione speciale per gli esempi di arte sacra, in modo speciale dell'Alta Marca, con la pubblicazione di alcuni pregevoli volumi curati negli anni scorsi dal compianto Giorgio Mies. Durante la recente conferenza stampa di presentazione, il presidente Antiga ha così commentato: «Il legame tra la nostra Banca e la tutela del










patrimonio artistico locale è profondo e risale alla fondazione dell'Istituto. Nel corso degli anni abbiamo sostenuto decine di opere di recupero e restauro nel territorio, catalogate nella collana della banca dedicata all'arte. Ma siamo impegnati a 360 gradi nella preservazione del patrimonio artistico, culturale e ambientale, oltre ad essere stati da sempre in prima linea nella valorizzazione, promozione e sostegno di un'area oggi riconosciuta patrimonio Unesco».

È stato realizzato almeno un video in ciascuno dei 29 Comuni coinvolti, che sono: **Valdobbiadene, Vidor, Miane, Farra di Soligo, Pieve di Soligo, Follina, Cison di Valmarino, Refrontolo, San Pietro di Feletto, Revine Lago, Tarzo, Vittorio Veneto (core zone), Conegliano, Susegana, San Vendemiano (buffer zone), Cappella Maggiore, Colle Umberto, Codognè, Cordignano, Fregona, Godega di Sant'Urbano, Mareno di Piave, Moriago della Battaglia, Sarmede, San Fior, Sernaglia della Battaglia, Segusino, Santa Lucia di Piave, Vazzola (commitment zone)**.

L'importanza dei contenuti e della sinergia messi in atto con la nuova collana, che si è avvalsa di riprese video diffuse in tutta l'area Unesco da giugno a ottobre 2021, è stata espressa all'incontro con la stampa dalla direttrice dell'ufficio arte sacra della diocesi vittoriese, **Cristina Falsarella**, e dal direttore scientifico e vice presidente dell'Istituto Beato Toniolo, **Marco Zabotti**.

Redazione QBV






Le batterie degli Smartphone si colorano di Sostenibilità

Finalmente si vede un orizzonte di riutilizzo delle batterie usate di smartphone, tablet (ma anche delle bici e delle auto elettriche), che oggi possono diventare addirittura smalti per colorare le piastrelle. Erano finora considerate tra i rifiuti più complessi da smaltire, invece, grazie a una serie di intuizioni, un processo di ricerca e sviluppo non indifferente, ma soprattutto – come tante utili scoperte – grazie a collaborazioni animate da **un senso di responsabilità comune**, riciclare batterie agli ioni di litio e NiMh (nichel-metallo idruro) arrivate a fine vita si è tramutato in un prodotto funzionale a tornare in commercio. Il processo di **riciclaggio innovativo**, che permette di ricavare da tali batterie ossidi destinati alla raffinazione dei metalli e pigmenti inorganici, è stato sviluppato da un'idea dell'ingegnere **Angelo Forestan**, titolare dalla **Spirit Srl**, di Chiampo (VI), imprenditore con esperienza trentennale nel campo del riciclaggio rifiuti. *«Tutto nasce dall'esigenza di valorizzare le batterie agli ioni di litio e NiMh ormai giunte a fine vita»* spiega Forestan. Ci sono voluti alcuni anni per studiarlo e farlo giungere lo scorso anno all'autorizzazione definitiva e al **brevetto**, ottenuto grazie al supporto di **Fòrema**, ente di formazione di Assindustria Venetocentro di Padova, che ha contribuito all'ottenimento delle autorizzazioni presso ECHA (Agenzia Europea per le Sostanze Chimiche), per immettere sul mercato europeo i nuovi prodotti ottenuti da questo rivoluzionario iter. Una filiera più che certificata, quindi, che permette già il riciclo di 10 tonnellate di batterie agli ioni di litio al mese: *«Entro fine anno puntiamo ad arrivare a 40 tonnellate al mese»* spiega Forestan. Le batterie, una volta esaurite, vengono acquisite dall'azienda che le scarica, le seleziona e le apre, per poi suddividerle nei vari componenti. Si separano, nel processo, in particolare, polveri catodiche composte da ossidi di metalli (cobalto, nichel e miste). Queste polveri diventano le basi inorganiche da cui vengono ricavati degli smalti, utilizzati nel settore manifatturiero per la colorazione delle piastrelle. Fòrema ha fornito la consulenza necessaria per ottenere le autorizzazioni previste dalle autorità Europee come l'ECHA (Agenzia Europea per le Sostanze Chimiche) affinché i prodotti ottenuti siano venduti ed usati in conformità alle normative vigenti.

Quello della Spirit Srl è **uno dei primi impianti di riciclo in Italia capace di effettuare questo particolare processo** di riciclo che permette di recuperare l'80% della massa di ciascuna batteria, ricavandone polveri di metalli come rame ed alluminio. I **benefici per l'ambiente** sono di due tipi: da un lato si riutilizzano le batterie che altrimenti andrebbero a finire in discarica; dall'altro lato si producono polveri di metalli e metalli riducendo la loro estrazione da miniere presenti, in particolare, nei paesi africani come la Repubblica Democratica del Congo.

Anna Zuccaro



Mitica 5^A 1981

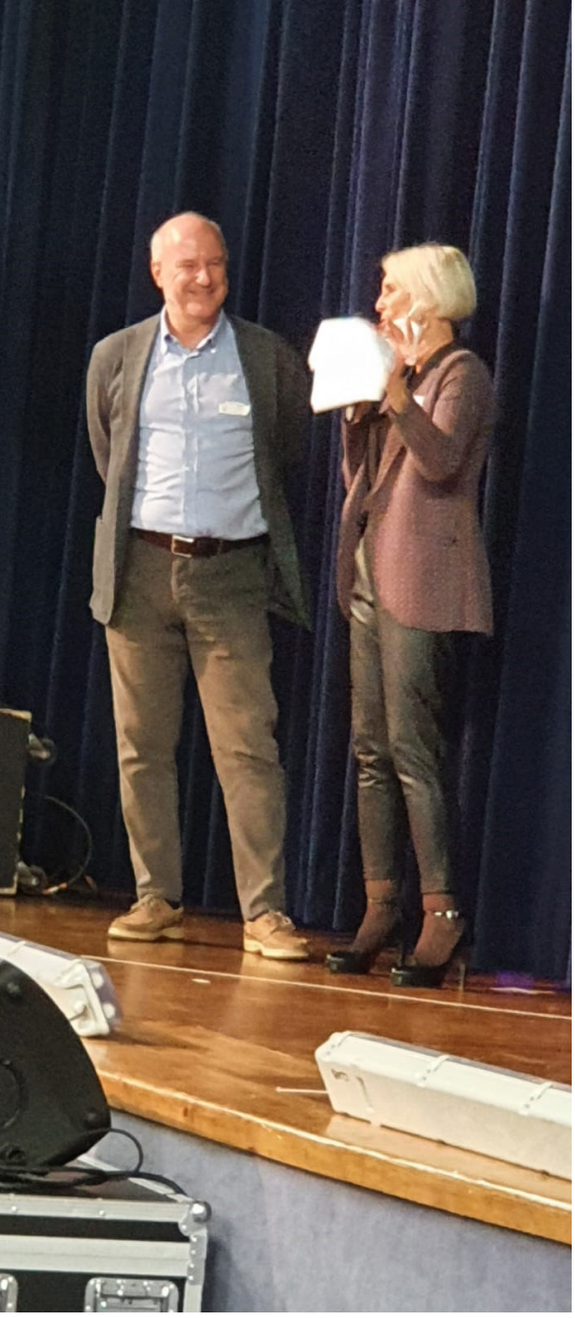
Ex compagni di classe riuniti nel segno della Solidarietà

Undici **ex-compagni di classe** del Liceo Scientifico "Guglielmo Marconi" di Conegliano si ritrovano **insieme**, dopo 40 anni, con la finalità primaria di pianificare e gestire iniziative volte a sostenere attività commerciali, famiglie o singoli duramente colpiti dagli effetti della pandemia. Nasce così il **Comitato Mitica 5^A 1981**. Sono Rossana Billi (presidente), Fabio Brisolin (vicepresidente), Carlotta Pasa (tesoriere), Andrea Mariani, Alberto Mazza, Luca Breda, Rosa Palmieri, Fabio Pompeo, Giovanni Parato, Augusto Michelesi e Alessandro Lorenzon.

«Prendo in mano il mio diploma, accatastato tra pagelle, altri diplomi, libretto universitario, attestai vari. Questo mi dà l'idea di quanto tempo sia passato! Il diploma è rilasciato dal Ministero Pubblica Istruzione, Liceo Scientifico Statale di Conegliano, il 31 luglio 1981!» racconta Rossana Billi, presidente dell'attuale Comitato Mitica 5^A 1981, e ci riporta proprio a quell'anno, tra i ricordi di scuola: *«Allora il Liceo non era ancora intitolato a Marconi e i primi anni di studio non li abbiamo trascorsi nella sede attuale, ma in una struttura che non esiste più, la "Piramide". Ci sono ancora i ricordi di grosse* ***risate e scherzi*** *ai professori (come quando abbiamo girato i banchi e voltato le spalle a una professoressa… solo qualche minuto dopo essersi seduta se n'è accorta!). Erano però* ***anni caldi****: ricordo che in un'Assemblea di Istituto degli Studenti nell'anfiteatro dell'Aula Magna sono arrivati di corsa alcuni ragazzi di altri Istituti con volto coperto e qualche manganello, e io a correre su per le scale per ripararmi in una classe! E quella volta che è stato rapito Aldo Moro, il Preside ci ha riunito tutti in Aula Magna a vedere in diretta la trasmissione televisiva che aggiornava sull'evento; nei giorni successivi alcuni professori ci hanno aiutato a comprendere il significato di quello che stava succedendo. Con alcuni professori c'era un importante e costante dialogo sugli avvenimenti che, in quegli anni, segnavano la storia dell'Italia: erano disposti a dedicare alcune ore di lezione ad ascoltare i nostri dubbi e le nostre preoccupazioni.*

Le sezioni allora erano tre: A, B e C. Io ero in quest'ultima, ma al secondo anno è arrivata la classica "falcidiata" del biennio e in C siamo rimasti in pochi; la sezione quindi è stata divisa: alcuni in A, altri in B. È così che io sono arrivata in A.

Nuovi compagni, e poi, al quarto anno, anche una nuova sede, condivisa con il Liceo Classico. Gite, poche: una a Trieste e una a Siena; i ricordi di scherzi fatti o subiti ci fanno sorridere ancora! La spensieratezza di quegli anni era bilanciata da ***un occhio sempre attento all'attualità****. Nel 1980 l'Irpinia è scossa da un violento terremoto, e noi ci entusiasmiamo all'idea di raccogliere soldi e partire per quelle terre; incanaliamo la nostra vivacità in una direzione comu-*



ne. Ma è l'anno della maturità, e ci blocchiamo».

Da allora sono passati 34 anni. *«Nel giugno del 2015* – prosegue Rossana – *Fabio crea il gruppo WhatsApp dei Mitici. Nel frattempo io avevo solo incontrato qualcuno tra i miei ex-compagni e ogni volta il ritornello era: "sarebbe bello ritrovarci e fare una cena di classe". Così ci cerchiamo con il passaparola; grazie ai social ritroviamo anche compagni distanti. Le rimpatriate fin da subito sono gioiose e un'occasione per ri-conoscerci, raccontarci, ri-trovarci con lo spirito critico, umanistico e di condivisione che la nostra formazione scolastica ci ha dato. E inizia a farsi strada il desiderio, condiviso, di continuare a incontrarsi per mettere* ***esperienza, passioni, professionalità, competenze, abilità, sogni e desideri di ciascuno a servizio della comunità*** *in cui ci siamo formati. Si è aperto allora un confronto che ha portato alla decisione di essere noi i protagonisti di azioni filantropiche, per poter così garantire la trasparenza e l'incisività del nostro operato».*

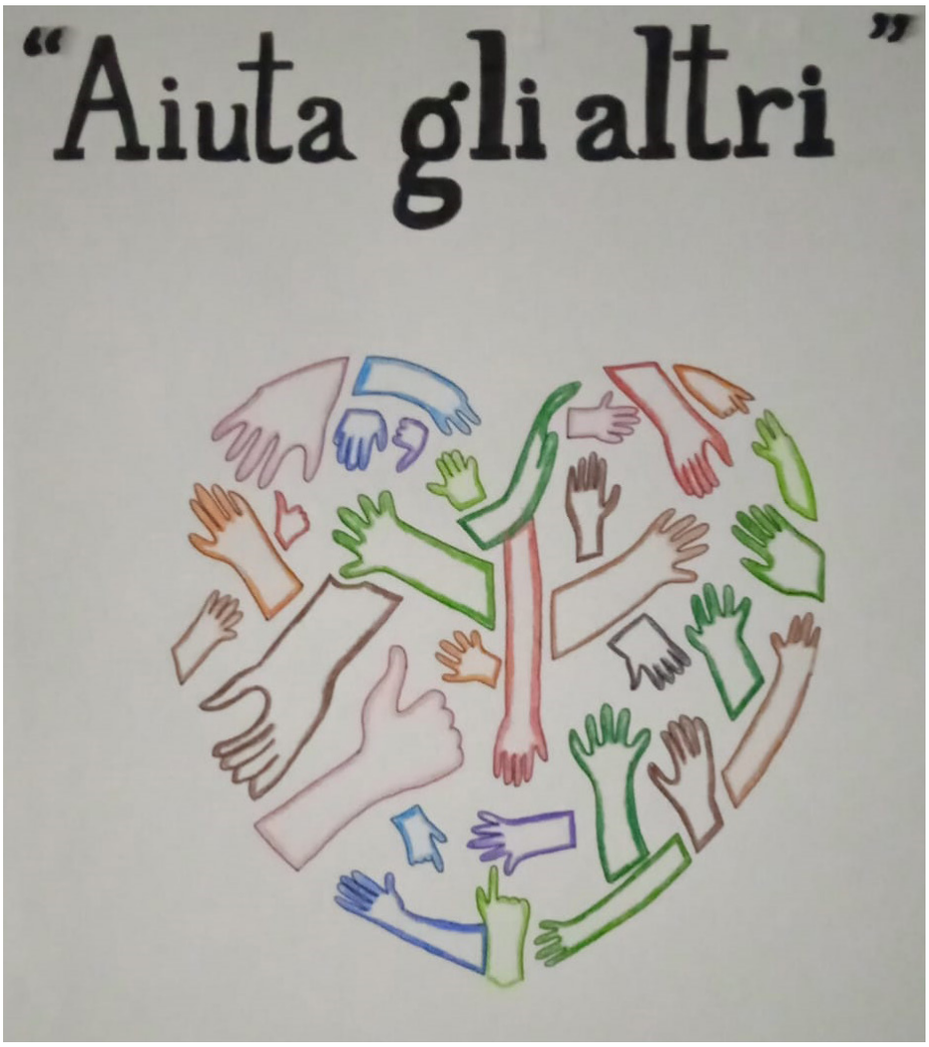
Così è nato il Comitato Mitica 5^A 1981: ex-compagni di scuola si ritrovano non solo per serate conviviali, ma con la voglia di realizzare qualcosa di etico e di sociale.

«La 5^A era una normale classe di Liceo, come tante altre – soggiunge Luca Breda – *A farci diventare "Mitici", secondo me, è stata la voglia di rivederci dopo tanti anni, per rievocare sì il passato, ma soprattutto vedere quello che eravamo diventati partendo da basi comuni per poi (ri) conoscerci meglio. Nel corso dei nostri scambi, balenava di tanto in tanto l'idea di fare delle cose assieme (come per esempio acquistare una casa rurale come luogo in cui ritrovarci), ma soprattutto* ***fare qualcosa di buono assieme****. È bastato un messaggio di Rossana su WhatsApp per far scoccare la scintilla…»*

«È marzo 2020 – spiega Rossana –. *Riflettiamo in chat sugli effetti della pandemia in corso. Di qui l'idea che ci appassiona: comprare dei pasti presso ristoranti cittadini in difficoltà e regalarli, per Pasqua, a famiglie bisognose della zona;* ***"un'operazione, due sorrisi"****: quelli delle persone e quelli delle attività economiche bisognose di aiuto. In quel momento non riusciamo a realizzare l'iniziativa, che rinviamo a Natale. Nel frattempo prendiamo contatto con il Comune di Conegliano e con realtà artistiche locali, perché capiamo che organizzare eventi è una strada possibile per farci conoscere, raccogliere nuove adesioni ma soprattutto fondi necessari a dar concretezza alle nostre idee. Tra le associazioni,* ***Aliestese di Vittorio Veneto*** *si rende subito disponibile ad appoggiare il nostro progetto: nasce lo* ***spettacolo*** *"Assisi 1204 - Semplicemente Amore", messo in scena il 14 novembre scorso al Teatro Dina Orsi di Conegliano* ***come raccolta fondi per regalare un Pranzo di Natale a chi ne ha più bisogno****. Un evento moltiplicatore di sorrisi: il nostro, quello degli attori, quello degli spettatori, quello dei destinatari della nostra raccolta fondi, quello di chi si sente partecipe del nostro progetto. Un successo che per noi va oltre le aspettative, sia per la risposta del pubblico sia per il ritorno di immagine sulla stampa (addirittura un servizio su Rai 3). Con soddisfazione riusciamo a destinare 1.500 euro al nostro progetto "Pranzo di Natale", che organizziamo con l'Assessorato alle Politiche Sociali, con la dottoressa Gaia Maschio e il dottor Manuel Furlan: 100 buoni pasto sono stati personalmente consegnati a nuclei familiari o singole persone da loro seguiti, affinché nei giorni immediatamente precedenti il Natale potessero recarsi al Ristorante a ritirare il loro Pranzo».*

Questo **non è che il primo passo ufficiale di un progetto filantropico** che il Comitato Mitica 5^ 1981 intende portare avanti nel territorio, garantendo impegno e massima trasparenza.

