

# rinascita cult

supplemento culturale di rinascita flash 6/2017



## La Mensa

Il testo che segue si riferisce alla rappresentazione teatrale **La Mensa**, di Nanni Balestrini, portato in scena il 28 gennaio 2017 in EineWeltHaus dal gruppo teatrale ProgettoQuindici.



### sommario

La Mensa	pag.	2
Bullismo - un fenomeno in crescita	pag.	4
Donna ti voglio cantare	pag.	6
Estratto dal libro "Il sapore della vita - der Geschmack des Lebens"		
Il sapore della vita	pag.	11
Yoga	pag.	13
Nel cuore dell'Europa, fra stelle e galassie	pag.	15
PalcoInsieme	pag.	19
Visita al Botanischer Garten	pag.	19
Visita guidata ai castelli di Nymphenburg e Amalienburg	pag.	20

in copertina:  
il castello di Nymphenburg, il 5 agosto  
2017 all'imbrunire

La mensa è una lettura teatrale di Nanni Balestrini scritta in occasione dell'EXPO di Milano del 2015 "Nutrire il pianeta" ed inclusa in un'antologia dedicata all'alimentazione, con i racconti di dieci autori che narrano il cibo attraverso diversi e significativi protagonisti.

"Il cibo e la vita: non si può raccontare l'uno senza parlare anche dell'altra", spiegano gli ideatori del progetto, Davide Rampello e Marco Amato.

Il progetto monacense è stato realizzato da rinascita e.V. in collaborazione con ProgettoQuindici, un gruppo teatrale, ora associazione e.V., che dal 2015 porta sui palchi monacensi la lingua italiana, e con la Caritas München.

Valentina Fazio, coordinatrice del progetto e membro di rinascita e.V. e ProgettoQuindici e.V., ne ha curato la regia e la realizzazione.

I cinque personaggi sono stati impersonati da cinque attori, professionisti e non, italiani e non, che vivono a Monaco di Baviera: Augusto Giussani (Milan) e Walter Tagliabue (Parvis), entrambi in ProgettoQuindici, e

Matteo Chincarini (Genane), Javier Argomedeo Zazzali (Mario) e Massimo Tedesco (Nabil).

Al termine della rappresentazione si è svolto un interessante, aperto e partecipato dibattito sul tema della povertà e dell'immigrazione moderato da Norma Mattarei della Caritas München.

Cinque uomini, cinque storie di povertà ed emarginazione, sfruttamento e sfiducia. Si incontrano alla mensa della Caritas, per un pasto caldo, e ci raccontano le loro storie.

Milan è slovacco. È venuto in Italia da giovanissimo a consegnare e scaricare frigoriferi per tanti anni, lontano dalla famiglia. Quando sua madre si è ammalata, laggiù in Slovacchia, lui è tornato a casa a curarla, ma lei è morta e lui da allora beve, per dimenticare. Così ha perso il lavoro, la moglie, e per via del bere ha perso altri lavori e altri ancora. Ha provato a smettere, veramente. Poi si sono approfittati di lui, con la casa, lo hanno imbrogliato, ed è finito per strada.

Genane è marocchino. In Marocco ha studiato. Poi il padre gli ha detto: "Figlio mio, vai in Europa, gira un po'". È sbarcato in Spagna e poi è arrivato in Italia. Ma la burocrazia lo ha bloccato, il suo titolo di studio marocchino non era riconosciuto e così niente università. In Italia Genane ha imparato che il maiale si può mangiare, ma non ha imparato che con i datori di lavoro non ci si può lamentare. Così ora non lavora più.

Milan e Genane pensano che forse sarebbe stato meglio restare a casa.

Mario è italiano. Ha ancora qualche amico che lo invita a mangiare qualcosa ogni tanto. Anche alla mensa aveva un amico, Carlos, che ha una figlia bellissima che gli tormenta i pensieri. Il ragazzo la riempie di botte. E Carlos deve aver agito perché alla mensa non si è visto più. Mario pensa ai bambini che diventeranno come lui.



Parvis viene da Teheran. Alla mensa non parla con nessuno. Ha studiato in Iran. Aveva un ristorante laggiù, poi in Italia un negozio di oggetti d'arte persiana, ma con la crisi ha dovuto chiudere. "Ho fatto tutto quello che ho potuto fare e adesso sono senza lavoro".

Però la sanità in Italia è meglio di quella in Iran, almeno è gratis.

Nabil è algerino. Prima viveva in Francia, ma senza permesso, e lo hanno respinto in Algeria. Così è venuto in Italia a stare vicino a suo fratello. "L'Algeria è il più ricco di tutti i Paesi arabi, ma il problema sono i governi". Ora abita con quattro neri, un Burkina Faso, due Togo e un eritreo. Lavorata a Tortona, faceva le cassette per la frutta, ora fa i traslochi. Alla Caritas impara l'italiano con la signora Anna. "Se qualcuno mi chiede la frutta che non mangio, io la do".  
Valentina Fazio



## Bullismo – un fenomeno in crescita

Il testo che segue è tratto dall'incontro **Il bullo è uno stupido. Tu puoi fermarlo!** che si è tenuto il 10 febbraio 2017 in EineWeltHaus con la partecipazione di Norma Mattarei e la moderazione di Angela Rossi.

Norma Mattarei, nata a Verona, vive da più di 20 anni a Monaco. Responsabile presso la Caritas dell'Akademie der Nationen. Docente di sociologia a diverse università. Scrive e organizza incontri su tematiche politiche ed economiche.

Il bullismo è un fenomeno sempre più diffuso. I genitori sono allarmati e le scuole si devono confrontare con problemi a lungo rimossi e che ora escono sempre più in superficie. Atti di bullismo creano preoccupazione e nervosismo nelle famiglie, sofferenza e disagio fra i ragazzi, e problemi nelle scuole.

In passato il bullismo era un tema tabù, di cui si parlava poco, anche con i genitori. Oggi invece gli atti di violenza vengono molto più spesso denunciati e il bullismo è diventato un tema sociale.

Per affrontare questo fenomeno possono essere utili alcuni dati. Da rilevazioni dell'Istat nel 2014 poco più del 50% degli 11-17enni ha

Una spiegazione è che i giovani rispetto ai ragazzini razionalizzano meglio conflitti e tensioni, e trovano modi più concilianti di affrontare i problemi con i coetanei, oppure compensano diversamente possibili frustrazioni e scontentezze. Un altro dato sorprendente riguarda il confronto fra i diversi tipi di scuola. Molti si aspettano che la violenza sia più diffusa nelle classi sociali inferiori. I dati ci dimostrano al contrario che nelle scuole superiori gli studenti liceali sono in testa, mentre gli istituti tecnici sono all'ultimo posto.

In cosa consiste il bullismo? Sempre secondo il rapporto Istat, le prepotenze più comuni consistono in offese con insulti, parolacce o brutti



Volete saperne  
di più su  
**rinascita e.V.?**  
visitate il nostro sito

**www.rinascita.de**

subito qualche episodio offensivo, non rispettoso o violento da parte di altri ragazzi. Il 19,8% è vittima assidua di una delle tipiche azioni di bullismo, cioè le subisce più volte al mese. Per il 9,1% gli atti di prepotenza si ripetono con cadenza settimanale. La violenza è più diffusa fra i ragazzi più giovani (11-13 anni) rispetto ai coetanei più grandi (14-17 anni), dato apparentemente sorprendente in quanto ci si aspetterebbe che l'aggressività fosse più diffusa nelle fasce di età superiori.

soprannomi (12,1%); derisione per l'aspetto fisico e per il modo di parlare (6,3%); diffamazione (5,1%), esclusione per le proprie opinioni (4,7%); aggressioni con spintoni, botte, calci e pugni (3,8). I dati distinguono inoltre se si tratta di violenza diretta o indiretta. Il 16,9% degli 11-17enni è rimasto vittima di atti di bullismo diretto, caratterizzato da una relazione vis a vis fra la vittima e il bullo e il 10,8% di azioni indirette, prive di contatti fisici. Tra le ragazze è minima la differenza



fra le prepotenze di tipo diretto e indiretto (rispettivamente il 16,7% e 14%). Al contrario tra i maschi le forme dirette (17%) sono più del doppio di quelle indirette (7,7%).

