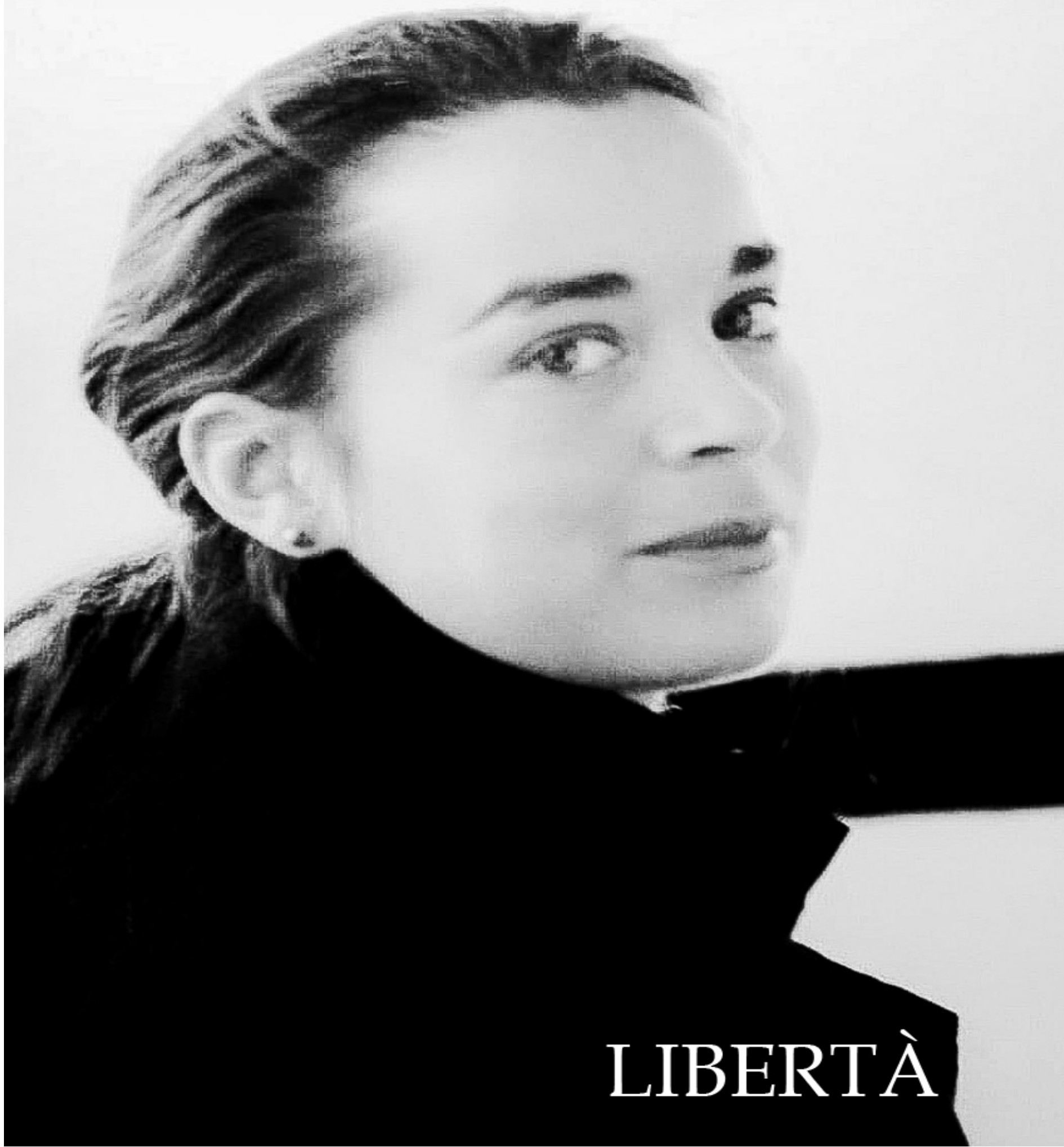


CERCHIO APERTO

Tri Agun News

Riflessioni e racconti del Centro Diurno di Lecco



LIBERTÀ

ANTEPRIMA

Francesca Bartellini Moech è regista, drammaturga, sceneggiatrice e attrice italiana di teatri e cinema, attualmente insegnante a Parigi di tecnica di recitazione. Il 27 Dicembre 2021 pubblicava su Facebook questo aneddoto in cui ricordava un episodio della sua infanzia, dove si sentì libera di affermare la sua identità di piccola donna.

Approfittiamo per ringraziarla di aver accettato di utilizzare la sua immagine come simbolo di libertà per il nostro magazine.

POST IN ITALIAN AND ENGLISH -

Ho accettato di mettere in copertina questa foto scattata dal grande fotografo amico da sempre Jacek Soltan (quando avevo 27 anni) alla rivista "Cerchio Aperto" del Centro Diurno di Lecco dove Jacek è stato molto aiutato ed adesso ritornato se stesso, collabora a questa rivista come art director e photoeditor. Jacek Soltan è rappresentato da note gallerie internazionali. E' un artista eccezionale con un'anima fragile come spesso accade.

Jacek ha associato a questa immagine la parola LIBERTA' e devo quindi raccontare un aneddoto della mia infanzia per mostrare quanto Jacek abbia colto nel segno. All'età di 8 anni cambiammo di casa. Nella casa di prima io ero libera di disegnare sui muri nella mia stanza, ma in questa nuova mia madre mi impose una regola che io accettai (riluttante). Mi avrebbe messo un grande cartone sul muro su cui avrei potuto scrivere qualsiasi cosa volessi. E la prima cosa che scrissi con pennello intriso di vernice fu W LA LIBERTA'.

In questi tempi burrascosi e ingiusti pieni di bugie questa è una storia da ricordare.

I agreed to put on the cover this photo taken by the great photographer and lifelong friend Jacek Soltan (when I was 27 years old) at the community help magazine in Lecco where Jacek was greatly helped and now back to his old self, he runs this magazine as art director. Jacek Soltan is represented by two well-known international galleries. He is an exceptional artist with a fragile soul, as is often the case.

Jacek associated this image with the word FREEDOM and I must therefore tell an anecdote from my childhood to show how Jacek has hit the nail on the head. At the age of 8 we moved house. In the old house I was free to draw on the walls in my room, but in this new house my mother imposed a rule on me which I accepted (reluctantly). She would put a big cardboard on the wall on which I could write whatever I wanted. And the first thing I wrote with a paint-soaked brush was I LOVE FREEDOM.

In these turbulent times, unjust and full of lies this is a story to remember.



Francesca Bartellini
sul palco

SOMMARIO SOMMARIO SOMMARIO SOMMARIO

STORIE

Essere moglie, madre, figlia

Musica è libertà

La libertà di dire No

La mia strada verso l'ecosostenibilità

SAGGISTICA

La libertà secondo Hannah Arendt

Ipazia, storia di libertà

ARTE CULINARIA

Amore in cucina:
il genio dello zafferano

LETTERA APERTA

Intervista a Loris Lazzati

Parola ai lettori

Educazione e libertà

FILM DA VEDERE IN LIBERTÀ

LA REDAZIONE

Gli avvenimenti che hanno toccato le nostre vite

Frammenti di.... LIBERTA'

Luigi: andare in bicicletta verso mete sconosciute mi apre nuovi orizzonti di libertà facendomi dimenticare la fatica.