«…se un'idea balenata in chat ha portato a tanto – riprende Breda – *è sicuramente perché c'era dell'humus fertile su cui il seme gettato poteva crescere, e ora siamo qui a parlare di una realtà nella quale molti di noi, ex-studenti ormai maturi,* ***mettiamo a frutto le nostre capacità e inclinazioni, allo scopo di aiutare coloro che***



vivono momenti di disagio socio-economico. *Siamo solo una goccia d'acqua e non pensiamo di poter dissetare gli assetati, ma cerchiamo di contribuire per quel che possiamo a far sentire meno sole le persone meno fortunate. I nostri eventi hanno sempre il duplice scopo di raccogliere fondi da impiegare nei nostri progetti sociali e di sensibilizzare le persone sul tema della Solidarietà, per aiutarci ad aiutare! Ci teniamo particolarmente a un'iniziativa che abbiamo chiamato* ***"Piccoli Aiutanti Crescono"****, rivolta ai fanciulli in età scolare, cui proponiamo di farci sapere, con un loro personale elaborato (disegno, pensiero, poesia, aneddoto, video), cosa significhi per loro "fare del bene", "aiutare". Ci piacerebbe poi che di questi argomenti si parlasse in famiglia, che, insieme alla scuola, è un importante soggetto educante. A fine anno scolastico, organizzeremo un'intera giornata che renderà protagonisti studenti, genitori, insegnanti, presidi, coinvolgendoli in laboratori e tavole rotonde. Crescere i cittadini di domani con dei buoni principi: credo sia questa la più bella eredità che possiamo lasciare alla nostra comunità!».*

«Passato, presente, futuro… Il desiderio comune di "ricongiungere" il tempo è sempre stato il nostro motore – chiosa Rosa, anima romantica del gruppo – *Questo siamo: dei* ***concreti sognatori****. Concreti sì, e fattivi, operosi, ognuno nel proprio ambito e ruolo; ingegnosi e brillanti, ma anche semplici, di cuore. Sognatori: sguardo in avanti, apertura di orizzonti, possibilità, condivisione di futuro. La voglia di fare, la forza, la tenacia e la partecipazione di tutti consentono di dare forma e contenuto alle nostre idee in un progetto che oggi possiamo dire essere solido e strutturato* [il Comitato si è trasformato in Associazione, ndr]*; vuol essere* ***un gesto di aiuto, semplice ma fatto col cuore****».*

Un progetto che è espressione di quello spirito di solidarietà che può nascere solo tra i banchi di scuola. Ritrovarsi dopo 40 anni certamente è **un dono**; in questo caso, un grande dono anche per la comunità.

E all'Ordine del Giorno delle varie attività da pianificare non può certo mancare… una gita di classe!

Silvia Boscariol





Imparare facendo

E se il tuo futuro fosse una Scuola Professionale? Ecco 3 buoni motivi per scegliere la formazione professionale salesiana e un'attività in cui sono coinvolti i ragazzi del Don Bosco di Conegliano in questo periodo!

Alle ragazze e ai ragazzi che stanno per terminare le scuole medie si apre **un mondo di offerte e possibilità tra cui scegliere.**

Le **scuole di formazione professionale** sono istituti di competenza regionale che permettono un **inserimento rapido nel mondo del lavoro**; la durata del corso di studi è di 3 anni, al termine dei quali è possibile scegliere di frequentare il quarto anno e ottenere così il Diploma di Tecnico.

Cofinanziato dal **Fondo Sociale Europeo e dalla Regione Veneto**, la Scuola della Formazione Professionale Don Bosco di Conegliano offre percorsi triennali e il quarto anno in qualifica coerente. Sono quattro gli indirizzi proposti: **Operatore dei sistemi e dei servizi logistici, Operatore ai servizi di vendita, Tecnico dei servizi logistici e Tecnico commerciale delle vendite.**

1. Filo diretto con il mondo del lavoro

Grazie agli stage e ai tirocini nelle aziende, i ragazzi entrano da subito in contatto con il mondo del lavoro e quindi hanno **maggiori possibilità di trovare impiego**, una volta conseguita la qualifica.

Gli studenti del CIOFS-FP possono contare anche su una squadra di formatori che si dedica alla formazione, all'orientamento e all'accompagnamento dei giovani nella ricerca del lavoro.

2. Figure professionali molto richieste

I corsi offerti dalle scuole di Formazione Professionale formano **alcune delle figure professionali più ricercate nel panorama attuale.** Molte aziende dimostrano una preferenza per i ragazzi con qualifiche o diplomi professionali perché entrano prima degli altri nel mondo del lavoro e sono in grado di rispondere con maggiore sicurezza ai cambiamenti del mercato.

3. Attività pratiche in laboratorio

I corsi proposti dalle scuole di formazione si distinguono da quelli degli istituti professionali per un **carattere più pratico e meno teorico**; viene garantita la formazione culturale di base, ma le materie sono nella maggior parte di tipo pratico e vengono approfondite tramite **attività in laboratorio e stage** in azienda. Il Don Bosco di Conegliano conta su **oltre 250 aziende convenzionate** e dispone di due laboratori informatici, un laboratorio vendite, un magazzino didattico e un laboratorio logistico.

Quest'anno un gruppo di ragazzi delle classi terze è stato coinvolto in **un progetto interessante** sul nostro territorio!

Confartigianato Conegliano ha organizzato per le Scuole Superiori di Secondo Grado il progetto **"CHACK MOBILITY"**, volto a trovare delle nuove forme di mobilità sul territorio



delle colline del Prosecco, appena nominate patrimonio Unesco, con il fine di individuare una modalità di spostamento che non impatti con il territorio, che preservi la qualità dell'aria e la sicurezza stradale, che promuova servizi e prodotti innovativi e sostenibili.

I nostri ragazzi hanno colto al volo l'occasione di sperimentarsi in qualcosa di nuovo e concreto e si sono iscritti al concorso!

L'elaborato che hanno realizzato è un'applicazione volta al **turismo sostenibile** nel territorio delle colline del Prosecco di Conegliano-Valdobbiadene.

L'applicazione realizzata prevede la possibilità per i fruitori di avere accesso a itinerari locali, avere indicazioni sui luoghi di interesse, informazioni sulle varie modalità di spostamento sostenibile disponibili e altre notizie utili.

I ragazzi hanno presentato ufficialmente il loro lavoro lo scorso 27 novembre, giorno della competizione. Sono arrivati all'evento carichi e motivati, consapevoli del buon lavoro realizzato nei mesi precedenti. L'evento si è svolto nella suggestiva cornice dell'"Ex Convento san Francesco", luogo una volta religioso, ora civile, divenuto da qualche anno un prestigioso centro congressi, anche internazionali, e utilizzato da Aziende e Università di tutto il mondo. In questo solenne quadro, arroccato nella collina del castello di Conegliano, i nostri ragazzi hanno presentato il loro progetto, sfidando le proprie paure di presentare un proprio lavoro di fronte al pubblico e ad una schiera di esperti del settore.

Il risultato è stato sorprendente; la giuria ha valutato l'operato dei nostri allievi meritevole del **terzo posto!**

Gli studenti del Don Bosco di Conegliano sono riusciti quindi, con l'ideazione della loro app, a portare a casa il terzo premio di questo concorso, che prevedeva un buono da Mille Euro da spendere per acquisto di materiali per la scuola. I vincitori hanno deciso di reinvestire il premio in acquisti di materiali laboratoriali per entrambi i percorsi di studio, a riprova del forte senso di appartenenza che si instaura nel nostro Istituto per ognuno dei ragazzi che ci viene affidato.

La soddisfazione maggiore per Alessia, Vitali, Alex, Awa, Thomas e Sara è stata di sicuro la condivisione della loro esperienza con i compagni e gli insegnanti, riuniti per un breve momento di "buongiorno" e per i dovuti festeggiamenti!

La Formazione Professionale si caratterizza per la prevalenza della **di-**

dattica laboratoriale: per questo il lavoro di team e le attività pratiche sono di sicuro soft skills che i ragazzi hanno acquisito negli anni di frequenza, ma il confronto con la realtà professionale reale è sempre un banco di prova interessante!

Al Don Bosco i ragazzi possono contare su formatori preparati ed appassionati e sul supporto di tutor preparati ed attenti che, come in questo caso, hanno seguito i ragazzi, motivandoli e dedicando loro tempo ed esperienza affinché questa esperienza fosse per loro motivo di soddisfazione e di crescita personale e professionale.

A dimostrazione del fatto che i risultati migliori arrivano, quando il gruppo è preparato, positivo e seguito nel modo corretto.

Se sei interessato a conoscere i numerosi progetti che abbiamo in rete con il territorio consulta il nostro sito www.donboscoconegliano.it e seguici su Ig @ciofsconegliano su Fb Ciofs FP Don Bosco Conegliano e sul canale YouTube.
Se invece vuoi venire a visitare la scuola, ti aspettiamo ogni giovedì dalle 14 alle 15.30 su appuntamento.





Gli insegnanti



"Io mi regolo con questo principio, che i miei allievi lavorino con amore e non con l'attività".
Don Bosco





DEMA®
ENERGIA DELLA COMUNICAZIONE

QBV
QualBuonVento.com

Ufficio
MARKETING

Coltivare il futuro



CRESCE L'INTERESSE PER L'AGRICOLTURA TRA I GIOVANI

Una buona notizia, in questo tempo di pandemia, ci arriva dalle campagne italiane, avvalorando una tendenza già in atto da qualche tempo: sempre più giovani, in Italia, inseguono il sogno di lavorare la terra, investendo risorse e idee in progetti che, lentamente, stanno rinnovando l'approccio al mestiere, nel segno di una sempre più spiccata sostenibilità ambientale. L'Italia è il primo Paese in Europa per numero di aziende agricole gestite da giovani sotto i trentacinque anni. Secondo Coldiretti, negli ultimi cinque anni, il numero di giovani imprenditori agricoli è cresciuto del 14%, con un balzo significativo registrato nel 2020. E questo lascia pensare che l'agricoltura possa finalmente rivelarsi una grande opportunità per le nuove generazioni. L'offerta didattica nel nostro Paese si è conseguentemente adeguata allo scenario: cresce il numero di studenti che scelgono un percorso didattico superiore legato alla terra e al lavoro manuale. Nascono così nuovi indirizzi di studio nel settore, sia nella scuola pubblica che privata. *«È in atto un cambiamento epocale che non accadeva dalla rivoluzione industriale* – afferma Coldiretti –*: il mestiere della terra non è più considerato l'ultima spiaggia di chi non ha un'istruzione e ha paura di aprirsi al mondo, ma è invece la nuova strada del futuro per le giovani generazioni istruite».*

L'ESEMPIO DE LA CRUNA (SCUOLA STEINER "NOVALIS")

La Scuola paritaria "Novalis", con sede a Zoppè di San Vendemiano, ospita una scuola dell'infanzia e scuole del primo e secondo ciclo. È una scuola che segue la pedagogia Waldorf e per le superiori propone due indirizzi: Agricoltura e sviluppo rurale, valorizzazione dei prodotti del territorio e gestione delle risorse forestali e montane (con obiettivo agricoltura biologica e biodinamica) e Industria e artigianato per il Made in Italy (con obiettivo bioedilizia ed eco-sostenibilità).

Il professore Sabino Pavone ci spiega alcune specificità della scuola in risposta ai bisogni fondamentali dei suoi ragazzi: *«Il bisogno fondamentale nei ragazzi di oggi è* ***essere protagonisti*** *del loro tempo, quindi la scuola mette in campo la possibilità di sperimentarsi come individuo e come piccola comunità di classe e come comunità scolastica nelle dimensioni più varie delle manifestazioni della volontà umana, sia pensante, sia artistica, sia artigianale.*
L'idea di formazione al fondamento della nostra offerta formativa consiste in una immagine dell'uomo non solo come essere di natura ma anche come essere sociale, unito non solo da una dimensione mentale, ma anche di una dimensione sentimentale e volitiva. Detta in altri termini: donare all'essere umano la possibilità di sentirsi composto di ***corpo, anima e spirito****.*
La scuola, e quindi tutto l'aspetto formativo, ha una relazione fortemente legata al territorio, specialmente per quanto riguarda la fascia di età della scuola superiore, e una delle esperienze è proprio quella legata all'alternanza scuola lavoro, insieme al vivere in aziende che sono fortemente collegate con gli indirizzi della scuola superiore, sia sul territorio regionale, sia nazionale, sia internazionale».

LA PAROLA AI GIOVANI

Il mondo sta prendendo sempre di più una direzione tecnologica, dove



le macchine sostituiscono l'uomo, dove le informazioni circolano veloci, dove tutto è in comunicazione… Per i giovani ci sono tante possibilità in vari ambiti, anche prestigiosi, ma alcuni scelgono, per esempio, di fare un lavoro faticoso e spesso non esageratamente remunerativo: **l'agricoltore**. Come mai? **Qual è la spinta che porta a scegliere di intraprendere questo percorso, ritenuto d'altri tempi?**

Abbiamo avuto il piacere di ospitare in redazione una studentessa della Scuola Steiner "Novalis", Sofia Mattarollo (classe IV, indirizzo Agricoltura e sviluppo rurale), che ci ha aiutato a esplorare la questione, raccogliendo anche i pareri di alcuni suoi compagni.

• Perché un ragazzo, oggi, dovrebbe interessarsi alla terra e al lavoro manuale?

Sofia: *Lavorare in un'azienda agricola non è una passeggiata: è necessario seguire i ritmi della natura e non si può lasciare in sospeso niente, bisogna sempre portare a termine ogni cosa. È importante essere fiduciosi e aperti, perché ogni cosa non sarà mai uguale ad un'altra e ci saranno sempre mille eventualità.*
Credo però, che pur essendo un lavoro impegnativo (e forse proprio per questo), possa dare grandi ***soddisfazioni****.*
L'agricoltore vive in sintonia con la natura, adattandosi ai suoi ritmi, alle stagioni, ai giorni… Anche se sarà sempre impegnato in qualche attività, può sempre godersi qualcosa di diverso: un tramonto dopo il lavoro, l'aria fresca e frizzante di prima mattina, il sole che sorge e apre la giornata, il profumo del fieno nella stalla…; tanti piccoli e piacevoli momenti che addolciscono le giornate e fanno stare bene.
In più, penso che lavorare a stretto contatto con la natura faccia sempre bene sia al corpo che allo spirito. Il lavoro agricolo è un po' un ritorno alle origini, un ***sentirsi parte di qualcosa di grande****, accolti dalla Terra, che tanto offre a chi la sa ascoltare e trattare con cura. Lavorare la terra è una sfida, che coinvolge mani, mente e cuore.*
Inoltre credo che il compito dei nuovi agricoltori sia anche quello di cercare di sviluppare un'agricoltura che non danneggi il luogo in cui viviamo, dato che fino a quando non se n'è preso atto, l'agricoltura ha avuto un forte impatto negativo sull'ambiente. Per fortuna sono stati presi in considerazione nuovi metodi e accorgimenti per fare agricoltura senza danneggiare ciò che ci circonda. Grazie alla sensibilità ambientale maturata ora, è possibile che i giovani siano stimolati a cercare di ***cambiare il mondo****, nel proprio piccolo, magari avvicinandosi alla terra e partendo proprio da quella che è la nostra base, è casa nostra.*
Avere un luogo più pulito in cui vivere, cibo più sano da portare in tavola, una natura rigogliosa e accogliente… non sono motivazioni sufficienti per interessarsi ai temi della sostenibilità ambientale (in agricoltura, ma non solo)?

Patrizio: *Vista la corsa ad altri lavori, bisogna pure che qualcuno resti a lavorare la terra! Perché essa è il primo lavoro dell'uomo ed è ciò che ci permette di mangiare e di nutrirci. Ci dà anche l'opportunità di seguire il* ***ritmo*** *delle stagioni e di vivere quindi in* ***armonia****.*

Dorotea: *Oggi più che mai è importante guardare la terra e cercare un modo per prendersene cura; per adempiere a questo compito bisogna conoscerla.*

Mariasole: *La maggior parte delle persone che lavorano in questo campo hanno una mentalità ancora "antica", mentre noi giovani pensiamo ai problemi attuali, come l'inquinamento, quindi cerchiamo di creare un mondo migliore. L'agricoltore giovane porta* ***innovazione e rinnovamento****, aiutando il mondo di oggi a essere più sano, a cominciare dall'ambiente.*

• Cosa ti aspetti da questo percorso di studio?

Sofia: *Avendo iniziato questa scuola più per la scuola in sé che per l'indirizzo, all'inizio non avevo neanche idea di quello che avrei potuto scegliere. Pensavo che non avrei mai deciso di fare agricoltura, invece alla fine, per una ragione che in realtà*



non conosco veramente, ho scelto di intraprendere questa strada, e ne sono felice. Non mi aspetto niente da questo percorso, perché ho deciso di lasciarmi aperte tante strade e credo (e spero) che la scuola, ma anche l'agricoltura, possa portarmi ad aprire la mente e quindi abbracciare ***più punti di vista e più possibilità****.*

Patrizio: *Mi aspetto che porti* ***più conoscenze tecniche*** *e magari possa aprire varchi per altre specializzazioni legate alla terra o all'agricoltura. La scuola infatti è solo l'inizio di un percorso di formazione che dura tutta la vita.*

Dorotea: *Mi aspetto di riuscire ad ottenere delle competenze e conoscenze nell'ambito agrario e una* ***maggiore coscienza*** *del mondo in cui viviamo oggi.*

Mariasole: *Mi aspetto di apprendere aspetti dell'agricoltura che non conosco, ma soprattutto mi aspetto di imparare, più che il lavoro agricolo in sé (studio del suolo, delle piante, dei processi…), il* ***rapporto pianta-uomo****, ovvero come la pianta può aiutare l'uomo anche da un punto di vista filosofico.*

• Quali esperienze la scuola ti ha dato modo di vivere finora? Racconta!

