



LA VOCE



DELL'UNIVERSITÀ DELLA TERZA ETÀ

UNITRE UNIVERSITÀ DELLE TRE ETÀ TERNI

FOGLIO DI INFORMAZIONE INTERNA APERTO AL CONTRIBUTO DI TUTTI I SOCI - EDIZIONE GRATUITA

“Non smettere di imparare: sia tua cura accrescere ciò che sai.
Raramente la sapienza è data dalla vecchiaia.” (*Catone il censore*)

Tempi, ritmi e vocalizzi della contemporaneità: un'altra primavera.

Raffaele Federici

Un'altra primavera si sta avvicinando. Dopo quasi quaranta giorni di piogge violente inizia a sentirsi quell'aria di primavera che è segno di rinascita, di gioia, il più vero inno alla vita.

Eppure, nonostante le belle giornate finalmente soleggiate, non riusciamo a liberarci delle violenze e dei soprusi. Entriamo nel quarto anno di guerra nel cuore dell'Europa, una guerra che sembra mettere in crisi quello spirito europeo che ha garantito la pace negli ultimi ottanta anni. Non riusciamo a evitare i pregiudizi e le discriminazioni. Il ritorno delle spire dell'antisemitismo, dell'intolleranza, della violenza non sono segnali da prendere alla leggera, anzi. E, in questo difficile presente, dimentichiamo l'idea stessa di memoria, come dispositivo in grado di connettere il passato al futuro, partendo dal tempo presente, per educare gli sguardi e l'azione dentro un mondo che rischia di farsi incomprensibile e, dunque, anche ingovernabile.

Gli atteggiamenti ostili verso gli altri sono diffusi; fanno parte di una sindrome che vede al suo interno antisemitismo, xenofobia, razzismo, islamofobia, omofobia, sessismo, esclusione degli altri. Non riusciamo più a confrontarci. Scriviamo brevi messaggi nei nostri dispositivi digitali senza nemmeno curare le parole. Eppure, non siamo le parole dei messaggi: la prima cosa che apprendiamo quando veniamo al mondo è parlare, sarà anche una difficoltà auspicabile come dicono gli psicologi cognitivi, ma è il nostro modo di costituirci.

Le riflessioni e le relazioni si costruiscono parlando e la nostra vita dovrebbe procedere parlando. Occorre parlare, facciamoci questo piacere. Questa moda dell'essenzialità muta non ci aiuta, ci danneggia. Abbiamo bisogno del ritmo delle nostre parole, del tempo di una conversazione, del piacere della relazione.

“Enrico Quattrini. Da Todi, nel mondo”

*Mercoledì 11 marzo
L'UNITRE
ha presentato
presso la BCT di Terni
il volume
(edito da Pagine Si)
di Umberto Maiorca e
Pier Francesco Quaglietti,
dedicato
all'illustre scultore umbro
nel 75° anniversario
della morte.*



Presentazione del libro

ENRICO QUATTRINI Da Todi, nel mondo



Intervengono
Umberto Maiorca - Autore
Pier Francesco Quaglietti - Autore
Sauro Pellerucci - Presidente Pagine Si
Moreno Primieri - Ass. Comune di Todi
Jussara Matias Zibordi - Architetta

Coordina
Gianluca Prosperi - Giornalista

UNITRE TERNI
MERCOLEDI 11 MARZO ORE 16:00/18:00
BCT - Biblioteca Comunale - II° piano
P.zza della Repubblica - TERNI



'Enrico Quattrini. Da Todi, nel mondo', edito da Pagine Si, è il nuovo libro scritto da Umberto Maiorca e Pier Francesco Quaglietti, per ricordare lo scultore tuderte nel 75esimo anniversario della morte. Una pubblicazione, come ricorda Gianluca Prosperi nella prefazione, nella quale i due autori, veri cultori della memoria, si occupano di un artista le cui opere hanno valicato i confini europei. Di questo aspetto, insieme ad altri, si parla diffusamente nel libro, che continua un ciclo iniziato con le due pubblicazioni di Maiorca e Quaglietti su Augusto Ciuffelli. Todi nel 2023 inaugurò una Gipsoteca per ospitare, dopo vari interventi di restauro, opere dello scultore già donate alla città. E di questi lavori per la realizzazione di un apposito luogo espositivo e dei relativi restauri, il libro riporta un'intervista con

l'assessore Moreno Primieri, promotore del progetto, seguendone il “recupero e l'allestimento espositivo” e di cui parlò diffusamente in una affollata conferenza al Circolo Tuderte.

Molto interessante anche l'intervista all'architetta Jussara Matias Zibordi, che ha permesso di approfondire l'attività artistica di Quattrini in Brasile e in Amazonia in particolare, dove realizzò per il Teatro Amazonas di Manaus, otto busti di artisti e politici brasiliani nonché alcuni monumenti. Questa intervista è corredata, come altri capitoli del libro, da fotografie che illustrano in sintesi quella che è l'attività artistica di un personaggio le cui qualità valicarono i confini nazionali e che solo da pochi anni sono state ricordate dalla città natale.