Una forma di bullismo preoccupante e in forte crescita è il Cyber bullismo, un mezzo anonimo di infastidire, dove gli aggressori si sentono ancora più liberi. Sempre più ragazzi denunciano di aver subito ripetutamente azioni vessatorie tramite sms, e-mail, chat o sui social network. Questo tipo di violenza è ancora più difficilmente controllabile delle aggressioni tradizionali. Il fatto che le informazioni si moltiplicano all'infinito fa sentire più vulnerabili, crea uno stress psicologico che in alcuni casi estremi ha portato fino al suicidio.

Il bullismo comunque non avviene soltanto in ambito scolastico, dove i ragazzi convivono per parte della giornata, ma anche nei luoghi pubblici, nelle sedi sportive e ricreative, dove si passa il tempo libero.

Quali sono le cause del bullismo e chi sono i bulli?

Le spiegazioni sono molteplici e possono essere definite sociali, familiari, o caratteriali. Spesso si tratta di tante concause, anche perché per esempio le condizioni sociali creano certe strutture familiari che a loro volta influenzano il carattere delle persone. Bambini che hanno subito

violenze e traumi, se non elaborano queste esperienze negative, possono essere portati all'annientamento del sé, della dignità, dell'amor di sé. Da qui è facile passare alla distruzione degli altri, per i quali non c'è sensibilità come non c'è per se stessi. Se i genitori sono aggressivi possono rappresentare dei modelli eroici da imitare. Anche genitori assenti, non dialoganti, possono facilitare nei figli atteggiamenti anomali. Anche la presenza in televisione, internet, ecc. di violenza e aggressività può provocare bullismo. I ragazzi si chiudono in un mondo virtuale, non distinguono più fra bene e male, provano emozioni solo davanti a quelle immagini e per questo le vogliono rivivere. Secondo gli psicologi immagini scioccanti su un bambino fanno un effetto cinque volte più forte che su un adulto, perché in giovane età non si è ancora in grado di capire, selezionare, distaccare. Un altro aspetto riguarda la monotonia e la noia che caratterizzano la vita di tanti ragazzi, in forte contrasto con le immagini forti che appunto vengono continuamente proposte. La ricerca di rischio e di avventura può portare a prendersela con altri, che diventano oggetto di aggressioni e tensioni accumulate.

Cosa si può fare per affrontare un fenomeno così complesso come il bullismo? Una cosa fondamentale è

che innanzitutto si denunciino gli atti di violenza. È importante che i ragazzi che ne sono vittime ne parlino con i genitori, con gli insegnanti, con altri compagni. In casi estremi e in cui non sono possibili altre alternative, una denuncia potrebbe essere la soluzione. Il ragazzo vittima di bullismo va tutelato, sostenuto e difeso. Essendo la scuola uno dei luoghi in cui maggiormente questo problema si verifica, è auspicabile che insegnanti e presidi prendano sul serio le vittime, e prendano anche i provvedimenti necessari. Se da un lato molti insegnanti sono sensibili e attivi, purtroppo molti altri sono spesso indifferenti o non ritengono loro compito attivarsi in questo senso. Sono quindi necessarie anche azioni pubbliche e politiche per sensibilizzare tutti coloro che in un modo o nell'altro sono confrontati con questi problemi. Sul piano psicosociale vanno allo stesso tempo affrontate le situazioni che portano dei ragazzi a prendersela con i loro coetanei, essendo loro stessi spesso vittime di un sistema familiare o sociale problematico e negativo, e affrontare quindi i problemi alla radice, con la speranza, se non di risolvere, per lo meno di alleviare queste situazioni.

Norma Mattarei

## Donna ti voglio cantare

Il testo che segue si riferisce alla rappresentazione di lettura teatrale che ha intervallato il concerto del Trio Salato, **Donna ti voglio cantare**, che si è tenuto il 10 marzo al Kulturhaus Neuperlach in occasione della Giornata Internazionale della Donna, organizzato da Valentina Fazio per rinascita e.V. in collaborazione con Amici d'Italia e.V. Idea e testi sono di Silvia Bertino.

Silvia Bertino, laureata in lettere, è arrivata in Germania dalla bella Trieste nel 2004. Per amore, ha lasciato libero un posto fisso nella scuola pubblica italiana. Vive e lavora nella bella Ratisbona, dove si è reinventata l'esistenza ed ha anche fondato, insieme ad altri connazionali, l'associazione culturale "Amici d'Italia". Insegna italiano ad allievi che vanno dai bambini dei corsi consolari, ai giovani universitari, ai pensionati della VHS. Si diverte particolarmente a fare la guida turistica, interpretare spettacoli con i burattini, offrire corsi sull'opera lirica e preparare conferenze su diversi aspetti della cultura italiana, uno tra tutti, il bidè.



Se qualcuno ti regala una mimosa, allora è l'8 marzo.

Ogni italiana lo sa, perché nel nostro Paese, a partire dal 1946, la festa della donna è davvero una festa. Furono alcune donne politiche appartenenti alla Costituente (l'assemblea che scrisse la Costituzione italiana) a scegliere la mimosa come simbolo visibile, donabile, "portabile", di questa giornata. Niente a che fare con l'Empfindlichkeit: semplicemente la mimosa fiorisce (in Italia) proprio all'inizio di marzo.

E chi a scuola, in famiglia, sul posto di lavoro ti regala un rametto di mimosa vuole dirti tante cose:

vuole dire ad esempio che riconosce il percorso faticoso che le donne hanno fatto e continuano a fare per ottenere diritti, dignità, riconoscimento;

vuol dirti grazie, perché ancora gran parte del lavoro di accudimento (pulire, lavare, cucinare) lo fanno le donne, aggiunta gratuita e consistente

dopo una giornata di lavoro; chi ti regala una mimosa ed un sorriso sa apprezzare nelle donne creatività, stile accogliente, impegno serio senza competizione. E sa che tutte queste cose migliorano il mondo.

Arrivando qui da tante parti d'Italia noi donne emigrate ci siamo stupite di non ritrovare in Germania la Giornata Internazionale della Donna, che pur, dal 1975, è sancita dall'ONU. Da questa mancanza è nata, in seno all'Associazione Amici d'Italia, l'idea di questo concerto. Abbiamo coinvolto gli amici del Trio Salato, proponendo loro alcune canzoni per noi particolarmente significative.

Per raccontare le donne con lo sguardo e la musica dei migliori cantautori italiani.

Per poter parlare, anche, di donne.

Per regalare a tutti un pezzo d'Italia, probabilmente non il più conosciuto, ma quello che ci sta a cuore.

## Maestrine

Il Trio Salato suona e canta "La figlia del dottore è una maestrina" (Francesco De Gregori, ndr). Non è stato facile trovare una canzone che ci permettesse di parlare di donne colte. Chissà perché delle donne si loda più la bellezza della cultura. Ma insomma in fin dei conti la prima donna laureata al mondo è stata un'italiana. Si chiamava Elena Cornaro, veneziana. Si laurea nel 1678 all'università di Padova, in filosofia, col massimo dei voti. Resterà, a lungo, una splendida eccezione.

## Maria Montessori

Per gli italiani Maria Montessori è stata la faccia rappresentata sulla banconota da 1000 lire. Per i tedeschi una pedagogista il cui metodo continua, dopo oltre 100 anni, ad essere modernissimo.

Maria Montessori da piccola vuole fare l'ingegnere. Dopo il diploma tecnico però, invece di studiare per diventare maestra, come vorrebbe suo padre, si iscrive a medicina.

