

L'incontro

Settimanale per i Centri don Vecchi e il Centro Papa Francesco

Copia gratuita

ANNO 21 - N° 5 / Domenica 2 febbraio 2025

L'arte di una vita bella

di don Gianni Antoniazzi

Da anni gli architetti parlano di “*non luoghi*” per indicare gli spazi privi di identità (Augé, 1992): aeroporti, centri commerciali, autostrade... La gente ci sta, ma non li vive. Sono ambienti di passaggio, inabitabili, senza storia e personalità, senza emozioni vere. Chi di noi si ferma in autostrada a fare amicizia? La si percorre in fretta; nessuno ci resta. Qualcosa di analogo vale per il tempo: quando manca la memoria del passato e non c'è speranza per l'avvenire si sta nel momento presente senza entusiasmo, senza uno scopo. Si può parlare di “non tempo”, cioè di una condizione frantumata.

Arriviamo adesso alla vita. È possibile trascorrere un'esistenza scontata, banale, da spettatori. Una specie di anzianità dilatata, valida purtroppo anche a 20 anni. Ci si mette a guardare l'esistenza altrui senza mai prendere in mano la propria. È una vita brutta, una “non vita”. Forse si può sballare, cercare eccessi e trasgressioni... ma cosa rimane poi di questo? Una vita bella è un'arte: è la capacità di mantenere un progetto, di amare e di sentirsi amati. È la voglia di giocare le proprie carte, fino all'ultimo. Per chi ha fede, corrisponde alla proposta del Vangelo e la vita diventa bella quando è spesa per edificare il bene.

Certo: prima o poi viene il momento del dolore e può durare a lungo. Questo però non spegne la bellezza di esistere: chi ha una speranza oltre la soglia del tempo non va in crisi ma sa che viene anche il momento della bellezza di Dio.





Il grande dono

di Andrea Groppo

La bellezza della vita si manifesta in mille sfumature diverse, spesso nelle cose più semplici, quelle che troppe volte diamo per scontate e che invece sono un tesoro prezioso

In qualità di presidente della Fondazione Carpinetum, mi trovo oggi a riflettere con voi su un tema tanto semplice quanto profondo: "La vita è bella". In un mondo che spesso ci bombarda di negatività, di problemi che sembrano insormontabili, rischiamo di dimenticare la straordinaria fortuna di essere qui, di aver ricevuto questo inestimabile dono. Quante volte ci ritroviamo intrappolati in una spirale di stress, di preoccupazioni, al punto da non riuscire più a vedere la bellezza che ci circonda? Ci affanniamo per raggiungere obiettivi sempre più ambiziosi, ci lasciamo sopraffare dalle difficoltà quotidiane, dimenticando il valore intrinseco della vita stessa. Ma cos'è che rende veramente bella la nostra esistenza? Non esiste una risposta univoca, ovviamente. La bellezza della vita si manifesta in mille sfumature diverse, spesso nelle cose più semplici, quelle che diamo per scontate. È la libertà di poter scegliere il nostro cammino, di esprimere la nostra individualità. È il sorriso sincero di una persona che

ci dice "grazie", un gesto piccolo ma capace di illuminare una giornata. È la meraviglia di un tramonto che infiamma il cielo di colori mozzafiato, un'opera d'arte gratuita offerta dalla natura. È l'abbraccio di un fratello, di un amico, un contatto umano che ci ricorda che non siamo soli.

La vita non è una linea retta, lo sappiamo bene. È un percorso costellato di alti e bassi, di momenti di gioia intensa e di periodi più bui. Ci sono sfide che ci mettono a dura prova, dolori che sembrano insostenibili. Ma è proprio in questi momenti che dobbiamo aggrapparci alla consapevolezza del dono ricevuto. Dobbiamo ricordare che la bellezza non scompare di fronte alle difficoltà, ma si trasforma, si cela in nuove forme. Immaginate di essere sulle montagne russe: ci sono le salite, faticose e lente, che ci preparano all'ebbrezza della discesa. E poi ci sono le discese, rapide e a volte spaventose, che ci fanno sentire il cuore in gola. Ma è l'insieme di queste esperienze a rendere il viaggio emozionante e indimenticabile. Allo stesso modo, nella vita, dobbiamo essere pronti ad affrontare sia i momenti positivi che quelli negativi. Quando tutto va bene, dobbiamo essere consapevoli che potrebbero arrivare delle difficoltà. E quando ci troviamo a cadere, dobbiamo ricordare che non è importante la caduta in sé, ma la capacità di rialzarsi, di imparare dai nostri errori, di capire il motivo per cui siamo caduti. In questo percorso, un ruolo fondamentale è svolto dalla rete di relazioni che ci circonda: la famiglia, gli amici, le persone che ci vogliono bene. Sono loro ad attutire le cadute, a offrirci un sostegno concreto e un conforto morale. Sono

loro a darci la spinta per rialzarci, a ricordarci il nostro valore quando noi stessi tendiamo a dimenticarlo. La condivisione, il confronto, l'ascolto reciproco sono strumenti preziosi per affrontare le difficoltà e per celebrare le gioie.

La Fondazione Carpinetum, con il suo impegno costante nel promuovere il benessere della comunità, si pone proprio questo obiettivo: creare una rete di supporto, un luogo di vita e di incontro, di condivisione dove ognuno possa sentirsi accolto e sostenuto. Crediamo fermamente nel valore della persona e nella bellezza della vita in tutte le sue forme. Concludo con un invito: impariamo a guardare il mondo con occhi nuovi, a riscoprire la bellezza nelle piccole cose, a coltivare le relazioni umane, a non arrenderci di fronte alle difficoltà. Perché, nonostante tutto, la vita è un dono meraviglioso, un'opportunità unica e irripetibile. E vale la pena viverla appieno, con gratitudine e con la consapevolezza che, anche nei momenti più bui, la bellezza è sempre lì, pronta a manifestarsi.