(Fonte: AVI news)

Campagna Polizia di Stato | Più Sicuri Insieme



POLIZIA DI STATO
Campagna nazionale per la prevenzione alle truffe

1

PIÙ SICURI INSIEME

2

RICORDA CHE UN TRUFFATORE...

- ... HA QUASI SEMPRE UN ASPETTO ORDINARIO E INOFFENSIVO, DISTINTO E CURATO.
- ... SPESSO HA CARISMA ED È UN ABILE COMUNICATORE.
- ... A VOLTE INDOSSA ABITI DA LAVORO O UNIFORMI DELLE FORZE DELL'ORDINE.
- ... STUDIA LE ABITUDINI DELLA VITTIMA, I DATI E LE INFORMAZIONI PERSONALI E FAMILIARI.
- ... AGISCE IN QUALSIASI MOMENTO DELLA GIORNATA E SPESSO IN COPPIA.

SEI IN STRADA? DIFFIDA DI CHI...

- ... TI CHIEDE DI AIUTARE UN TUO PARENTE IN DIFFICOLTÀ PAGANDO DEBITI O DANNI PROCURATI IN UN INCIDENTE. PER AVERE LA TUA FIDUCIA, TI FA PARLARE AL TELEFONO CON UNA PERSONA LA CUI VOCE SOMIGLIA A QUELLA DEL TUO PARENTE O TI RIFERISCE PARTICOLARI DELLA TUA VITA.
- ... IN QUALITÀ DI INCARICATO, TI CHIEDE DI CONTARE IL DENARO APPENA PRELEVATO IN BANCA O ALL'UFFICIO POSTALE PER UN PRESUNTO ERRORE DI EMISSIONE O CONSEGNA DI BANCONOTE.
- ... TI DISTRAE CON UN PRETESTO MENTRE STAI FACENDO UN PAGAMENTO O MANEGGI DENARO.
- ... TI FA CREDERE DI AVER DANNEGGIATO CON LA TUA AUTOVETTURA LO SPECCHIETTO RETROVISORE DEL SUO VEICOLO E TI CHIEDE DI RISARCIRE IL DANNO IN CONTANTI, SENZA SPORGERE DENUNCIA ALL'ASSICURAZIONE. ESIGI SEMPRE LA REDAZIONE DELLA COSTATAZIONE AMICHEVOLE DI INCIDENTE (C.I.D.) O L'INTERVENTO DELLE FORZE DI POLIZIA.

CONSIGLI PER FIGLI, NIPOTI E PARENTI

RICORDATE AI GENITORI, NONNI, PARENTI ANZIANI O FRAGILI DI ADOTTARE OGNI UTILE CAUTELA NEI CONFRONTI DEGLI SCONOSCIUTI.

IN PRESENZA DI DUBBI, ESORTATELI A CONTATTARVI O A CHIEDERE AIUTO A UNA PERSONA FIDATA.

3



PER I VICINI DI CASA

CERCATE DI PARLARE CON GLI ANZIANI E CON LE PERSONE FRAGILI DEL VOSTRO CONDOMINIO O QUARTIERE, OFFRITE LORO IL VOSTRO AIUTO O SUPPORTO IN CASO DI DIFFICOLTÀ.

RICORDATE DI SEGNALARE OGNI CIRCOSTANZA SOSPETTA O PERICOLOSA ALLE FORZE DELL'ORDINE

CHIAMANDO IL

NUMERO DI EMERGENZA UNICO EUROPEO UNO UNO DUE



UN ALTRE

SEI IN CASA...

... NON FAR ENTRARE SCONOSCIUTI CHE Affermano di essere incaricati:

- DALL'AMMINISTRATORE, DAL VICINO, DAL PARENTE O DALLA BANCA, PER RISOLVERE PROBLEMI VARI (DANNI CONDOMINIALI, RISCOSSIONE QUOTE O CONTROLLO BANCONOTE PER SOSPETTA FALSIITÀ) SE NON CONCORDATI PREVENTIVAMENTE.
- DA AZIENDE O ENTI PUBBLICI, PER PAGAMENTO BOLLETTE O CONTROLLO IMPIANTI (GAS, TELEFONO O ENERGIA ELETTRICA). I CONTROLLI DEVONO ESSERE PREANNUNCIATI CON AVVISI CONDOMINIALI.
- DA ASSOCIAZIONI BENEFICHE PER SOTTOSCRIZIONI, OFFERTE LIBERE O ABBONAMENTI A RIVISTE CON PAGAMENTO IMMEDIATO.

4

INOLTRE...

- ... NON CONDIVIDERE CON SCONOSCIUTI INFORMAZIONI PERSONALI, PASSWORD O CREDENZIALI BANCARIE E POSTALI (CODICE BANCOMAT, CARTE DI CREDITO E POSTAMAT).
- ... NON COMUNICARE I DATI DELLE UTENZE DOMESTICHE PRESENTI SUI BOLLETTINI DI PAGAMENTO A OPERATORI TELEFONICI O INCARICATI A DOMICILIO CHE POTREBBERO MODIFICARE LE CONDIZIONI CONTRATTUALI SENZA IL TUO CONSENSO.
- ... EVITA DI RIMANERE SOLO DURANTE GLI INTERVENTI MANUTENTIVI CON ADDETTI NON CONOSCIUTI. FAI IN MODO CHE TI ASSISTA UNA PERSONA DI FIDUCIA.