Sofia: *La mia scuola fortunatamente permette di fare tante esperienze pratiche dove possiamo letteralmente mettere le mani nella terra e capire cosa vuol dire veramente lavorare in azienda. Le lezioni si alternano tra pratica e teoria, così possiamo studiare quello che poi andremo a fare in campo oppure prima vedere il processo e analizzarlo in un secondo momento. Vedendo e toccando quello che studiamo è più facile poi entrare nella materia: capire, ma anche interessarsi.*
Ci sono esperienze più brevi, di una settimana, mirate a vedere determinate situazioni ed apprendere competenze specifiche nei vari settori. Si visitano diverse aziende agricole insieme ai compagni, spesso soggiornando e lavorando in esse, così da conoscerne da vicino il funzionamento ed entrare nel dettaglio di alcune attività (quali stalla, caseificio, serra, campo, panificio, punto vendita…).
La scuola propone anche delle esperienze più lunghe (PCTO: Percorsi per le Competenze Trasversali e l'Orientamento), di tre settimane, da fare da soli o con un compagno, durante le quali si ha modo di vivere appieno la vita in azienda in tutti i suoi aspetti. La mia ultima esperienza in azienda agricola è stata tanto interessante quanto faticosa: ho potuto constatare quanto sia impegnativo questo lavoro, anche se stimolante. Ho trovato però bellissime atmosfere di collaborazione e partecipazione, che rendono il lavoro più leggero e che quindi riescono a coinvolgere anche noi giovani, che veniamo trasportati da questa ***energia positiva****, che genera determinazione e voglia di fare. Ed è anche per questo che, secondo me, è bello avvicinarsi all'agricoltura: perché fare agricoltura non è solo far crescere i pomodori, ma anche collaborare e partecipare. Quando sono in un'azienda agricola mi sembra di far parte di una grande famiglia, dove si mettono in gioco pensiero, sentimento e volontà.*
*Spesso, a scuola, usiamo anche l'****arte*** *per comprendere il mondo naturale e le sue forme e per mettere in armonia quello che studiamo con ciò che ci circonda. Alcune cose difficili da capire meccanicamente, cerchiamo di percepirle attraverso l'arte: disegnando una pianta, ad esempio, possiamo coglierne i dettagli e la possiamo studiare più a fondo.*

• Quali sono le scoperte più interessanti che hai fatto?

Sofia: *Ogni giorno scopro qualcosa di nuovo, dalle cose più piccole a quel-*





le più grandi. Scopro sempre nuovi e interessanti aneddoti sull'agricoltura biodinamica e ho scoperto che l'agricoltura, se applicata bene, può portare al rigeneramento della terra e non solo al suo sfruttamento. Imparo sempre di più ad ***apprezzare quello che mi circonda*** *– una giornata di sole, un momento di riposo, una bella pioggia… – e così cercare di rispettarlo.*

Ho scoperto poi che ***lavorare insieme è una grande forza****: conoscere altri tramite il lavoro assieme, condividere momenti di vita… è un arricchimento reciproco. La partecipazione, poi, dà energia e vitalità, ti fa sentire parte di un gruppo, di una famiglia.*

Patrizio: *Mi sono reso conto che la terra ha un ciclo che cambia e segue le stagioni. Ogni giorno il lavoro è nuovo. In ogni momento ci può essere un imprevisto, perché il lavoro agricolo è fatto anche di imprevisti, da risolvere! In questo rispecchia appieno la vita:* ***tutto è dinamico****.*

Mariasole: *Oltre alle nozioni portate dagli insegnati riguardo all'Agricoltura Biodinamica, la più grande scoperta che ho fatto, e che desidero approfondire, è quella relativa alla relazione uomo-pianta. Per troppo tempo le piante sono state collocate al grado più basso, meno complesso e meno perfetto del mondo vivente, quasi in prossimità con il mondo inorganico, e per questo sottovalutate. Oggi sappiamo che quella delle piante non è affatto una vita minima o elementare, ma anzi fondamentale, la cui comprensione diviene essenziale per comprendere anche la vita umana. In quanto viventi,* ***piante e uomini possono dialogare****.*



Redazione QBV



DUE RAGAZZE E IL LORO SOGNO, IN DIVISA

Un futuro in divisa? Perché no. Sempre più ragazze sognano una carriera nelle Forze Armate e di Polizia, pronte a dar prova dell'infondatezza di tanti (ancora troppi) luoghi comuni legati al genere (ma non solo). La funzione sociale che le Forze dell'Ordine incarnano è certamente al primo posto tra le ragioni che instradano tanti giovani su questa via. E quando si tratta di spendersi per il bene comune, anche a costo di qualche sacrificio personale, non c'è differenza di genere che tenga. Ciò che conta è la motivazione, la forza di volontà, il senso di responsabilità; e la professione diventa una scelta di vita.

Abbiamo intervistato **due ragazze**, nate entrambe a Conegliano (TV), che hanno scelto questa strada difficile, quanto appassionante.

Giulia ha 25 anni ed è già Carabiniere, sta per diventare Maresciallo.

Da cosa scaturisce la scelta di entrare nell'Arma?

Ho iniziato ufficialmente il mio percorso all'interno dell'Arma dei Carabinieri nel 2019. A dicembre di quell'anno, infatti, varcavo la soglia della Scuola Allievi e iniziavo la formazione da Carabiniere. Si trattava del termine di ***un impegnativo percorso di selezione*** *durato circa un anno, il quale consisteva in varie prove di tipo fisico, culturale e attitudinale, ma in realtà era solo l'inizio di tutto.*

Il desiderio di indossare la divisa nasce al termine del percorso di studi al Liceo, si fa sempre più forte all'Università grazie alla facoltà da me frequentata, ad indirizzo criminologico, ove il contatto con docenti provenienti dal mondo militare mi fornisce molto stimolo. Dopo la laurea nell'ottobre 2018, subito mi iscrivo al ***concorso*** *e dopo parecchi* ***sacrifici*** *(per studiare e allenarmi, ad esempio, rinunciavo allo svago e alle uscite con gli amici) lo vinco.*

Cosa rappresenta per te la figura del Carabiniere?

Essere Carabiniere per me significa essere ***una figura di riferimento nella società*** *per il cittadino. Significa essere un riferimento e un esempio di rispetto delle regole, vuol dire responsabilità e maturità per poter interfacciarsi e risolvere le più disparate situazioni. Vuol dire avere coraggio. Io volevo diventare tutto questo. Ho lavorato per un anno nel territorio, nella regione Lombardia, e ho vissuto nel concreto tutto ciò.*

Sappiamo che stai studiando per diventare Maresciallo. Cosa significa per te?

L'ho desiderato ancora di più, iscrivendomi e vincendo il concorso Sottufficiali - Marescialli. Attualmente sto frequentando il corso triennale a Firenze, al termine del quale conseguirò una laurea in Scienze giuridiche per la sicurezza sociale. Un maresciallo dei Carabinieri è una figura presente nel territorio e a contatto con il cittadino, riveste tuttavia ruoli prettamente di comando e di maggiore delicatezza. Un maresciallo è un professionista nell'ambito della polizia giudiziaria e della pubblica sicurezza.

Qual è la cosa più bella che ti è capitata da quando hai indossato la divisa?

Nell'ambito del mio servizio mi ha colpita molto il forte senso di vicinanza e affetto che si sviluppa tra colleghi di una Stazione Carabinieri. Pasti, uscite, eventi lieti e tristi condivisi insieme.

Cosa diresti a un giovane che, come te, vorrebbe iniziare questo percorso?
Militarità e professionalità sono i cardini su cui l'Arma si basa. Ottenerli richiede forza di volontà, motivazione e curiosità verso l'ambito. Specifico inoltre che ***non è un impiego, ma una scelta di vita****. Arruolarsi significa essere sempre in servizio, non c'è riposo ma si è sempre al servizio della giustizia. È una scelta che dà molte soddisfazioni, dal sorriso del cittadino all'arresto del malfattore.*



Federica, 20 anni, studia Scienze Politiche per i diritti umani e vuole diventare Poliziotta.

Dopo la Maturità, cosa ti ha spinto a iscriverti alla Facoltà di Scienze Politiche per i Diritti Umani?
Terminate le scuole superiori, il faro che ha illuminato la mia scelta universitaria è stato la ***forte volontà*** *di entrare in Polizia a cui ambisco fin da bambina. Per la carriera in questo ambito sono fondamentali le conoscenze in ambito giuridico. La facoltà di Scienze Politiche faceva al caso mio sia per i corsi di base in diritto, ma anche per la varietà di materie nelle quali la scuola si prepone di fornire conoscenze. Essa permette infatti una preparazione di base anche in ambito politico, economico, linguistico e internazionale, offrendomi così la possibilità di dare uno sguardo anche ad altri ambiti professionali.*

Alla fine del tuo percorso di studio diventerai Poliziotta. Cosa rappresenta per te questa figura?
La figura del poliziotto mi ha sempre affascinata; il suo lavoro si ramifica in vari ambiti, quelli che hanno fin da subito suscitato il mio interesse sono l'ambito della prevenzione e contrasto del crimine, quindi le politiche di pubblica sicurezza, il contesto investigativo (indagini, raccolta di prove ed informazioni), ma anche quello forense (legale). Altri caratteri che mi spingono verso questa professione sono ***il contatto con i cittadini e l'utilità per la società****.*

Pensando proprio alla società, qual è il tuo ideale di vita associata?
La mia società ideale è ***una società libera da pregiudizi e disuguaglianze****, una società in cui il vivere comune sia portato in primo piano, una società giusta, equa,* ***realmente garante dei diritti****, quelli delle minoranze compresi.*
La società di oggi sovrabbonda di individualismo capitalista e paura per un percepito senso di minaccia alla propria condizione, al naturale ordine storico delle cose. Tuttavia una società che guarda al prossimo con paura, se non aperta ostilità, senza preoccuparsi di allargare i propri orizzonti, è una società senza speranza di progresso. Il progresso è mutamento, e la storia non è fatta solo di passato, ma anche di presente e di futuro. Per progredire è necessario che tutta la società ascolti le voci dei giovani, i quali si sono dimostrati all'altezza delle sfide che il futuro presenta. Al tempo stesso è necessario trovare una soluzione mediata al conflitto tra generazioni, con la consapevolezza che società significa anche ***comunità****, e la comunità è composta da ognuno di noi,* ***senza esclusioni****.*

Quanto ti manca per completare la formazione? Obiettivi di carriera?
Terminato il Corso di Laurea in Scienze Politiche vorrei provare i concorsi pubblici per diventare Ispettore di Polizia, ma se non dovessi riuscire nel mio intento opterei comunque per una carriera in ambito legale.

Hai incontrato resistenze alla tua scelta? Se sì, come le affronti?
Non ho mai incontrato vere e proprie resistenze. Può capitare però che la mia ambizione non venga presa sul serio a causa dell'immagine negativa a cui è esposta la figura del poliziotto all'interno della società, in quanto le azioni positive svolte dalle forze dell'ordine a tutela della sicurezza pubblica spesso si nascondono dietro le quinte, trapela invece solo il lato coercitivo mediante il quale queste misure vengono messe in atto. Come affronto queste "sfide"? A parere mio, per giudicare è sempre necessaria una conoscenza completa di situazioni, procedure, competenze, quindi generalmente non dò peso ad affermazioni superficiali.

Cosa diresti a un giovane che, come te, vorrebbe studiare per entrare nell'Arma?
Se posso dare un consiglio a qualcuno che, come me, volesse entrare nelle Forze dell'Ordine, o ambisse ad un'altra professione, direi: fate una selezione tra i vostri obiettivi e desideri che ritenete più importanti e andate fino in fondo per raggiungerli, altrimenti rimpiangerete il fatto di non averci almeno provato!

Silvia Boscariol

La mia vita a bracciate

Intervista a Antonio Fantin



Credits: Bizzi/Cip

Nella fantasmagorica estate dello sport italiano (2021), grandi soddisfazioni ce le ha regalate anche Antonio Fantin, ventenne di Bibione, che alle Paralimpiadi di Tokyo è salito ben cinque volte sul podio, confermando il record del mondo sui 100 metri stile libero.
C'è tanto allenamento dietro queste vittorie, e una maturità fuori dal comune, quella di chi prende a bracciate la vita, trasformando di volta in volta i limiti in opportunità, e resta, come dice lui, "un ragazzo come tutti gli altri".
Questa è la sua storia.

Se ti si cerca su Google, il tuo nome viene sempre immediatamente accostato a una parola: oro. Ma chi c'è dietro "il nuotatore d'oro"? Chi è Antonio?
Sono un ragazzo di 20 anni, come tanti, o meglio, come tutti i miei coetanei, con tanti obiettivi, tanti sogni da raggiungere e tante aspirazioni. Sicuramente dietro un atleta c'è sempre una persona con tutte le sue difficoltà, perché tutto il percorso – non mi riferisco solo allo sport, ma alla vita di tutti i giorni – non è solo successi, gioie, soddisfazioni, ma è anche momenti difficili nei quali occorre saper reagire e ripartire; in quei momenti anche Antonio, anche quel nuotatore spesso associato alla parola oro, deve saper affidarsi a delle persone che sono, dal punto di vista soprattutto umano, molto vicine a lui, quindi la mia ***famiglia*** *e i miei* ***amici*** *e anche naturalmente le figure tecniche e professionali. Ma prima di tutto, centrerei la domanda rispondendo così: Antonio è* ***un ragazzo come tutti gli altri****.*

Com'è nata la tua passione per l'acqua?
Diciamo che è una passione arrivata molto più tardi rispetto a quando ho iniziato a nuotare. Ho iniziato a nuotare per riabilitazione, perché all'età di tre anni e mezzo sono stato colpito da una MAV (Malformazione Artro-Venosa) e dopo un delicato intervento chirurgico è stato consigliato ai miei genitori di mettermi in acqua per cercare di recuperare tutto quello che si poteva recuperare, dato che ero molto piccolo. La ***riabilitazione*** *in acqua ci ha dato modo di lavorare molto, recuperando il più possi-*

bile. Ma la passione è venuta dopo, tanto che io, all'inizio, ***non volevo neppure entrare in acqua****! Quando ho cominciato a condividere il nuoto con i miei amici d'infanzia, allora in quel momento è nata la passione insieme alla motivazione a nuotare e a continuare a fare tante rinunce, ma soprattutto a fare un percorso condiviso.*

Dalla riabilitazione ai trionfi in piscina. Com'è successo?

È stata una storia incredibile, e ogni volta che mi guardo indietro rimango stupito di tutto il percorso e di tutti i successi che quell'Antonio bambino ha costruito, permettendo all'Antonio ragazzo, l'Antonio di oggi, di raccogliere i frutti. Posso dire che tutto si basa, e si è sempre basato, sul ***lavoro****, che talvolta comporta delle rinunce, mai sacrifici ma piuttosto scelte, e sulla costanza. Determinante è stato il coraggio di buttarmi, ma anche il coraggio di altre persone, che hanno creduto in me. È stato un percorso bello, incredibile, anche se non sono mancati i momenti difficili, anzi il percorso stesso è partito da un momento difficile. Diciamo che la mia storia non è solo mia, ma è un* ***messaggio*** *per tanti ragazzi con una disabilità o che vivono delle difficoltà:* ***è sempre possibile vedere una difficoltà come un'opportunità, quindi ripartire anche dopo la più grande e rovinosa caduta****.*



Credits: OISPHOTOS

Alle Paralimpiadi di Tokyo, quest'anno, hai conquistato un bronzo, tre argenti e un oro, migliorando il tuo record del mondo. Che cosa ha rappresentato per te questa esperienza?

A differenza di un Mondiale o di un Europeo, penso che l'Olimpiade e la Paralimpiade, prima ancora che un evento sportivo e una performance agonistica, siano la storia, la nostra storia! È ***un evento che trascende l'aspetto atletico coinvolgendo anche l'aspetto umano, personale****; ne è una prova il fatto che all'Olimpiade e alla Paralimpiade si conoscono veramente storie incredibili di uomini e donne, prima ancora che di atleti, straordinari. Per me, le medaglie di Tokyo, soprattutto l'oro, quindi il record del mondo, sono la prima tappa di un percorso; simbolicamente queste cinque medaglie rappresentano tutto il viaggio e tutte le persone che mi hanno accompagnato fin qui. È stata sicuramente un'esperienza, dal punto di vista sportivo, molto importante (non solo per i risultati!) e, dal punto di vista umano, considerata anche la situazione pandemica, ha portato una maturazione ancora maggiore, non solo per me, ma per tanti, e sicuramente per tutto il nostro gruppo.*

Come ti ha accolto Bibione al tuo rientro?

Bibione è fantastica, lo è sempre stata, nei momenti difficili come nei momenti di gioia. Al rientro da Tokyo c'è stata una grandissima festa, ma non solo al rientro, anche quando ero là, ed è stata ***la forza in più che mi ha permesso di vincere queste cinque medaglie****, ma soprattutto di vivere l'esperienza sempre con positività, ben sapendo che a casa c'erano delle persone felici di potermi aspettare e di gioire assieme a me.*



Credits: Bizzi/Cip

Come vivi la competizione sportiva?

*Potrei individuare due motivi ricorrenti. Sono molto metodico, **scaramantico**, perciò la gara, soprattutto il pre-gara, quindi i giorni che precedono la competizione, ma anche gli attimi che la precedono, sono caratterizzati da uno schema, da linee guida che ho ben precise in testa, che cerco di riprodurre ogni volta per rendere una gara uguale all'altra e per trasmettere a me stesso serenità prima della performance sportiva. Inoltre, sono molto **esigente con me stesso**: se da un lato questo aspetto è positivo, perché mi permette di non fermarmi, di non accontentarmi, per quanto grande possa essere il risultato raggiunto, ma di trovare sempre un – chiamiamolo – "difetto" da migliorare, dall'altro lato, però, non mi permette di vivere completamente immerso nelle emozioni di quella che può essere la vigilia di una competizione o anche della competizione sportiva in sé.*

Qual è, per te, la vittoria più grande?