Auguro a tutti una "bella" vita.

Un lascito per gli altri

La *Fondazione Carpinetum* offre alloggi protetti a persone anziane e bisognose di Mestre. Ha creato per questo i sette Centri don Vecchi di Carpenedo, Marghera, Campalto e Arzeroni. Si sostiene solo con le offerte della buona gente. Si può fare anche un lascito testamentario per aiutare la sua azione. Per informazioni contattare il 3356431777. Il grande gesto di generosità si tradurrà in carità concreta.





La nostra corsa

di Daniela Bonaventura

Torno ora da una stanza d'ospedale dove ho lasciato mia zia. Ora dobbiamo andare all'agenzia delle pompe funebri, dobbiamo capire cosa fare e come farlo, dobbiamo avvisare parenti lontani che lei sentiva periodicamente per telefono perché, pur invecchiando e non vedendosi più, l'affetto ha continuato a fare capolino con un saluto e un "come va?". È tutto molto difficile, sapevamo che a questo giorno dovevamo arrivare ma l'incontro con sorella morte ti lascia sempre il dolore addosso, una sensazione di non fatto e non detto che solo il tempo aiuterà a dissipare. Poi arrivo a casa ed incespico sui giochi lasciati per terra dai nipoti la sera prima e mestamente sorrido pensando alla frase storica della mia mamma: "la vita è una ruota". La presenza di bimbi ti dá la forza di guardare avanti, di continuare a vivere custodendo nel cuore l'eredità umana di chi non c'è più, di testimoniare la bellezza della vita da gustare come frutto succulento e dolcissimo anche quando, a tratti, è amaro. Se imparassimo tutti questa lezione

forse il nostro mondo sarebbe più pacifico e sereno, forse riusciremmo a trovare la gioia in un abbraccio e una stretta di mano.

Ricordo che da bambina guardai il film "La vita è meravigliosa" con un James Stewart in grande spolvero e restai molto turbata dalla trama. Ero bimba e la vita per me era ancora una bellissima avventura e mi sembrava impossibile che a qualcuno venisse il desiderio di farla finita, non conoscevo ancora i drammi che possono portarti a prendere una decisione così orribile. E poi fui affascinata dalla presenza dell'angelo custode che fa capire quanto sia stata importante la vita di George (questo il nome della persona interpretata da Stewart): una vita all'apparenza semplice ma molto proficua per le persone che vivevano accanto a lui. Forse dovremmo incontrare anche noi il nostro angelo custode per poter capire l'importanza di una vita da vivere fino in fondo senza risparmiarsi mai, senza chiudersi nei propri problemi e nei propri pensieri cercando di aprirci il più possibile

in famiglia, nei luoghi di lavoro, nelle comunità in cui operiamo tutti i giorni. Un sorriso non costa nulla, in inglese si dice "the best things in life are free" - "le più belle cose nella vita sono gratis" e spesso, presi dai problemi di ogni giorno, ce ne dimentichiamo e non riusciamo più a godere delle piccole cose che ogni giorno ci vengono offerte come il saluto di un amico, una passeggiata nella natura, un ramo di calicanto che ti sorprende con il suo profumo, il ballo di un bimbo che si muove sulle sue gambette a ritmo di musica.

Con questa consapevolezza penso alla zia che ha finito la sua corsa nella vita, penso che ha vissuto una buona vita, che è stata lucida fino alla fine nonostante tutti i problemi fisici che aveva, nonostante non riuscisse quasi più a parlare. Ha amato la sua vita e ha cercato di viverla finché ha potuto senza perdere mai la speranza che avrebbe potuto farcela. Forse dovremmo imparare già fin d'ora, ed insegnarlo alle giovani generazioni, a non perdere mai la speranza di potercela fare fino alla fine della nostra corsa terrena, per arrivare magari stremati, ma senza alcun rimorso di non averci provato.



Editrice L'incontro

Il settimanale *L'incontro* è pubblicato in 5 mila copie in distribuzione gratuita in tutta la città, ma può essere letto anche con la versione digitale scaricabile dal sito internet www.centrodonvecchi.org. La nostra editrice pubblica inoltre: *Sole sul nuovo giorno*, un quaderno mensile utile per la meditazione quotidiana; *Il libro delle preghiere, delle verità e delle fondamentali regole morali per un cristiano*, edito in 8 mila copie.



Bella e buona

di don Gianni Antoniazzi

Chi frequenta i Vangeli - e la Bibbia in genere - pensa che la cosa più importante sia trascorrere una vita *buona*. Non è un pensiero sbagliato: Gesù stesso è stato *buono* con tutti e, nella Pasqua, ha mostrato la *bontà* del Padre per ogni creatura. Inoltre, sembra che l'Antico e il Nuovo Testamento parlino poco di bellezza e molto di bontà. Il motivo c'è. Bisogna sapere che in ebraico non esiste una parola per dire *bello*. C'è il termine *tôb* (pronuncia *tôv*) che significa *buono*... ma anche *bello*. Quando per esempio Dio crea il mondo dice che ogni cosa è *tôb*. E in effetti la realtà è *buona* ma l'autore di Genesi vuol dire che è anche *bella* e *utile*. La sostanza è questa:

in ebraico non c'è una bellezza separata dal bene. Forse qualcuno penserà che Israele sia stato un popolo troppo piccolo e dal linguaggio ancora primitivo, distante dal gusto raffinato dell'eleganza moderna. La sorpresa è che i Vangeli, pur scritti in greco, la lingua della bellezza, mantengono la stessa intonazione. Il vocabolo impiegato è sempre *kalós*, sia per dire *bello* che per dire *buono*. Gesù, per esempio, è il Pastore *kalós*, che di certo significa *buono* ma insieme anche *bello*. E, per certi aspetti, è più importante il secondo termine: perché la bontà è una categoria morale e comporta fatica, mentre la bellezza affascina, chiama e conquista di per sé.