5



#ESSERCISEMPRE per:

CONOSCERE le truffe più comuni

DISTINGUERE i segnali di pericolo

PROTEGGERE l'incolumità di tutti

TUTELARE i propri beni

- Polizia di Stato Agente Lisa
- @poliziadistato_officialpage @agenelisa
- @poliziadistato
- poliziadistato
- @poliziadistato.it
- poliziadistato.it

POLIZIA



SE TI SENTI IN PERICOLO CHIAMA SUBITO



NUMERO DI EMERGENZA UNICO EUROPEO UNO UNO DUE

6

Eccellenze Unitre

COSE MAI VISTE

di Patrizia Giannachi

Mettete insieme una formazione da architetto in epoca pre CAD, una conoscenza non superficiale della Storia dell'Arte, insieme a una buona manualità nel disegno e a una innata curiosità per il mondo che ci circonda e avrete un quadro ancora rappresentativo della personalità dell'Autore.

Le opere dimostrano generalmente una confidenza maggiore con la matita, e per estensione con i pastelli, piuttosto che con i pennelli, e fanno più affidamento sul disegno che sul colore.

Il titolo della esposizione "COSE MAI VISTE" è ingannevole: sarebbe corretto in riferimento al fatto che mai prima d'ora le opere presenti siano mai state esposte in uno spazio pubblico, tuttavia risulta impossibile cancellare un certo effetto déjà vu

L'Autore infatti procede spesso per citazioni, attingendo a un repertorio di immagini, che spazia da frammenti di opere celebrate di Artisti famosi alle carte da gioco, ma che comprende anche riferimenti a illustrazioni, a fumetti per giungere alla grafica delle copertine degli album di gruppi musicali pop rock degli anni '70 e '80.

Il disegno diventa allora il mezzo per rielaborare le immagini rubate, renderle uniformi e in accordo nello spazio mentale del foglio.

Le opere non si distinguono per uno stile unitario o per dei temi ricorrenti, presentano generalmente un formato contenuto nelle dimensioni, ma racchiudono mondi resi vasti grazie a un tratto da calligrafo e una minuzia da incisore. L'uso di simboli, allegorie e giochi di parole, la ricercatezza dei riferimenti formali (senza dimenticare l'impegno sociale e per la pace) richiedono l'attenzione dell'osservatore, una sua attiva partecipazione.

I lavori esposti sembrano oscillare da un grafismo di tipo analitico a degli esiti formali più essenziali e sintetici. Mi sono però convinta che alla base di risultati formali così apparentemente distanti vi sia lo stesso sentire. Quando la scintilla creativa è alimentata da elementi tangibili e prossimi che agiscono da catalizzatore, una sorta di "madeleine" proustiana di tipo visivo, si hanno dei risultati del primo tipo o analitico.

Quando invece il catalizzatore non è presente e l'Autore è chiamato a frugare nella memoria, tra i ricordi, o a ricorrere alla fantasia, si arriva a risultati più schematici e sommari, caratterizzati da una certa semplificazione del disegno e da colori più piatti e vivaci di stampo quasi espressionista.

Se l'Arte da cavalletto, quella che decorava le pareti dei salotti della buona borghesia e gli studi dei professionisti, è destinata a scomparire nell'epoca digitale della pro-



duzione/ri-produzione compulsiva di immagini, o nel migliore dei casi è ormai riservata a una cerchia ristretta di appassionati cultori, godiamoci insieme il suo tramonto.



UNITRE

ovvero
Matite rubate all'architettura

L'ultimo treno

Racconto di Maurizio Lucidi



Mancavano ancora diversi minuti all'arrivo del treno che prendevo ogni giorno per andare al lavoro, in città. Ero arrivato in anticipo, grazie al lunatico orologio a muro che mi ostinavo a tenere in cucina.

Nell'attesa mi sedetti in sala d'aspetto. Pochi minuti dopo arrivò una giovane donna. Avrà avuto una trentina d'anni ed era vestita in un modo piuttosto sciatto: i colori della gonna e del giacchino abbinati male, capelli poco ordinati, scarpe fuori moda. Lo sguardo era triste, quasi perso nel vuoto: probabilmente nascondeva qualcosa dentro di sé.

Era la prima volta che la vedevo: forse veniva da fuori. Le facce di quelli che prendono il treno per andare in città, al lavoro, si conoscono e, tra molti di noi, col tempo, era nata anche qualche amicizia. Lei si muoveva nervosamente: si alzava spesso dalla panca per poi rimettersi, subito dopo, di nuova seduta. Ogni tanto apriva la borsa, tirava fuori un pacchetto di sigarette come se volesse fumare, ma poi lo rimetteva subito a posto; a un certo punto andò verso i binari, guardando per scorgere l'arrivo di un treno, poi tornò nuovamente nella sala.