Non viene accettata subito (fino ad ora all'università di Roma nella facoltà di medicina non si sono mai viste donne), ma lei tanto fa che la spunta e, superando notevoli difficoltà e pregiudizi, si laurea in psichiatria nel 1896. La Montessori non è, come più volte si sente dire, la prima laureata in medicina in Italia: ma è sicuramente tra le prime.

Proprio durante l'esercizio della psichiatria Maria incontra i bambini: sono i piccoli "idioti" rinchiusi in manicomio, per i quali lei inventa una scuola e un metodo di apprendimento che dà subito ottimi risultati: gli "idioti" sostengono gli esami pubblici ed ottengono voti migliori dei "normali". La giovane dottoressa sa perché: i suoi allievi sono stati aiutati nello sviluppo psichico e i bambini normali invece soffocati e depressi.



Che cosa succederebbe se il suo metodo fosse applicato anche ai "normali"? Questa è l'intuizione che sta alla base della fama di Maria Montessori. Nelle sue scuole per l'infanzia l'insegnante non guida ma accompagna il processo cognitivo e il materiale strutturato offre ai piccoli infinite possibilità di lavoro logico.

Maria studierà ancora molto e metterà a punto il suo metodo, che dalle prime "case dei bambini" italiane si espanderà in tutto il mondo, con successo crescente, soprattutto, bisogna dirlo, fuori dall'Italia.

Fin qui la Montessori pubblica.

Quella privata è un po' meno lineare. Mentre lavora con i piccoli "idioti", Maria ha un figlio.

Non sposa il collega da cui l'ha avuto, il loro rapporto si spezza ben presto, e mette il bambino in istituto.

La donna famosa per l'educazione dei bambini sceglie di non allevare il proprio. Perché?

Aveva fatto tante cose fuori dell'ordinario per una donna, si era conquistata cultura e riconoscimento: ma no, un figlio naturale sarebbe stato un peso sociale troppo grande, ne avrebbe schiacciato credibilità e carriera.

Appena quindici anni più tardi, all'api-

ce della sua fama, evidentemente più sicura di sé, Maria andrà a riprendersi quel figlio abbandonato, facendolo passare per un nipote.

Il figlio sarà, fino alla morte di lei, in tarda età, il suo collaboratore più fidato, riconosciuto come figlio soltanto nel testamento.

## La donna del capo

Il Trio Salato suona e canta "Franziska", la Franziska di De André è la donna di un capo, di un bandito alla macchia. Per questo come donna è intoccabile e vive, allo stesso tempo, una condizione di mancanza e privilegio, che a Franziska francamente pesa. Non è facile essere la donna del capo.

## Nilde Iotti

Lo sapeva bene Nilde Iotti, la compagna di Palmiro Togliatti, il numero uno del Partito Comunista italiano praticamente dagli anni '20 agli anni '60.

Figlia di un militante socialista, Leonilde, Nilde, frequenta l'Università Cattolica, perché, come diceva suo padre, "meglio coi preti che coi fascisti".

segue a pag. 8

da pag. 7



Si laurea in lettere, comincia ad insegnare, aderisce al comunismo e sostiene la Resistenza. Seria, equilibrata, rassicurante e diretta nell'orazione, nel 1946 viene eletta all'Assemblea Costituente ed è uno dei 75 incaricati a scrivere la Costituzione italiana.

Nei suoi primi giorni in Parlamento incontra, in un ascensore di Montecitorio, il mitico segretario del suo partito, soprannominato "Il Migliore": Palmiro Togliatti.

Tra i due è amore a prima vista. Togliatti, che è sposato e ha un figlio, lascia la famiglia e va a vivere con la Iotti.

Il partito comunista italiano, che in quegli anni era di un moralismo a cui oggi si fatica a credere, osteggia in ogni modo questa scandalosa convivenza. In delegazione i dirigenti tentano a più riprese di dissuadere "Il Migliore" da quella incresciosa relazione e si dice anche (voci insistenti e diffuse ma mai confermate) che le ragioni del partito spingano la Iotti ad abortire.

Togliatti non cede e Nilde si adatta a recitare il ruolo della donna del capo: esserci senza farsi notare.

Solo dopo la morte del compagno, nel 1963, il partito comincia ad affidarle compiti importanti, che lei esegue brillantemente. Dal 1979 al 1992 è presidente della Camera dei deputati ed è impeccabile nel ruolo: per la sua

autorevolezza e il suo stile altero viene soprannominata "la regina di Montecitorio". E la cosa non la disturba.

Nel 1999 si ritira dalla vita politica senza clamori, la donna del capo, per motivi di salute, e si spegne qualche giorno più tardi. Discreta e inappuntabile, come sempre.

### Traviate

Il Trio Salato suona e canta "La canzone di Marinella". Fabrizio De Andrè racconta come è nata questa canzone: "Avevo letto in un giornale di provincia la notizia di una ragazzina di 16 anni dedita alla prostituzione e trovata annegata nel fiume Tanaro. Ho scritto *La canzone di Marinella* per inventarle una vita e cercare di addolcirle la morte".

La simpatia artistica di De Andrè per le prostitute non è un mistero, molte sono le canzoni che le vedono protagoniste: stasera ne abbiamo sentite almeno tre.

### Lina Merlin

Quando De Andrè scrive *La canzone di Marinella*, nel 1963, da cinque anni in Italia non esistono più i bordelli. La legge che li ha cancellati è stata voluta e portata avanti con determinazione e coraggio da una donna, Lina Merlin.

Lina Merlin, veneta, è un'insegnante di lingua e letteratura francese. Militante socialista, si oppone al fascismo: perde il lavoro, viene arrestata più volte, conosce il carcere ed il confino politico. Dopo il '43 è attiva nella Resistenza e nel 1946 entra nell'Assemblea Costituente, nella commissione dei 75, incaricata di scrivere la Costituzione italiana.

L'articolo 3 recita: "Tutti i cittadini han-

no pari dignità sociale e sono uguali davanti alla legge, senza distinzione di sesso, razza, lingua, religione, opinioni politiche, condizioni personali e sociali".

La specificazione "senza distinzione di sesso" la dobbiamo alla Merlin. Le dicono: "È inutile, è ovvio che se si dice *cittadini* si intendono uomini e donne!". Ma lei insiste: "È così ovvio che fino ad oggi le donne non hanno avuto diritto di voto!". E riesce a spuntarla.

Nel 1948 Lina Merlin è l'unica donna eletta al senato e presenta un disegno di legge per abolire la regolamentazione della prostituzione.

Nonostante la raccomandazione dell'ONU perché sia cancellata questa forma di schiavitù, l'Italia non ne ha ancora tenuto conto. La legge si chiamerà Merlin, in pratica crea il reato di sfruttamento della prostituzione (è questo il punto centrale) e verrà approvata soltanto dieci anni dopo, con infinite contestazioni ed ostruzionismi trasversali.

Il 20 settembre del 1958 viene chiusa in Italia l'ultima "casa chiusa".

Lina Merlin, estenuata dalla battaglia che non le ha risparmiato facili ironie, dilleggi e colpi bassi, si ritirerà ben presto dalla politica. Quando un intervistatore le domanda: "Quella legge, la rifarebbe?", lei non ha esitazioni e risponde: "Nello stesso identico modo".

### Brutte

La donna cannone era un personaggio che si esibiva nei circhi d'altri tempi. Grassissima, quasi mostruosa, era un vero fenomeno da baraccone.

Francesco De Gregori, nella splendida canzone che ascolteremo, racconta il sogno della donna cannone: essere amata e andarsene, volare via in un aldilà misterioso e felice.

La donna cannone è brutta.



In una società dove l'immagine è tutto e per le donne diventa un obbligo essere eternamente giovani e belle, abbiamo voluto concludere il nostro omaggio alle donne con una personalità che non apparteneva alla razza delle belle.