Forse chi ha tradotto la Bibbia ha evitato il termine *bello* perché equivoco ma avrebbe potuto usarlo senza problemi perché la Scrittura è sapiente e ha capito che una vita è *bella* se è anche *buona* e viceversa. Noi, figli del XX sec. abbiamo separato tutto: quando si parla di bellezza, la gente pensa a ragazze seducenti; quando si dice *vita bella*, qualcuno sogna *la bella vita* nel senso di un'esistenza senza freni. Chi però ha la prudenza di mantenere il proprio sguardo nel bene, può godere sempre di un'esistenza anche bella. Per costui vale una frase di Gandhi: "La vita non è aspettare che passi la tempesta, ma imparare a ballare sotto la pioggia".

In punta di piedi

La tentazione delle sirene

Quando una persona è contenta di quel che fa, gli altri cercano di imitarla. Viene a mente la figura di Francesco D'Assisi. Moltissimi giovani del suo tempo han ricalcato la sua proposta di vita perché lui era felice. Insomma: la bellezza attira. Non per niente molti dicono che *kalòs* (bello in greco) viene da *kaleo*, "chiamare". Bisogna però star attenti: più la strada è bella più si rischia di fermarsi a guardare il panorama senza considerare il fine ultimo. È la tentazione delle si-

rene d'Ulisse. È la tentazione di ogni tempo: lasciarsi sedurre dalle distrazioni senza tenere fisso lo sguardo sul percorso da compiere. Internet mette a portata di mano le bellezze del pianeta intero: è una ricchezza immensa ma si rischia di vivere dissipati. Si capisce così l'insegnamento dei padri del deserto.

Quelli spiegavano che la vita bella esige l'ascesi, cioè saper scegliere l'essenziale e mettere da parte quel che non vale.

In pellegrinaggio nei solchi della bellezza

La parrocchia di Carpenedo propone un pellegrinaggio per adulti e anziani dal 6 all'11 ottobre. Andremo a vedere i borghi caratteristici e storici del Lazio. È un cammino di fede: si va anche a Roma per un giorno intero, da pellegrini del giubileo. Si passa la Porta Santa, anzi, tutte e quattro. Nella visita si passa per la Certosa di Trisulti, Alatri, Fumone, Serentino, Isola del Liri, Abbazia di Casamari, Gaeta, Nettuno e altre località celebri. Per chi desidera avere qualche notizia in più basta chiamare in segreteria (041.535.2327) oppure prendere il dépliant in parrocchia: sono esperienze che arricchiscono di bellezza e danno sapore alla vita quotidiana.





Quello che conta

di Federica Causin

Oggi, 24 gennaio, la mia giornata è incominciata con un messaggio che annunciava la nascita della nipotina di una mia carissima amica. Per una fortunata coincidenza, questa piccola principessa ha visto la luce lo stesso giorno del suo bisnonno, il quale ha ricevuto un regalo di compleanno ineguagliabile! Che bel risveglio anche per me, ho pensato con un pizzico di emozione.

Quando ho conosciuto la sua mamma era soltanto una ragazzina e, guardando la giovane donna che è diventata, provo un misto di orgoglio e tenerezza. L'arrivo di un bambino è senz'altro motivo d'immensa gioia, di speranza e ci ricorda in modo tangibile e inequivocabile che la vita è un dono splendido. Un regalo che racchiude una dimensione di gratuità alla quale forse non sempre diamo il giusto rilievo. Sono fermamente convinta che la capacità di riconoscere quello per cui ciascuno di noi deve rendere grazie al Signore sia un'abilità che va allenata e affinata quotidianamente; si tratta di esercitare gli occhi e il cuore a essere pronti e desti di fronte "alle piccole bellezze della vita" per poter poi cogliere quelle più grandi. Io cerco di farlo e sovente mi vengono in aiuto le riflessioni di don

Tony Drazza, che è stato assistente dell'Azione Cattolica per il Settore Giovani e ora è Segretario particolare del Segretario generale della Conferenza Episcopale Italiana. Ho deciso di proporre alcune di quelle che ho trascritto sul mio quaderno e che, di tanto in tanto, mi piace andare a rileggere, perché mi aiutano a mettere a fuoco quello che conta e ad accorgermi di qualche sfaccettatura nuova. Inizierei con "È necessario starci dentro le nostre vite sempre, "nelle gioie e nei dolori". Perché solo se decidi di continuare il cammino vedrai la bellezza che ti è stata riservata". Un bisogno di stare dove siamo chiamati a essere che si contrappone alla tentazione di cercare un "altrove". Mi riconosco molto nell'idea di continuare a camminare, grata di quello che ho, senza però sentirmi mai arrivata. Il desiderio è quello di provare a scrivere nuove pagine di vita, impreziosite dalla presenza di molti compagni di viaggio che possono mostrarmi orizzonti nuovi.