Massimo: mi sono sentito più libero dal giorno che ho imparato a dire dei "No".

Aida: mi ricordo quando ero piccola e mio papà mi insegnava a nuotare, è stato il momento in cui lui mi ha lasciato galleggiare da sola mi sono sentita libera come un pesciolino.

Claudia: quando pratico giocoleria mi sento completamente libera.

Elisa: mi sento libera quando mi sento me stessa.

Pietro: quando posso studiare ciò che mi piace senza essere valutato da qualcuno.

Vittoria: libertà è cantare.

Paola: libertà di scelta.

Nadia: quando sto con il mio gatto sul letto mentre fa le fusa.

Jacek: arte è libertà, libertà è arte, arte e libertà, libertà e arte

La redazione di "Cerchio Aperto " ringrazia la CGIL del contributo economico elargito per la realizzazione del magazine.

ESSERE MOGLIE, MADRE, FIGLIA



Se sei donna e hai la sfortuna di nascere in Afghanistan, la tua vita è dura e faticosa. Sei la schiava di ogni uomo, sia padre che fratello, devi sposare l'uomo che la tua famiglia sceglie per te e se non vuoi, vieni picchiata e uccisa. Anche da noi la donna è stata sfortunata.

Da gennaio ad oggi le donne uccise sono 86. Queste morti sono tutte per mano degli uomini. Violenza non è solo essere picchiata, ma essere anche violata nella psiche vivendo quotidianamente paura e terrore. Passi delle giornate nere dove non vedi vie di fuga e ti senti in gabbia senza libertà.

Dopo tutto questo mi chiedo, che differenza c'è tra le donne occidentali e le donne Afghane? Penso che non ci sia nessuna differenza e in ambedue i casi la donna non è libera di esprimere la propria identità, i propri gusti e i propri desideri.

Nella nostra cultura la donna veste un ruolo multifunzionale spesso si trova ad essere moglie madre e figlia altre volte si trova come me a dover confrontarsi con la sofferenza psichica.

Prima della malattia mi sentivo libera e indipendente nella gestione della mia quotidianità.

D'improvviso mi ritrovai a dover dipendere dalla mia famiglia in tutto e per tutto. Mi sentivo ingabbiata nel presente senza un futuro in cui sperare di poter tornare ad essere la donna che ero prima, etichettata dentro lo stereotipo di una persona malata.

di Nadia Colombo

MUSICA LIBERTA'



Era il 26/6/2001 quando, mentre viaggiavo in auto da solo sulla Valassina, vissi un'esperienza particolare e spaventosa nel medesimo tempo.

A un certo punto ebbi la sensazione che il mio fisico stesse trasformandosi e diventando abnorme.

Il mio cranio e le mie ossa si espandevano e i vestiti diventavano stretti, il respiro mancava e la paura era immensa.

Per un minuto fui in balia totale di questa spiacevole sensazione.

Mi fermai in una piazzola e mi guardai allo specchio per vedere le mie sembianze come si erano modificate.

Con sorpresa mi vidi più gonfio in viso e impacciato nei movimenti.

Dopo questo tempo di terrore ripresi il respiro ma mi ritrovai smarrito e disorientato nei sentimenti e nelle emozioni e spaventato del giudizio delle persone.

Riuscii ad arrivare a casa nella mia cameretta dove cercavo pace ma non la ritrovai, mi sentivo prigioniero del mio corpo.

In quel periodo lavoravo in una ditta di informatica ed ebbi grossi problemi relazionali tanto che diedi le dimissioni.

Non ero più libero di essere me stesso!

Chiesi aiuto ai fratelli della chiesa che mi invitarono a lodare il Signore attraverso la musica, il canto e l'armonia della chitarra.

Un canto in particolare iniziava così: " Il dolce suono della tua voce parla al mio cuore....."

Mi sentivo spiritualmente libero e sereno, la melodia e l'armonizzazione delle note con la voce del coro, aprivano spazi di benessere e accettazione di sé. Vivevo frammenti di libertà e sentivo i brividi sulla pelle per la gioia.

Le vibrazioni della chitarra mi tenevano compagnia" Vivo per lei perchè mi dà pause e note in libertà, ci fosse un'altra vita la vivo, la vivo per lei attraverso la mia voce si espande e amore produce.... vivo per lei che spesso sa essere dolce e sensuale...."

Dopo vent'anni da quell'episodio continuo a nutrirmi di musica provando sempre piacere nel percorso di perfezionamento di chitarra che toccando tonalità, scale, dinamiche, accordi sempre più articolati e complessi riesce a esprimere al massimo il mio senso di libertà.

di Luigi Milani

LA LIBERTÀ DI DIRE NO

Discutendo con la Redazione sulle svariate sfaccettature del tema scelto, la libertà, è emersa, fra le altre, la libertà di dire “no”.

Tema cui non ho saputo dire di no. E così eccomi qui a convincermi quanto possa essere liberatorio questo semplice avverbio.

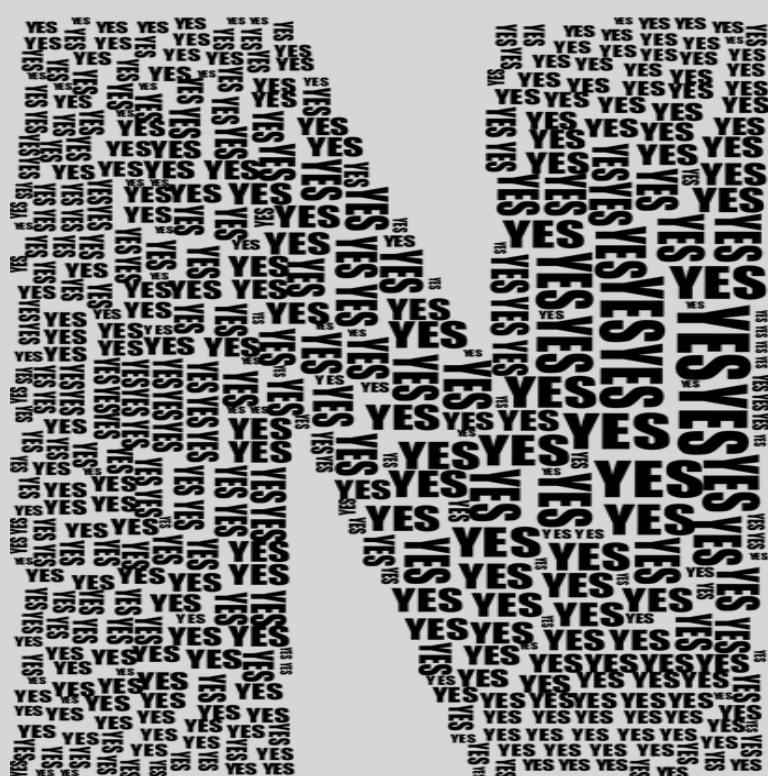
Ce lo insegnano i bambini fin da piccoli: intorno ai 2-3 anni avviene quella fase che si chiama “l’età dei no”, passaggio molto importante nella crescita personale, nella quale con i ripetuti “no” oppure “io” il bimbo comincia a costruirsi una propria identità.