### Anna Magnani

Anna Magnani è stata, tra gli anni '50 e gli anni '60 una delle più grandi attrici del nostro cinema.

Una per tutte, ricordiamo la sua indimenticabile interpretazione in "Roma città aperta" di Rossellini.

Di lei è stato detto: "Non era bella. Aveva sempre le occhiaie, un colorito terreo e i capelli neri come una matassa. Le gambe erano magre e leggermente storte, era piccolina e forte di fianchi. Ma dovunque entrasse non guardavi altri che lei".

Di Anna Magnani rimane famosa una frase che diceva al suo truccatore: "Non togliermi neppure una ruga. Ci ho messo tutta la vita a far-mele venire".

Difficoltà. Tante. Per vivere. Per essere riconosciute.

Per esprimere i propri talenti.

Nei secoli, quanti ingegni brillanti, trovandosi rinchiusi in corpi di donna, si sono persi in cucine e lavatoi, affondati nei pantani di ciò che "non è permesso alle donne".

Alcune donne, non molte a dire la verità, sono riuscite con forza e sofferenza a far onore alle proprie capacità, nonostante tutto.

### Artemisia Gentileschi

La prima, la più "antica" (siamo nel 1600), si chiama Artemisia Gentileschi. È figlia di un pittore, Orazio Gentileschi, esponente di primo piano del caravaggismo romano. Artemisia lavora con i fratelli maschi nella bottega del padre ed è la migliore. A 17



anni dipinge "Susanna e i vecchioni". La tela, piena di forza, rivela il suo talento, la sua mano particolare.

Poi la catastrofe. Il maestro di prospettiva di Artemisia le fa violenza. L'uomo è sposato e non può "riparare" all'oltraggio. Il padre della ragazza lo denuncia, comincia un processo in cui Artemisia da vittima diviene indagata. Per assicurarsi che dica la verità, deve testimoniare previa tortura (schiacciamento dei pollici). Alla fine lo stupratore viene condannato, ma la reputazione di Artemisia è rovinata. Viene sposata in fretta e furia ad un modesto pittore fiorentino e lascia Roma.

Umiliazioni, dilleggi, male parole la accompagneranno per tutta la vita, ma Artemisia continua ostinatamente a dipingere e si fa strada. Il marito la lascia e Artemisia procede con le sue forze, con due figlie e il suo talento. Diviene famosa in particolare per un tema, Giuditta ed Oloferne, che dipinge in numerose versioni. Molti artisti hanno rappresentato questa storia biblica, ma pochi quelli che, come Artemisia, l'hanno colto nell'atto, la donna

che taglia la testa all'uomo, in tutta la sua crudezza.

Artemisia dipingerà per i Medici a Firenze e per i re d'Inghilterra a Londra, coltiverà amicizie importanti, tra cui quella con Galileo Galilei, e troverà un posto nella storia dell'arte.

Artemisia, disonorata, analfabeta e donna. Nonostante tutto.

### Claudia Cardinale

Claudia Cardinale è una delle icone del cinema italiano. Tutti la ricordiamo biancovestita al braccio di Burt Lancaster nell'immortale valzer del Gattopardo di Luchino Visconti. Claudia Cardinale è un'attrice di prima statura, ma quando comincia, giovanissima, a muovere i primi passi nel mondo del cinema è semplicemente una ragazza bellissima. Sono gli anni '50, le dive, giovani e belle – pensiamo solo a Sophia Loren o a Gina Lollobrigida – sono il marchio di fabbrica del cinema di casa nostra. La giovane Claudia promette bene, i dirigenti della sua

segue a pag. 10

da pag. 9

casa cinematografica puntano su di lei. C'è solo un piccolo problema: la ragazza è incinta. Il produttore la manda a partorire all'estero e le impone con un contratto di non riconoscere il figlio: danneggerebbe la sua immagine e il suo futuro professionale. Claudia ha 18 anni. Accetta e percorre le tappe della carriera che tutti conosciamo. Per sette anni nasconde la sua maternità a tutti. Perfino suo figlio la considera una sorella maggiore. Poi, con sofferenza, racconterà tutto: "Non ero più padrona né del mio corpo, né dei miei pensieri". Qualche anno fa Claudia Cardinale ha dichiarato: "Sono contenta di essere una donna, ma solo perché ho capito che una donna è un essere forte, talmente forte da saper sopravvivere a dolori grandissimi, che nessun uomo potrà mai capire fino in fondo, perché non fanno parte della sua storia e del suo destino".

### Giuni Russo

"Hai talento!", le dicevano.  
"Sì, uno..." rispondeva Giuni Russo ed intendeva la sua voce.  
Una voce potente, estesissima, incredibile, che nella sua carriera di cantante, cominciata a 12 anni,

Giuni avrebbe cercato di mettere a frutto, senza compromessi.

Dopo una felice collaborazione con Franco Battiato nell'album *Energie*, le cui sperimentazioni musicali e vocali lasciano ancora oggi spiazzati, Giuni è sotto contratto con la maggior casa discografica italiana. È il 1982: per obbedienza ai capi accetta di cantare una "canzonetta" estiva, sempre di Battiato, "Un'estate al mare". Il successo di questo tormentone è tale che la casa discografica impone a Giuni di continuare sulla stessa linea. Ma lei non ci sta, vuole far fruttare il suo talento con musiche più impegnate e adatte a lei. Lascia la casa discografica, che per ripicca le fa intorno terra bruciata. Giuni Russo continuerà per la sua strada, fedele a se stessa, senza appoggi, con pochi guadagni e poca notorietà. Insieme ad Antonietta Sisini, sua collaboratrice e compagna di vita, scriverà canzoni meravigliose, dai testi raffinati e profondi, assolutamente poco note. "Strade parallele" è una di queste. Scritta in siciliano, verrà interpretata anche dall'amico di sempre, Franco Battiato.

Domenica, giornata di scirocco all'aperto non si può stare.  
Per avere un po' di fresco metto la finestra accostata e me ne vado a riposare  
Ah! La stessa aria con la sua forza scioglie i miei pensieri  
Ah! Il cuore vola se all'ombra prendi forma e appari non posso riposare.  
La stessa aria con il suo calore cresce e mi tormenta  
Ah! Il cuore vola sentendo spruzzi d'acqua di fontana nel mio giardinetto mi piace stare da sola.

(Il Trio Salato canta inoltre "Sally" di Fabrizio De André, "La fata" di E. Bennato, "Bocca di rosa" di Fabrizio De André, "Alice" di Francesco De Gregori, "Volta la carta" di Fabrizio De André, "Via del Campo" di Fabrizio De André, "Anche per te" di Lucio Battisti, "Anna e Marco" di Lucio Dalla, "Via con me" di Paolo Conte, "Hotel Supramonte" di Fabrizio De André, "Strade parallele" di Giuni Russo, "Ballata dell'amore cieco" di Fabrizio De André, ndr)

Slivia Bertino

#### Impressum:

Inhaber und Verleger:  
rinascita e.V. Unterhachinger Str. 11c,  
81737 München,  
e-mail: info@rinascita.de  
www.rinascita.de  
Verantwortlicher Redakteur und Anzei-  
geverantwortliche:  
S. Cartacci, Hollandstr. 2,  
80805 München  
Druck: druckwerk Druckerei GmbH  
Schwanthalerstr. 129,  
80339 München

Photo: A. Coppola, D. Bondini-Verro,  
V. Vairo

Layout: A. Coppola  
Druckauflage cult/2017: 400

rinascita e.V.,  
Kt. Nr. 8219144400  
BLZ 43060967  
GLS Bank Bochum  
IBAN: DE27 430609678219144400  
BIC: GENODEM1GLS

La collaborazione a *rinascita flash* è libera e gratuita, e gli autori si assumono la responsabilità di quanto da loro scritto. La redazione si riserva a propria discrezione il diritto di pubblicare o di rifiutare un articolo.