*La mia vittoria più grande non è l'oro o comunque le cinque medaglie di Tokyo. Quelle sono solamente una tappa del mio percorso sportivo che, certo, ha cambiato la mia storia come atleta e forse anche la mia storia come persona, ma non è questa la mia vittoria più grande. La mia vittoria più grande è **ogni giorno di allenamento**, quando mi metto in gioco con me stesso, affronto i miei limiti e cerco di superarli, quando affronto quell'avversario che è il **tempo**. Spesso ci sfugge, ma se impariamo a conoscerlo bene, il tempo è in realtà il nostro più grande **alleato**: è la nostra stessa vita. Imparare a gestire il tempo che ho a disposizione, ottimizzarlo anche nei momenti in cui gli impegni sono molti, mi permette di valorizzare me stesso e le persone che sono vicino a me, mai dietro a me! È importante **essere accompagnati** – non essere seguiti! – in un viaggio. È importante che tutte le persone che sono coinvolte nel progetto siano tutte allo stesso livello. Ogni persona ha la sua importanza, ogni persona ha il suo ruolo, nessuno è più importante dell'altro. L'atleta, l'allenatore, il fisioterapista, chi mi segue in palestra, tutti sono importanti e fondamentali per la costruzione della performance. Quindi, più in generale, la mia vittoria più grande è quella di **alzarmi ogni mattina con il sorriso e affrontare una nuova giornata con tanti nuovi obiettivi da raggiungere**. Di contro, la mia più grande sconfitta sarebbe un giorno svegliarmi la mattina senza un obiettivo per il quale sorridere e alzarmi appunto dal letto.*

Quest'anno, mentre preparavi l'Olimpiade, hai preparato anche l'esame di maturità (scientifica), conseguita peraltro con il massimo dei voti. Come riesce un appena ventenne a coniugare tutto?

*Sì, il 2020 è stato un anno particolare. La pandemia da Covid-19 ha influenzato anche il nostro esame di maturità: eravamo in procinto di preparare l'esame in modalità "normale", quand'è arrivato questo tsunami che ha travolto tutti, anche il mondo della scuola, e siamo stati i primi a fare la maturità in modo nuovo. Diciamo che è importante nella vita, al di là dell'impegno fisico e scolastico, riuscire a coniugare sempre bene i nostri progetti. Più sono i progetti, è vero, meno tempo si ha a disposizione da dedicare agli stessi progetti, però è vero anche che più iniziative si portano avanti, più obiettivi nel nostro percorso ci fissiamo, maggiore allora sarà la nostra **determinazione** a volerli raggiungere e, di conseguenza,*

migliore sarà la nostra capacità di ***ottimizzare il tempo*** *per raggiungerli tutti. Non è sempre vero che tante cose rischiano di essere fatte male e, di conseguenza, meglio avere poche cose fatte bene. È importante avere e saper perseguire le giuste passioni, avere le giuste motivazioni e un numero giusto di progetti, che ci permetta da un lato di dedicare del tempo a questi, ma dall'altro anche di saper ottimizzare e sfruttare il tempo, proprio per raggiungere il maggior numero di obiettivi possibili.*

Colpisce la tua serenità. Sembra che non pesino su di te i limiti, le difficoltà, ma che tu riesca a vedere in ogni circostanza, anche la più sfortunata, un'opportunità. Qual è il segreto?

Non c'è nessun segreto. Nel senso che, è vero, spesso ci sono, anzi, la vita è fatta di difficoltà, e guai se non lo fosse, sarebbe una vita piatta, priva di emozioni e di soddisfazioni. Perché più grande è la difficoltà per raggiungere un obiettivo, una meta, la cima della montagna, allora più grande sarà la nostra soddisfazione nell'averla raggiunta. Per me è così sia nello sport che nella vita in generale. Vedo sempre, o comunque cerco di vedere, nei momenti difficili un'opportunità, anzi, ***più grande è la difficoltà più grande è l'opportunità****. Parlo per esperienza, perché all'età di tre anni e mezzo, appunto, essendo stato colpito da una MAV, sembrava che il mondo mi fosse crollato addosso, però ho saputo – anzi, abbiamo saputo, perché un percorso non si costruisce mai da soli, ma per vincere veramente è importante la condivisione di un progetto! – rialzarci e ricostruire dalle macerie un nuovo futuro che oggi è il presente e che si proietta già nei prossimi anni. È quindi importante avere sempre quella motivazione, o meglio quella mentalità, che ti permette di trasformare una difficoltà in opportunità. La mentalità è un po' come la prospettiva per chi guarda un oggetto: quando guardi un oggetto, questo cambia, o meglio alcune sue caratteristiche appaiono in modo differente, a seconda del punto di vista dal quale lo si guarda; e così è la mentalità, che è un po' la prospettiva sulla nostra vita: guardare con una mentalità differente un ostacolo, che può essere una sfida o una difficoltà della nostra vita, la rende un trampolino dal quale lanciarsi, dal quale tuffarsi verso un nuovo mondo, nuove scoperte, sì, anche nuove difficoltà, ma soprattutto tante soddisfazioni.*

Oltre al nuoto cos'è che ti appassiona?

Beh, la cosa che mi appassiona di più è sicuramente la vita. Vivere raccogliendo tutte le soddisfazioni possibili, non in termini di vittorie sportive ma soprattutto in termini di vittorie umane. Significa valorizzare se stessi e valorizzare chi ti è vicino, chi ti accompagna. Quindi, sì, direi che la cosa che mi appassiona di più è ***vivere la vita in tutti i suoi colori****, in tutte le sue sfumature, e poi all'interno di questa grande passione ci sono tutte le altre passioni, fra cui il nuoto. Sono due i motori che mi spingono, per esempio, a nuotare: i risultati e la passione. Nel momento in cui ci focalizziamo solo sui risultati e trascuriamo la passione, i risultati prima o poi vengono meno e allora ci troveremo in difficoltà; se invece riusciamo a coltivare anche la passione, ponendola prima dei risultati, allora, anche quando i risultati saranno difficili da raggiungere o diminuiranno di intensità e di qualità, comunque rimarrà la passione per lo sport, in questo caso, ma più in generale, per una parte della nostra vita.*

Ci sono altri sogni a cui hai già messo una data?

Sicuramente il sogno più grande, come dicevo prima, anzi la mia più grande vittoria fino ad oggi è quella di svegliarmi ogni giorno con un nuovo obiettivo da perseguire. È importante, perché mi dà la motivazione giusta per vivere, e vivere appieno. Ci sono tanti progetti, non solo dal punto di vista sportivo ma anche dal punto di vista di quello che sarà poi un mio futuro, chiamiamolo lavorativo; però tutti questi progetti dovranno per me essere sempre contraddistinti dalla passione. Senza la passione difficile sarà poterli perseguire e realizzare. E difficile sarà quindi trasformare i sogni in obiettivi.

Pochi giorni dopo questa intervista, Antonio Fantin è stato nominato Commendatore al Merito della Repubblica Italiana dal Presidente Sergio Mattarella per i grandi successi ottenuti ai Giochi Paralimpici!


Credits: Bizzi/Cip

Silvia Boscariol

Uscire dalla comfort zone

L'esperienza di Aurora Zaccaron

A maggio 2021 sono partita per un lungo viaggio. Ho comprato uno zaino da 70 litri e l'ho riempito dello stretto necessario, anche perché più di quello non ci sarebbe stato. Ho comprato un biglietto d'aereo di sola andata per Città del Messico, ho preso la mano del mio fidanzato, e sono partita.

È iniziata così la mia avventura in giro per il mondo, proprio quella che sognavo da anni ma che non avevo mai avuto l'occasione, o il coraggio, di realizzare.

Da dove nasceva questa necessità? Perché proprio adesso e non prima, o dopo?

Sono nata e cresciuta in un paesino della provincia di Treviso, all'inizio degli anni '90, e ho condotto una vita molto comune. Troppo comune. Studiavo, uscivo con gli amici, guardavo Dragonball dopo pranzo. C'è stato un momento, o forse è stato graduale, in cui ho cominciato a sentire la necessità di vedere qualcosa di più e di sperimentare una vita diversa. Allora ho cominciato a **sognare** di viaggiare, e viaggiare tanto.

Destino ha voluto che non riuscissi a farlo per diversi anni, o per carenza di finanze, o perché lavoravo e studiavo. Quindi ho sempre rimandato, dicendomi che un giorno l'avrei fatto, anche se non avevo ben chiaro quando.

Finché quel momento è arrivato, a 31 anni. Ci è voluto un po', e va bene così: sono convinta che le opportunità arrivino nel momento più adatto per ognuno di noi.

I fattori sono stati diversi. A marzo 2020 c'è stato il primo lockdown dovuto alla pandemia. Quello serio, quello pesante. Da un giorno all'altro moltissime persone si sono ritrovate costrette a casa, senza nulla da fare e senza poter uscire. Per la prima volta mi sono fermata veramente, ed è stato allora che mi sono accorta che stavo vivendo in una bolla di sicurezze che non mi davano vera felicità: **ero finita in una comfort zone**.

Cominciai a pensare a come uscirne. Le domande erano molte, ma una più delle altre mi tormentava: cosa sto facendo della mia vita?

Ho cominciato a mettere in discussione ogni cosa, come avessi un castello di carte e le togliessi una ad una dalla punta. Arrivata alla base, non sapevo più cosa fare. Avrei dovuto ricostruire tutto. La verità era che mi ero adagiata in una vita comoda, tranquilla, **sentivo che c'era altro che dovevo fare**.

Non avevo nemmeno il coraggio di pensarlo: io volevo fare un grande viaggio, vedere nuovi posti, conoscere altre realtà. La crisi che stavo attraversando mi ha portato anche ad affrontare letture diverse, allo scopo di trovare risposte dentro di me. Alcuni libri mi hanno aiutato a capire qualcosa, nessuno aveva le risposte a tutto, ma ne ho trovate un po' in ognuno di questi. Quando qualcuno ha bisogno di risposte, le può trovare ovunque. Guardando il mare, leggendo un libro, ascoltando musica, parlando con persone incontrate per puro caso. **La risposta è sempre dentro di noi**, cambia solo il modo in cui la scopriamo.

Ho deciso che era il momento di seguire la traccia, la fiammella appena accesa, e vedere quello che sarebbe successo. È così che ho deciso di lasciare la mia comfort zone: **mi sono licenziata e sono partita per un lungo viaggio**.

Un viaggio che mi ha insegnato tanto, non solo sul mondo fuori casa mia, ma anche su me stessa. Gli abitanti di Real de Catorce (Messico) mi hanno insegnato quanto è bella la semplicità. Nel deserto del Mojave (California) ho perso l'orientamento e, in una notte stellata come non mai, ho capito che potevo ritrovarlo di fianco a me, negli occhi dell'amore. Ora so che nel mondo esistono persone che hanno molto da offrire, come Chris, che mi ha raccontato leggende di cui non c'è testimonianza scritta, o Mark, che a San Francisco mi ha regalato una bussola per aiutarmi a ritrovare la strada.

Il resto è "Il viaggio di Mia": racconti di esperienze, luoghi e persone, coordinate della mia crescita personale, in continua evoluzione.

Aurora Zaccaron

Aurora ha aperto un blog, "Il viaggio di Mia", per condividere esperienze e pensieri di viaggio. Su QualBuonVento.com diamo spazio alle buone notizie dal mondo che Aurora, viaggiando, incontra e ci riporta, perché il *buon vento* non conosce confini.

I 10 COMANDAMENTI

Inserto staccabile

NON DESIDERARE LA DONNA D'ALTRI

Ascolta il tuo intuito...
ha sempre ragione!

Impara a fidarti
di te stesso,
di ciò che ti appartiene.

NON DESIDERARE LA ROBA D'ALTRI

Ciò che appartiene
ad un altro,
va bene per lui.

Ognuno è prezioso:
scopri e alimenta
i tuoi doni.

IL COMANDAMENTO,
CHE LI COMPRENDE TUTTI, È UNO SOLO:
AMIAMOCI GLI UNI GLI ALTRI
COME DIO CI HA AMATO.

QualBuonVento.com



NON AVRAI ALTRO DIO ALL'INFUORI DI ME

Sei immagine
e somiglianza di Dio:
Credi in Te!

Se il tuo credo
è incrollabile,
ogni obiettivo
è raggiungibile!

NON NOMINARE IL NOME DI DIO INVANO

Ogni azione di vanità,
oscura e banalizza
i tuoi talenti.

Niente è più importante
del tempio a te affidato
(la tua vita)

DIO NON HA DATO CONDIZIONI,
MA LA STRADA PER LA NOSTRA
E ALTRUI FELICITÀ...

DEMA®
ENERGIA DELLA COMUNICAZIONE

RICORDATI DI SANTIFICARE LE FESTE

Conferma
ogni cosa buona,
l'universo te ne darà
di più...

Festeggia sempre
la vita!

ONORA IL PADRE E LA MADRE

Sei il sangue
dei tuoi genitori,
amare loro è amare te
stesso!

Ama i tuoi genitori
e segui il Tuo cammino,
non ripetere il loro!

NON UCCIDERE

Ciò che dai ti ritorna indietro:
legge di causa/effetto.

Se uccidi anche solo con una parola,
uccidi un po' te stesso...

QualBuonVento.com



NON DIRE FALSA TESTIMONIANZA

Testimoniare il falso rende solitudine!

Tu non hai la verità
in tasca: accetta di crescere
in conoscenza e di cambiare pensiero.

NON RUBARE

È una legge della natura:
ruba e rimarrai
derubato!

Ciò che hai ottenuto
con l'inganno
mai ti appagherà.

NON COMMETTERE ATTI IMPURI

La vita di ogni individuo si basa su radici salde
che solo la famiglia uomo-donna garantisce.

L'universo salda il legame di una sola coppia:
uomo-donna; il resto è caos...

DEMA®
ENERGIA DELLA COMUNICAZIONE



SOGNARE IN GRANDE

The Economy of Francesco: un patto per un mondo migliore

"Le conseguenze delle nostre azioni e decisioni vi toccheranno in prima persona, pertanto non potete rimanere fuori dai luoghi in cui si genera, non dico il vostro futuro, ma il vostro presente. Voi non potete restare fuori da dove si genera il presente e il futuro. O siete coinvolti o la storia vi passerà sopra".

Con queste parole **papa Francesco** si rivolge ai **giovani economisti e imprenditori di tutto il mondo** che hanno raccolto il suo invito a pensare e praticare un'economia diversa e, lo scorso novembre, ad Assisi – luogo simbolo di un umanesimo della fraternità – hanno siglato **un patto per cambiare l'attuale economia e dare un'anima all'economia di domani nello spirito di San Francesco**, quindi nel segno della giustizia, della fraternità, della sostenibilità e di un nuovo protagonismo che veda coinvolto anche chi oggi è escluso.
Nasce così ***The economy of Francesco***, il più vasto movimento internazionale di giovani economisti e imprenditori (under 35), che da semplici invitati, ora, nei vari appuntamenti dedicati, stanno diventando protagonisti, dimostrando senso di responsabilità, idee innovative e una capacità di dialogo che attraversa ogni diversità e confine. La risposta corale all'iniziativa – oltre 2000 giovani che si muovono e vivono in tutto il mondo per una economia più giusta, inclusiva e sostenibile – attesta che qualcosa sta già cambiando, e questo apre alla speranza. I problemi più complessi del mondo attuale hanno bisogno della creatività e dell'amore di questi giovani, che, come artigiani di futuro, stanno ripensando i paradigmi del nostro tempo alla luce dell'esempio di San Francesco ed esplorando con coraggio alternative possibili per il Bene Comune.

Francesco Polo, ventinovenne di Conegliano (TV), è uno dei giovani volti dell'Economia di Francesco. Laureato in Economia all'Università Commerciale Luigi Bocconi di Milano, ora è analista per una società di gestione e recupero crediti. Impegnato sul fronte politico e sociale, Francesco, già direttore del Centro Culturale Humanitas, quest'anno non si è ricandidato alle amministrative della sua città per accogliere un nuovo impegnativo incarico affidatogli dal vescovo della diocesi di Vittorio Veneto come direttore dell'Ufficio diocesano per la pastorale sociale, lavoro, giustizia, pace e salvaguardia del creato.

Perché hai deciso di aderire a *The Economy of Francesco*?

Ho deciso di aderire a Economy of Francesco dopo l'invito di Papa Francesco contenuto nella lettera di maggio 2019. Mi ha subito colpito il forte richiamo a creare ***un patto per prendersi cura del bene comune globale****: un'alleanza per dare un'anima all'economia di domani che sappia*



affrontare con strumenti intellettuali adeguati la sfida della complessità. Il significato di questo patto – che si è evoluto in un processo aperto e dinamico – è per me sognare in grande e, allo stesso tempo, viverlo nella quotidianità.

Sognare comporta dare e ricevere prospettive sostenibili per un futuro migliore, creare speranza che il sogno di pochi si trasformi in sogno di molti come la vicenda della nascita dell'Unione Europea o la democrazia del nostro secondo dopoguerra. Vivere questo patto è cercare – rispettando i limiti e le fragilità di ogni individuo – di comprendere nella propria vita, città, università e lavoro come migliorare i processi nell'ottica di far sentire sempre più integrata la centralità dell'uomo. È questa dualità che mi colpisce di EoF, ossia l'integrazione di buone pratiche con il sogno della teorizzazione lungimirante, sostenibile e discreta.

L'invito del papa è a ridare anima all'economia. Cosa significa?

L'economia, il denaro, la finanza, il credito sono tutti strumenti buoni che, nel tempo, sono nati a servizio delle comunità. Essi hanno avuto il forte e riconosciuto merito di accrescere il benessere economico globale, di rendere servizio alla libertà di tante persone, allargandone le loro possibilità. La storia insegna molte e continue lotte per la libertà che è lo stesso motore che tiene viva la sostenibilità di ogni attività economica. Riconosciute le potenzialità, non possiamo tuttavia essere ciechi di fronte alle disuguaglianze tra e intra Paesi che si sono recentemente acuite e al sempre più costante distaccamento delle attività finanziarie dalla loro primaria vocazione di servizio all'economia reale.

Ridare anima all'economia significa dunque dare serie e complesse risposte di fronte a questi complessi problemi del nostro tempo. Occupare lo sforzo scientifico per lenire il grido dei sofferenti, ridurre le forti disuguaglianze, ripristinare il fondante legame tra l'economia reale e l'attività finanziaria.