Capii che quella donna aveva problemi; avrei voluto farle qualche domanda, chiederle se avesse bisogno di aiuto, ma non ebbi il coraggio di andarle incontro; avevo un nodo in gola e così non le dissi niente.

Più volte i nostri sguardi si incrociarono; lei, ogni tanto mi fissava come per trovare il coraggio di dirmi qualcosa, forse di chiedere aiuto... ma rimase in silenzio, e io anche.

La vidi avviarsi verso l'uscita della stazione: guardava le auto in arrivo che si fermavano al parcheggio, come se stesse aspettando qualcuno; entrò di nuovo in stazione per informarsi sull'orario dei treni in arrivo, per poi tornare a sedersi.

Nel frattempo la stazione andava

popolandosi di pendolari come me; dopo dieci minuti l'altoparlante annunciò l'arrivo del mio treno; io e tutti gli altri andammo verso il binario d'arrivo, mentre la giovane donna rimase seduta, come se stesse aspettando qualcuno.

Poco dopo anche lei raggiunse il nostro binario; camminava su e giù nervosamente, ogni tanto si sporgeva, come per vedere se il treno stesse arrivando. Si era fermata vicino a me; il suo atteggiamento mostrava incertezza e le mille domande senza risposta, che si andavano accumulando nella sua testa, trasparivano tra le sue labbra che si muovevano balbettando, insicure.

Infine si volse verso di me: "Dopo questo ci sono altri treni che vanno in città?". "Certo, ce ne sono altri due: uno alle 8,45 e un altro, più tardi, alle 10 e mezzo" le risposi. Avrei potuto e dovuto dirle qualcosa di più, se avesse bisogno di qualcosa, e invece non riuscii a dire altro. Me ne rimasi così, inerte e imbambolato.

Lei sembrò dirigersi verso il sottopassaggio, come se volesse tornare di nuovo nell'atrio della stazione, poi con uno scatto si voltò e tornò indietro dirigendosi verso la testa del binario; un fischio annunciò l'arrivo del treno che andava rallentando tra lo stridio metallico delle ruote che frenavano. La donna si avvicinò velocemente al ciglio del marciapiede lanciandosi contro il

locomotore: venne travolta con un colpo secco e terribile e sbalzata di nuovo sul marciapiede tra le urla della gente.

Grida concitate in cerca di aiuto, gente che correva senza meta... qualcuno col telefono chiamava altrove... altri scattavano foto. Un medico di passaggio, tra la folla, cercò di prestare un aiuto ormai inutile. Poi il solito susseguirsi dei soccorsi: ambulanza, polizia ferroviaria.

La zona venne chiusa e gli astanti allontanati; il corpo fu ricoperto con un telo di plastica.

Un ispettore di polizia cominciò a cercare, tra i presenti, qualcuno che potesse fornire particolari utili per le indagini, qualcuno che, magari, avesse notato qualche strano comportamento della donna.

Mi feci avanti e riferii di averla notata perché io quella stazione la frequentavo tutti i giorni per andare al lavoro e quella donna non l'avevo mai vista; sicuramente non abitava in zona perché sembrava insicura, spaesata. Aggiunsi che avrei voluto, ma non avevo avuto modo di parlarle, e raccontai anche dello strano comportamento che la donna aveva avuto prima della tragedia.

Ormai non c'era più niente da sapere e niente da vedere. Il marciapiede si andò sfollando dopo che la poveretta era stata rimossa da terra e caricata sull'ambulanza, che si allontanò poco dopo senza urgenza.

Sul giornale, l'indomani, cercai qualche notizia sugli eventi del giorno precedente per dare un senso ai rimorsi che mi stavano assillando. Ero stato l'unico, è vero, ad averla notata ma, proprio per questo, ero consapevole della colpevole inutilità della mia presenza: ero stato solo una meteora nella sua vita ma che, comunque, avrebbe potuto in qualche modo evitare quel tragico epilogo. Avrei potuto e dovuto starle vicino in qualche modo, farle qualche domanda, parlare un po' con lei, dirle qualche parola di conforto, che avrebbe potuto dissuaderla dal suo proposito. Invece ero stato soltanto un essere inutile, indifferente e vigliacco.

È ormai un pensiero che non smette di assillarmi: sento ancora una vita che mi pesa sulla coscienza.



Scrivere





C'era una volta... La fiaba

di Anna Rita Armati

C'era una volta... Ogni fiaba comincia così. E ogni volta, con queste tre parole, si apre uno spazio fuori dal tempo, un luogo sospeso in cui il reale e l'immaginario si incontrano, e in cui l'essere umano può guardare senza paura le proprie emozioni più profonde.

La fiaba nasce come racconto semplice, ma porta in sé una sapienza antica: quella di trasformare il buio dell'esperienza in una forma narrabile, condivisibile, attraversabile.

La parola fiaba deriva dal latino *fabūla*, legata al verbo *fari*, che significa "dire, parlare, pronunciare".

All'origine, dunque, la fiaba è parola detta, voce, racconto orale.

La fiaba può essere pensata come un faro: una luce discreta che non cancella il buio, ma lo rende attraversabile.