Die Mitarbeit an *rinascita flash* ist unentgeltlich und steht allen offen. Die Autoren übernehmen die volle Verantwortung für ihre Beiträge. Die Redaktion behält sich das Recht vor, Beiträge und Artikel nach eigenem Ermessen zu veröffentlichen oder auch abzulehnen.

## Estratto dal libro "Il sapore della vita – der Geschmack des Lebens"

### Il sapore della vita

"... A volte penso che al mondo ci siano due tipi di persone: gli uomini radice e gli uomini foglia.

Gli uomini radice hanno sempre vissuto, vivono e vivranno nello stesso luogo, un luogo che amano più di qualsiasi altro. Lì hanno i loro amici, il barbiere, il prete e il medico di famiglia, i loro ricordi e le loro certezze, una vita stabile e rassicurante. Hanno un'identità precisa e definita, caratterizzata da un dialetto, da tradizioni e gesti inconfondibili che si tramandano di generazione in generazione. Hanno una casa che è quella e basta, nessun'altra, un mondo emotivo che li protegge, che per loro non ha segreti e in cui si muovono

con naturalezza consapevoli di poter condividere con una comunità le durezze della vita.

Poi esistono gli uomini foglia. Basta una folata di vento e si ritrovano all'improvviso nei posti più disparati. Spesso sono cresciuti in famiglie che nel corso dei secoli si sono spostate da un paese all'altro senza conservare una vera e propria memoria storica del loro luogo di origine. Non si sentono profondamente legati a nessun posto in particolare e hanno una sorprendente capacità di adattarsi e di ricostruire ogni volta da zero una nuova rete di legami.

A me è bastata una folata di vento per ritrovarmi, quasi senza che me ne accorgessi, in Germania. La stessa cosa era successa ai miei genitori, quando dalla Puglia si ritrovarono in Lombardia. Lì sono nata e sono cresciuta in una sorta di limbo di regole settentrionali e meridionali che s'intrecciavano, si sovrapponevano e si contraddicevano. Con la mia famiglia vivevamo in quel mondo fatto di lontananza dagli affetti più caldi in cui vive l'emigrato che lascia la sua terra per andarsene chissà dove. Un mondo però ricco di momenti intensissimi d'amore quando tutta la famiglia si riunisce

Il testo che segue è tratto dalla presentazione del libro **Il sapore della vita** di Valeria Vairo, che si è svolta il 28 aprile 2017 in EineWeltHaus.

Valeria Vairo è nata a Como e si è laureata all'Università Cattolica del Sacro Cuore a Milano in Lingue e letterature straniere moderne. In Italia ha lavorato come giornalista per diversi giornali tra cui "La Voce" di Indro Montanelli e il "Corriere di Como", e come insegnante di lingua inglese. A Monaco continua a lavorare come giornalista e redattrice, ha diretto "Buongiorno Italia", la rivista per la ristorazione italiana in Germania.

Nel 2014 ha pubblicato per la casa editrice tedesca Deutsche Taschenbuch Verlag il suo primo libro di racconti "Profumo d'Italia – Ein Hauch Italien" in versione bilingue italiano-tedesco e nel giugno 2016 è uscito, sempre edito dtv in versione bilingue, il libro "Il sapore della vita – Der Geschmack des Lebens". Sempre nel 2016 ha partecipato all'antologia "Monaco d'autore" di Morellini Editore con il racconto "Westpark, una fiaba per adulti".

Il sapore della vita/Der Geschmack des Lebens  
2016 © dtv Verlagsgesellschaft, München. I diritti di riproduzione sono riservati alla casa editrice.



segue a pag. 12

da pag. 11

per confondersi in un abbraccio collettivo di affetto e allegria. Sono vissuta come se appartenessi a un «mondo di mezzo» e così mi hanno vissuta anche le persone che mi erano vicine. Al nord facevano impressione le mie «o» chiuse, al sud ridevano quando dicevo «neh?».

Oggi vivo in un mondo di mezzo ancora più che nel passato perché il destino ha fatto di me una donna foglia e ha deciso di soffiarmi via. E come per magia ora che ho quarant'anni mi sembra che la vicenda di mia madre e mio padre si ripeta, mi pare di rivivere fotogrammi della nostra storia familiare. Una volta quando vidi i miei genitori arrivare al binario della stazione di Monaco con le lattine di olio e le conserve che mi avevano portato ebbi una strana sensazione. In quel momento io ero loro e loro erano i miei nonni al binario della stazione di Como di sessant'anni prima con le conserve e le lattine d'olio, ma soprattutto con gli stessi sguardi d'amore.

E la storia ricomincia...".

### Ma chi sono?

Quando dall'isola felice dell'infanzia in cui ero vissuta mi ritrovai in quella fase adolescenziale in cui si inizia a esplorare il mondo, la realtà in cui andai a imbattermi non si rivelò affatto semplice.

... Così crescere per me significò diventare sempre più consapevole di appartenere a un mondo di mezzo, cosa che si è rivelata anche positiva e nel tempo ho imparato ad apprezzare. Da una parte ero del nord. Non solo perché ci ero nata, ma anche perché su molte cose la pensavo come i comaschi, e anche a me davano fastidio i meridionali che gesticolavano troppo parlan-

do ad alta voce o che appendevano i panni fuori ad asciugare al sole. Per un altro verso ero invece del sud. Di fatto nelle mie vene scorreva sangue «terrone», cosa che c'era sempre qualcuno che si premurava di ricordarmi. I miei sentimenti verso tutto ciò che era tipico del sud erano forti e sentivo sempre la mancanza della spontaneità, l'affettuosità e la teatralità mediterranea, ingredienti che nelle grandi tavolate famigliari non mancavano mai.

La mia adolescenza è stata un percorso alla ricerca di un'identità tra questi due mondi apparentemente inconciliabili e verso i quali la mia adesione era intermittente e piena di ambivalenza...

... Col passare del tempo, quando la mia identità cominciò ad assumere una fisionomia più precisa, imparai a capire e ad amare il lago di Como. Fu il signor Monti, il papà di una mia compagna di liceo, a svelarmene il segreto. I genitori comaschi di Luisa mi avevano un po' adottata facendomi scoprire un'altra faccia del mondo in cui vivevo e che ignoravo. «Vedi Giulia, il lago muta continuamente, se ti fermi a osservarlo con calma ti accorgi che non è mai uguale a se stesso, quando piove diventa grigio, con una certa luce dà sul verde oppure sul blu, ti rendi conto che è vivo proprio come me e te» mi disse una volta il signor Monti. Eravamo a Rogaro, una località vicino a Como dove mi avevano portato per assaggiare una polenta uncia particolarmente eccezionale. La vista sul lago mozzava il respiro e fu lì che iniziai a osservarlo con occhi nuovi. Fino ad allora avevo preferito il mare nella sua vivacità ed esuberanza,

con le sue onde che si infrangono sugli scogli regalando all'aria la loro schiuma e il loro profumo. Da quel momento iniziai invece ad apprezzare non solo la pacatezza del lago, ma anche la discrezione e la sobrietà dei suoi abitanti che ben si adattavano all'atmosfera tranquilla, a volte evanescente e nebbiosa del luogo.

Senza rendermene conto la mia mente e il mio cuore incominciarono a paragonare le due culture, quella del sud e quella del nord, imparando a calibrarle nei loro aspetti positivi e negativi. Capii che per esprimere l'affetto a un amico che s'incontrava per strada non bisognava per forza dargli una pacca sulla spalla e accoglierlo con tante cerimonie. O che una processione religiosa poteva essere seguita in silenzio, nell'intimità dei propri sentimenti, e che non doveva diventare necessariamente un'ostentazione di sfarzo e di emozioni. Piano piano mi rendevo conto che i sentimenti hanno una profondità anche se non sono urlati, e imparavo a esprimere le mie emozioni in modo più sommesso, a leggere affetto anche in una stretta di mano, in un semplice sorriso.