Il secondo pensiero di don Drazza, che vorrei condividere, dice "Comincia subito qualcosa di buono, di vero, che sia anche per il bene di tutti. Comincia da oggi a moltiplicare qualche bellezza, non trattenere

tutto per te, sii generoso attento. Ogni tipo di bellezza comincia da una tua parola tenera". Questa riflessione mi ha fatto tornare in mente una frase pronunciata da papa Francesco la settimana scorsa, durante l'intervista che ha rilasciato a Fabio Fazio: "Pensare il bene, sentire il bene, fare il bene". Mi piace l'immagine di un bene che si spande a centri concentrici e che può arrivare lontano. Nell'ultimo anno e mezzo ho avuto modo di sperimentare che davvero una parola o un gesto tenero e gentile possono contribuire a costruire ponti verso l'altro e a gettare le basi per un rapporto basato sull'affetto e sul rispetto alimentato dalla volontà di condividere un tratto di strada. Per concludere, prendo di nuovo in prestito le parole di don Tony: "Cerca se puoi una piccola bellezza ogni giorno. Guarda con occhi diversi le persone che ogni giorno ti sono davanti. Abbraccia la vita che hai, accarezza qualcuno, rendi il tuo cuore morbido. Custodisci gli amori della tua vita. Non rattristare nessuno. Sii allegro nonostante le ferite e anche resistente. Interessati delle cose che contano e di tutte le persone che ti capitano sotto gli occhi. Moltiplica le cose belle".



Il nostro aiuto è rivolto a tutti

Molti pensano che i generi alimentari, la frutta e la verdura, i mobili, gli indumenti e gli oggetti per la casa, distribuiti al Centro Papa Francesco, siano destinati soltanto a chi si trova in una situazione di fragilità. In realtà quanto viene raccolto è a disposizione di tutti indistintamente e quanto viene raccolto si può ricevere a fronte di un'offerta simbolica, destinata ai costi di gestione. Per fortuna prodotti e materiali ne abbiamo spesso in abbondanza: chi ne avesse bisogno non esiti a farsi avanti!



Che bello chi rinasce

di Edoardo Rivola

Chi supera grandi dolori, chi riesce a rialzarsi dopo una caduta, spesso apprezza ancora di più la vita. È chi ha già tutto che a volte non si rende conto di quanto sia fortunato

Credo che la nascita di una creatura sia il valore più grande dell'esistenza. Lo si appura fin dal principio, con l'emozione del primo contatto, del primo pianto, del primo sorriso; e più avanti con le prime parole e i primi passi, in un crescendo di esperienze che dona alla vita un significato profondo. Man mano che cresciamo, assieme ai valori scopriamo impegni e responsabilità. E impariamo che il bello della vita risiede anche in questo: credere in ciò che facciamo, al punto da infondervi passione, anima e amore. Vale lo stesso - anzi, di più - quando si tratta dei nostri figli e delle persone care. La gioia e l'entusiasmo per la nascita di un bambino sono così intensi che ci fanno ritornare bambini noi stessi, riscoprendo quanto la natura può donarci. I figli crescono, ma con loro crescono i genitori e anche i nonni, che trovano nuovi momenti di felicità e di significato. In fin dei conti, è proprio questo che rende la vita così bella.

Quando si è maturi

La vita è un ciclo, un orologio che

scandisce fasi e situazioni che culminano nella maturità e nell'età adulta. Anche con il passare degli anni, ogni giorno offre nuove scoperte e lezioni da imparare. La vecchiaia porta con sé riflessioni profonde. Solo una vita vissuta con serenità - e, per i più fortunati, in buona salute - consente di affrontare gli ultimi anni con la consapevolezza di aver goduto appieno del proprio cammino, al di là delle gioie e delle delusioni. Mi sono soffermato sull'inizio e sulla fine perché in questo percorso si racchiude l'essenza di ogni esistenza, fatta di incroci, tappe e momenti di bellezza o di difficoltà. Ciascuno può tracciare una sintesi del proprio viaggio, chiedendosi se è stato più o meno felice. Anche gli ultimi giorni possono avere un senso e un valore, soprattutto quando si è preparati ad affrontarli e si possiede la serenità interiore. Allo stesso tempo, inevitabilmente, la morte porta dolore a chi resta. Ed è ancora più difficile accettare il distacco quando avviene a causa di malattie o decesso improvviso, lasciando un senso di smarrimento e di vuoto. In quei momenti ci

si interroga sul significato della vita stessa, e per alcuni il dolore diventa così profondo da spegnere la luce della speranza.

Il bello di emozionarsi

La vita è bella perché regala emozioni, che trovano significato in una moltitudine di gesti e momenti. L'emozione può nascere ovunque: guardando un film, in un gesto ricevuto o donato, in uno sguardo, in un sorriso, in un abbraccio. Può scaturire dalla gioia di ritrovare una persona cara, da momenti di dolore o di felicità, dalla consapevolezza che le tue azioni hanno fatto del bene a qualcuno. Le occasioni per emozionarsi sono infinite. C'è chi lo esprime apertamente, anche attraverso le lacrime, e chi invece preferisce farlo in modo intimo, vivendo quei momenti in solitudine. La bellezza della vita si manifesta in tutto ciò che tocca

Donazioni per aiutare il Centro

Per tutti coloro che desiderano donare per aiutare la nostra attività, e lo fanno con bonifico bancario, nella causale della donazione aggiungano il proprio Codice Fiscale e/o Partita Iva. In questo modo possiamo rilasciare una ricevuta. Questa potrà essere utilizzata nella dichiarazione dei redditi per dedurre il 35% dell'importo della donazione. Qui di seguito i riferimenti per le donazioni: Iban IT88 O 05034 02072 0000 0000 0809 intestato Associazione Il Prossimo odv - Centro di Solidarietà cristiana Papa Francesco. L'associazione può essere sostenuta anche con un lascito testamentario: per info contattare i numeri 3494957970 oppure il 3358243096.



l'anima e il cuore. Capita di lamentarsi per ciò che ci manca, o perché desideriamo più di quanto possediamo: dovremmo invece fermarci a osservare il sorriso di un bambino che, pur non avendo nulla, riesce a essere felice con poco; mentre, dal lato opposto, c'è chi ha tutto ma non trova la gioia. A volte ci imbattiamo in difficoltà familiari, lavorative o personali che ci sembrano insormontabili, e ci lasciamo abbattere. In quei momenti sarebbe utile ricordare quanto siamo fortunati: stiamo bene, siamo al mondo e abbiamo il dono di vivere in un luogo dove c'è libertà e dove, nonostante le sfide, non ci manca l'essenziale.