Fase che si ripresenta in seguito, e in maniera molto più acuta, all’inizio dell’adolescenza, in cui il figlio inconsapevolmente chiede al mondo degli adulti e

Oppure, per menefreghismo, per debolezza, per buona pace, getterà la spugna e si lascerà rassegnatamente sopraffare da un figlio sempre più viziato e arrogante.

E così, a me stessa e a tutti gli insicuri, che dicono sempre di “sì”, per paura, senso di colpa, volontà di compiacere gli altri, vorrei dire quanto possa essere liberatorio dire in faccia un bel “no”. Quando non si è pienamente convinti. E invece si dice troppo spesso di sì. Per paura di ferire o perdere l’altra persona. Ma se si parla in maniera rispettosa, facendo valere le proprie ragioni, non si ferisce l’interlocutore.

Se poi l’altra persona fa leva sul tuo senso di colpa



più specificamente ai genitori: «Mi vuoi bene solo quando sono una bambolina affettuosa (o un soldatino ubbidiente) o mi vuoi bene in maniera incondizionata?».

Il genitore è quindi chiamato all’arduo compito di dare una risposta; se saprà dare amore e solide fondamenta, dosando con dolcezza i “sì” e con fermezza i “no”, sempre accompagnati da una ragionevole motivazione, ecco che il figlio adolescente diventerà un adulto equilibrato.

Diversamente, il genitore inadeguato si troverà spiazzato e incapace di gestire un figlio divenuto d’un tratto così indisponente.

Imporrà quindi la propria supremazia del genere “e qui comando io e questa è casa mia” sul figlio che, crescendo, avrà paura di tutto e di tutti.

oppure ti abbandona, è segno che ti stava solo sfruttando. Meglio perderla che trovarla una persona simile, no?

Si dice di “sì” anche per compiacere tutti. Impresa faticosa e impossibile piacere a tutti. Ci sarà sempre qualcuno che si lamenterà di te. Molti si approfitteranno della tua disponibilità. Nessuno ti rispetterà. Te compreso.

Guardando nel mio vissuto, se io avessi detto qualche opportuno “no”, certo la mia vita sarebbe stata ben diversa, migliore o peggiore non si dirlo. Sicuramente più temeraria e a me congeniale.

Concludo con una battuta di un papà al suo bimbo, tratta dal film “I mostri”:

«Non bisogna mai dire di sì, ricordalo. Mai. Sempre di no. Perché non un no ti spicci, con un sì ti impicci».

di Vittoria B.

LA MIA STRADA VERSO L'ECOSOSTENIBILITÀ

Quando vivevo a Bologna 20 anni fa per seguire la facoltà universitaria del DAMS iniziai a rendermi conto di quanto il caos e la frenesia della città agissero negativamente sul mio benessere facendomi sentire intrappolata in un sistema disumanizzante e omologato a un modello di sviluppo che non corrispondeva ai miei valori e alle mie radici montane.

Ritornando nel mio territorio di origine dove è ancora possibile raggiungere sentieri naturali a pochi passi da casa, respirare aria meno inquinata ed ammirare paesaggi rurali capii quanto fossi fortunata a vivere in un contesto dove i ritmi biologici dell'uomo fossero in armonia con la natura. Da adulta ho portato avanti le mie scelte di libertà legate alla tutela della natura e degli animali e con più consapevolezza ho iniziato a seguire la mia strada verso l'ecosostenibilità. Ho concretizzato questo interesse facendo volontariato presso Legambiente e successivamente alla bottega del commercio "Equo e Solidale" di Lecco.

I valori di questa cooperativa sono prima di tutto il rispetto delle culture e dell'ambiente dei paesi del sud dei continenti poveri. I produttori vengono risarciti in modo equo e permette loro di avere una vita dignitosa e produrre in maniera biologica. Ciò consente un mercato libero svincolato dalle multinazionali come ad esempio Chiquita, Nestlè, Del Monte, Coca Cola, ecc.

Quest'ultime sfruttano il lavoro degli esseri umani non rispettando alcun diritto sindacale, appropriandosi delle risorse ambientali, pagandole un prezzo irrisorio e inquinando a livello globale.

Nel mio piccolo sto portando avanti la mia scelta di consumare prodotti da commercio equo che soddisfa il mio gusto e mi fa provare gioia sapendo che dietro a questo prodotto si rispetta la manodopera di tante persone che con qualche dollaro mantengono la loro famiglia garantendo la loro libertà.

di Paola Giovine



*"Cos'è la libertà?
Un grande orizzonte
che ti fa immaginare,
sognare...."*



Foto di Jacek Soltan

"Navigare in libertà fra le nuvole"



Foto di Aida Ferra

LA LIBERTA' SECONDO HANNAH ARENDT



In una lezione ritrovata, Hannah Arendt analizza il rapporto tra libertà e liberazione: se non vince il bisogno e la paura, la libertà in sé non ha mai un valore assoluto: le rivoluzioni del Settecento ce lo insegnano...

Sintesi e chiarezza che si cercano spesso invano negli odierni opinionisti e accademici, si trovano ancora una volta in una delle voci più autorevoli e attuali del Novecento, quella di Hannah Arendt, pensatrice politica che, lasciata la Germania nazista, visse negli Stati Uniti dal 1941 fino alla morte a 69 anni nel 1975, insegnando a Berkeley, Princeton, Chicago e New York. Un manoscritto inedito da lei datato «1966-67» e intitolato «Una lezione», della quale non è stato possibile accertare la sede e la data precise, dopo la prima pubblicazione online sul numero 2 del 2017 della statunitense *New England Review* con il titolo *La libertà di essere liberi*, è approdato quest'anno con lo stesso titolo in due edizioni cartacee, la prima in un singolo volume pubblicato il 12 gennaio in Germania (Dtv Deutscher Taschenbuch Verlag, 64 pag., 8 euro), la seconda in un libro edito il 6 marzo negli Stati Uniti, dal titolo *Pensare senza una ringhiera* (Schocken Books, 608 pag., 35 euro), che rievoca una celebre esortazione dell'autrice e raccoglie suoi scritti degli anni dal 1953 al 1975.

Quando alla fine del Settecento, con la Rivoluzione francese e quella americana, passò in secondo piano il significato astronomico del termine, associato al moto dei corpi celesti, «qualcosa di simile, ma infinitamente più complesso, accadde alla parola libertà», scrive Arendt, che spazza via subito i luoghi comuni: nessuna rivoluzione è mai stata avviata dalle masse popolari e, per il dispiacere dei complottisti, «nessuna rivoluzione è mai stata il risultato di cospirazioni, società segrete o partiti apertamente rivoluzionari». Se l'autorità dello Stato è intatta, ovvero se le forze armate obbediscono senza esitare alle autorità civili, non è infatti possibile alcuna rivoluzione, che non è la causa ma la possibile conseguenza del crollo dell'autorità politica, al termine di prolungati processi disgregativi ai quali sia stato permesso di svilupparsi senza controllo. Solo allora può verificarsi una rivoluzione, i cui protagonisti nelle fasi iniziali sembrano agire con sorprendente facilità proprio perché non prendono il potere, come di solito si dice, ma «lo raccolgono nel luogo in cui si trova: nelle strade», come ben sapeva Lenin, che sosteneva che è relativamente agevole afferrare il potere ma molto più difficile mantenerlo.

