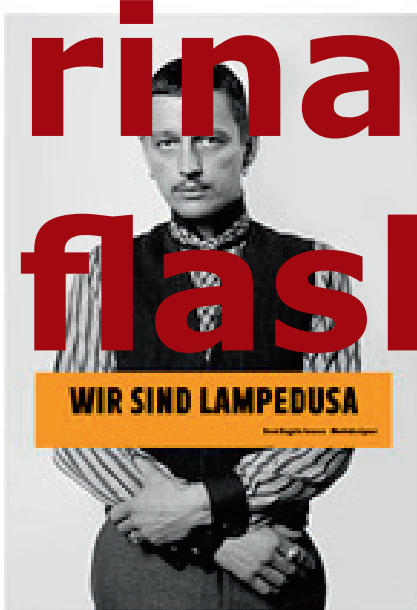


# rinascita flash



Larghe intese con strette vedute

I minijob in Germania: illusione o concreta opportunità

Storia dell'eterno calvario dei precari d'Italia. Centro-Destra e Centro-Sinistra corresponsabili

Lampedusa e la fortezza europea

## Sommario

Editoriale	pag. 2
Larghe intese con strette vedute	pag. 3
I minijob in Germania: illusione o concreta opportunità	pag. 4
Storia dell'eterno calvario dei precari d'Italia. Centro-Destra e Centro-Sinistra corresponsabili	pag. 7
"Forconi" poco pungenti	pag. 9
Lampedusa e la fortezza europea	pag. 10
Monaco di Baviera, 1 dicembre 2013	pag. 11
Il legame che non si può spezzare: la sofferenza dei figli quando i genitori si separano	pag. 12
Contro il femminicidio prevenzione culturale e repressione	pag. 15
Io e il Kobold	pag. 16
Anche Papa Francesco viene coinvolto in questo compito	pag. 17
<i>Fiori di agave nella collina delle fate</i> di Sandro Capodiferro	pag. 18
Consapevolezza attraverso il movimento: il metodo Feldenkrais	pag. 19
La Stevia, erba dolce	pag. 21
Raffreddore e sinusite	pag. 22
Pappardelle al cinghiale	pag. 23
Appuntamenti	pag. 24
In copertina: Plakataktion "Wir sind Lampedusa" (Noi siamo Lampedusa). Solidarietà per i profughi	

<< questo segno a fine articolo vi riporterà al sommario

## Incrociamo le dita

Buon 2014: durante le Feste appena trascorse, più che augurarci le solite cose belle, sembrava che tutti volessimo scambiarcì gli scongiuri più adatti. La situazione in Italia, da Lampedusa alla Val di Susa, dai disoccupati ai precari a vita, è peggiorata di anno in anno e suonano ben poco convincenti gli incitamenti a credere che tutto possa migliorare, come ci consigliano Napolitano e Letta, in un concerto di larghe intese che prende molte stecche e a cui si è appena aggiunto il solista Renzi, ultimo divo dell'affollato palcoscenico politico. Prolificano però anche i gruppi più o meno rivoluzionari, più o meno numerosi e influenti. Dopo il Movimento 5 Stelle di Grillo, armato di mouse, slogan, insulti da stadio e attestati d'onestà conferiti dallo stesso comico, in dicembre ha protestato un altro movimento popolare, il nuovo gruppo dei cosiddetti "Forconi" che ha bloccato diverse regioni d'Italia, strade, ferrovie, mercati, negozi privati, in un crescendo di arroganza che, quasi quasi, spaventa più delle ingiustizie contro cui è per altro giustissimo protestare. La rabbia covata per anni, la disillusione, la mancanza di aspettative creano disagi ingestibili e il più che lecito desiderio di risolvere i problemi si adegua al linguaggio da trivio del berlusconismo, contempla sempre più spesso la violenza verbale e da questa a gesti di prevaricazione il passo è breve. Va anche detto che, se da una parte troviamo molti economisti che auspicano l'uscita dall'euro, dall'altra il governo invita a stringere i denti, così che buttare tutto all'aria sembra una soluzione condivisibile. Senz'altro la più veloce e sensazionale. Peccato che in queste scaglie di rivolta siano sempre i più piccoli a perdere tutto, sempre i più deboli a perdere il poco che hanno. Dopo gli orrori del secolo scorso viene davvero da chiedersi come qualcuno possa sperare in una lotta fatta con la forza delle armi o delle mani al posto dei programmi politici. Se perfino la Chiesa può prendere in considerazione l'idea di un dialogo con gli omosessuali, dopo le parole di Papa Francesco "Le coppie gay oggi pongono nuove sfide a livello educativo", significa che la dialettica ha ancora un ruolo, che le parole hanno ancora un valore, che cambiare è possibile. E i diritti civili e sociali non sono da meno di quelli inerenti al lavoro, ma sono legati a doppio filo in un processo di civiltà che riguarda ogni cittadino e che indica la qualità della vita di tutti. Dà un po' da pensare che il rinnovamento politico possa scaturire dalla Chiesa, ma è anche vero che le stesse parole, dette da un politico di sinistra, per esempio, non le avrebbe ascoltate né commentate nessuno. Insomma, Buon 2014, e incrociamo le dita. (Sandra Cartacci)