La vita è bella

Potrebbe sembrare semplicemente un'affermazione, e in effetti lo è. Ma "La vita è bella" è anche il titolo di uno splendido film di Roberto Benigni. Come spesso accade, un'opera cinematografica trae ispirazione da storie vere o dalla letteratura. In questo caso, all'interno di un contesto drammatico - la guerra, le leggi razziali, il campo di concentramento - il film ci mostra la commovente vicenda che vede il protagonista, interpretato da Roberto Benigni, proteggere il figlio piccolo dalle atrocità di quell'esperienza, costruendo per lui un mondo di fantasia e trasfor-

mando la terribile realtà in un gioco. In questo modo, riesce a preservare negli occhi del bambino una scintilla di felicità. Pur raccontando eventi terribili vissuti da tante persone, la pellicola trasmette momenti di leggerezza e persino di comicità. La narrazione fa emergere il contrasto tra la spensieratezza del piccolo e le bruttezze del periodo storico, mostrando con precisione il dramma di chi ha vissuto quelle vicende. Molti non sono sopravvissuti; altri hanno superato quell'orrore, portandone per sempre i segni. La vita è bella, nonostante tutto.

La Giornata della Memoria

Parlando de "La vita è bella", non posso non dedicare un pensiero alla Giornata della Memoria. Considero questa ricorrenza una delle più importanti per ricordare il nostro passato e la nostra storia. È una giornata che tocca corde profonde, specialmente per chi, come me, ha avuto un padre internato nei campi di concentramento. Ed è normale che susciti, ogni anno, un'emozione forte. La Giornata della Memoria è stata istituita simbolicamente il 27 gennaio perché in questa data, nel 1945 (esattamente 80 anni fa), l'Armata Rossa liberò il campo di concentramento di Auschwitz. È un momento per ricordare la Shoah, lo sterminio

di milioni di ebrei, insieme a quello di tantissime altre persone deportate dai nazisti. Ed è un invito a riflettere sul valore della vita e sull'importanza di mantenere viva la memoria, affinché tragedie simili non si ripetano mai più. Dovrebbe essere un monito per le generazioni presenti e future, un invito a riconoscere l'assurdità e la crudeltà di tali atrocità; eppure, nonostante gli insegnamenti della storia, le guerre continuano a devastare diversi paesi nel mondo, alcuni neanche troppo distanti.

Katerina

Penso alla guerra in Ucraina. Iniziata quasi tre anni fa, ha costretto migliaia di persone, soprattutto donne e giovani madri con figli, a lasciare la propria terra. Molte di loro sono arrivate anche nella nostra città, e tra queste c'era Katerina. La vita per lei non è stata facile. Anzi, è stata segnata da eventi drammatici. È una delle superstiti del tragico incidente del pullman avvenuto nell'ottobre del 2023 sul cavalcavia della stazione: tra le tante vittime c'erano tre sue amiche, che erano venute a trovarla per trascorrere un po' di tempo insieme, cercando di distrarla dopo la notizia della morte del padre, ucciso in guerra. L'incidente, oltre a lasciarle cicatrici fisiche - Katerina necessita ancora di protesi - le ha inflitto un profondo senso di colpa per la perdita delle sue amiche. Nonostante il dolore e le difficoltà, Katerina sta lentamente ricostruendo la sua vita. È un percorso di rinascita reso possibile grazie a una rete di persone che l'hanno sostenuta sin dal giorno dell'incidente: la sua coraggiosa madre, la Protezione Civile che è stata al suo fianco, gli amici della Fisiosport Terraglio che la seguono nelle terapie, e anche noi, che le diamo una mano occupandoci della parte alimentare. Katerina compirà 31 anni il prossimo 2 marzo e, proprio nel giorno del suo compleanno, parteciperà al Campionato italiano di parakarate. Forza Katerina: nonostante tutto la vita è bella, e tu ne sei la prova vivente.





Migliorare il futuro

di Matteo Riberto

Il futuro è sempre stato una fonte di ispirazione per visionari, scienziati e innovatori. Negli ultimi anni, il progresso tecnologico ha fatto passi da gigante, portandoci a immaginare come alcune invenzioni rivoluzionarie potrebbero migliorare la qualità della nostra vita nei prossimi decenni. Dall'ambiente alla salute, passando per la mobilità e l'energia, ecco quattro invenzioni che potrebbero trasformare il nostro mondo in modi incredibili.

1. Case autosufficienti e sostenibili

L'urbanizzazione crescente e il cambiamento climatico stanno rendendo urgente la ricerca di soluzioni abitative sostenibili. Un'invenzione che potrebbe cambiare radicalmente il modo in cui viviamo sono le case autosufficienti ed ecologiche. Questi edifici del futuro saranno dotati di pannelli solari avanzati, sistemi di raccolta dell'acqua piovana e tecnologie di riciclo dei rifiuti domestici. Un esempio già in fase di sviluppo sono le case realizzate con materiali

innovativi, come il calcestruzzo autorigenerante o bioplastica biodegradabile, che riducono l'impatto ambientale durante la costruzione. Inoltre, l'intelligenza artificiale e i sensori intelligenti potranno monitorare il consumo energetico, ottimizzando l'uso delle risorse. Queste abitazioni non solo miglioreranno la qualità della vita quotidiana, ma contribuiranno a ridurre la nostra impronta ecologica.