Prima delle due rivoluzioni settecentesche, su entrambe le sponde dell'Atlantico, gli intellettuali avevano dedicato tempo ed energie allo studio e alla riscoperta dell'antichità classica che, dopo secoli di tradizione cristiana e assolutismo, forniva l'esempio di quel che poteva rappresentare per la felicità dell'uomo la piena partecipazione agli affari pubblici; quest'ultima essendo la vera essenza della libertà che, per essere garantita, richiedeva la costituzione di una repubblica, laddove per la sola liberazione dall'oppressione di un potere dispotico sarebbe bastato un governo monarchico non tirannico. Gli uomini delle prime rivoluzioni sapevano dunque che la liberazione così intesa era il necessario presupposto della libertà politica, ma erano ancora inconsapevoli del fatto che, prima della liberazione dalla paura alimentata da un potere autoritario e antidemocratico, veniva quella dal bisogno. La povertà disperata delle masse popolari, origine della loro sostanziale indifferenza a una libertà che si esaurisca nella tutela di quelli che oggi chiamiamo diritti civili, non poteva essere superata con mezzi politici.

Questo sdoppiamento del concetto di libertà che Arendt individua specularmente a quello di rivoluzione, le permette di evidenziare che la Rivoluzione americana fu un trionfo (previsto da Thomas Paine, uno dei padri fondatori degli Stati Uniti, quando affermò che «quello che Atene era in miniatura, l'America sarà in grandezza»), soprattutto grazie all'assenza di povertà disperata tra gli uomini liberi e all'invisibilità degli schiavi nelle colonie del Nuovo Mondo. La Rivoluzione francese si concluse invece con un clamoroso fallimento, in quanto per la prima volta nella storia liberò i poveri dall'invisibilità, mostrando chiaramente che la liberazione dal bisogno, per l'appunto la libertà di essere liberi, era stata nel corso dei secoli il privilegio di una ristrettissima parte dell'umanità, l'unica che ora, con la liberazione dalla paura, poteva permettersi il lusso di concepire una passione per la libertà politica. Lo confermano le parole di alcuni protagonisti della Rivoluzione francese citati da Arendt, come Saint-Just: «*Se desideri fondare una repubblica, devi prima di tutto allontanare il popolo da una condizione di indigenza che lo corrompe. Non ci sono virtù politiche senza amor proprio, che non può avere chi è miserabile*». O Robespierre: «*La repubblica? La monarchia? Io conosco soltanto la questione sociale*».

E mentre la tanto celebrata tradizione pragmatica anglosassone impedì alle successive generazioni di americani di pensare alla loro rivoluzione concettualizzandone adeguatamente l'esperienza, Arendt conclude che il dispotismo, che già si annunciava nel corso della Rivoluzione francese, cacciato dalla porta rientrò dalla finestra, diventando la regola per quasi tutte le rivoluzioni successive, specialmente quella russa del 1917, perché ciò che sembrò irrevocabile dall'evento francese in poi, è che quanti erano devoti alla libertà rimanevano conciliati con uno stato di cose in cui la liberazione dal bisogno continuava a essere un privilegio di pochi. Fu proprio questa percezione a nutrire in modo possente in Europa le pulsioni antidemocratiche del Novecento, che Arendt aveva analizzato nel suo libro del 1951 *Le origini del totalitarismo*. Nello scritto appena pubblicato, l'autrice aggiunge tuttavia che si deve solamente all'ascesa della tecnologia moderna, invece che a qualsiasi nozione politica, comprese le ideologie rivoluzionarie o sedicenti tali, se questa condizione umana è mutata quanto meno in alcune aree del mondo.

La lezione da trarne nel presente è riassunta da Jerome Kohn, che di Arendt è stato allievo e assistente, autore dell'introduzione al volume *Pensare senza una ringhiera*, dove sottolinea che la libertà di essere liberi, che per Arendt è il fine di una rivoluzione politica, deve adesso fare i conti non più con il terrore e il totalitarismo, ma con un non meno insidioso totalismo, vale a dire con i segni di una più o meno completa repressione della libertà politica che si realizza in un sistema che diventi una burocrazia indifferente ai problemi dei cittadini.

[Articolo di Roberto Verrastro pubblicato sul blog "succedeoggi"](#)

IPAZIA, STORIA DI LIBERTA'



La libertà religiosa cioè la capacità di professare una fede o di cambiarla quando non rispondente al proprio io costituisce ad oggi uno dei beni più preziosi che il genere umano possieda. Purtroppo essa non è in tutti i paesi del mondo ugualmente diffusa: le ultime persecuzioni dei Talebani Sunniti contro inermi Afghani Sciiti, aperti al dialogo con altre fedi, è la testimonianza lampante che non solo tra molte religioni vive l'odio e la denigrazione dell'altro ma anche che viene negato un minimo di rispettosa convivenza civile. Se eccepiamo gli editti di tolleranza del principe indiano Asoka (250 aC) dobbiamo aspettare il novecento per assistere alla pacifica convivenza di fedi diverse in Europa.

Un percorso lungo e ad ostacoli che ha visto in lotta per millenni le religioni del Libro (Cristianesimo, Islam e Ebraismo) con il paganesimo dei popoli antichi e le fedi del vicino oriente (cfr. Buddismo e Scintoismo). Ed è in questo quadro che si colloca la vicenda della protagonista del mio articolo.

Quindici secoli fa viveva ad Alessandria d'Egitto una donna straordinaria assunta dai moderi come simbolo della laicità dello stato. Il suo nome era Ipazia, filosofa ed astronoma di gran pregio. Lei fieramente pagana, venne uccisa da fanatici monaci del deserto dopo che il Cristianesimo divenne religione di stato (381 dC).

La sua memoria ha ispirato scrittori e poeti che si sono rispecchiati nella sua figura per circa duemila anni a conferma del fatto di quanto ci sia bisogno di tanta libertà religiosa e rispetto dell'altro ancora oggi. Tutta la sua vita fu una lotta per la libertà e pagò con il martirio questa sua ricerca. Ipazia fu poi l'incarnazione di tutto ciò che una donna non poteva permettersi di essere nella sua epoca e il suo omicidio progettato da San Cirillo d'Alessandria voleva essere un chiaro segnale per tutte le donne cristiane. Venne assassinata dunque per pura invidia. Desidero ricordare a questo punto un documento ed un evento che penso possano farci riflettere su quanto precedentemente detto. Nella sua enciclica 'Fratelli tutti' Papa Francesco in dialogo con l'Islam nella figura dell'Imam di Al Alazar ha ricordato quanto sia importante il valore della libertà religiosa; recentemente la Fondazione C. Maria Martini in dialogo con l'Università Bicocca settore 3 ha ricordato con un evento Ipazia riflettendo sull'attualità della sua vicenda. Nello stilare questo articolo ringrazio con profonda gratitudine Silvia Ronchey, bizantinista, che mi ha aiutato a ricostruire con acribia storica la vera vicenda di Ipazia. Ella conclude il suo libro con questa chiosa che condivido pienamente: 'Si ripropone spesso il conflitto tra un Cirillo ed una Ipazia ma una cosa è certa: siamo e saremo sempre dalla parte di Ipazia'.

di Pietro Benaglio

AMORE IN CUCINA: IL GENIO DELLO ZAFFERANO

Quando si parla di piatti e tradizioni, spesso la domanda che mi viene rivolta è: *“Aida, tu continui a cucinare i piatti tipici del tuo paese?”*.