Il bambino ha paura dell'oscurità perché nel buio non vede, non controlla, non comprende. La fiaba accende una luce simbolica proprio lì: dove c'è smarrimento, incertezza, fragilità.

La magia come linguaggio dell'invisibile. Questa magia non è evasione, ma linguaggio simbolico.

Serve a rendere visibili le emozioni che non sappiamo nominare. Il drago è la paura. La strega è la minaccia. Il bosco è lo smarrimento.

L'incantesimo è una ferita. Attraverso la magia, la fiaba traduce l'invisibile in immagini comprensibili.

In Cappuccetto Rosso, il lupo rappresenta l'inganno e il pericolo.

In Cenerentola, la fata è la speranza che resiste all'umiliazione.

In Biancaneve, il sonno è la fragilità della vita.

La fiaba non spiega: mostra. E ciò che viene mostrato può essere affrontato.

Nonostante le infinite varianti, le fiabe seguono quasi sempre uno schema stabile: un equilibrio iniziale: una rottura, un viaggio, delle prove, uno scontro, una trasfor-

mazione, un ritorno.

È la stessa dinamica dell'esistenza. Viviamo in equilibrio. Succede qualcosa che ci destabilizza.

Siamo costretti a partire. Sbagliamo. Impariamo. Cambiamo. Riprendiamo il cammino.

La fiaba racconta questo processo in forma simbolica.

cammino dell'eroe, le prove sono centrali. Spesso sono tre. Spesso prevedono errori, cadute, tentativi falliti.

La fiaba insegna che crescere significa attraversare la difficoltà. Non lo fa con lezioni morali, ma con esempi narrativi. L'eroe sbaglia. Si rialza. Riprova.

Ogni fiaba conduce verso un momento decisivo: lo scontro finale con il nemico. È

qui che avviene la catarsi. Nella vita reale non sempre possiamo vincere. Non sempre possiamo riparare. Non sempre possiamo guarire. Nella fiaba, invece, il male viene sconfitto. E chi ascolta vince con l'eroe.

È una liberazione emotiva profonda: una prova simbolica che rafforza, consola, orienta. Quando il drago cade, una parte di noi ritrova fiducia.

La fiaba suggerisce che, nei momenti più difficili, esiste una forza nascosta che può emergere. Non promette un mondo perfetto. Dopo il dolore, la vita resta abitabile. L'eroe non torna uguale: torna consapevole. Come accade a chi attraversa davvero una prova. Perché la fiaba non passerà mai di moda. Cambiano i linguaggi, non i bisogni interiori.

Per questo la struttura della fiaba sopravvive nei romanzi, nel cinema, nelle serie, nei videogiochi. Ogni grande storia continua a raccontare, in forme nuove, lo stesso viaggio.

Per concludere: nata dal verbo *fari*, la fiaba è parola che illumina. È una luce gentile che accompagna l'essere umano sin dall'infanzia, aiutandolo a dare forma al buio, a riconoscere la paura, a trasformare il dolore in racconto.

La fiaba è nata per l'uomo e cammina con lui per tutta la vita, insegnandogli che conoscere il proprio limite non è una sconfitta, ma un atto di lucidità: è fare luce sull'ombra per poter continuare, consapevolmente, la propria strada.



Vladimir Propp nella sua "Morfologia della fiaba" dimostra scientificamente questa regolarità.

Analizzando centinaia di racconti popolari, Propp individuò una serie di funzioni narrative costanti: azioni che si ripetono in ogni fiaba, al di là dei personaggi e dei contesti.

Secondo Propp, non conta chi sia l'eroe, ma ciò che fa: parte, riceve un aiuto, affronta il nemico, vince, ritorna trasformato. Il principe, la ragazza povera, il pastore, l'orfano: sono variazioni di uno stesso percorso umano.

Questo spiega perché le fiabe parlano a tutti: perché parlano dell'essere umano nella sua essenza.

Le prove: crescere senza prediche. Nel

Scrivere

Sorella Solitudine, Fratello Silenzio

di Paolo A. Galli



L'ottavo centenario della morte di Giovanni Bernardone di Assisi, detto San Francesco, è arrivato. Mistico, amava la solitudine e il silenzio degli eremi. Dunque, parliamo di *Sorella Solitudine* e di *Fratello Silenzio*.

Per contrastare la solitudine, malattia endemica del terzo millennio, si cerca la compagnia, la folla, la calca, l'affollamento, la moltitudine. Bisogna diventare parte di un gruppo, sentirsi adeguati alla massa, interagire in modo globale. Si inizia con gli asili nido e poi i centri commerciali, le discoteche, la *movida*. E al primo errore o fallimento, si teme di sprofondare nell'indifferenza e di non valere più niente. Dunque molte persone trovano indispensabile condividere la compagnia.

Ricerche in ambito psicologico dimostrano che le persone con un elevato quoziente intellettivo non traggono soddisfazione dalle interazioni sociali rispetto alla media della popolazione. Ciò non significa che siano asociali o che non amino il prossimo. Le persone analitiche stanno meglio nella solitudine che vivono come un autentico carburante mentale.