2. Cure personalizzate grazie alla medicina di precisione

L'intelligenza artificiale e la genomica stanno rivoluzionando il settore sanitario, aprendo la strada alla medicina di precisione. Questa nuova frontiera della medicina si basa sull'analisi del DNA e dei dati medici di ogni individuo per sviluppare trattamenti su misura. Ad esempio, grazie alla tecnologia CRISPR per l'editing genetico, potrebbe essere possibile correggere mutazioni che causano malattie ereditarie o sviluppare terapie mirate per combattere il cancro. Inoltre, i dispositivi indossabili di nuova gene-

razione, come smartwatch avanzati, potranno monitorare costantemente la salute, rilevando anomalie prima che diventino problematiche.

3. Trasporti a emissioni zero e iper-veloci

La mobilità del futuro sarà caratterizzata da trasporti più veloci, sicuri e sostenibili. Tra le invenzioni più promettenti ci sono i sistemi di trasporto iper-veloci come l'Hyperloop, un treno che dovrebbe viaggiare in tubi a bassa pressione e raggiungere velocità di oltre 1.000 km/h. Questa tecnologia potrebbe ridurre drasticamente i tempi di viaggio e diminuire la congestione stradale. Parallelamente, i veicoli elettrici e autonomi stanno già trasformando il nostro modo di spostarci.

4. Desalinizzazione sostenibile per l'accesso all'acqua potabile

L'acqua potabile è una risorsa sempre più scarsa in molte parti del mondo, ma una nuova generazione di tecnologie di desalinizzazione potrebbe risolvere questo problema. Le attuali tecniche, come l'osmosi inversa, richiedono grandi quantità di energia, ma le invenzioni future puntano su sistemi più sostenibili ed economici.

Un esempio promettente è rappresentato dai filtri basati su nanotecnologie, in grado di rimuovere il sale dall'acqua di mare con un consumo energetico ridotto. Alcuni ricercatori stanno anche esplorando l'uso dell'energia solare per alimentare impianti di desalinizzazione, rendendo il processo ancora più ecologico. Con questa innovazione, milioni di persone in tutto il mondo potrebbero avere accesso a una fonte sicura di acqua potabile, riducendo così il rischio di crisi idriche.



La parola dell'anno

di Carlo Millino

Da vent'anni l'Oxford University Press, la casa editrice dell'Università, appunto, di Oxford, elegge la parola dell'anno: un gruppo di lessicografi, dopo aver analizzato dati e tendenze linguistiche che hanno caratterizzato l'anno trascorso, individua una selezione di sei parole e avvia una discussione pubblica per scegliere quella vincitrice. Quest'anno sono state coinvolte più di 37mila persone. Per il 2024 è stata scelta *brainrot*, e cioè il "supposto deterioramento delle capacità mentali ed intellettuali di una persona, considerato come risultato di un consumo eccessivo di un materiale inconsistente e frivolo - ora con particolare riguardo dei contenuti online". Ad onor del vero, la prima ricorrenza del termine risale al 1854, in una pagina del resoconto autobiografico di Henry David Thoreau, *Walden* (che nella versione italiana porta il titolo *Vita nei boschi*), nel quale l'autore racconta della propria fuga dalla città natale e il suo essersi rifugiato sulle rive del lago Walden; vi ricorre per deprecare la propensione della società a lasciar perdere idee complesse, in favore di quelle più semplici.

Il Presidente di Oxford Languages, Casper Grathwohl, ha detto che tale scelta è stata significativa perché denota un certo grado di consapevolezza sui rischi relativi alla vita virtuale: *brainrot*, che rispetto al 2023 ha avuto una frequenza maggiore del 230%, è stato usato - e soprattutto sui social! - per descrivere e le cause e l'effetto di tali contenuti dappoco che si trovano sui social.

Da questo, derivano almeno due considerazioni. La prima è che i social, benché veloce ed efficiente strumento di comunicazione e informazione, portano con sé delle controindicazioni, che sono insite alla loro natura: hanno colori sgargianti, suoni invitanti ed un scorrimento che ricorda quello ipnotico delle slot machine perché sono pensati per trattenere quanto più possibile il fruitore, nel quale stimolano il rilascio di dopamina, una sostanza che lavora a livello neuronale coinvolta nella sensazione del piacere - e questo è dimostrato da molta letteratura scientifica. La seconda è che più di qualcuno si sta ponendo il problema. Ma vediamo cosa dicono i dati.

Secondo l'ultimo rapporto dell'Istituto Superiore di Sanità (ISS) sulle Dipendenze comportamentali nella Generazione Z il 2,2% tra gli 11 ed i 13 anni ed il 2,7% tra i 14 ed i 17 soffre di Social Media Addiction (SMA), definita come "bisogno incontrollabile di accedere a informazioni o veicolare contenuti propri, in maniera talmente compulsiva da compromettere gli altri ambiti della vita quotidiana": è una delle dipendenze con minore incidenza, mentre primeggiano quella da videogame (14,3% e 10,2%), il consumo di prodotti a base di tabacco e nicotina (9,6% e 36,6%) e l'ansia sociale (14,1% e 16,9%).