La mia risposta è che generalmente non lo faccio: nonostante il legame ancora forte con la mia terra di origine, anche dopo molti anni qui in Italia, per me alcuni piatti tradizionali sono intoccabili. Il motivo risiede più nel legame affettivo, che nella preparazione del piatto di per sé: quei piatti rievocano in me ricordi d’infanzia e sentimenti di unione e famiglia. Infatti, le immagini di mia nonna e di mia mamma che preparano con amore e dedizione quelle ricette, i sapori e i profumi di quest’ultime, restano e resteranno nella mia mente come un patrimonio da custodire. Ancora ricordo, e vedo tutt’oggi con mia mamma, la sicurezza e la leggerezza con cui elaboravano quelle pietanze squisite, utilizzando per di più ingredienti poveri e semplici ma che combinati insieme davano alla luce pranzi e cene deliziosi. D’altronde erano donne di altri tempi, senza l’incessante fretta che oggi ci caratterizza, senza il bisogno di dover seguire alla lettera ricette prese da libri od online, ma portando avanti pilastri culturali e gastronomici con pazienza, amore e dedizione.

Oggi mi sento fiera di questi pilastri, di aver vissuto in una famiglia dove si rispettava tutto questo e soprattutto la natura e gli ingredienti, coltivati e allevati da contadini e pastori.

Questo amore appena descritto, mi è stato trasmesso e rimane nella mia quotidianità e nella mia cucina. Vi dirò di più, gli anni trascorsi in Italia con la sua cultura gastronomica e i suoi infiniti prodotti tipici hanno ampliato ancora di più questa passione. Vivere due culture così diverse, ma entrambi meravigliose, mi ha stimolato negli anni e ha suscitato in me la curiosità di sperimentare e di aprirmi a nuove ricette. Non capita di rado che mi ritrovi a combinare ingredienti, magari per una ricetta “svuotafrigo” e sperimentare gusti e sapori che mai avrei pensato potessero combinarsi così bene. O ancora, ho imparato a spaziare tra diverse culture a cimentarmi o assaggiare piatti di ogni dove. D’altronde ormai la nostra quotidianità e la globalizzazione stessa ci mettono davanti ad una scelta di prodotti e piatti che mai ci saremmo immaginati una volta di poter assaggiare! Gusti e sapori diversissimi che hanno una costante: forti tradizioni e amore per esse, proprio quello di cui parlavo all’inizio!

La cucina è dunque anche libertà, senza questa non avremmo la varietà gastronomica globale e soprattutto, gli stessi piatti, che ora sono dei cult, pilastri ad esempio della nostra cucina, non esisterebbero nemmeno se la libertà in cucina non ci fosse.

Alcune storie si dividono tra mito e realtà ma ad esempio per quanto riguarda il *risotto allo zafferano*, secondo un manoscritto, tra i maestri vetrai fiamminghi che lavoravano al Duomo di Milano c'era anche un certo Valerio di Fiandra. Il suo assistente era stato ribattezzato Zafferano perché aggiungeva sempre questa spezia ai colori delle vetrate per renderle più brillanti. Nel 1574, il giorno delle nozze della figlia di Valerio di Fiandra, Zafferano si accordò con il cuoco per aggiungere un pizzico di spezia anche nel risotto, allora servito solo con il burro. Dal racconto, la sorpresa fu tanta ma il sapore era ottimo e il colore, simile a quello dell'oro, ricordava il simbolo di prosperità e ricchezza. Lo scherzo si trasformò così in un graditissimo regalo. Insomma, la libertà e la sperimentazione ci portano a ricette meravigliose e gustosissime che non fanno altro che ampliare il nostro patrimonio.

Anche i grandi chef non smettono mai di prendersi libertà e ricercare nuovi sapori e profumi. In Italia, il laboratorio più affascinante lo ha inventato Paolo Marchi, si chiama «*Identità golose*». Il tema è la forza della libertà ossia il cibo come rivoluzione ed evoluzione, ma anche come opportunità di essere curiosi, di assaggiare e di mescolare ingredienti e culture. Non ci sono steccati e si metteranno a confronto Matthew Kenney, fondatore della più importante scuola vegana e crudista del mondo e Massimo Bottura, il più grande chef italiano ma anche l'inventore del Refettorio Ambrosiano ovvero il luogo dove i più grandi cuochi del mondo hanno cucinato avanzi per i più deboli. Identità è una parola chiave sul fronte del gusto e sarà declinata tra caffè, formaggio, panettone o champagne.

di Aida Ferra



foto Aida Ferra

*'La libertà di
essere se stessi ''*



Foto di Jacek Soltan

La parola ai lettori

INTERVISTA a LORIS LAZZATI Responsabile del Planetario di Lecco

Quali emozioni provi guardando il cielo?

Quando guardo il cielo provo principalmente 4 sensazioni: libertà, meraviglia, umiltà (per quanto siamo piccoli) e il lato bello della solitudine (malinconico ma positivo)

Non sei spaventato dall'infinitezza dell'universo?

In realtà l'universo non è infinito, ma enormemente vasto (o illimitato). La sua vastità non mi spaventa, anzi, mi attira, la cerco, perché è proprio quello che si cerca nell'astronomia, siamo polvere di stelle e ci interroghiamo sulla nostra origine. (Siamo l'universo che indaga su se stesso, e allo stesso tempo non siamo nulla)

Trovi frustrante studiare cose non personalmente dimostrabili?

Io sono un divulgatore, e non un ricercatore. E' vero, a differenza delle scienze di laboratorio non si può toccare ciò che si studia, ma ci sono vantaggi enormi. L'astronomia ti permette di studiare il passato in diretta, vediamo tutte le età dell'universo adesso, osservando sempre più lontano, a differenza di altre scienze che devono estrapolare il passato dal presente. L'anomalia ha creato la bellezza dell'universo, ed è il bello delle anomalie, il non essere tutti uguali ed omogenei.

Cosa ne pensi dei viaggi nello spazio organizzati dai benestanti?

Il presidente del nostro gruppo è molto contrario, dicendo che inquinano e non ci permettono di conquistare lo spazio. Per quanto riguarda i ricchi, li liquido dicendo che con i loro soldi fanno ciò che vogliono. Per quanto riguarda l'inquinamento è un problema irrisorio, ma c'è un grande dispendio di energie e risorse per mandare qualcuno nello spazio. Adesso sono costosi e corti, ma è facile prevedere che più avanti saranno alla portata di più persone, sempre benestanti, e il turismo spaziale diventerà una delle forze principali. Il turismo consente i profitti, e se ci sono profitti le aziende ci si buttano a capofitto. Sono favorevole al turismo spaziale perché permetterà la crescita dei profitti e delle risorse, sarà una forza trainante, ed è bello sapere che lo spazio è alla portata di tutti e non solo degli astronauti. I primi turisti spaziali andavano sulla ISS, ed erano molto benestanti. Ora un viaggio spaziale di 15 minuti costa circa 200.000 euro, e il prezzo è destinato a scendere nel tempo. Ho inoltre scritto un libro sul turismo spaziale, "In vacanza sul sistema solare". Il 30 settembre ne uscirà un altro, intitolato "Navigatore di stelle".