Costoro connettono rappresentazioni mentali solo apparentemente sconnesse, riflettono su concetti complessi in assenza del fragore di sottofondo, riorganizzano e pianificano il da farsi. Chi sceglie di vivere in solitudine, salvo ben selezionati e sporadici rapporti sociali, e ne è felice, vive di fatto in compagnia di sé stesso.

Secondo Aristotele chi vive in una solitudine estrema o è una bestia selvaggia perché vive di soli istinti, oppure è un dio perché vive al di sopra delle umane beghe.

Secondo Schopenhauer la solitudine è la sorte di tutti gli spiriti eminenti i quali la sceglieranno sempre come il minore dei mali.

Secondo Alfonsina Strada chi vive in solitudine è dotato di "autoconsapevolezza" e di "creatività" perché le ore trascorse nel silenzio liberano la mente da tanti orpelli cosicché le connessioni neurali si attivano più facilmente e la mente avrà più spazio per diluire, affievolendoli, i pensieri sgraditi.

Gode della "resilienza emotiva", diversa dalla resilienza del coglione che non pro-

testa, che tace, che accetta stoicamente qualsiasi nefandezza facendo così assai comodo al sistema.

Gode di una "insaziabile curiosità" coltivando interessi insoliti; prende impegni possibilmente alle 8 del mattino per evitare confusione e promiscuità. Ne deriva un "pensiero profondo" dal quale i solitari non sono affatto oppressi e col quale risolvono ogni problema arrivando sempre al nocciolo della questione.

Gode di "indipendenza" perché non teme i giudizi e non cerca il consenso del prossimo esercitando una attenta "selettività sociale": poche amicizie ma solide. Così, con una assoluta "autenticità", manifesta la capacità di dire "no" e anche di mandare af-



fanculo qualcuno (che giova moltissimo alla salute). Una sana solitudine fornisce la possibilità di sottrarsi ad un mondo saturo di informazioni contraddittorie e conflittuali e fatto di parole convenzionali e quindi vuote.

La solitudine offre anche alcuni benefici: chi dedica almeno novanta minuti al giorno alla solitudine ha una attività cardiaca regolare, una riduzione del 18% del cortisolo (il pericoloso ormone dello *stress*) e una amplificazione dei sensi del gusto e dell'olfatto.

Per concludere, è fondamentale che la solitudine rappresenti una scelta e non una imposizione e neppure una casualità ovvero un'inazione per assenza di libero arbitrio. Vanno dunque mantenuti i rapporti sociali anche se minimi e simbolici ma tali da mantenere attivi i neuroni dell'empatia. E guai a perdere i desideri e i sogni o a rinunciare ai progetti perché l'anima ne morirebbe. E tutto ciò nel silenzio che non è mancanza di comunicazione o di rumore, ma qualcosa in cui trovare un'attenzione comunicativa alla

scoperta di parole nuove e quindi di un dire e di uno scrivere particolari. Il solitario è un solista, un primo violino.

Ma non finisce qui. Esiste un'altra Solitudine di dimensioni sconfinite. È la solitudine dei numeri uno: non dei numeri primi divisibili solo per 1 e per se stessi, e neppure dei portieri di calcio che indossano il n° 1 e, spalle alla rete, costituiscono l'ultimo baluardo. Alludo alla solitudine di chi si trova nella tragicità di dover prendere decisioni estreme. In tempo di guerra si applica il Codice Sanitario di Guerra, detto "Codice Nero": il medico, ma soprattutto il chirurgo, è chiamato a decidere rapidamente chi tentare di salvare e chi lasciare morire senza spreco di tempo e di risorse. Attualmente

esistono solo due di queste circostanze. La prima è decidere, nei reparti di Rianimazione, se e quando porre fine a un'assistenza che è divenuta solo un accanimento terapeutico. La seconda è decidere se salvare la madre a detrimento del feto che ha in grembo, oppure se salvare il feto quando questo raggiunge più possibilità di sopravvivenza della madre.

Sono pochi, pochissimi gli Ostetrici Ginecologi che, nei reparti preposti, prendono queste decisioni: nel silenzio della propria solitudine sollevano altri che non hanno la competenza e il coraggio di prenderle. Questa è la vita. E costoro, più di ogni altro "solista", vivono la loro solitudine in modo sereno perché consapevoli che ogni altro evento che possa angosciare il resto dell'umanità appare loro essere una banalità.

E così, dopo 52 anni di totale dedizione al mio prossimo per aver salvato o allungato la vita a centinaia di donne affette da cancro e fatto nascere senza *handicap* qualche migliaia di feti, ho ritenuto fosse finalmente giunto il momento di ritirarmi in solitudine, in compagnia del fido Argo, nel mio eremo nascosto nel bosco incontaminato per poi morire, come i salmoni, nelle fresche acque dove sono nato.

Ecco: con *Sorella Solitudine* e con *Fratello Silenzio* io ora sono in parte una bestia selvaggia e in parte un dio. Per mia fortuna.

Grazie per l'attenzione.