Il pensiero cattolico, in particolar modo con la Dottrina Sociale della Chiesa, ha molto da affermare in questo campo aggiungendo non solo il sapere tecnico ma l'orizzonte della promozione integrale della persona umana. Con ***un'economia a servizio dell'uomo (e non viceversa)*** *è evidente che il centro è lo sviluppo umano integrale dove certamente trova spazio l'importante sviluppo economico, ma non lo esaurisce, dovendo contemperare anche lo sviluppo sociale e spirituale. Ecco che si aggiunge un tassello al significato di dare anima all'economia: è ristabilire un corretto equilibrio fra sapere tecnico e sapienza umana – entrambi fondamentali, nessuno da solo sufficiente.*

Al cuore del pensiero di Francesco c'è l'ecologia integrale, perché tutto è connesso. Ciò presuppone un'apertura verso categorie che trascendono il linguaggio delle scienze esatte e ci collegano con l'essenza dell'umano. In questa prospettiva, se parliamo di economia, prima quasi dei numeri, vien fuori l'amore… Che portata ha tutto questo?

L'apertura di Francesco mira a portare al centro del dibattito economico il servizio dello ***sviluppo umano integrale****, ossia contemperare il sapere tecnico (in questo caso strettamente economico) con la sapienza umana. È*



così naturale che, laddove l'economia serve l'uomo con la ***dignità del lavoro****, la* ***cultura della cura****, il* ***rispetto del creato****, l'****impegno sociale*** *essa risulti* **amata***, strumento fondamentale per un vivere operoso e dinamico. Un vivere che è fatto di* ***opere****, di* ***intraprendenza****, di* ***coraggio****, non di attesa passiva e disincantata dalla realtà: sporcatevi le mani, dice Papa Francesco, non siate mummie nel museo.*

In questa visione si capisce la scelta del nome del nostro Papa: il ***francescanesimo*** *non ha mai voluto offrire soluzioni tecniche alle questioni economiche e sociali nel corso dei secoli, bensì* ***risposte concrete****. Maturando un'economia dell'etica e del denaro, il francescanesimo ha cercato di umanizzare la logica del business del tempo tenendo conto degli interessi dell'imprenditore ("mercante"), ma anche il bene comune della società nel suo complesso. Non è mai stato in contrasto con gli interessi di chi investiva il proprio denaro perché l'obiettivo era la centralità dell'uomo non oggetto dell'economia ma soggetto protagonista, imprenditore, dipendente, o cliente che fosse. Si evince come la vera* ***sfida*** *dei nostri tempi per valorizzare la ricchezza di cui disponiamo non è quella di demonizzare il mercato, ma facilitare quanti più uomini liberi e forti possano* ***avviare processi di umanizzazione dell'economia****, della sua progressiva civilizzazione. L'uomo a servizio dell'economia, non l'economia a servizio dell'uomo, sintetizzerebbe papa Francesco.*

A più di due anni di distanza dal lancio dell'iniziativa, quali sono stati i passi compiuti?

Economy of Francesco ha avviato tanti processi nelle varie comunità di riferimento. Per quanto concerne il mio coinvolgimento, rimango attivo principalmente su tre fronti:

L'adesione al villaggio internazionale di EoF chiamato Policy and Happiness (Politiche e Felicità Pubblica) dove, all'interno di un sottogruppo di quindici ragazzi da tutto il mondo, stiamo elaborando una proposta di ***Inclusive Mapping*** *(Mappatura Inclusiva). Abbiamo fatto il primo esperimento sociale e partecipativo ad Assisi lo scorso 2 ottobre 2021. L'idea di fondo è che la modalità in cui le storie dei luoghi vengono narrate vanno ad influenzare lo sviluppo degli stessi. La mappatura inclusiva mira allora ad accelerare le* ***storie di unità*** *contrariamente da quelle tradizionali di divisione che le mappe di per sé tendono a rappresentare. Mappare chi voce non ne ha,* ***rendere visibile chi risulta invisibile*** *è lo scopo della mappatura inclusiva. Comprendere che, se c'è qualcosa, nelle comunità, che crea felicità pubblica, questo deve essere mappato, ascoltato, potenziato. Non ci si può limitare a sperare che le cose vadano meglio, bisogna attrezzarsi, valorizzare, "organizzare la speranza" per scomodare don Tonino Bello.*

La creazione di ***EoF TVVVE****. Terminata la tre giorni online di EoF del 2020, grazie anche al forte richiamo di papa Francesco di* ***essere braccia operose nelle nostre realtà territoriali****, noi cinque giovani partecipanti delle diocesi di Venezia (Alberto Serena e Lucia Campo), Treviso (Ludovica Montesanto e Alessandro Sacco) e*



Vittorio Veneto (Tommaso Cuzzolin e Francesco Polo) ci siamo coordinati per la creazione del gruppo locale e stiamo collaborando con diverse realtà locali, come ad esempio il pensatoio socio-politico di Zero Branco e Quinto di Treviso, gli Scout di Scorzè/Istrana, la Pastorale Sociale delle varie Diocesi e l'associazione Partecipare il Presente di Treviso. L'idea di fondo è quella, infatti, di ***non "inscatolarci"*** *in una nostra associazione, ma di collaborare con quante più realtà già esistenti e attive sul nostro territorio.*

La partecipazione e organizzazione degli eventi e iniziative di ***EoF Italia****.*

È notevole che il papa scelga di accogliere il pensiero dei giovani in un programma di rinnovamento. E la risposta dei giovani è stata sorprendente. Diversi volti, diverse storie, diverse culture, un sogno comune. Com'è stato confrontarsi con altri giovani, prima in collegamento streaming poi finalmente anche di persona? Cosa ti hanno lasciato quegli incontri?

La risposta è stata effettivamente sorprendente. Diverse persone da tutto il mondo, nell'ipotesi di dover fare il primo evento in presenza a marzo 2020, non furono selezionate per impossibilità di partecipare tutti fisicamente, ma poi la pandemia ha accelerato i processi e l'intera comunità degli iscritti si è potuta radunare e coltivare online da quel tenebroso marzo 2020 che tutti ricordiamo intimamente.

Tutto il lavoro delle riunioni, entro i vari ambiti di riferimento, ha avuto il suo primo traguardo nelle tre giornate online del 19-21 novembre 2020. Diversi gruppi di lavoro hanno continuato a riunirsi in questa modalità fino al secondo evento del 2 ottobre 2021, in presenza per i partecipanti italiani, sempre online per i partecipanti internazionali.

Certamente l'emozione più grande l'ho vissuta il 2 ottobre, finalmente in presenza, sebbene limitatamente ai partecipanti italiani. Tanti volti erano conosciuti solo tramite i nostri mezzi di comunicazione e il poterli incontrare ha reso più saldi i legami. Siamo consapevoli di aver avviato un processo, non vogliamo necessariamente occupare uno spazio; la scelta di Papa Francesco credo sia motivata da queste sue parole consegnateci in chiusura il 2 ottobre 2021: ***"Voi non siete il futuro, voi siete il presente. Un altro presente. Il mondo ha bisogno del vostro coraggio, ora"****.*

Quali sono i prossimi appuntamenti di The Economy of Francesco?

I prossimi appuntamenti sono nelle comunità locali e grazie all'impegno di ognuno di noi con le nostre connessioni. Vista l'incertezza di questi nostri tempi, non è ancora stata fissata una data per il prossimo incontro. La direzione è quella di riuscire finalmente a fare, probabilmente nell'autunno 2022, l'incontro internazionale in presenza ad Assisi di noi giovani con Papa Francesco. Attendiamo con gioia la possibilità di incontrarlo e poter raccontare i tre anni di relazioni, cooperazioni e scambi culturali nella speranza che tutto ciò possa avvenire il più presto possibile.

Tu credi che "ripartire" su nuove basi sia possibile?

Deve esserlo e per certi versi lo è già, poiché una discontinuità è stata creata. Diffido un po' dal vedere tutto come ripartenza, quello che certamente posso dire è che tutto non può essere come prima. Allo stesso modo non credo, come la storia testimonia, che la ripartenza sia come accendere o spegnere un interruttore. Sta a noi tutti e, in particolar modo a chi ha responsabilità di potere, riuscire a facilitare quei processi sopra citati che permettano di dare forma al sogno di un mondo migliore. ***Le nuove basi ci sono: sono nei nostri territori attraverso tante buone pratiche, sono nei nostri cuori con l'amore che diamo a nostri cari; è necessario sprigionarle, darne voce anche nel dibattito pubblico, nell'incontro col prossimo, nel coraggio delle scelte****.*

Silvia Boscariol



LANNY

Un romanzo e un bambino che ci sorprendono con le loro peculiarità

Lanny è il secondo romanzo di Max Porter, uno scrittore inglese che è stato anche libraio ed editore di una rivista. In Italia è pubblicato dalla casa editrice Sellerio e tradotto da Marco Rossari. Questo è un libro che non va letto per la trama, la storia è molto semplice ed è una di quelle storie che è già stata raccontata molte volte: ci sono una mamma, un papà e un figlio, Lanny. Un giorno Lanny scompare, la famiglia e l'intero paese in cui vivono si mobilitano per ritrovarlo.

I motivi per cui questo libro va letto sono due: la scrittura e lo stile e Lanny. Max Porter usa la lingua e le parole in maniera magistrale, dando vita a una sperimentazione stilistica e a una mescolanza di generi perfettamente equilibrata ed elegante. Lanny è un bambino pieno di luce, delicato, spontaneo; ama la natura e comunica con gli alberi e le piante con modalità che solo lui conosce.

Il libro è diviso in tre parti, ognuna con una propria struttura.

La peculiarità della prima parte si nota ancor prima di iniziare a leggere, semplicemente osservando la disposizione del testo sulle pagine del libro: ci sono paragrafi in grassetto, ci sono frasi in corsivo, ci sono frasi scritte in piccolo, ci sono frasi che salgono, scendono, curvano, si ribellano. Questa è la parte in cui vengono introdotti i protagonisti principali: iniziamo a conoscere la mamma di Lanny, il papà di Lanny, Lanny stesso e Pete il pazzo. Questa è la parte in cui predominano l'atmosfera e gli elementi fiabeschi e in cui, a tratti, la narrazione assume il ritmo delle filastrocche. Qui incontriamo Franghiglio Frondoso, una creatura misteriosa che vive nel bosco e si aggira nel villaggio da sempre, ascoltando le voci degli abitanti che, alle sue orecchie, suonano bizzarre e prive di senso.

La seconda parte del libro si concentra sul momento in cui i genitori di Lanny e tutti gli abitanti del paese si accorgono della scomparsa di Lanny e iniziano a cercarlo. Qui si alternano le voci e i pensieri delle numerose persone, direttamente o indirettamente, coinvolte nelle ricerche. Nonostante sia un momento drammatico, Max Porter riesce a dar vita ad alcuni passaggi esilaranti, come quello in cui la mamma di Lanny bussa alla porta di un'anziana vicina di casa per chiedere se per caso avesse visto il figlio. Le stesse azioni e lo stesso scambio di battute vengono descritti attraverso il continuo alternarsi dei punti di vista delle due donne. Chi legge rimbalza da una all'altra e non sa più a quale versione del racconto credere.

Le azioni dell'ultima parte del libro si svolgono nel teatro del paese. Anche l'atmosfera che si respira è teatrale, compaiono elementi di magia, non c'è più un netto confine tra verità e finzione, tra realtà e magia.

***Lanny* è un trionfo della fantasia, dello stupore e della magia**. Ed è anche un esempio di come, quando si parla di libri, ciò che fa la differenza non è cosa viene raccontato, ma come viene raccontato.

Irene Rosolen

“C’è tempo”

una fiaba dotata di estrema delicatezza che fa l’occhiolino al cinema di formazione



Un un giorno come un altro, **a Stefano arriva una lettera a casa**: scopre così di aver perso il padre che non ha mai conosciuto e di avere un fratello di cui ignorava l’esistenza. Il ragazzino si chiama Giovanni, ha solo tredici anni ed è orfano.

Essendo l’unico parente in vita, Stefano ora è chiamato a rivestire il ruolo di tutore, ruolo che accetta volentieri solo per una generosa somma di denaro che riceverà in cambio.

C’è solo un problema, **un piccolo ingombrante dettaglio**. Stefano è un quarantenne immaturo e un ricercatore precario che fa l’osservatore di arcobaleni; vive in un paesino nel cuore del Piemonte, circondato dal verde e dalle montagne. Giovanni, figlio di un senatore, è nato e cresciuto a Roma e a vederlo sembra un piccolo lord: impeccabile nel suo abito con tanto di papillon, ha ricevuto un’educazione fuori dal comune e dimostra un grado di maturità che stona un po’ con la sua giovane, dolce età.

Insomma, **sono il giorno e la notte** e come tali, impossibilitati ad incontrarsi, pare.

Quando i due si ritrovano a fare il viaggio in macchina Lazio-Piemonte, si può facilmente immaginare cosa succede. L’inizio infatti è prevedibile: è **un incontro-scontro governato da un sentimento di diffidenza**. Ci sono distanza, dolore, incomprensione, intolleranza.

Trascorrere intere giornate assieme, fianco a fianco, non è facile ma obbliga i due protagonisti ad aprirsi poco per volta, a conoscersi pian piano, a posare le maschere e a mostrarsi per quel che sono. In fin dei conti, **in Stefano è ancora presente un bambino e in Giovanni si è già fatto spazio un giovane adulto**.

Si apre così un mondo. Anzi, due, che per quanto diversi - complici il tempo e la strada - **iniziano a toccarsi l’un l’altro**. Con calma il loro incontro inizia a prendere **colore**, fino a diventare un vero arcobaleno.

Si tratta di **un film apparentemente leggero**, dai toni scherzosi, capace di strappare ben più di un sorriso che però racconta la **storia di un dolore, di una perdita e di un vuoto** che niente potrà mai colmare. Ma parla **al contempo anche di speranza e di meraviglia**. Meraviglia per il nuovo, il diverso, apertura verso il prossimo, accoglienza, tolleranza e condivisone.

Non è facile, attenzione. Per passare da un inizio burrascoso ad un finale roseo c’è di mezzo il viaggio che in questa pellicola si fa **metafora di un importante percorso di ascolto, riflessione e pensiero in relazione all’altro** che è, per quanto incredibile, l’essere che più di tutti ci aiuta a trovare una definizione di noi stessi.

Quel sole e quella luna, all’inizio lontani anni luce, sono ora cambiati. Assomigliano più ad **un arcobaleno: tanti colori diversi che insieme formano una cosa sola**.

“L’incontro di due diversità era il mio obiettivo, una differenza di linguaggi e anche nei colori del film, caldi e solari, volevo dare una carica di speranza. Volevo che entrasse luce da tutte le parti, ***viviamo epoche buie e abbiamo bisogno di luce e l’incontro fra loro due è luce****”*, ha detto Walter Veltroni, che ha diretto questa commedia nel 2019.

Buona visione!

Anita Varaschin

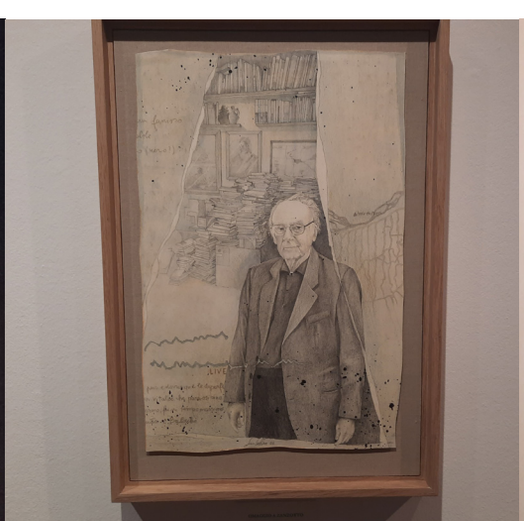
Livio Ceschin, l'anima e il segno che incidono la vita e il paesaggio

Con VIP il docufilm "Segni incisi"

Prosegue fino al 19 febbraio 2021, presso l'antica Biblioteca dei Cappuccini a Lugano, in Svizzera, l'esposizione di incisioni di **Livio Ceschin** *Il piacere della natura - Omaggio a Herman Hesse*, inaugurata lo scorso 11 dicembre, che fa seguito alla personale ospitata nella zona di Liegi in Belgio nel Comune di Ans, patrocinata dalla Provincia e dalla città presso la sede del Castello di Waroux, dal titolo *Livio Ceschin - Musique du signe - gravures et dessins 1991-2021*, che ha aperto i battenti il 4 novembre e si è conclusa lo scorso 5 dicembre 2021. In precedenza, da metà settembre sino al 24 ottobre, l'artista è stato il protagonista dell'antologica in Villa Brandolini a Solighetto dal titolo *Livio Ceschin – Dimore di luce e vento – Incisioni e tecniche miste 1991-2021*, che ha avuto un ottimo riscontro in termini di partecipazione di pubblico e di gradimento. Come a dire: l'anno 2021, che segna il trentennale dell'attività di Ceschin, non poteva esprimere migliori rappresentazioni, in campo nazionale ed internazionale, dell'opera dell'incisore nato a Pieve di Soligo nel 1962 e formatosi presso l'Istituto d'Arte di Venezia e l'Accademia Raffaello di Urbino. Considerato **uno dei maggiori incisori italiani contemporanei**, con il suo lavoro, conosciuto e apprezzato nelle principali città europee, Livio Ceschin mostra una profonda padronanza delle tecniche calcografiche. Dal 1993 ad oggi gli sono state dedicate numerose esposizioni in Italia e all'estero, presso Gallerie e Istituti Italiani di Cultura; ha inoltre partecipato a Biennali e Triennali di grafica, tra le quali quelle di Lubiana e Cracovia. Negli ultimi anni l'artista ha realizzato importanti cartelle di grafica, tra cui quella curata con il poeta Andrea Zanzotto (2001) e quella edita a Milano con poesie di Mario Luzi e un testo di Franco Loi (2003). Dal 2002 fa parte della Royal Society of Painter - Printmakers di Londra e, dal 2016, della Fondazione Taylor di Parigi. Nel 2013 l'Istituto Nazionale per la Grafica, a Roma, e, nel 2014, il Museo Rembrandt di Amsterdam, gli hanno dedicato due importanti esposizioni. In Finlandia, inoltre, nel 2015, ha esposto le 27 incisioni acquisite dalla Collezione Pieraccini, in collaborazione con i Musei Ateneum e Sinebryschoff di Helsinki. Un curriculum di tutto rispetto, dunque, per Livio Ceschin, autentico artista di livello internazionale, protagonista anche del **docufilm *Percorsi incisi*** patrocinato dalla Regione Veneto, dal Comune di Pieve di Soligo e dalla Fondazione Benetton di Treviso, presentato a settembre al Lido di Venezia nell'ambito della programmazione degli eventi previsti nello spazio della Regione del Veneto alla 78ª Mostra Internazionale d'Arte cinematografica di Venezia, e anche di recente a Villa Brandolini nell'ambito della sua rassegna pievigina.