Ad ogni modo, se ad essere arrivato ad un livello di consumo dei social tale da poter essere considerato dipendenza sono relativamente pochi giovani, 4 ragazzi su 5 passano più di 5 ore davanti agli schermi; inoltre, il dato sullo sviluppo del disturbo dell'ansia sociale è legato alla vita sui social: questi spesso propongono un modello di perfezione, la cui natura artificiale rischia di non esser colta dalle menti più giovani, che sviluppano, conseguentemente, un senso di inadeguatezza e di inferiorità. Una delle declinazioni di questo è la cosiddetta FOMO, Fear of missing out: la paura di rimanere esclusi e di perdersi delle occasioni di socialità, che induce ad una costante connessione.

I social media sono certamente utili, ma anche pericolosi: quando passano da essere strumento ad essere mondo e realtà, viene rotto il patto che sta alla loro base, rompendo la barriera tra reale e virtuale, con conseguenze negative soprattutto per i più piccoli. Non sono, quindi, da demonizzare in toto, ma sono necessari consapevolezza e accorgimenti per alcune fasce d'età.



Parchi d'Italia

dalla Redazione

L'Italia, nota per il suo straordinario patrimonio culturale, offre anche una varietà incredibile di paesaggi naturali che rappresentano un vero e proprio tesoro per gli amanti della natura. I suoi parchi nazionali e regionali sono luoghi di rara bellezza, dove è possibile scoprire ecosistemi incontaminati, montagne maestose, spiagge paradisiache e antichi borghi che si fondono perfettamente con l'ambiente circostante. In questo articolo vi portiamo alla scoperta dei 10 parchi più belli d'Italia, ognuno con le sue peculiarità, perfetti per chi cerca avventura, relax o semplicemente una fuga dalla quotidianità.

1. Parco Nazionale del Gran Paradiso (Valle d'Aosta e Piemonte)

Il Parco Nazionale del Gran Paradiso, istituito nel 1922, è il più antico d'Italia e un simbolo della conservazione della natura. Situato tra la Valle d'Aosta e il Piemonte, deve il suo nome all'omonima montagna, il Gran Paradiso, che raggiunge i 4.061 metri di altitudine. Qui vivono liberamente specie protette come lo stambecco, l'aquila reale e il gipeto. I visitatori possono percorrere una rete di sentieri che attraversano

vallate glaciali, foreste di conifere e prati alpini. Durante l'estate, il parco si trasforma in un tappeto colorato grazie alle fioriture di rododendri, genziane e stelle alpine.

2. Parco Nazionale delle Cinque Terre (Liguria)

Il Parco Nazionale delle Cinque Terre è un vero gioiello del Mediterraneo, caratterizzato da cinque borghi incastonati tra mare e montagna: Monterosso al Mare, Vernazza, Corniglia, Manarola e Riomaggiore. Patrimonio dell'Umanità UNESCO, il parco è famoso per i suoi terrazzamenti coltivati a vite e per i panorami mozzafiato che si possono ammirare percorrendo il Sentiero Azzurro o i più impegnativi sentieri dell'entroterra. È una meta ideale per gli amanti del trekking, ma anche per chi vuole godersi il mare, le spiagge e la gastronomia ligure.

3. Parco Nazionale delle Dolomiti Bellunesi (Veneto)

Inserito tra le Dolomiti Patrimonio UNESCO, questo parco si estende su un'area di circa 31.500 ettari e offre un mosaico di paesaggi unici. Qui si trovano gole profonde, pareti

rocciose spettacolari e altipiani verdissimi. È un paradiso per escursionisti e scalatori, con percorsi che conducono a luoghi iconici come la Valle di San Lucano e il Monte Schiara. Non mancano anche rarità botaniche, come il fiore "Campanula morettiana," simbolo del parco.

4. Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise

Conosciuto come il cuore selvaggio dell'Appennino, questo parco è uno dei più antichi e meglio conservati d'Italia. È celebre per la sua fauna, che include specie rare come l'orso marsicano, il lupo appenninico e il camoscio d'Abruzzo. Oltre agli amanti della fauna, il parco attira appassionati di escursionismo e fotografia, grazie a paesaggi incantevoli che comprendono foreste di faggi, laghi glaciali e vette imponenti. I borghi storici all'interno del parco, come Pescasseroli e Civitella Alfedena, aggiungono un tocco di fascino culturale alla visita.

5. Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni (Campania)

Situato in Campania, questo parco è una combinazione straordinaria di natura, storia e cultura. Le coste frastagliate offrono scorci indimenticabili, con grotte marine come la Grotta Azzurra e spiagge che sembrano uscite da una cartolina. Ma il Cilento è anche un luogo di grande interesse storico, con siti archeologici come i templi di Paestum e il sito di Velia. È una destinazione ideale per chi cerca di unire relax e cultura, con percorsi naturalistici che conducono a panorami spettacolari.

6. Parco Nazionale dell'Arcipelago Toscano

L'Arcipelago Toscano, il più grande d'Europa, comprende sette isole



principali: Elba, Giglio, Capraia, Montecristo, Pianosa, Giannutri e Gorgona. Ogni isola ha il suo carattere unico, ma tutte condividono acque cristalline, fondali ricchi di vita marina e una natura incontaminata. L'isola d'Elba è la più famosa, grazie alle sue spiagge e alla storia legata a Napoleone. Le attività offerte nel parco includono snorkeling, immersioni, trekking e birdwatching.

7. Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi, Monte Falterona e Campigna (Toscana ed Emilia-Romagna)

Questo parco, situato tra la Toscana e l'Emilia-Romagna, è famoso per le sue immense foreste, tra cui la riserva naturale integrale di Sasso Fratino, inserita tra i siti UNESCO. È una meta perfetta per chi cerca un contatto autentico con la natura, grazie alla sua tranquillità e alla varietà di percorsi immersi nel verde. Inoltre, i luoghi di spiritualità come l'Eremo di Camaldoli e il Santuario della Verna rendono il parco un'oasi di pace anche per chi cerca momenti di riflessione.