Il mio animo si stava trasformando, proprio come succedeva ai quadri di papà. Mi innamorai del mondo del nord e di tutta la sua composta riservatezza, dimenticandone la chiusura, la diffidenza e un certo razzismo che lo avevano caratterizzato ai miei occhi negli anni difficili, e insieme a questo mondo mi innamorai di Francesco. Valeria Vairo

## Yoga

Senza sapere veramente che cosa fosse, partecipai ad una lezione prova di Yoga. Cosa cercavo? Una disciplina pratica che mi potesse insegnare come muovermi, stare in piedi, seduta o sdraiata in maniera corretta secondo la natura del mio corpo. Mi ero accorta, infatti, che in qualche modo mi muovevo e assumevo una postura che mi affaticava facilmente e di conseguenza anche quello che facevo diventava più faticoso, sia fisicamente che mentalmente. Con questa motivazione andai alla mia prima lezione di Yoga. Fin dal primo incontro trovai risposta alle mie domande e ricevetti le indicazioni su come muovermi e assumere le varie posizioni. Nello Yoga l'esercizio iniziale è la posizione eretta Tādāsana (tāda significa montagna, asana posizione, esercizio). I piedi, correttamente posizionati,

il desiderio di approfondire maggiormente questa pratica e decisi di frequentare la scuola di formazione per insegnanti yoga. In quel momento il mio vero traguardo era conoscere meglio questa pratica millenaria e non l'insegnamento di essa. Terminata questa formazione tenni qualche lezione accorgendomi immediatamente che anche l'insegnamento dello Yoga stava diventando un'esperienza di arricchimento personale.

Ed ecco un po' di teoria per capire meglio lo Yoga, come praticarlo e quali possono essere i suoi effetti. Lo Yoga nasce in India e, dal momento che non esiste una vera e propria documentazione sulle sue origini, non si sa esattamente come e quando abbia avuto inizio. La prima documentazione scritta è costituita dalle Sutra risalenti al periodo tra il 300 a.C. e il 200 d.C.,

Il testo che segue si riferisce al **Seminario sullo Yoga** tenutosi il 19 maggio 2017 in EineWeltHaus e condotto da Diana Bondini-Lerro, Yogalehrerin YF.

Diana Bondini-Lerro, nata in Germania, ha vissuto in Italia fino al compimento degli studi di lingue. Tornata a Monaco, ha lavorato presso la Lufthansa, frequentando nel frattempo la formazione triennale per insegnante presso lo Yoga Forum München e.V. Dal 2010 insegna presso la VHS München e nel 2015 ha iniziato anche attività in proprio presso il suo Studio privato.



permettono una postura equilibrata e sono la base per la posizione eretta e l'allineamento del corpo. Sperimentai che, praticando Yoga, avevo acquistato maggiore "terreno sotto i piedi", riuscendo a stare in piedi con minore sforzo e più a lungo. Un ritrovato equilibrio del corpo che si rifletteva anche nelle altre componenti della mia natura: mentale, emozionale e sociale. Questi effetti di benessere su di me furono la motivazione principale per continuare a praticare lo Yoga. Dopo diversi anni di pratica, sentii

noto come l'Epoca d'oro. Sutra significa testo. Le Sutra infatti sono testi che spiegano la teoria dello Yoga. Precedentemente alle Sutra c'era la tradizione orale.

Il termine Yoga deriva dal termine sanscrito YUI che indica un'azione, il mettere insieme e in relazione più forze e azioni coordinate per raggiungere uno scopo. Come esempio prendiamo l'arco e la freccia. Perché la freccia colpisca il bersaglio e faccia centro devono

segue a pag. 14

da pag. 13

essere organizzate forze diverse dalle quali scaturisce l'azione desiderata. Un altro esempio è il carro trainato dai buoi che si sposta da A a B. Anche in questo caso è presente una dinamicità, prodotta da



più forze e azioni messe in relazione fra loro perché il carro possa muoversi. Nella pratica dello yoga forze e azioni vengono organizzate in modo da ottenere un percorso scorrevole e gradevole.

Distinguiamo 8 parti fondamentali che danno indicazioni e chiarimenti sulla pratica dello yoga e sui possibili effetti.

1 - 2) Yama e Niyama forniscono indicazioni relative al comportamento e allo stile di vita e presentano come concetto portante AHIMSA, termine sanscrito che significa privo di violenza e ostilità. Questo concetto di non violenza è rivolto sia alle azioni che al linguaggio e al pensiero verso sé stessi e verso l'esterno: agire, parlare, pensare senza ferire, con rispetto, attenzione, benevolenza.

3) Le posizioni yoga, in sanscrito ASANA, devono essere stabili, piacevoli, e generare benessere. Si tratta di coordinare forze e azioni per raggiungere una posizione stabile e così piacevole da avere la sensazione di non volerla abbandonare e permanere nella stessa posizione per un tempo indeterminato.

Le posizioni Yoga (asanas) agiscono sulle varie strutture e funzioni del corpo, sui muscoli, sui tendini, sul sistema circolatorio, sul sistema respiratorio, sul sistema nervoso. Il corpo non è qualcosa di a sé

stante. C'è una relazione reciproca tra il nostro corpo e le emozioni che proviamo, il nostro pensiero, il nostro agire, le nostre scelte e il nostro vissuto.

4) Pranayama è la parte che riguarda la respirazione. Prana sta per vita e Yama per regolare, stabilizzare. Gli esercizi Yoga hanno un effetto di regolazione e stabilizzante anche sugli organi interni, sull'intestino, sullo stomaco, sul cuore e sui polmoni. Questi ultimi sono considerati nello yoga il più importante organo interno, senza togliere nulla agli altri. Prana è la vita. Chi vive respira. La respirazione è la funzione fondamentale per vivere. Attraverso gli esercizi Yoga la respirazione viene regolata, il respiro non viene trattenuto e acquista un suo ritmo. La respirazione deve rimanere un fenomeno libero e spontaneo nel quale i polmoni vengono impiegati in tutta loro estensione. Possiamo osservare il nostro respiro, cercando di non influenzarlo.

5) Pratyahara si riferisce ai cinque sensi, gusto, olfatto, udito, vista e tatto. Lo Yoga ci suggerisce di metterci in contatto con i nostri sensi e di osservarli. Cosa mi piace

veramente mangiare? Quali odori o suoni gradisco e quali no? Come reagiscono gli occhi alle varie immagini? Attraverso la pratica dello Yoga è possibile conoscere meglio i propri sensi e regolarli. Se sono troppo facilmente irritabili e soggetti a reazioni eccessive perché sottoposti a stress, è possibile calmarli, o al contrario, è possibile risvegliare sensi e percezioni che per qualche ragione sono rimasti assopiti. Si tratta di liberare i sensi e trovare un equilibrio. I sensi devono raggiungere uno stato simile al fiume che scorre tranquillo lungo il suo corso. Un modo per liberare i nostri sensi da ciò che li irrita è concentrarsi su noi stessi o sulla nostra respirazione durante l'esercizio Yoga.

6) Dharana è la concentrazione distesa e rilassata su qualcosa in particolare. Un esempio è la concentrazione nello svolgimento di un lavoro. Concentrazione e attenzione, basate su uno stato interno di stabilità e calma, permettono di occuparci di noi stessi, del lavoro che stiamo facendo o di creare qualcosa di nuovo.

7) Dhyana, è la concentrazione distesa, diffusa, rivolta al tutto, all'insieme. È la visione globale.

8) Infine Samadhi, il gustare la raccolta dei propri frutti. È il direttore d'orchestra che dirige e gusta il concerto diretto da lui stesso.

In ognuna di queste parti è presente qualcosa delle altre parti. È come una fetta del dolce che contiene ingredienti che sono presenti in tutta la torta.