Talento innato, abilità unica, precisione straordinaria, una dimensione spirituale che motiva, sostiene e alimenta l'impegno personale dell'artista, visione di paesaggio e stile d'insieme: ecco gli ingredienti principali della lezione dell'artista Ceschin, con una scelta di ambienti, immagini, nature e contesti ritratti così come appaiono ai







nostri occhi, in maniera suggestiva, significativa e meritevole di ogni considerazione, così come del resto ha messo molto bene in evidenza lo storico dell'arte **Antonio Manno** intervenuto al vernissage della mostra e alla proiezione del docufilm a Villa Brandolini. Per quest'ultimo, si conferma l'impegno della rete Vite Illustri Pieve di Soligo (VIP) a promuovere all'inizio del nuovo anno 2022 una nuova occasione di visione ad un vasto pubblico del docufilm *Percorsi incisi*, al rientro in Italia di Ceschin a conclusione delle sue mostre all'estero. Si tratta di una realizzazione video davvero bella ed emozionante, nei luoghi di un paesaggio che cambia nei tempi e nelle stagioni e che ha ispirato Livio fin da bambino, tradotto attraverso la poesia di un segno inciso.

Grazie all'opera del regista **Maurizio Mottin** e di **Stefano Morini**, autore delle colonne sonore, le riprese filmiche dei suoi luoghi del cuore, sconosciuti ai più, si alternano alle immagini dei suoi schizzi a matita e a inchiostro, dei disegni preparatori e delle loro incisioni. Attraverso dodici sequenze tematiche, dense di pensieri, emozioni e sentimenti personali, si spazia dal Piave al Po, dal Cellina alle Lagune, nel susseguirsi delle stagioni, in spazi di luce e vento, immersi nella quiete e nel silenzio. E ci sono le voci fuori campo dei poeti **Davide Rondoni**, **Luciano Cecchinel** e **Fabio Franzin** e le testimonianze di scrittori e poeti come **Mario Rigoni Stern**, **Giorgio Soavi** e **Franco Loi** sul mestiere e la poetica dell'incisore, lette dall'attore **Roberto Citran**: il docufilm su Livio Ceschin diventa così **un elogio alla bellezza, una riflessione etica e culturale sul rapporto fra uomo e natura e un invito alla meditazione sul senso profondo della vita**.

Marco Zabotti





MI CHIAMO IMPOTENZA

Ma è poi vero?

Cerco di vivere il quotidiano senza lasciarmi invadere, risucchiare, in **una normale quotidianità trasformata** dopo il tempo in cui ho dovuto fare i conti con la me stessa che credevo di conoscere, ma lo confesso, sono molto, molto, preoccupata!

"Non è una novità - direte voi - *visto l'indesiderato che vaga ancora tra noi. Dobbiamo stare all'erta, non si sa mai… dove ci potrebbe colpire, personalmente e attraverso i nostri cari. E poi...!"*.

Un giorno del 2005 ho spento la TV, per la rarissima positività dei contenuti proposti, per i toni aggressivi nel comunicare notizie, al 99,5% negative, e nei dibattiti. Anche la postura dell'annunciatrice e la musica che introducevano il telegiornale ne sostenevano il clima.

Non avendola più accesa, non mi tocca perciò l'obbligo di aggiornarla per continuare la ricezione di alcuni canali, un'imposizione che riconosco molto consumistica! Da quanto mi capita di vedere quando mi trovo presso amici, non mi pare poi che la qualità delle proposte sia cambiata, anzi!

Di recente sono pure uscita da alcuni gruppi di Whathapp che avevano perso il senso iniziale, su cui passavano giornalmente messaggi che mi colpivano come onde di un violento tsunami, evento che ho sperimentato sulla mia pelle fin dai dieci anni, e che lasciavano dietro di sé sola diffidenza, paura, solitudine! Anche qui avvertivo il tono aggressivo, apocalittico, senza speranza, capace di occupare gli spazi della mia mente come dogma cui aderire, di risucchiarla, senza sollecitare un pensiero generativo.

Riconosco che già quando ero nella scuola, percepivo nelle relazioni **"il seme del sospetto"** che rendeva faticosa se non impossibile la collaborazione. Esso faceva guardare all'altro/a con occhio dubbioso, come una minaccia, un pericolo per un equilibrio falsamente stabile, come poi si è rivelato. Ma con l'arrivo dell'essere invisibile ciò è emerso, è uscito allo scoperto, gli è stato dato diritto di esistenza.

"E allora, Emanuela, è questo che ti preoccupa?", mi chiederete.

È stato faticoso mantenere un equilibrio mentale ed emotivo tra le mura di casa, con l'unico contatto con gli altri tramite videotelefono.

Mi tenevo aggiornata tutti i giorni su internet, seguivo Facebook con un ritmo da corso intensivo, pressata dalla domanda "che posso fare, come essere accanto in questo momento di fatica!?", io che non potevo assistere chi aveva necessità, problemi di salute o di gestione del quotidiano.

Mi sentivo in dovere di dare un contributo, come sapevo e come potevo: ho partecipato a ore e ore di diretta per una scuola nuova e possibile, ho creato occasioni per ritrovarsi, per non disperdersi.

A gennaio avevo iniziato la scuola di scrittura autobiografica e avevo scoperto il bello di "stare con me, presso di me e in me", in un'attenzione a me stessa che non mi ero mai concessa, abituata a mettere i bisogni e desideri degli altri sempre prima dei miei. È bastato poco, sono ritornata a quanto mi era consueto, alla zona di conforto in cui mi muovevo sicura, e quella che era una possibilità di cambiamento vitale me la sono giocata male!

Quel tempo d'isolamento si proponeva come **occasione per guardarmi dentro, per ascoltarmi**, invece l'attenzione al bisogno dell'altro/a mi ha allontanato dalla frequentazione di me stessa che avevo appena iniziato.

Il puntare gli occhi al male, il rinunciare a vedere il bene che non s'impone con le grida e il rumore, non ha però attecchito in me. Non ho una verità da offrire, piuttosto tanti interrogativi, come molti del resto, anzi come tutti, anche quelli sembrano sdoganarne in abbondanza pro e contro qualcosa. Chissà quale paura, quale insicurezza custodiscono dietro un velo!

Nell'isolamento percepivo che **ne saremmo usciti diversi**, che avremmo dovuto imparare a conoscerci nuovamente, e sta accadendo!

C'è un interrogativo che domina sugli altri, che già circolava in me nella quotidianità precedente all'attuale:

"La situazione presente oggi conviene alla nostra dimensione umana? Dove ci ritroveremo dopo lo scontro in atto tra di noi? Non è che le voragini che si aprono nella fiducia tra amici e pure tra familiari porteranno alla morte delle relazioni?".

Mai cieca a ciò che non va, ma portata a rilevare il positivo, convinta che da quello viene la forza per vivere, mi chiedo ancora:

"Come mantenere l'equilibrio in una spaccatura del terreno umano che mi fa dire che la forza diabolica del potere delle tenebre ha sferrato un potente attacco al potere della luce e la nostra umanità rischia di esserne la vittima?".

Ho convissuto per venticinque anni con un'emorragia che impoveriva la mia vita, ed è ancora una perdita di

vita quella che sperimento, impoverita dalla dispersione di alcune relazioni e di altre colpite duramente, anche se ancora non affondate. No, non è una battaglia navale sulla carta quella in atto, c'è molto di più in gioco! E se ci sarà un vincitore, non saremo certamente noi "divisi, frammentati".
Vittima di un'overdose da connessione, **ora mi connetto con il contagocce e seleziono con attenzione**. Non amo le dirette perché, e ne sono quanto mai convinta, se è vero che questa "è l'era digitale", dovremmo con onestà ammettere che è venuta l'ora, ed è questa, che l'uomo e la donna, nelle varie età, riscoprano le potenzialità che madre natura ha loro dato:

• dieci dita per toccare, indicare, tratteggiare, chiudere e aprire, trattenere e lasciar andare, accarezzare e modellare, salutare;
• due braccia per abbracciare, nuotare, remare, navigare;
• due gambe per correre, camminare, saltare, raggiungere e allontanarsi, salire e scendere;
• la possibile combinazione e sincronia tra di loro per scalare e arrampicarsi, trascinare e strisciare, elevarsi e sprofondare, estendersi e racchiudersi;
• un cervello che nel rotolare di una pietra intravede le ruote che percorrono oggi le nostre strade o che fanno funzionare numerosi ingranaggi.

No, non siamo solo il **dito** per il touch, né solo l'**occhio** che scruta uno schermo, e nemmeno un **cervello** funzionale a un prodotto, siamo molto, ma molto di più!
Siamo **cuore** che ha bisogno di una relazione che alimenta e permetta alla nostra forma originale di emergere; siamo **pelle** che percepisce tramite il contatto, **sguardo** che cattura sollecitazioni, **orecchi** che ascoltano, **bocca** che sorride e pronuncia parole che creano complicità, **mani** che danno forma, **mente** capace di pensieri di vita che dialogano tra loro.
Lo dice bene il maestro Ezio Bosso: ***"Ricordati sempre, la musica, come la vita, si può fare in un solo modo: insieme!"***. Infatti, l'orchestrazione è funzionale alla realizzazione di un concerto: ne risulta l'armonia.
E sarà possibile, se non avremo timore di accogliere in noi quegli aspetti che ci rendono simili nella nostra umanità, e da lì trarremo la forza per superare la paura, riconoscendoci fratelli e sorelle nel medesimo desiderio di vita; se usciremo dalle bolle che ci avvolgono proteggendoci e separandoci, per cercare all'esterno un punto comune su cui ripartire da zero… o forse da meno uno.

Allora sì che avrà inizio una nuova era!

Emanuela Marsura



Lu cuntu di "si raccunta"

- una lettura spirituale -

"Lu cuntu di si raccunta" è la breve e bellissima apertura della raccolta di fiabe di **Giuseppe Pitré "Fiabe, novelle e racconti popolari siciliani"** che ci tuffa nel variegato contesto urbano dei vicoli, della miseria, della povertà di una città siciliana attorno alla metà dell'Ottocento. È straordinaria la freschezza con cui, attraverso il dialetto, l'antico novelliere ci introduce nel retrobottega di un negozio, dove ha inizio per lui l'arte del narrare: *"Si riccunta e si riccunta ca 'na vota cc'era 'na mamma e 'na figghia" (Si racconta e si racconta che una volta c'erano una mamma ed una figlia)*. Segue la descrizione della miseria: *"Sta mamma avia tanti puddicini, e si nni ija a la missa, e cci li lassava a la figghia. 'Na jurnata cci dissi: «Saddaedda, Saddaedda, ti lassu sti puddicini: vidi ca ha' a scupari la casa, ha' a cunzari lu lettu, ca poi vegnu»*.

Saddaedda cunzau lu lettu, scupau la casa, poi si pigghiau un puddicineddu 'n manu; a stu puddicineddu cci misi a circari piducchieddi, linnireddi" (Questa mamma aveva tanti pulcini e quando se ne andava alla messa li lasciava alla figlia. Un giorno le disse: «Saddaedda, Saddaedda, ti lascio sti pulcini: vedi che devi spazzare la casa e rifare il letto che poi vengo». Saddaedda rifece il letto, spazzò la casa, poi prese un piccolo pulcino in mano; a questo piccolo pulcino iniziò a cercare pidocchietti e ovetti di pidocchio).

Pitré raccolse questa fiaba nel 1874 dalla bocca della piccola Mara Curatolo, una bambina di 8 anni, originaria di Erice e la pose all'inizio della sua antologia per mostrare che "**nelle fiabe nulla è arbitrario**, ma vi sono certe formule consacrate dall'uso e perpetuate dalla tradizione orale".

Ecco in breve la storia: un mercante promette la sua bottega a chi saprà raccontargli una novella senza cominciare con le parole *"si raccunta"*. Di tanti che ci provano, nessuno vi riesce se non una bambina che vince la scommessa: *«Signuri e mircanti, io sugnu vinuta pi cuntàricci un cuntu senza diri si raccunta» (Signore e mercante, io sono venuta per contarle un conto senza dire si racconta)*. Ed ecco che la bimba prende in mano un foglietto, che nella sua miseria aveva trovato spazzando per casa, e, trasformandolo in un meraviglioso contratto di sfratto, legge davanti al ricco mercante: *"Nna vota cc'era sta pulisedda/, Sta pulisedda parrava e dicia:/ «Nesci mircanti, chi la putìa è mia»" (Una volta c'era questo foglietto,/ Questo foglietto parlava e diceva:/ Esci mercante, che la bottega è mia!)*. Povertà, voglia di riscatto e fantasia si intrecciano in questa breve fiaba, capolavoro delle nostre letterature dialettali.

Mi sono chiesto, leggendo questa fiaba, se nella Bibbia possiamo ritrovare bambine così? E ho subito pensato al **Magnificat**. Vi leggiamo: *"Ha rovesciato i potenti dai troni, ha esaltato gli umili"*. Di fondo, è la stessa voglia di riscatto, lo stesso sogno che porta a fare di quel che si è scartato un regno. Il Pitré lo dice con una sequenza sonora di "p" e di "n" *"nna 'na pinnicedda cci avia 'na pulisedda, e sta pulisedda cci vinni 'n manu a la picciridda" (in una piumetta aveva un fogliettino e questo fogliettino venne in mano alla bambina)*. Il canto di Maria lo fa ogni sera, nella voce di quanti celebrano la liturgia della Chiesa. Credo proprio che sarebbe bello rimparare a recitare il Magnificat con quella stessa **voglia di riscatto, di sogno e di libertà**.

D'altronde le conclusioni sia del cantico di Maria che della fiaba di Pitré sono del tutto simili: *"E arristau chidda picciridda patruna di la putìa, e lu mircanti si nn'appi a jiri. Idda arristau filici e cuntenti…" (E quella bambina rimase padrona della bottega e il mercante dovette andarsene. E lei rimase felice e contenta)*.

Così anche il testo biblico si chiude: *"ha ricolmato di beni gli affamati, ha rimandato i ricchi a mani vuote… come aveva detto ai nostri padri, per Abramo e la sua discendenza, per sempre"*.

Questa fiaba ci insegna ad avere il coraggio di **andare oltre alle formule consuete**, oltre il "si dice" e il "si racconta", il coraggio della fantasia, il coraggio e l'intraprendenza del sogno. Ci insegna a dichiarare con meraviglia: *"ha guardato l'umiltà della sua serva… ricordandosi della sua misericordia"*.

"E lu cuntu accabbau" (E il racconto è finito).

Fr. Alberto Maria Osenga





Testimonianza

QUANDO LE NOSTRE FORZE NON BASTANO

Sono tante le persone che, nell'anonimato, si spendono per il bene. Non necessariamente volontari, ma gente che lavora e che, nel proprio lavoro, fa la differenza, perché ci mette il cuore. Il segno resta: nel bene costruito, nei sorrisi donati... Tra questi operatori gentili incontriamo **Vanna Ortolan**. La incontriamo proprio attraverso il ricordo che di lei ha chi ha lavorato al suo fianco per tanti anni, ben conoscendo la sua grinta e il suo buon cuore. Messa a dura prova dalla vita, ne è uscita più forte, perché si è scoperta sostenuta dall'Amore di Dio, che è sempre lì quando le cose sfuggono al nostro controllo, quando le nostre forze non bastano… Di questo Vanna Ortolan dà testimonianza.

Erano anni che non la si vedeva più in giro. La "forza della natura" incarnata in una donna!

Suonava il campanello della nostra ditta e, con tenacia, ironia, spirito effervescente, proponeva ad ogni contesto lavorativo il suo prossimo dipendente di categoria protetta, ossia persona con disabilità.

Diceva: "Io sono solo il tramite: aiuto questi ragazzi detti "disabili" a trovare un posto di lavoro".

Spiccia, semplice, ma il suo modo di fare vibrava di energia.

Con lei abbiamo riso, condiviso e capito tante cose. Con lei abbiamo fatto esperienza sociale di solidarietà, apertura, accoglienza. Grazie a lei abbiamo saputo cos'era prodigarsi per trovare un lavoro idoneo all'interno di una ditta che potesse soddisfare le esigenze di un disabile.

Oggi più di 90 disabili assunti per suo tramite sono ancora nella ditta, con la loro dignità, il loro stipendio, e con l'opportunità di un futuro etico, al pari delle opportunità di tutti noi cosiddetti "capaci".

Ma che fine ha fatto lei?

Vanna Ortolan, educatrice sociale dell'ex ASL7 (oggi ASL2), è ancora qui tra noi, divisa tra terre sconosciute che va ad esplorare e il suo solito sito di paesello. Non lavora più da 12 anni perché ad un certo punto, un giorno, il destino le ha riservato la "fermata obbligatoria" e il cambio-vita. Un grave aneurisma cerebrale già aperto la aspettava al varco. Racconta di aver usato tutta la sua caparbietà e la sua tenacia per sé questa volta e ha convocato angeli, arcangeli e tutto il creato (Dio in testa) per chiedere per lei il miracolo della vita che i medici avevano negato con l'operazione.

Oggi ci racconta di questo miracolo e di quanto sia grata del regalo della vita - nuova!

Nella sua nuova vita Vanna è una donna libera da impegni lavorativi, ma ancora vede spesso i suoi "handicappatini" o "mattarelli", come amorevolmente li chiama lei, perché i legami che si creano, quando si lavora con il cuore, non si dimenticano.