8. Parco Nazionale dell'Asinara (Sardegna)

L'isola dell'Asinara, un tempo sede di un carcere di massima sicurezza, è oggi una delle destinazioni



più affascinanti della Sardegna. Il parco è famoso per la presenza degli asinelli bianchi e per i suoi paesaggi selvaggi e incontaminati. Le escursioni permettono di esplorare calette nascoste, antiche strutture carcerarie e sentieri panoramici. È possibile visitare l'isola a piedi, in bicicletta o con tour organizzati, sempre nel rispetto dell'ambiente.

9. Parco Nazionale dell'Etna (Sicilia)

Il Parco dell'Etna è un luogo unico al mondo, dominato dal vulcano attivo più alto d'Europa. Le colate laviche e i crateri fumanti creano un paesaggio lunare, che si alterna a

boschi e vigneti rigogliosi. La salita alla vetta è un'esperienza indimenticabile, sia attraverso escursioni guidate che con l'ausilio di funivie. Inoltre, le pendici del vulcano ospitano affascinanti borghi, dove è possibile degustare vini e prodotti locali.

10. Parco Naturale Regionale della Maremma (Toscana)

Conosciuto anche come Parco dell'Uccellina, questo parco è una combinazione unica di natura selvaggia e tradizione. Le sue spiagge sabbiose, le pinete e i promontori che si affacciano sul mare offrono paesaggi mozzafiato. È un luogo ideale per chi ama passeggiate rilassanti, gite in bicicletta o escursioni a cavallo. Tra le specie che si possono osservare ci sono fenicotteri, cinghiali e altri animali selvatici.



Questi 10 parchi rappresentano il meglio della natura italiana, spaziando tra montagne, mari e foreste. Ognuno di essi custodisce un pezzo di storia e di biodiversità, regalando ai visitatori emozioni uniche e indimenticabili. Pianificare una visita a uno di questi luoghi significa immergersi in una dimensione diversa, dove la bellezza e la tranquillità regnano sovrane.



Scopriamo febbraio

di don Fausto Bonini

Febbraio è il secondo mese del nostro calendario e conta 28 giorni negli anni ordinari, come questo, e 29 negli anni bisestili, come quello che abbiamo alle spalle. Il nome deriva dal latino *februarius*, che a sua volta deriva dall'aggettivo latino "*februus*", che significa "*purificante*", perché era un mese destinato alle purificazioni per prepararsi alla primavera.

Nell'arcone centrale della facciata della Basilica di San Marco, il mese di febbraio è rappresentato da un vecchio che si scalda piedi e mani al fuoco.

Ecco come il poeta **Vincenzo Cardarelli** (1887-1959) racconta il mese di febbraio: *Febbraio è sbarazzino. / Non ha i riposi del grande inverno, / ha le punzecchiature, / i dispetti / di primavera che nasce. / Dalla bora di febbraio / requie non aspettare. / Questo mese è un ragazzo / fastidioso, irritante / che mette a soqquadro la casa, / rimuove il sangue, annuncia il folle*

marzo / periglioso e mutante. La festa religiosa più importante è la festa della **Candelora**, che ricorre il 2 febbraio.

Eventi importanti

Tra il 4 e l'11 febbraio del 1945, settant'anni fa, venivano decise le sorti del mondo nella **Conferenza di Yalta**, in Crimea, città quasi totalmente distrutta dalla guerra. In quei giorni si incontrarono i "Tre Grandi" vincitori della guerra contro la Germania: il Presidente degli Stati Uniti **Franklin Roosevelt**, il Primo Ministro britannico **Winston Churchill** e il Segretario generale del Partito Comunista sovietico **Iosif Stalin**, per definire il nuovo assetto politico internazionale.

L'11 febbraio si ricorda la firma dei **Patti Lateranensi**, tra la Repubblica italiana e la Santa Sede. In quell'occasione viene riaffermato il principio che lo Stato e la Chiesa cattolica sono indipendenti e sovrani e si impegnano alla re-

ciproca collaborazione per il bene del Paese e dei suoi cittadini.

Mercoledì 12 febbraio si celebra il **Capodanno cinese**, con la Festa delle Lanterne a segnare l'ingresso nel segno del serpente.

A Venezia, dal 14 febbraio al 4 marzo, si festeggia il **Carnevale di Venezia**.

Feste religiose

La festa religiosa più importante ricorre il 2 febbraio con la celebrazione della **Candelora**, in occasione della **Presentazione di Gesù al Tempio**, avvenuta, secondo la tradizione, 40 giorni dopo la nascita. Una volta fissata la nascita di Gesù il 25 dicembre, passati i 40 giorni, e quindi il 2 febbraio, viene celebrata la Presentazione al Tempio, come prescritto per ogni primogenito ebreo, che veniva offerto a Dio seguendo un preciso rituale. Nel corso della festa ha luogo la benedizione delle candele che saranno accese per accompagnare Gesù al Tempio, dove il vecchio Simeone definirà quel bambino "luce delle genti", la vera luce che deve accompagnare il cristiano lungo i percorsi della sua vita.

Per questo la festa ha assunto il nome popolare della Candelora, che si accompagna a numerosi proverbi. Il più conosciuto e trasmesso nei numerosi dialetti presenti in Italia, suona così in veneziano: "*La Madonna candelora, de l'inverno semo fora, ma se piove o tira vento de l'inverno semo dentro*".

Concludo con un proverbio che si riferisce a tutto il mese: "*Febbraio, febraietto: mese corto e maledetto*".