Ti ritrovi ad osservare la quotidianità come osservi il cielo?

Purtroppo non vedo le stesse cose e non ottengo lo stesso effetto, anche se mi piacerebbe. Nella quotidianità mi serve dare il giusto peso alle cose.

Ti senti più libero osservando la realtà o il cielo?

Sì, ma non nel senso che non mi sento libero normalmente. La libertà del cielo è totale, sublime. Adoro raccontare ed avere un rapporto con le persone, scoprire è meraviglioso ma inutile se non si trasmette. L'attività di divulgazione fa da ponte tra gli scienziati e il pubblico, l'ignoranza scientifica è un grosso problema perché rischia di farci cadere in cose che in questo periodo abbiamo visto fin troppo.

Qual è il tuo rapporto con la religione?

Uno dice "sono agnostico" solitamente, mi sembra la risposta più obiettiva ma anche la più comoda. Un'inquietudine spirituale e un fascino nella religione è insito nell'uomo. Se devo essere schietto dico di essere ateo (anche se non ne sono estremamente sicuro), porto massimo rispetto totale per la religione, a patto che non vada a influenzare e inficiare i rapporti con gli altri o certi giudizi che abbiamo sulla realtà. Non mi convince l'esistenza di un essere onnipotente e perfetto che giudica e punisce le azioni umane e permette che nel mondo si verifica tutto ciò che sta succedendo al giorno d'oggi. La radice del mio ateismo è il fatto che trovo aberrante l'idea del peccato originale e del popolo eletto. Sappiamo che l'uomo possiede sia male che bene, ma non trovo corretto pensare che l'uomo nasca già con una condizione di peccato insita nella sua vita. Mi affascina l'idea di Dio amore, ma non di Dio giudicante che osserva ogni nostra azione. La religione non deve modellare la società senza rispetto per chi non ha quel determinato credo. La religione è un argomento che torna sempre e che ha caratterizzato la storia dell'umanità.

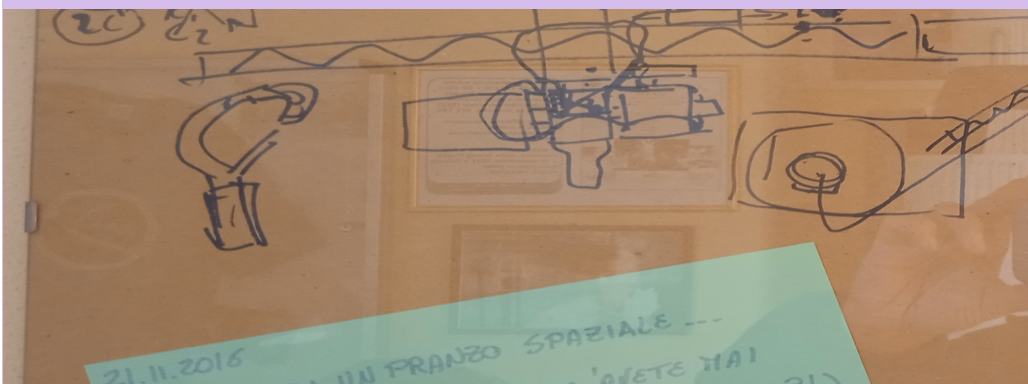
Puoi spiegarci in parole semplici cos'è un buco nero?

"Buco nero" è un termine affascinante (ma per alcuni scienziati non corretto). Si tratta dell'oggetto più complicato e allo stesso tempo semplice dell'universo. Immaginiamo di avere un lenzuolo, sul quale rotola una biglia di grande densità, che crea un buco facendo ricadere il lenzuolo su se stesso. Nel punto chiamato di singolarità (=un oggetto così assurdo che non ne esistono di uguali) tempo e spazio cessano di esistere nel modo in cui noi li intendiamo. Probabilmente ciò che entra in un buco nero esce dalla realtà o si infila nei tunnel spazio temporali (wormhole), teorizzati da Einstein ma mai dimostrati.

Avendo incontrato tanti astronauti nella tua carriera, cosa ti hanno lasciato?

Ovviamente mi hanno lasciato ammirazione per la loro incredibile competenza, intelligenza e preparazione. A livello personale bisognerebbe fare discorsi singoli. Ho un ricordo carissimo di tutti ma Michael Finck (comandante ISS) mi è rimasto nel cuore per la sua umiltà francescana. E' stato con noi 4 giorni, giocava con i bambini, circondato da una folla che chiedeva informazioni, ha firmato almeno 500 autografi al giorno, ma facendo ad ognuno una dedica personale. Non l'ho mai visto dimostrare stanchezza o sofferenza, ha solo chiesto, prima di fare l'ultimo spettacolo, se poteva andare in una stanza e fare 15 minuti di meditazione e presentarsi carico per l'ultimo appuntamento. Una delle tante risposte splendide che ha dato: avevamo fatto un collegamento con la scuola Volta di Mandello e la ISS. Aveva risposto alle domande dei ragazzi, e 6 mesi dopo è venuto qui a conoscerli. Uno gli chiese "Ma lei il giorno prima di parlare con noi, aveva parlato con Obama. Che sensazioni gli aveva dato?" "Per me parlare con il presidente è stato un grande onore, ma l'onore più grande è stato parlare con voi". 2 anni dopo ha volato sullo Space Shuttle, e ha chiesto qualcosa di Lecco per poterlo portare. Ha portato la bandiera italiana e lo stemma di Lecco, e li ha poi riportati al planetario (dove sono tuttora esposti). Samanta Cristoforetti faceva parte del gruppo che organizza con noi la convention di astronauti molto prima di diventare astronauta, ora tornerà nello spazio (l'anno prossimo), dopodiché speriamo di averla qui con noi. Luca Parmitano infine ci ha raccontato di un incidente avuto nello spazio, facendoci anche un disegno. Trovandosi fuori dalla stazione ha avuto un problema con la tuta, e il casco gli si è riempito d'acqua. E' tornato sulla Stazione a tentoni, definendosi: "looks miserable, but ok!"

Rappresentazione dell'incidente realizzata su una tovaglietta del ristorante da Luca Parmitano



Cosa ne pensi dell'astrologia e dell'oroscopo?

Pretende di essere una scienza ma in realtà è meno di una pseudoscienza, va bene studiarla storicamente perché conviveva con l'astronomia, poi fortunatamente è nato il metodo scientifico e si sono separati. La ritengo una montagna di stupidaggini smontabili in pochissimo tempo, e mi innervosisce quando ci si mette a chiedere soldi alla gente, diventa frode a danno di altri, di chi non è in grado di comprendere la falsità di tale pratica. L'astrologia è un palazzo da demolire alle fondamenta. Poi se qualcuno si sente rassicurato dal leggere l'oroscopo e non va oltre nessun problema, è quando vuole stabilirsi come scienza che va abbattuta. La scienza ha fatto progressi enormi, l'astrologia dice le stesse cose da anni e, al contrario della scienza, non fa predizioni.