A chi la incontra non manca di proclamare la grandiosità di quello Spirito Santo che l'ha graziata. Se prima sentiva di aver forza sufficiente per sé e per gli altri, ora ha fatto esperienza di sentirsi sostenuta essa stessa da un forza che supera ogni forza umana, una forza che viene dall'alto, alla quale si dice profondamente grata. Non solo per essere stata restituita alla vita, quando sembrava non esserci più alcuna speranza, ma per il dono di una vita a tutti gli effetti rinnovata. Perché quando l'Amore ti tocca intimamente, tutto cambia. E senti di dover annunciare i prodigi che hai sperimentato su di te.

Vanna ora sente questa esigenza: dare testimonianza.

Da quando Dio si è preso cura di lei, cambiandola profondamente dentro, non tutte le persone che incontra la capiscono. Soprattutto chi ancora non ha fatto esperienza dell'Amore di Dio rifiuta qualsiasi accenno alla vita vera, buona, luminosa, leggera. Davanti alla potenza di Dio si sperimenta sempre anche la forza opposta: incomprensioni che a volte sfociano in maldicenze, derisioni…

Ma la forza della vita in Dio vince sempre.

Guarda e passa, non ti curar di loro. Vanna riprende questa celebre espressione dantesca per dirci che il male nel mondo c'è, non possiamo girarci dall'altra parte e chiuderci nell'indifferenza. Dobbiamo farcene carico, proprio come Gesù si è fatto carico della croce. Lì c'è tutto il senso della vita cristiana.

Con la sua testimonianza, Vanna ci dice: "Il regalo della vita è così sacro che nulla mi fa paura neanche dover affrontare le forze contrarie all'Amore di Dio. Anche il male, come tutto il resto, è solo un grammo della storia". E a voce alta urla: "Grazie Vita".



Kerigma! Il Gioco sugli Atti degli Apostoli



Durante l'edizione del Lucca Comics & Games del 2021 è stato presentato questo gioco che osserva il mondo degli Atti degli Apostoli e della formazione delle prime comunità cristiane.

L'idea è sorta nell'edizione del 2019, dopo un confronto durante un momento laboratoriale. L'Arcivescovo Paolo Giulietti, incuriosito dall'idea, ha coinvolto sia il team del Lucca Comics & Games che gli educatori della città per concretizzare il tutto.

Si tratta di un'interessante novità per la catechesi/animazione ma anche per coloro che volessero ampliare i propri orizzonti dal punto di vista religioso e culturale: **un bell'esempio di "Chiesa in uscita e creativa" tanto auspicata da Papa Francesco**.

Abbiamo intervistato **Domenico di Giorgio e Luigi Ferrini**, i game designer autori del gioco Kerygma.

Come nasce l'idea di questo gioco?

Domenico: *Subito prima del lockdown del 2020, gli amici di LuccaCrea mi hanno contattato per chiedermi la disponibilità a* ***un esperimento creativo sul gioco****, che sembrava in linea con le discussioni fatte negli anni rispetto allo scarso "prestigio sociale" di cui questo sembra godere, a dispetto del suo valore: si trattava di una collaborazione con la Curia di Lucca, una sfida particolarmente interessante, considerato anche il mio impegno personale nell'animazione parrocchiale, che porto avanti da oltre 40 anni! Gli elementi da cui siamo partiti per costruire il gioco – io e l'altro creativo che ho proposto di coinvolgere, Luigi Ferrini (che oltre a essere un caro amico e un famoso autore, è anche lui animatore parrocchiale) – sono quelli che erano stati posti come base dall'Arcivescovo e dalla "squadra" della Curia: l'obiettivo era quello di costruire una competizione che fosse comunque in grado di unire i gruppi coinvolti nella partita, e di integrare i passaggi degli Atti degli Apostoli nelle meccaniche del gioco, trasmettendo così in maniera naturale sia gli elementi "storici"che i concetti religiosi ai ragazzi,* ***aggregando la "comunità" intorno al tavolo ludico****.*

Come mai si è deciso di utilizzare un testo biblico come base di partenza?

Luigi: *Tutto il Vangelo è permeato di* ***relazione*** *e di* ***libertà****: Gesù annuncia con fermezza (e San Paolo lo ribadisce a più riprese) il primato della relazione rispetto alla Legge; la chiamata stessa dei Dodici è "perché stessero con lui e anche per mandarli a predicare" (Mc 3,14-15), segno che l'****imparare a stare insieme*** *(con Lui e tra di noi) è propedeutico e prevalente anche sull'annuncio. Non a caso la radice latina della parola "sanctus" viene da "sancire", cioè "separare": la natura del gioco come separata dal reale va di pari passo con la natura stessa di Dio, il "tre volte Santo". Tutto questo per dire che insegnare ai giovani l'attitudine al giocare è davvero un primo annuncio evangelico,*

perché educa per sua natura alla vita di comunità.

Vi siete ispirati a qualche gioco già esistente? Quali sono state le difficoltà incontrate?

Luigi: *In termini tecnici, per chi non avesse esperienza di giochi da tavolo moderni, dirò che si tratta di un* ***gioco strategico su mappa****, dal regolamento semplice e dalla durata limitata (circa un'ora): si articola su un massimo di cinque round durante i quali i giocatori predisporranno e poi effettueranno azioni sulla mappa mediante il ricorso a gettoni estratti da un sacchetto. Per i più esperti, che invece volessero qualche "tecnicismo" ulteriore, aggiungo che si tratta di un gioco di maggioranze conazioni segrete e pianificazione, una piccola componente di bag building e alcuni inserti narrativi.*

Domenico: *Le meccaniche stratificate nel regolamento sono molte, ci sono echi da Il Trono di Spade, Dominion, Near& Far... ma c'è molto di più, perché nel tentativo di soddisfare tutti i vincoli identificati dall'Arcivescovo abbiamo dovuto sforzarci di mantenere la leggerezza dell'impianto, e quindi garantire anche una serie di "effetti" più immediati, da party game.*

Avete già fatto alcuni play test con dei gruppi giovanili? Quali sono stati i feedback?

Domenico: *I playtest che hanno portato alla presentazione a Lucca, che per noi rappresentavano il terzo o quarto round di verifiche sul campo, erano già stati molto positivi: quelli effettuati con la Curia durante Lucca Comics & Games 2021 sulla nuova versione, che beneficia anche della bellissima grafica curata dall'illustratore Andrea Guerrieri, hanno confermato le* ***sensazioni positive****, e il numero di partite è stato sufficientemente alto da permetterci di evidenziare anche alcune caratteristiche sulle quali* ***stiamo ora lavorando di lima****, soprattutto rispetto al peso degli elementi cooperativi nel flusso di gioco, che verrà aumenta*to.

Quali sono le vostre aspettative sul gioco?

Luigi: *Ci aspettiamo soprattutto che il gioco… venga giocato! Purtroppo, capita spesso che qualcuno commissioni la realizzazione di un gioco "educativo" che si rivela poi essere una triste variante del Gioco dell'oca e che quindi, nella migliore delle ipotesi, viene giocato una volta e poi abbandonato. Questo non fa bene né a chi commissiona il lavoro né alla percezione del potenziale del gioco tra chi non conosce i giochi da tavolo moderni. Con Kerygma* ***abbiamo cercato di sviluppare un gioco che fosse prima di tutto piacevole da giocare e che facesse venire voglia di fare… un'altra partita****. Ci aspettiamo perciò che questo aspetto venga notato e che, sia negli ambienti ecclesiali che in quelli di appassionati di giochi, si percepisca il valore dell'intera iniziativa.*

Domenico: *Speriamo davvero che si percepiscano la passione e il lavoro che ci abbiamo messo nel farlo; non si tratta di un "prodotto promozionale", ma di un gioco realizzato* ***con grande cura, che vorrebbe aprire le porte tra mondi che normalmente comunicano troppo poco****.*

Se doveste pensare al target di pubblico ideale, quale sarebbe?

Luigi: *Il gioco si presta sia a essere utilizzato durante una attività strutturata (come un incontro parrocchiale del gruppo dei giovani), con un animatore che coordini e faccia da veicolo per i numerosi contenuti formativi presenti, sia per una serata tra amici… con il solo scopo di divertirsi!*

Carlo Meneghetti

DOMENICO DI GIORGIO - Enigmista (tra gli altri per La Settimana Enigmistica, I Giochi di Sorrisi e Canzoni, Corriere Enigmistica), autore di libri sul gioco e di strumenti ludici per la formazione (come Kéiron: gioco e formazione. Didattica divertente e training efficace, Meridiana 2012, curato con Marco Donadoni) e libri gioco (come Facchetti celo, Giubertoni manca!, Qualitygame 1996), fondatore e direttore editoriale della rivista GiocAreA e dei seguiti Un'Altra Cosa e GiocAreA On Line, ma soprattutto della casa editrice dV Giochi/daVinci Games, per la quale ha anche sviluppato giochi come BANG!, Viva il Re! e Beetlez, pubblicato come autore Lupus in Tabula (2001), Abracadabra (2004, con Roberta Barletta), Lupusburg (2009) e La vendetta della Lupa Mannara (2011, con Andrés J. Voicu), e curato dal 2004 il concorso di Lucca Comics & Games GiocoInedito.

LUIGI FERRINI - Informatico, fumettista, animatore di Azione Cattolica, autore di giochi: i suoi più noti sono Reggi un Attimo! (1996), Moby Pick (2004), The Golden Ages (2014), Zagor (2016), Black Skull Island (2018), Ensemble (2021). Ha pubblicato in Italia per dV Giochi, Ergo Ludo Editions, Ghenos Games e Qualitygame e sulle riviste GiocAreA, Kaos, IoGioco e Un'AltraCosa; in Germania per AMIGO e Schwerkraft Verlag; negli Stati Uniti per Ares Games, Mayfair Games, Pressman Toy Corp. e Stronghold Games; in Francia per Matagot; in Polonia per Lucrum Games e Strawberry Studio; in Spagna, Portogallo e Sud America per MasQueOca; in Giappone per Arclight.

Ricreare il presente, creare il futuro

Se ci fermiamo alle evidenze delle ultime notizie di ogni giorno, per non entrare poi nelle particolarità della nostra vita quotidiana, potremmo definire la vita una tragedia. O dire che la vita è offesa e vilipesa proprio da noi. Nel mentre, più o meno cortesemente, andiamo scambiandoci tutti gli accidenti possibili, senza limiti nell'uso della fantasia…

È innegabile l'evidenza del tutti contro tutti e tutto alla quale siamo giunti. Forse senza rendercene conto stiamo procedendo anche contro noi stessi. Siamo spesso irritati e risentiti in modo incontenibile fino all'auto esasperazione.

Giudicate voi a quale "felice" risultato ci porta tutto questo.

Se non ci ripensiamo seriamente nei modi del nostro proporci e agire siamo vittime di quell'orrore che un giovane denuncia e descrive nello scritto che riporto a conclusione.

Nonostante la situazione sperimentata e descritta, **io credo che la vita sia meravigliosa quanto imprendibile**. Sì, imprendibile fanciulla che ama farsi desiderare, corteggiare, rincorrere, pensare nella sua bellezza, non sempre così palese; essa si forma, si trasforma ed è senza forma. Vita che sfugge alle righe dell'ordine, incontenibile! La vita crea anche qualche problema, ma resta comunque vita anche quando esce dalla bocca del moribondo; lascia solo ciò che si decompone e diventa **respiro senza fine**. Anche un pensiero si decompone per opera di un altro pensiero, ma non la vita. Vita è la parola immortale che ti gira nel cuore per generare altra vita. Tu puoi chiudere o aprire la porta alla vita, ma in ogni caso essa resta vita; puoi mortificarla, deluderla, rattristarla, violentarla, ma comunque non si elimina la vita!

E allora noi siamo solo contenitori passivi della vita? No, il nostro respiro ne fa parte; noi siamo il suono, il pensiero della vita, fino a quando la riconosciamo vita.

La vita in te è presenza e vicinanza; canta, soffre, la vita; cammina, si svela, si ferma, la vita; e poi riprende l'avventura dell'eternità. È gravida di te la vita!

Eppure, a volte, pur viventi, si è già moribondi e, moribondi, si è già viventi.

"Il nostro tempo è limitato per cui non lo dobbiamo sprecare vivendo la vita di qualcun'altro. Non facciamoci intrappolare dai dogmi che vuol dire vivere seguendo i risultati del pensiero di altre persone. Non lasciamo che il rumore delle opinioni altrui offuschi la nostra voce interiore e, cosa più importante di tutte, dobbiamo avere il coraggio di seguire il nostro cuore e la nostra intuizione. In qualche modo essi sanno cosa vogliamo realmente diventare. Tutto il resto è secondario". (Steve Jobs)

Questo nostro tempo, proprio adesso, tra le righe delle notizie, ci dice che è il momento giusto per ripartire dalla sana consapevolezza, dalla conoscenza e dalla comprensione di ciò che sta accadendo dentro e attorno a noi, dei significati e delle possibilità.

Dunque cos'è per te la vita? La finestra a tramoggia o il balbettio dell'attimo che apre? Con questi miei immediati pensieri provocati dalla lettura dello scritto di **Giacomo Merlino**, un giovane **diciottenne** pordenonese, propongo **il suo pensiero**, premessa a un uomo di valore che ha il coraggio di essere se stesso, di pensare, e così, di stimolarci a vivere da protagonisti, veramente.

L'uomo primitivo ha sempre vissuto in caverne e luoghi che offrissero un riparo sicuro e protezione. Riempiva questi luoghi con una quantità enorme di immagini: era il così detto horror vacui, ovvero la paura del vuoto. È proprio questo che lo spingeva a dipingere graffiti alle pareti.

Oggi, invece, sembra avvenire l'esatto contrario: mentre nel passato cercava di colmare ogni spazio di un mondo a lui ignoto, come per renderlo "amico" e "familiare", ora l'uomo si trova circondato da troppe idee, troppe immagini, troppo spazio riempito.

Nella preistoria si rappresentavano scene di vita quotidiana e, come trovandosi di fronte ad una "tela bianca", il pittore poteva sfruttare la sua immaginazione senza alcun limite.

Completamente diverso dalla nostra era, nella quale la nostra mente, stordita da milioni di idee ed informazioni, si trova ad arrancare alla ricerca del vuoto che si è tanto impegnato a colmare. Lo ricerca, quasi ossessionato; vuole trovare della pace, un luogo dove possa finalmente sentirsi libero di respirare a pieni polmoni. Mentre qui si trova e si sente "incatenato". Questa prigione ideale si trova ormai ovunque e limita il suo pensiero. Con l'arrivo di internet e dei social media poi, questo horror pleni è stato ancora più accentuato ed è aumentato il rumore che frastorna l'uomo: qui può trovare di tutto, ideali, idee che cercano di condizionarlo e persone che cercano di attrarlo unicamente con lo scopo di aumentare la loro fama. La pubblicità si trova ovunque e non lascia un attimo di scampo. Milioni di voci che urlano nelle stesse direzioni, ed il povero uomo non può far altro che portarsi le mani alle orecchie, cercando una sola cosa: il silenzio. Questo, essendo accompagnato al vuoto, è anch'esso molto raro e prezioso, quasi un privilegio.

In questo mondo fatto ormai solo di rumore, è possibile però trovare consapevolezza e vie di scampo: è necessario fondare la propria vita non su questo "pieno vuoto", ma su qualcosa fatto di vera sostanza. Qualcosa che non rischi di crollare con il passare del tempo. L'uomo necessita, per un suo bisogno, di circondarsi di vere persone. Amici che non lo stordiscano, ma che lo facciano Vivere. La compagnia di questi è fondamentale, è la sola cosa che lo fa fuggire da questo "pieno". Con loro è possibile abbandonare la civiltà, ma non diventando selvaggi: spesso è la civiltà stessa ad essere selvaggia, una giungla, e quindi, come se si arrivasse sulla vetta di una montagna, ci si può finalmente girare e guardare tutto da lontano e tirare un sospiro di sollievo. Questo è, oltre che liberatorio, anche vitale: senza di questo non perde solo un luogo dove potersi lasciar andare per essere sé stesso e svuotare la sua mente da tutta la tempesta che sempre lo circonda, ma rischia di divenire un "nulla", perché proprio su questo si fonda la sua vita.

L'uomo di oggi, concludendo, ha bisogno di fuggire da tutto il pieno opprimente intorno a lui, ricercando un attimo di vuoto che lo "colmi" di Vita Vera e di uno spazio libero dove il pittore possa ricominciare a dipingere.

Massimo Buset
(poeta e scrittore pordenonese)

con il contributo di
Giacomo Merlino



In foto: Giacomo Merlino

CONSAPEVOLEZZA

La vita è ciò che ti accade mentre sei tutto intento a fare altre cose.
John Lennon

Molto probabilmente sarà capitato anche a te di fare, magari in auto, un percorso abituale per andare al lavoro o per ritornare a casa, e quando arrivi a destinazione realizzi di aver fatto tutto il tragitto senza rendertene conto.
Il cervello umano è abituato a lavorare con circa 2,2 milioni di bit al secondo di informazioni; di questi 2,2 milioni di bit, quelli che gestiamo in modo consapevole sono circa 134 bit al secondo, vale a dire lo 0,000097%.
Ora faremo un po' di chiarezza sui termini "consapevolezza" e "inconsapevolezza".
Probabilmente anche tu, fin dalla più tenera infanzia, sei stato educato, ma io preferisco usare il termine "addestrato", con una serie di ordini ben precisi che possono essere raccolti in due grandi categorie:

1) Devi fare questo!!! Se lo fai ricevi un premio mentre se non lo fai, in un modo o nell'altro, prima o poi sarai punito.
2) Quest'altro non lo devi fare!!! E se lo fai, in un modo o nell'altro prima o poi sarai punito.