Diana Bondini-Lerro

## Nel cuore dell'Europa, fra stelle e galassie



Venerdì 23 giugno 2017 si è tenuta presso EineWeltHaus una piccola conferenza condotta da un gruppo di ricercatori italiani provenienti da vari istituti di ricerca nel campo dell'astrofisica, tutti situati presso il Garching Forschungszentrum a nord di Monaco.

Lo scopo dell'incontro è stato dapprima quello di descrivere le diverse esperienze individuali che hanno condotto i relatori alle loro attuali posizioni lavorative, per poi passare ad esporre in termini semplici in cosa consista il lavoro di un tipico ricercatore. Infine, sono stati presentati degli spunti di riflessione riguardo problematiche ancora (purtroppo) molto attuali nel settore della ricerca in generale, in modo da sensibilizzare il pubblico e discutere insieme riguardo possibili soluzioni. Prima dell'inizio delle presentazioni da parte dei ricercatori, il pubblico è stato sottoposto ad un piccolo sondaggio per cercare di capire in che modo il mondo della ricerca sia percepito dai non addetti ai lavori. È stato interessante constatare come i presenti tra il pubblico fossero per

la maggior parte ben consci della precarietà che affligge la maggior parte dei ricercatori (solo il 10% del personale dei vari istituti di ricerca a Garching è assunto a tempo indeterminato, mentre la durata media di un contratto di ricerca non supera i 2-3 anni) e nella disparità di posizioni assegnate a personale femminile piuttosto che maschile (circa il 15-20% dei ricercatori sono donne). In molti invece non si aspettavano che nel centro di ricerca di Garching una media di oltre 25 nazionalità sia rappresentata nei vari istituti, un chiaro segnale di come nella ricerca la diversità culturale sia spesso un valore aggiunto piuttosto che un problema da risolvere.

Il primo intervento dell'incontro è stato curato dalla Dott.ssa Anna Brucalassi, ricercatrice presso l'ESO (European Southern Observatory) di Garching, con lo scopo di presentare il nuovo "ESO Supernova Planetarium". Si tratta di una struttura in fase di costruzione che verrà inaugurata nella primavera del 2018 ed

Il testo che segue si riferisce alla conferenza **Nel cuore dell'Europa, fra stelle e galassie** che ha avuto luogo il 23 giugno in EineWeltHaus e che trattava della storia e del lavoro di giovani ricercatori italiani a Monaco grazie agli interventi dei relatori Dott.ssa Anna Brucalassi, ricercatrice presso l'ESO (European Southern Observatory) di Garching; Dr. Barbara Michela Giuliano, Max Planck Institut für extraterrestrische Physik; Laura Morselli, Dipl. Physikerin, Excellence Cluster Universe; Dr. Matteo Bugli, Max Planck Institut für Astrophysik.

Matteo Bugli, nato a Firenze, laureato in Scienze Fisiche e Astrofisiche, vive da circa 4 anni a Monaco di Baviera, dove ha recentemente concluso un dottorato di ricerca. Attualmente ricercatore presso il Max Planck Institut für Astrophysik di Garching, nel suo lavoro studia attraverso simulazioni numeriche l'evoluzione di sistemi astrofisici come buchi neri e stelle di neutroni, sfruttando la potenza di calcolo di vari supercomputer a disposizione presso il Garching Forschungszentrum. Nel corso degli ultimi anni ha curato diversi eventi nell'area di Monaco a carattere divulgativo in collaborazione con varie associazioni, con lo scopo di presentare al pubblico temi complessi come la relatività generale e la natura dei buchi neri.

segue a pag. 16

da pag. 15

ospiterà un planetario dotato di una cupola di 14 metri di larghezza e capace di ospitare fino a 200.000 visitatori all'anno. L'ingresso sarà aperto al pubblico e totalmente gratuito, in quanto una efficace divulgazione scientifica al grande pubblico (con un particolare riguardo nei confronti degli studenti di scuole e licei) rientra fra gli obiettivi della ricerca scientifica d'eccellenza condotta nei grandi centri di ricerca. Oltre alle proiezioni al planetario saranno infatti a disposizione dei visitatori degli ampi spazi espositivi con materiali didattici interattivi, tour guidati, aree relax nelle quali si vedrà la volta celeste dell'emisfero australe e programmi educativi pensati per ragazzi di tutte le età.

Ho poi preso io stesso la parola, Matteo Bugli, attualmente ricercatore presso l'MPA (Max Planck Institut für Astrophysik), un istituto che fa parte di una serie di centri di ricerca dedicati in modo particolare all'astrofisica situati al termine della linea U6 della metropolitana di Monaco, tra i quali figurano l'ESO, l'MPE (Max Planck Institut für Extraterrestrische Physik), l'IPP (Max Planck Institut für Plasmaphysik) e l'Excellence Cluster Universe. La prima volta in cui ho considerato di fare l'astrofisico è stato durante l'ultimo anno di liceo classico, quando lessi per la prima volta il libro "Il Collasso dell'Universo" di Isaac Asimov, una semplice ed affascinante descrizione di come le stelle nascono, evolvono ed infine muoiono seguendo le leggi della fisica. Una lettura da non raccomandare ai propri figli, se si vuole evitare che si appassionino alla scienza! Dopo essermi laureato in Scienze Fisiche ed Astrofisiche all'Università di Firenze, ho ottenuto una posizione di dottorato presso l'MPA di Garching



(in collaborazione con la Technische Universität München, TUM), che ho poi concluso lo scorso maggio. Fino alla fine del 2017 sarò sotto contratto come ricercatore all'MPA, per poi spostarmi con mia moglie a Parigi per un nuovo contratto di ricerca in un nuovo istituto, la CEA-Saclay: la mobilità fa spesso parte della vita di un ricercatore, anche se troppo spesso è abbinata all'incertezza sul proprio futuro a medio e lungo termine. Una tipica giornata di lavoro all'MPA (come anche negli altri istituti) prevede frequenti incontri e seminari per esporre e condividere le ultime novità dei vari campi di ricerca (dalla cosmologia allo studio delle galassie, dalle esplosioni di Supernovae all'evoluzione delle stelle e formazione di buchi neri), con una pausa a metà mattinata per il "coffee break", che oltre a fornire i ricercatori del necessario carburante per affrontare la giornata, favorisce un ulteriore scambio e circolazione di idee tra i membri dell'istituto. Il mio lavoro presso il Max Planck è incentrato sullo studio dei cosiddetti "dischi di accre-

scimento", ovvero masse di plasma incandescente che orbitano intorno ai buchi neri e che da essi vengono consumati, producendo straordinarie sorgenti luminose che possiamo osservare dalla Terra. Spesso i ricercatori vengono suddivisi in due grandi categorie: sperimentali (che lavorano per produrre e utilizzare gli apparati sperimentali volti a raccogliere dati, ovvero telescopi nel caso dell'astrofisica) e teorici (che si occupano della produzione di modelli da essere sottoposti alla convalida dei dati sperimentali). Io appartengo invece ad una terza classe, detta dei "numerici", che sviluppa software specifici per la simulazione di sistemi astrofisici troppo complessi per essere studiati con carta e penna. Per questo motivo la mia giornata tipo si avvicina molto spesso più a quella di un programmatore, con lunghe sessioni di controllo dei codici informatici da me sviluppati e ricerca di errori nella programmazione. Alla fine, comunque, l'obiettivo è sempre lo stesso: l'avanzamento della nostra conoscenza e comprensione



dei fenomeni fisici che regolano l'evoluzione dell'Universo.