La tavola umbra tra Santi, dialetto e memoria

di Giuseppe Fatati



L'idea di realizzare una pubblicazione che unisce la cucina, la storia, i Santi e l'identità dei territori attraverso il dialetto e le poesie dialettali nasce dall'osservazione che se fino agli anni '80 il provincialismo e il campanilismo sembravano essere i mali di un Paese che faticava a trovare un'identità nazionale, oggi ci ritroviamo a non avere un'anima loco-regionale condivisa.

Questo progetto è stato sostenuto dal mio carissimo amico Guido Schiaroli che purtroppo non ha potuto vederlo realizzato. Guido, uomo colto e amante della cultura della tavola, riteneva che gli italiani vivano un mercato alimentare sempre più diversificato perché altre tradizioni si sono stabilite sul nostro territorio diffondendo nuove modalità d'appartenenza alimentare.

Oggi viviamo un pluralismo alimentare scaturito da un processo interno nel quale si dipanano improponibili percorsi individuali. Tutti parlano di cucina, di alimenti, di proteine, grassi e carboidrati eppure sempre più spesso sentiamo parlare di analfabetismo alimentare. Analfabeti funzionali della cucina sono coloro che pur apprezzando i buoni sapori non ne comprendono i significati e i valori culturali.

L'antropologia considera l'alimentazione il tratto distintivo di una cultura che apre un ventaglio di sentieri che conducono alla ecologia, alla tecnica, alla vita familiare ed alla religione. Mangiare è una necessità fisiologica legata alla sopravvivenza; gustare invece è una esperienza

bio-cognitiva propria dell'uomo.

L'ambiente cucina mediterranea è il risultato del lungo percorso evolutivo avvenuto a partire dal primo fuoco, attorno al quale si sono radunati, alla ricerca di calore, protezione e nutrimento, i nostri progenitori. Intorno al fuoco si è sviluppato e evoluto il linguaggio. Fino a quando l'italiano è rimasto una lingua letteraria, nei dialetti esisteva una ricchezza lessicale e una capacità di descrivere le operazioni dell'agricoltura e dei mestieri che la lingua non possedeva.

continuato a identificare alcuni piatti con espressioni dialettali. E' innegabile che in cucina il dialetto diventa una chiave preziosa per riscoprire le sfumature più intime delle nostre comunità.

Il vernacolo è un potente strumento di identità culturale: parlare il dialetto non significa usare parole diverse, ma mantenere vivo un modo di sentire e di vedere il mondo. Il dialetto ternano conserva ancora espressioni antiche, legate alla vita quotidiana, ai lavori nei campi, ai riti religiosi e, naturalmente, alla cucina, in un intreccio di termini che ne riflettono l'anima popolare. Il legame tra cucina e religione è un filo conduttore che attraversa l'intero volume, rivelando come le festività dei Santi abbiano scandito per secoli la vita delle comunità umbre.

Ultima annotazione: il manoscritto, che attraversa l'Umbria da Nord a Sud, è corredato da alcune tavole che illustrano Il Cantico delle creature di San Francesco noto anche come Cantico di Frate Sole. Il motivo non risiede nel fatto che è il testo poetico più antico della letteratura ma nel rapporto del Santo con il cibo. Le fonti storiche ci danno notizia di un Poverello sano, goloso, estimatore del buon cibo, che sa apprezzare come dono e segno di letizia.

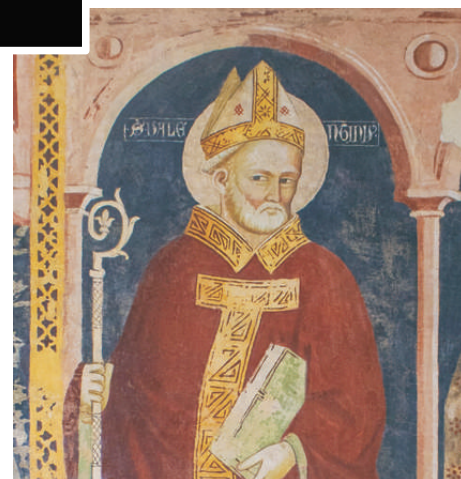
Questo libro, dunque, è molto più di una raccolta di ricette o di poesie dialettali: è un manifesto identitario, un invito a riscoprire il nostro patrimonio immateriale, fatto di parole, sapori, colori e suoni.



Così si spiega la ragione della prolungata vitalità dei dialetti in Italia.

Come ha scritto Viviana Altamura nell'introduzione, questo testo rappresenta un tributo alla ricchezza culturale dell'Umbria, un viaggio nelle radici più autentiche della nostra storia, dove lingua, tradizione e memoria si intrecciano in un mosaico di identità collettiva

L'utilizzo dei dialetti è stato stigmatizzato per decenni per una erronea percezione di scarso prestigio sociale; nonostante ciò anche nei menù di ristoranti ricercati si è



È tempo di Cantamaggio

di Maria Zanardini

Nella notte tra il trenta Aprile e il primo Maggio di ogni anno, condizioni atmosferiche permettendo, la maggior parte dei ternani si riversa nelle vie centrali della città, per assistere alla manifestazione del **Cantamaggio**.

Cosa vanno a vedere? La sfilata dei carri allegorici fatti, principalmente, di carta pesta. Sopra ogni carro ci sono, poi, gli esecutori di canzoni in dialetto ternano.