Dove finiscono le sonde e i macchinari che vengono inviati nello spazio e su altri pianeti?

Restano sugli altri pianeti o si perdono nello spazio infinto, non tornano più indietro.

Hai sempre voluto fare ciò che fai, o avresti desiderato fare altro?

Sinceramente, io non ho mai osato desiderare tanto. Faccio qualcosa che va ben oltre i miei desideri consci, faccio la cosa più bella del mondo per me. Ho trasformato la principale passione che ho nel mio lavoro. Prima facevo il giornalista e lo ritenevo il lavoro più bello del mondo, ma nel confrontarla con la mia professione attuale mi rendo conto che non c'è confronto, e non tornerei più indietro. Nel giornalismo, chiunque dei lettori si sente di poterti insegnare come farlo, prendi molte critiche. Qui invece ho ricevuto solo gratificazioni in 15 anni, fatico e non riesco a ricordare una critica forte ricevuta sul lavoro. Sono pagato per fare qualcosa che pagherei volentieri per fare, e ci tengo a sottolineare che penso di avere il datore di lavoro più meraviglioso del mondo, Franco Molteni (presidente), competentissimo imprenditore e immenso grande uomo, non lo sostituirei con nessuno al mondo.

Noi esseri umani siamo prigionieri dei vincoli dello spazio e del tempo. Nello spazio quanto uno potrebbe sentirsi completamente libero, senza il vincolo del tempo?

Siamo sicuri che nello spazio non ci siano vincoli spazio/tempo? Un astronauta nello spazio ha più vincoli, innanzitutto è chiuso in una gabbia. Non ha peso, e ciò dà una grande sensazione di libertà, ma ti costringe a rivedere costantemente il tuo rapporto con la realtà (aprire una bottiglia d'acqua, farti una doccia...). Provi la sensazione di libertà di poter volare, ma allo stesso tempo devi imparare a muoverti, e inoltre muscoli ed ossatura si indeboliscono in assenza di peso, ed è necessario allenarsi costantemente per riprendere il tono muscolare. Hai inoltre una tabella di orari da rispettare maniacalmente. Sognare allo spazio del futuro, quando colonizzeremo Marte, non cambia il discorso, perché rimarrà un'esperienza da fare attraverso molti vincoli (chiuso nella stazione, con una tuta che deve essere perfetta e mille protocolli). Mike Finck, durante una passeggiata, ha ricevuto un messaggio dalla terra di aspettare, senza fare nulla, e ci ha raccontato di essere stato 30 minuti fuori dallo Shuttle, senza fare nulla, e di non essersi mai sentito così libero in vita sua.



"Casel dol Piaz" di Esino Lario

lettera al magazine di Maria Francesca Magni

Stim.ma Redazione di Cerchio Aperto 'Tri Agun News',
Complimenti per l'ottimo lavoro. Ognuno di Voi ha scritto col cuore e ciò fa delle pagine di un giornale il suo tesoro.

Insistete nel tenere acceso il lumino della speranza perché nel caos della vita è ciò che resta all'uomo per toccare il cielo...

Voglio anch'io, se me lo concedete, ricordare una metamorfosi.

"Ol casel dol Piaz, quando ero piccola, l'ere tut mazzucaa, i ghiri e le bisce dormivano sulla paglia guardandosi a vicenda. Mi corive nol pra con i tassi e le volpi e quando sentivo il vociare degli umani mi infilavo nel bosco ad ascoltare il silenzio...Infanzia libera e selvaggia! Adesso ol casel dol Piaz è abitabile, con le finestrelle colorate e tanti fiori. E' stato riparato il tetto e sono stati rinforzati i sassi dei muri, ma è rimasto nella sua struttura originaria. De nocc la volp la rue amò a saludam e di giorno la ghiandaia azzurra si nasconde sui rami del castagno secolare..."

Un carissimo saluto a Massimo. Ciao a tutti.

p.s. mi raccomando fatemi avere il prossimo numero



Foto di Max

A NATALE: UN LIBERO CONFRONTO TRA UN CATTOLICO CONVINTO E UN EVANGELICO IMPENITENTE

Il presente articolo è frutto della collaborazione proficua tra due amici, Pietro e Luigi, il primo cattolico ed il secondo evangelico.

Nello stilare l'articolo Pietro e Luigi si sono espressi liberamente ciascuno secondo il proprio credo. Per Pietro la festa del Natale accomuna molti cristiani non evangelici in quanto il figlio di Dio che si fa carne, libera l'uomo dal peccato e dalla morte eterna. E' una festa intimamente religiosa per ortodossi e cattolici anche se tra i laici purtroppo a volte prevale il lato commerciale del momento. La festa ci dice che nonostante l'errore di Adamo ed Eva nulla e' perduto ma tutto ci è ridonato dal bambino nato a Betlemme. Si' possiamo affermare che oltre alla libertà Dio si fa dono semplice per noi ed il Natale è la festa del dono per eccellenza. Come afferma l'evangelista Giovanni: "Dio ha tanto amato il mondo da dare il suo unico figlio per noi." Nella mente di Pietro risuona un canto imparato da bambino nel coro parrocchiale che ben sintetizza il senso della festa: "Oggi ci è dato un figlio, prima dell'aurora splende, oggi dal cielo scende, si chiama Dio con noi".

Luigi da quando si è convertito alla confessione evangelico pentecostale ha rivoluzionato con un approccio diverso alla preghiera la sua visione del Natale: per lui è una festa meramente commerciale inventata dai cattolici e preda di un business sfrenato che porta al consumo incontrollato di beni materiali. Luigi nella sua diversità si sente come una luce che deve risplendere in mezzo alle tenebre della società contemporanea per dare testimonianza della sua profonda esperienza con lo Spirito Santo. Nonostante le nostre differenze ad accomunarci sono le conseguenze di quella nascita avvenuta a Betlemme che sfociano nel battesimo di Gesù e nella Pasqua. Il Natale infatti non si esaurisce in sé ma è l'inizio di una lunga vita che culmina nella passione del Signore che muore in croce per liberarci dal peccato. Luigi sottolinea che dopo il battesimo e dopo aver ricevuto lo Spirito Santo dobbiamo seguire le orme del nostro Salvatore per camminare nelle sue vie. Anche per Pietro il Natale non è fine a sé stesso ma è il principio di una vita nuova e libera con Cristo, dalla sua infanzia fino alla resurrezione.

di Pietro e Luigi



Educazione e libertà

Il potere : la capacità di assumere decisioni che determinino comportamenti di altri, entro una relazione sociale che coinvolge gruppi o singoli individui. Il potere implica, perciò, la possibilità di ricorrere a strumenti in grado di imporre la decisione presa a soggetti che non la condividano.

(enciclopedia sapere.it)

l'empowerment: in pedagogia e psicologia sociale è un processo di riconquista della consapevolezza di sé, delle proprie potenzialità e del proprio agire.