Il terzo intervento ha visto protagonista Laura Morselli, studentessa di dottorato presso l'Excellence Cluster Universe e in procinto di concludere i suoi studi. L'istituto dove Laura lavora è il risultato di una collaborazione tra svariati centri di ricerca, che oltre a quelli precedentemente citati comprendono la Ludwig Maximilians Universität München (LMU), il Leibniz Rechenzentrum (LRZ), il Maier Leibnitz Laboratorium (MLL) e il Max Planck Institut für Physik (MPP). L'excellence Cluster Universe è per questo coinvolto in una lunga serie di esperimenti scientifici, che spaziano dalla ricerca di base delle particelle elementari al Large Hadron Collider (LHC) al CERN di Ginevra, ai satelliti e ai telescopi per l'osservazione di sorgenti astronomiche come l'Hubble Space Telescope e il Very Large Telescope in Cile, al recente esperimento per la rivelazione di neutrini cosmici IceCube situato al Polo Sud. La percentuale di personale femminile in questo centro di ricerca raggiunge circa il 45% del totale andando a selezionare esclusivamente gli studenti di dottorato, ma se si considera il personale a capo dei principali progetti di ricerca, questa percentuale si riduce drasticamente al 15%: un evidente segnale di come ancora oggi sia più difficoltoso per le ricercatrici fare carriera in un ambito accademico rispetto alla loro controparte maschile. L'argomento di ricerca di cui si occupa Laura riguarda lo studio delle galassie, ovvero ammassi costituiti da centinaia di milioni di stelle, e in particolare del legame che esiste tra la loro struttura morfologica e l'attività di formazione stellare che vi prende luogo regolarmente. Infatti, in molte galassie

si verifica costantemente la formazione di nuove stelle a partire dalla condensazione di gigantesche nubi molecolari di gas, e questo tipo di eventi può avere conseguenze profonde sull'aspetto e la struttura della galassia che li ospita.

L'ultima presentazione è stata offerta dalla Dott. Barbara Michela Giuliano, ricercatrice presso l'MPE, la quale al contrario dei precedenti relatori non possiede un background squisitamente astrofisico, bensì è laureata in Chimica. Motivata da una grande passione per la scienza sin da una tenera età, ha scoperto dopo anni di studio che l'astrofisica è un campo di ricerca estremamente multidisciplinare, nel quale ha potuto mettere al lavoro le proprie competenze

ti e diffusi nel cosmo. Gran parte dell'attività di ricerca della Dott.ssa Giuliano prevede lunghe sessioni in laboratorio con apparecchiature per misure spettroscopiche di alta precisione, ma anche (come per ogni altro ricercatore) lettura e stesura di manoscritti e articoli, viaggi e naturalmente anche divulgazione scientifica. Anche la dottoressa non è certo nuova alla mobilità che deriva molto spesso dalla scelta di intraprendere una carriera da ricercatrice, e nel suo intervento viene sottolineato il fatto che lasciare il proprio Paese natale, oltre che rappresentare un valore aggiunto per qualsiasi ricercatore, nel caso dell'Italia diventa troppo spesso una necessità che non sempre può essere seguita da un successivo ri-



di "spettroscopista molecolare". Il campo di ricerca della Dott.ssa Giuliano è infatti la cosiddetta "astrochimica", in cui si cerca di caratterizzare le proprietà di emissione e assorbimento della luce da parte di specifici composti chimici e si utilizza questa conoscenza per dedurre dalle osservazioni astronomiche come tali elementi vengano prodot-

torno arricchito dalle competenze e esperienze acquisite all'estero. Proprio questo tema apre la discussione con il pubblico sullo stato della ricerca fondamentale in Italia e a livello globale. Un grande problema che affligge la ricerca in Italia è la perdita di capitale umano che ogni

segue a pag. 18

da pag. 17

anno non viene bilanciata da un corrispettivo guadagno di ricercatori dall'estero: le strutture e le risorse nei centri italiani sono tali per cui vi è una insufficiente attrazione di professionisti non italiani, mentre quei ricercatori sulla cui formazione il Paese ha investito milioni di euro tendono a non tornare in Italia dopo periodi di formazione in altri Paesi europei e non. L'importanza della ricerca di base è spesso largamente sottostimata dai governi (e talvolta anche dal pubblico), perché manca la percezione del fatto che, sebbene i progetti scientifici che si interrogano su tematiche fondamentali legate al funzionamento del nostro Universo difficilmente possono produrre nuovi brevetti tecnologici e ricchezza nel breve termine, tuttavia rappresentano un investimento a medio e lungo termine assolutamente necessario per l'avanzamento tecnologico e culturale di qualsiasi Paese. Quello che spesso manca è la volontà politica, se non la capacità, di guardare oltre i pochi mesi o anni che separano da una prossima rielezione o rinnovamento amministrativo.

In maniera più ampia è stato discusso il tema della precarietà, che vede coinvolto non solo il nostro Paese ma più in generale la maggior parte delle istituzioni di ricerca sparse per il mondo. È infatti una prassi comune che gran parte del lavoro in molti gruppi di ricerca venga condotto dagli studenti di dottorato, che naturalmente offrono una sorta di mano d'opera a basso costo di cui spesso si abusa. Ma anche a livello dei cosiddetti Postdoc, ovvero ricercatori in possesso di un titolo di dottorato, si verificano situazioni di estrema precarietà con



contratti estesi di anno in anno e spesso poche possibilità di essere regolarizzati in tempi minori di 10-15 anni.

Infine, l'ultimo tema toccato dalla discussione è stata la disparità che spesso si presenta tra uomini e donne che ricoprono cariche di potere e responsabilità in ambito accademico. Sebbene la percentuale di donne possa raggiungere anche il 50% a livello di studenti universitari o di dottorato, questo rapporto diminuisce drasticamente se si considerano i principali responsabili a capo dei progetti di ricerca nelle varie istituzioni. Esiste dunque ancora una sorta di reticenza nel permettere alle ricercatrici di competere alla pari con i loro colleghi ricercatori, e sebbene la situazione sia nettamente migliorata negli ultimi 50 anni, tuttavia la strada da percorrere per garantire uguali diritti a uomini e donne, nella ricerca, è ancora lunga.

Al termine dell'incontro il pubblico ha manifestato il suo apprezzamento per aver avuto l'occasione di conoscere ed avvicinarsi

al mondo della ricerca, che viene molto spesso percepito come distante e poco rilevante nella propria quotidianità. Parte della responsabilità per questa scollatura ricade naturalmente anche sui ricercatori, che a volte trovano difficoltà a presentare il proprio lavoro in termini comprensibili ai non addetti ai lavori e danno l'impressione di rinchiudersi in una torre d'avorio. Quando invece si verifica un avvicinamento tra le due parti, avviene un'unione straordinaria in cui da una parte il pubblico può intraprendere viaggi fantastici nell'affascinante mondo della scienza, dall'altra i ricercatori possono condividere il proprio lavoro e i progetti, e mostrare che valori come la curiosità, la collaborazione internazionale e lo scambio di idee possono guidare il genere umano verso orizzonti sempre più lontani e ambiziosi.

Matteo Bugli



Il 31 marzo e il 6 ottobre ha avuto luogo, nella WeltRaum di EineWeltHaus, l'ormai tradizionale incontro **PalcoInsieme-ZusammenaufderBühne**.

Le protagoniste sono state, come di consueto, "prosa e musica", che si sono alternate sul palco e i diversi autori, attori e interpreti hanno, com'è d'uso al PalcoInsieme, coinvolto tutti i presenti, ad esempio con canzoni da cantare insieme.



Sabato 8 luglio: **visita al Botanischer Garten**.

Un fantastico viaggio per il mondo, tra piante e fiori d'ogni dove, e anche nel tempo, tra i "dinosauri" del regno vegetale.



Sabato 5 agosto c'è stata la **visita guidata**, in lingua italiana, ai **castelli di Nymphenburg e Amalienburg**.

Grazie all'entusiasmo e alla preparazione della signora Martina Sepp, ci siamo immersi in un mondo che, anche se irraggiungibile per il "popolo", resta comunque qualcosa che affascina ed intimorisce al tempo stesso, per non parlare poi di tutta l'arte, gli usi e i costumi che, a noi italiani, fanno respirare in qualche modo aria di "casa".