La chiarezza, la semplicità e la validità delle due regole talvolta era messa in dubbio dai comportamenti delle stesse persone che te le avevano imposte e che non le rispettavano, ma questa era una questione che usciva dalle tue possibilità di intervenire.
Con il sacrosanto intento di non essere punito, hai fatto del tuo meglio per rispettare queste due regole e ben difficilmente ti sarai posto delle domande sul *perché*, al di là di premi o punizioni, questo lo dovevi fare mentre quest'altro non lo dovevi fare.
È stato in questo modo che hai creato dentro di te **una serie di automatismi** con l'obiettivo di ricevere i premi ed evitare le punizioni, senza prestare particolare attenzione a ciò che stavi facendo e a come lo stavi facendo mentre lo stavi facendo. Con tutta l'attenzione rivolta ai possibili risultati futuri, ti sei abituato a vivere senza essere consapevole di ciò che stai facendo mentre lo fai.
Con la parola *consapevolezza* si intende la capacità di rendersi conto di quello che sta accadendo nel momento esatto in cui sta accadendo. Gran parte di ciò che facciamo, lo facciamo seguendo degli automatismi mentre con la mente siamo impegnati a rincorrere mille altri pensieri.
Lo vediamo, ad esempio, con la respirazione: poiché respirare è naturale, lo facciamo automaticamente; allo stesso modo, molto probabilmente, mangiamo, beviamo, e anche quando camminiamo o guidiamo l'auto o addirittura lavoriamo, lo facciamo in modo meccanico, automatico.
In questo modo non solo ci è più facile commettere errori (facciamo una cosa mentre stiamo pensando ad altro), ma, cosa ancora più importante, non ci rendiamo nemmeno conto di ciò che stiamo vivendo e di come lo stiamo vivendo.
Non ci accorgiamo che un certo malessere, un certo disagio è provocato da un'emozione che ci sta avvisando di qualcosa che non va come dovrebbe andare; non siamo in grado di riconoscere l'emozione, non siamo in grado di capire quale ne sia la causa, non abbiamo quindi nessuna possibilità di trovare la corretta risposta strategica, sentiamo solo il disagio e inconsapevolmente continuiamo come se nulla fosse e lo stress prospera.
Se da bambini è molto più facile seguire automatismi, perché la nostra sopravvivenza dipende molto dalle "dritte" dei grandi, crescendo, ci rendiamo *consapevolmente* conto che, nella nostra quotidianità, ben difficilmente ci capita di essere in pericolo di vita, ma *inconsapevolmente* il nostro organismo reagisce come se ciò fosse vero; è proprio ripetendo questa reazione esagerata che noi stessi ci creiamo quell'atmosfera di stress che spesso ci avvolge.
Il primo passo da compiere quando ti trovi in difficoltà è quello di diventare consapevole che, esprimendo un giudizio, accenderai la miccia dello stress. Questo semplice atto di consapevolezza ti permette di attivare tutte le **contromisure** necessarie ad evitare irrimediabili conseguenze.
Magari non ci credi, allora non ti resta che sperimentarlo: sono sufficienti 3 o 4 respirazioni profonde per spegnere la miccia. Queste semplici **respirazioni profonde**, che portano ossigeno al cervello, ti permettono di ragionare sulla questione: non sei in pericolo di vita, aggredire qualcuno non ti offrirà nessun beneficio, non devi difenderti da qualcuno che ti vuole squartare, non devi fuggire da nessuna parte e, pertanto, non hai alcun motivo di agitarti, puoi mantenere la calma e valutare serenamente quale possa essere la soluzione migliore alla seccatura che hai di fronte.
Questi ultimi due paragrafi dovresti

riscriverli per un centinaio di volte tutti i giorni per almeno un mese così da creare una memoria cellulare nel tuo organismo; non lo dimenticherai più.
Lo so che ben difficilmente metterai in pratica quest'ultimo suggerimento, per questo nei prossimi giorni molto probabilmente continuerai a stressarti inutilmente per qualsiasi sciocchezza poi, ricordando quanto hai letto, inizierai a metterlo in pratica ogni tanto, e ogni volta resterai sorpreso constatando che questa semplicissima azione funziona.
Purtroppo non avendo ancora creato l'automatismo che ti consente di farlo ogni volta, ti capiterà ancora di stressarti in situazioni che non lo richiedono affatto. Un po' alla volta, se continuerai a mettere in pratica questo semplice accorgimento, imparerai che **anche nella più fastidiosa delle situazioni, invece di perdere tempo e pazienza per giudicare che cosa sia accaduto o chi lo abbia fatto accadere, è molto più utile fare tre o quattro respiri profondi e cercare di capire che cosa puoi fare per risolvere la questione nel modo migliore e più rapido possibile**.

Quando ti trovi in un momento di difficoltà, invece di farti trascinare dalle emozioni, fai 3 o 4 respirazioni profonde che portino ossigeno al cervello; avrai così modo di comprendere la situazione e anziché reagire inconsapevolmente potrai decidere a mente serena come comportarti.

Daniele Berti

NOTA SULL'AUTORE

Dopo averci consegnato, con largo anticipo, questo suo ultimo articolo, Daniele Berti, all'inizio di questo nuovo anno, è venuto a mancare. Avrebbe compiuto 70 anni. Ci allieta pensare che, anche collaborando con noi, egli abbia potuto fino all'ultimo coltivare il suo sogno di "insegnare" la felicità. E noi, di certo, abbiamo raccolto i suoi stimoli facendone tesoro per la vita. Perché, come amava dire, «quando impari a essere felice la tua visione della vita e del mondo cambia». L'importante è non scambiare la felicità per delle emozioni passeggere che vanno e vengono con gli alti e bassi della vita. La felicità, al contrario, è una costante: è una scelta, una decisione; e non è l'effetto di quel che ci capita ma il punto di partenza per far fronte alle sfide inattese e realizzare nel modo migliore qualcosa di nuovo. Siamo certi che è così che Daniele Berti ha sostenuto la sua malattia, con profonda serenità: quella di chi ha scoperto che «non saremo felici quando non avremo più problemi, ma imparando a essere felici ci sarà molto più facile affrontare tutti i problemi». Anche se la risoluzione delle difficoltà non è in nostro potere, quel che possiamo decidere è come starci dentro; ed è qui che si gioca la qualità del tempo che ci è dato da vivere.
Daniele Berti ha dedicato a questi temi gran parte della sua vita, studiando tenacemente la filosofia classica e contemporanea e insieme accostandosi alla psicologia e al campo delle neuroscienze. Dopo anni di formazione e di ricerca è diventato counselor ad indirizzo Gestaltico Integrato secondo lo standard europeo EAC, ambasciatore italiano di Action for Happiness e della Laughter Yoga University e formatore accreditato per corsi ECM di formazione continua in ambito sanitario. A Vittorio Veneto (e poi anche in altre sedi) ha aperto la Palestra della Felicità. Collaborava anche con enti ed aziende pubbliche e private per diffondere le tecniche per la gestione dello stress e promuovere felicità e ben-essere sul posto di lavoro e, più in generale, nella vita.
A tale scopo ha realizzato il video-corso "Felicità: le 4 leggi per vivere felici senza ansia, preoccupazioni e stress" (disponibile online) e pubblicato tre corposi libri "Manuale di Felicità: Teoria e Pratica", "Da Homo Sapiens a Homo Felix" e l'ultimo uscito durante la pandemia "Covid o VUCA? Ansia e stress (sotto stress sei stupido ma) puoi guarire".
Ricordiamo il suo sorriso, quello di un uomo che davvero incarnava quel che insegnava con intelligenza e sensibilità. E lo ringraziamo, ovunque egli in questo momento sia.

La Redazione



ATTIVITÀ FISICA ADATTATA E TERZA ETÀ

La **Terza Età**, per definizione, è la fase più prossima al termine della vita di un individuo e di norma il suo inizio coincide con l'uscita dal sistema lavorativo e con la perdita di ruoli sociali significativi (Ulss 4, Veneto Orientale) e **comincia intorno ai 65 anni**. Tuttavia questa soglia si sta alzando a causa dell'allungamento della vita media, del più alto tasso di educazione, del miglioramento delle condizioni medie di vita, del progresso medico, etc., tanto da introdurre addirittura la terminologia di "Quarta Età". Questa fase della vita porta con sé un naturale processo di invecchiamento, ovvero un progressivo ed inevitabile decadimento di varie funzioni corporee ed organiche; ne sono coinvolti diversi apparati: cardiocircolatorio, respiratorio, muscolo-scheletrico, renale, endocrino, sistemi nervoso, immunitario, etc. La buona notizia è che **è possibile rallentare tale decadimento** e adeguarlo ad uno stile di vita quanto più possibile vicino a quelli che sono i desideri dell'individuo: il bisogno di indipendenza, il mantenimento della socialità, il mantenimento di un benessere psico- fisico coerente con le attività che si desiderano svolgere e che consentano di coltivare anche le relazioni affettive (passare del tempo con i nipotini, fare un viaggio con il/la compagno/a, etc.).

Ma esistono delle **strategie** per mettere in atto questo rallentamento?

L'attività fisica è, senza ombra di dubbio, uno strumento di grande efficacia e con risvolti positivi che non riguardano solamente l'apparato muscolo scheletrico. In particolare, l'**Attività Fisica Adattata (AFA)** è la soluzione più indicata in questo senso, in quanto tiene conto di tutti i fattori di invecchiamento sopra citati. Questo ramo della *Scienza dell'Esercizio Fisico* si occupa, infatti, di trovare i metodi e i mezzi di allenamento più indicati e specifici per fasce di popolazione (età evolutiva, età adulta, terza età), ma anche per popolazioni speciali (patologici di diversa natura, diversamente abili, etc.). Con particolare riferimento alla Terza Età, gli effetti **benefici** dell'AFA sono molteplici, quali per esempio:

• riduzione del rischio di sviluppo di malattie a carico del sistema cardiovascolare (cardiopatia ischemica, ipertensione arteriosa, ecc…ed altre patologie cardiovascolari);

• miglioramento dei livelli di stress e riduzione del rischio o dei livelli di obesità;

• miglioramento di stati patologici come diabete, ipercolesterolemia;

• prevenzione di condizioni potenzialmente invalidanti quali osteoporosi, osteopenia e sarcopenia;

• prevenzione dal rischio di cadute (uno dei fattori invalidanti più frequenti nella Terza Età, secondo i dati Istat);

• prevenzione e rallentamento del decadimento mentale;

• e molti altri.

Naturalmente, l'Attività Fisica Adattata alla Terza Età non può prevedere le stesse metodiche e tipolo-

gie di allenamento rispetto ad una persona adulta under 65, ma si adatta e si adegua rispetto all'età e alle sue specifiche esigenze. Per esempio, dati i tempi di recupero mediamente più lunghi rispetto ad un adulto under 65, è particolarmente consigliata l'**attività aerobica** (camminata, bicicletta, ballo), tuttavia, è importante anche un lavoro di **mantenimento della forza** al fine di rallentare il decadimento muscolare che è importante per tutte le attività quotidiane, dall'alzarsi facilmente da una sedia al fare le scale. L'allenamento della forza va però sapientemente dosato, tenendo conto degli adattamenti e dei tempi di recupero che aumentano con l'avanzare dell'età. Anche l'**allungamento muscolare** è di fondamentale importanza, vista la tendenza in Terza Età a periodi più lunghi di staticità (seduti o distesi), ma è possibile utilizzare gli esercizi di allungamento anche per mantenere la muscolatura ed evitare la sarcopenia (riduzione del volume della massa muscolare). Tuttavia anche questo aspetto va dosato all'interno di un programma che tenga conto dei bisogni dell'individuo, delle sue problematiche (patologiche e non) e dei suoi obiettivi.

Ci sono delle situazioni gravi e particolari, per fortuna non frequenti, in cui l'Attività Fisica Adattata ha delle "controindicazioni", per esempio in situazioni di angina instabile, riacutizzazioni di scompenso cardiaco, blocco atrio-ventricolare di terzo grado, nuove recenti alterazioni dell'elettrocardiogramma, recente infarto del miocardio, o aritmie non controllate con la terapia, ma tali casi sono veramente pochi.

Per trarre vantaggio dell'AFA è importante che questa attività venga inserita **gradualmente** ma **costantemente** all'interno della vita quotidiana. È importante renderla un'abitudine tanto quanto lo sono tutte le altre normali attività quotidiane. Solo in questo modo i benefici si renderanno evidenti, e tale miglioramento creerà un circolo virtuoso di benessere a cui difficilmente la persona vorrà rinunciare.

Il servizio di Attività Fisica Adattata è attivo presso lo Studio Nutrigenimed in via D. Manin a Conegliano (TV). Il dott. Alberto Padovan lo svolge sia in loco, con attrezzi e strumenti specifici idonei, sia a domicilio per quanti siano impossibilitati, per motivi di salute o logistici, a recarsi in studio.

Per informazioni e appuntamenti :
330-664449
info@nutrigenimed.it

dott. Alberto Padovan
Personal trainer-chinesiologo,
collaboratore Nutrigenimed.

NutrigeniMed
CENTRO DI NUTRIZIONE,
DIMAGRIMENTO
E RIEDUCAZIONE ALIMENTARE.

CUCINARE CON...
LE NOCI

UNO SGUARDO ALLA TRADIZIONE

La frutta secca nella cucina italiana ha, da sempre, un ruolo rilevante, ed è ricca di sostanze benefiche per l'organismo.

In passato la produzione di noci in Italia era sostanzialmente limitata alla regione Campania, che è ad oggi una delle regioni italiane più famose per la coltivazione delle noci (noce di Sorrento). Negli ultimi anni però si è diffusa anche in Veneto e in Emilia Romagna.

In Veneto i primi impianti di noceti risalgono al 1993, in provincia di Venezia, Treviso e Rovigo, con la varietà "Lara" proveniente dalla Francia centrale: il microclima e altri particolari caratteristiche del territorio veneto conferiscono al frutto peculiarità di gusto e sapore.

La nostra regione può andare fiera della sua produzione di noci, che complessivamente fa il 30% del prodotto nazionale. Sono nate e si vanno rafforzando due grandi organizzazioni di produttori: il Noceto, che comprende produttori di Venezia e Treviso, e Nogalba, nell'area di Rovigo.

UNO SGUARDO ALLE PROPRIETÀ

La frutta a guscio, in genere, è nota per il suo alto valore energetico dato dall'elevato contenuto di grassi, quasi tutti buoni (omega 3 e omega 6). Ma le noci non sono solo questo: contengono anche proteine (8-22%) e numerose sostanze amiche della salute, come per esempio polifenoli, vitamine e minerali (magnesio, fosforo, potassio, calcio, rame, zinco e ferro).

I benefici delle noci, infatti, sono molteplici: azione cardiotonica (agiscono sul tono muscolare ed elastico dei vasi, favorendo la circolazione arteriosa), azione sul sistema nervoso (proprietà antianemiche, antispastiche, sedative e antiinfiammatorie, aiutano in caso di condizioni di affaticamento mentale), e abbassano il colesterolo.

Nella quantità di 2-3 noci al giorno esse esplicano al meglio queste azioni.

E ORA... AI FORNELLI!

In cucina la noce, dal gusto dolce e amaro, si presta a molte ricette salutari: al naturale come spuntino sano (anche per gli sportivi), nello yogurt per una colazione ricca di energia, in aggiunta alle insalate e a tutti i piatti per un tocco croccante e saporito, oppure inserita creativamente nelle salse che accompagnano primi o secondi piatti, o in dolci gustosi! Prima ancora di arrivare a maturazione, le noci possono anche essere impiegate per ottenere confetture o il caratteristico liquore "nocino".

Qui vi proponiamo due ricette: una dolce, per una colazione sana e ricca di energia per iniziare al meglio la giornata; e una salata, per dare un tocco in più ad un secondo di carne.

BOWL ENERGETICA CAFFÈ E NOCI

Procedimento | La sera prima, preparare la base mescolando nella bowl i fiocchi di avena con 4/5 cucchiai di acqua in modo da farli unire e creare una base compatta. In un'altra ciotolina unire lo yogurt greco con il caffè precedentemente preparato e lasciato raffreddare, mescolare e creare una crema omogenea. A questo punto unire nella bowl lo yogurt al caffè e far riposare in frigo tutta la notte (se si prepara per merenda, saranno necessarie almeno 2 ore di riposo). Il giorno dopo, unire alla bowl la pera tagliata a tocchetti e le noci spezzettate per fare il pieno di vitamine, omega 3 e antiossidanti. La bowl energetica sana e nutriente è pronta per iniziare la giornata con il piede giusto!

Ingredienti

- 30 gr fiocchi di avena
- 30 ml acqua
- 150 yogurt greco
- 1 tazzina di caffè zucc.
- 50gr pera
- 3/4 noci



SCALOPPINE ALLE NOCI

Procedimento | Unire in un mixer le noci, lo yogurt, il latte, la farina, sale e pepe, e frullare il tutto. Scaldare un filo d'olio in una padella e adagiare le fettine di vitello, facendole rosolare da entrambi i lati e salare. Appena le fettine saranno rosolate aggiungere la crema e coprire la carne. Cuocere a fuoco basso circa 10 minuti. Se la crema dovesse ritirarsi troppo possiamo aggiungere poca acqua calda.
Impiattare e servire con una spolverata di pepe e noci spezzettate.

Ingredienti (2 persone)

- 4 fettine di vitello
- 10/15 noci
- 50gr yogurt greco
- 50ml latte
- 1 cucchiaio di farina
- olio extravergine d'oliva q.b.
- sale q.b.
- pepe q.b.



Foodsore
DUE SORELLE UNA PASSIONE



QUALBUONVENTO
CERCA COLLABORATORI

per continuare a crescere con la gente tra la gente...

- **Hai una buona notizia da segnalare**
  o una bella esperienza da raccontare?

Scrivi con noi!

redazione@qualbuonvento.com

- **Hai tempo da dedicare?**

Aiutaci a distribuire la rivista!

Per implementare la nostra rete di distribuzione e trovare ovunque
tutto il positivo che cerchi!

Contattaci a:

redazione@qualbuonvento.com

0438-430698

Vieni a trovarci in sede:

Via Ungheresca Sud, 22 - SAN VENDEMIANO (TV)







Ringraziamo tutti i sostenitori che in questi anni ci hanno aiutato in tanti modi a realizzare il progetto

QualBuonVento.com

Se vuoi, puoi farlo anche Tu!



con la tua AZIONE

Puoi scrivere articoli, segnalare notizie positive o distribuire la rivista



con la tua PREGHIERA

Ti chiediamo di pregare per noi e per l'efficacia della nostra missione



con la tua OFFERTA

Puoi fare un'offerta
Banca della Marca IBAN:
IT28G0708461880000000201428
Causale: Qualbuonvento.com

redazione@qualbuonvento.com 0438.430698