(etimologia inglese che significa "conferimento di potere" enciclopedia Garzanti)

la recovery: è il nome del processo di guarigione dalla grave patologia psichica che si fonda non tanto sul controllo dei sintomi ,quanto dalla possibilità di superare il trauma della malattia, le conseguenze dei trattamenti e spesso dei maltrattamenti, la perdita delle capacità e delle opportunità di accesso alle risorse che hanno un significativo valore personale. (nuova rassegna di studi psichiatrici rivista)

resilienza psicologica: è un costrutto trasversale a molti ambiti, cioè la capacità di resistere, fronteggiare e riorganizzare positivamente la propria vita a seguito di un evento traumatico.

(Unicusano.it)

Diritto di cittadinanza: dal punto di vista delle persone può essere, infatti, molto significativo l'aspetto sociale, ovvero l'accesso ai diritti offerto dal territorio a parità di condizione con tutti. La cittadinanza dovrebbe essere l'espressione del diritto di libertà della persona di scegliere se entrare a far parte o meno di una comunità territoriale, anche da un punto di vista giuridico. Purtroppo la cittadinanza non è ancora un diritto di libertà e di appartenenza per un paziente psichiatrico, bensì un obiettivo che bisogna riconquistare con molti ostacoli e molta fatica. Infatti la malattia mentale annienta spesso da una parte le abilità relazionali, il potere di desiderare portando isolamento sociale e rinuncia ai propri diritti. Dall'altra parte il nostro sistema socio-culturale tende a sua volta a stigmatizzare la malattia psichica relegandola ai margini.

Dignità: la dignità della persona umana non è soltanto un diritto fondamentale in sé, ma costituisce la base stessa dei diritti fondamentali . Essa non può pertanto subire pregiudizio, neanche in caso di limitazione di un diritto. La dignità è inviolabile in quanto non deve essere violata ed è inalienabile, costituendo infatti il fondamento della libertà, della giustizia e della pace.

Per un educatore è importante avere sempre presente questi concetti che devono diventare la sintesi e un valore portante del proprio metodo e del proprio stile educativo. Voi vi domanderete come fare a liberare i potenziale rimossi, repressi e latenti in una persona e ad accompagnare passo dopo passo a riconquistare il proprio potere contrattuale, la propria dignità e un senso di appartenenza sociale?

Per un educatore questo passaggio è fondamentale perchè rischia a volte di scivolare sul crinale di un intervento educativo distorto dove il potere insito nel ruolo può essere interpretato a volte sotto forme direttive e non di empowerment. Quest'ultimo concetto è fondamentale affinché la persona ritrovi liberamente dentro di sé la propria autorealizzazione e autodeterminazione. Quindi come criterio di metodo educativo, secondo noi diventa prioritario condividere bisogni e obiettivi con la persona in sofferenza nel pieno rispetto della sua libertà di scelta.

di Max e Aida

FILM DA VEDERE IN LIBERTÀ

Visti e consigliati dalla redazione

LE ALI DELLA LIBERTÀ di Frank Lara Bort	Andy Dufresne viene condannato, benché innocente, a due ergastoli e al carcere duro. In prigione stringe amicizia con Red, sperimenta la brutalità della vita dietro le sbarre, si adatta, e vive 19 anni sognando la libertà
CUORE IMPAVIDO di Mel Gibson	Lo scozzese William Wallace diventa simbolo della ribellione del proprio popolo al dominio inglese.
ON THE ROAD di Walter Salles	Basato sul romanzo di Jack Kerouac. L'aspirante scrittore Sal Paradise e la moglie attraverso gli Stati Uniti conoscono i confini della propria libertà nell'America degli anni '40.
MILLION DOLLAR BABY di Clint Eastwood	Franky, coriaceo allenatore di boxe, prende la giovane e talentuosa Maggie sotto la sua ala e la trasforma in un atleta da competizione.
QUALCUNO VOLÒ SUL NIDO DEL CUCULO di Milos Forman	Dopo una condanna Murphy arriva in un ospedale psichiatrico. Cerca di farsi passare per matto con un obiettivo in testa: la fuga. Ma la capo infermiera non la pensa come lui. Suo prezioso alleato un gigantesco pellerossa da tutti creduto sordo-muto.
ATTIMO FUGGENTE di Peter Weir	Un'insegnante di un liceo per classi abbienti del New England utilizza metodi non convenzionali per esortare i suoi studenti, sotto pressione dai genitori e dalla scuola, alla libertà e creatività.
TEMPI MODERNI di Charlie Chaplin	Un povero lavoratore impiegato in un'azienda fa estremamente fatica ad adattarsi all'avanzamento tecnologico impostogli, finendo addirittura in prigione. Qui conosce una bambina orfana e se ne prende cura.
AGORA di Alejandro Amenabar	Nel quinto secolo, Alessandria d'Egitto è lacerata da tensioni tra cristiani, ebrei e pagani. L'astronoma Ipazia critica il governo della sua città.
FAHRENHEIT 451 di François Truffaut	In una società del futuro in cui vige la tirannia e i libri sono banditi, un pompiere, che viene chiamato a bruciare tutto ciò che è cultura, inizia a leggere e scopre una ribellione sotterranea rivolta a proteggere la letteratura.
IL DIRITTO DI CONTARE di Theodore Melfi	La storia di tre scienziate afroamericane, Katherine Johnson, Dorothy Vaughan e Mary Jackson che lavorano alla Nasa agli inizi degli anni '60 collaborando all'operazione spaziale degli Stati Uniti.
L'UOMO BICENTENARIO di Chris Columbus	Costruito per svolgere compiti domestici, un robot manifesta doti di creatività e curiosità che sorprendono la famiglia che lo ha acquistato. Educato da Richard Martin, Andrew inizia a sviluppare la volontà di appartenere alla specie umana.
TRE MANIFESTI A EBBING MISSOURI di Martin McDonagh	La madre di una ragazza assassinata scrive un controverso su alcuni cartelloni pubblicitari, aprendo una contesa che vede coinvolti lo stimato capo della polizia e un pericoloso poliziotto.
GIORDANO BRUNO di Giuliano Montaldo	Gli ultimi anni della vita di Giordano Bruno, ucciso nel 1600 perché libero pensatore. Vittima dell'irrazionalità e del potere della chiesa. L'uomo sale al rogo dopo torture inenarrabili, divenendo un simbolo della scienza e della coerenza.

*" Ma io penso ?
Ma se io penso che
io penso dunque ...
Io Sono
Libertà di pensiero "*

cit. da Je t'aime di Bosc

Cerchio Aperto

Tri Agun News
Riflessioni e racconti del Centro Diurno di Lecco
N.6 - GENNAIO 2022

PRODOTTO E DISTRIBUITO DA:

CENTRO DIURNO "IL CERCHIO APERTO"
VIA GHISLANZONI n.28 23900 LECCO
Tel. 0341-1551104
Whatsapp. 351 9982501
eMail: cerchioapertolecco@libero.it

Redazione:

Bermond Massimo
Buonaiuto Vittoria
Benaglio Pietro
Colombo Nadia
Milani Luigi
Ferra Aida
Giovine Paola

Grafica:

Mazzoleni Elisa

Art Director:

Soltan Jacek

Art Designer:

Speltoni Vittoria
Cardinale Valentina

Fotografia copertina:

Soltan Jacek e Vitali Massimo

Collaboratori esterni:

Bottagisi Claudio
Redaelli Claudio

Stampa:

Grafiche Valsecchi