Ma quando è iniziata questa tradizione? L'origine si fa risalire al 30 Aprile 1896, quando il poeta dialettale **Furio Miselli** (Terni 1868 – 1949) riunì un gruppo di amici (Pietro Ronconi, Alessandro Turreni, Giuseppe Trinchi), per andare a cantare antichi stornelli propiziatori di raccolto abbondante, sotto le finestre di alcune case tra Porta Romana e San Martino. In cambio ricevettero uova e qualche spicciolo, che spesero per comprarsi la colazione all'alba del primo Maggio.

Da allora l'iniziativa fu ripetuta ogni an-

no, i maggioli aumentarono e, bussando alle porte delle varie abitazioni offrendo rami fioriti, ricevevano uova, salsicce, prosciutto, pane e vino. Il ricavato serviva per allestire una cena presso la trattoria gestita dalla famiglia Miselli.

Il Cantamaggio di Miselli arrivò fino alla prima guerra mondiale: i maggioli si muovevano a piedi o in groppa a un asinello o, ancora, su carretti trainati da buoi o asini. I carretti erano addobbati con lanterne, rami intrecciati e cespugli.

Dopo la guerra i carri vennero fatti sfilare su mezzi meccanici e diventarono più spettacolari, con scene ispirate alla primavera e all'amore.

Negli anni '30 la sede del Cantamaggio divenne il **Palazzone**, edificio abitato dagli operai delle Acciaierie.

La manifestazione fu interrotta dal regime fascista dal 1938 al 1944 ma riprese il 30 Aprile de '45.

Negli anni seguenti fu organizzata

Interamna



dall'Ente del Turismo e, dal 1989 è organizzata dall'**Ente Cantamaggio Ternano**.

Molti rioni della città, ma anche piccoli paesi del circondario, partecipano all'allestimento dei carri allegorici che trattano, anche, temi contemporanei.

Una giuria premia i carri migliori tenuto conto, inoltre, delle canzoni eseguite dai migliori cantanti maggioli.

La origini della Quaresima

di Gianna Pileri



Com'è noto, la Quaresima è il periodo liturgico che prepara alla Pasqua cristiana. Inizia il mercoledì delle Ceneri e dura quaranta giorni, in ricordo del tempo passato da Gesù nel deserto. È un tempo penitenziale adatto per gli esercizi spirituali, le liturgie penitenziali, in particolare la Via Crucis e il digiuno previsto, attualmente, come precetto per il mercoledì delle Ceneri.

Ma le regole non erano certo così blande nel passato. Tutta una serie di ordinanze mirava, anche se con scarso successo, a modificare e a disciplinare comportamenti che, durante il Carnevale, si scatenavano in un'immensa allegria collettiva ed eccessi alimentari pantagruelici. Comportamenti che si mettevano in atto volutamente in previsione di tutto ciò che, di lì a poco, sarebbe stato vietato, compresa

la privazione del sesso in giorni stabiliti.

La Quaresima, con i suoi precisi contorni, fu istituita dalla Chiesa nel VI secolo. Nell'Alto Medioevo cominciava solo dopo la domenica di Quadragesima e il digiuno era limitato alle quattro domeniche di Quaresima. Nel secolo IX si decise di rendere il digiuno ininterrotto per quaranta giorni e di riportare al principio della Quaresima, per quattro giorni, la possibilità di mangiare grasso. La contrapposizione dei due periodi, del grasso e del magro, divenne più netta; favorì una specie di personificazione di questi tempi contrastanti e quasi nemici.

Una tradizione letteraria che nasce nel Duecento, quella che vede il duello tra "carneficina" e "Quaresima", esalta l'effimero trionfo di un Carnevale truculento, ridanciano e gran mangiatore sulla vecchia scarna e stizzosa che impersona la Quaresima. Il filosofo e critico letterario russo Michail Bachtin ha visto nel primo l'immagine della "parte bassa del corpo", che è secondo lui il principio della cultura popolare, e nella seconda l'allegoria della morale della Chiesa, avversa al rito e alle gioie del corpo, che assimila ai vizi di gola e lussuria.

REDAZIONE - MARZO 2026

LA VOCE

Foglio di informazione

UNITRE Terni

Corso Tacito, 146 – 05100 Terni

www.unitreterni.org

unitreterni@libero.it

Tel. 0744-401086

REDAZIONE:

☛ **Giancarlo Nicoli**

Capo Redattore

☛ **Claudio Bonanni, Maria Cecilia**

Giuli, Daniela Costantini,

Isolero Cassetti, Maria

Zanardini, Lidia Curti, Anna

Rita Armati, Vanna

Carmignani, Maurizio Cervelli

(fotografie)

Redattori

☛ **Anna Rita Armati**

Segretaria di Redazione

Hanno collaborato a questo numero:

☛ **Raffaele Federici, Annarita**

Marino, Gianna Pileri, Paolo A.

Galli, Maurizio Lucidi, Enrico De

Cesaris, Patrizia Giannachi,

Giuseppe Fatati.

Tecnograph

Typesetting & Printing