## Larghe intese con strette vedute

Perché esiste una Grande Coalizione? In Germania è nata dall'impossibilità per ognuno dei due schieramenti principali, CDU/CSU e SPD, di esprimere una maggioranza rispetto all'altro, anche includendo le alleanze storiche con Liberali e Verdi. Ma, in Germania, la logica e la pianificazione sono geneticamente componenti del DNA e quindi, anziché litigare, è stato fatto un programma condiviso da tutti, elencando punti da affrontare con urgenza ed altri meno condivisi da rimandare in futuro. Possiamo dire che è un governo "conservatore" ma, a parte che non è per nulla frequente che ci sia una donna alla Presidenza del Consiglio, lo è tanto meno avere una donna madre di sette figli come Ministro della Difesa. E poi, nonostante le lobby dell'energia, non era per nulla scontato uscire dal nucleare. Non che in Germania non ci sia opposizione, ma il confronto è ragionato e se qualcuno ha priorità del tutto differenti da quelle accordate, può prepararsi per le prossime elezioni, che esistono proprio per questo.

Anche in Italia abbiamo una Coalizione. Anzi, addirittura un governo di "Larghe Intese". Mi domando chi può aver coniato questo nome, date le lacerazioni che ci sono tra i partiti che lo compongono e persino all'interno degli stessi. Il problema, a mio avviso, è che le vedute dei singoli partiti e dei singoli membri delle "larghe" intese sono troppo strette per potersi intendere. Allearsi vuol dire superare egoismi e questioni di principio per affrontare insieme un'emergenza. Noi, di emergenze ne abbiamo eccome: prima tra tutte è il lavoro. La mancanza di lavoro sta fiaccando il Paese, togliendo dignità alle persone, mettendo in pericolo intere famiglie, intere regioni. Lo scudo della famiglia non regge più e non si può neppure



vivere "arrangiandosi" per due o tre generazioni consecutive. Nonostante il tema lavoro sia sempre menzionato, non vedo alcuna operazione credibile che sia stata messa in atto. E vorrei sapere quanti di noi possano ancora pensare che la riforma della giustizia sia prioritaria rispetto al rilancio dell'occupazione.

Un'altra emergenza, sempre a mio avviso, è la riforma della legge elettorale. Sembrerebbe solo un dettaglio tecnico, ma proprio per il motivo fondamentale che a differenza dei tedeschi (o degli olandesi, degli svedesi, degli austriaci) noi italiani non abbiamo per niente la razionalità impressa nel nostro DNA, dobbiamo almeno far sì che dalle urne esca un risultato chiaro, in modo che chiunque vinca le elezioni debba poi porre in pratica il proprio programma, assumendosene tutte le responsabilità, sia in caso di successo, sia in quello di un eventuale malaugurato

fallimento. Soprattutto senza scaricare poi le colpe sugli altri. E poi non è che da noi le intese siano così poi tanto "larghe". Nella Coalizione tedesca, se mettiamo insieme i partiti che la compongono, aggiungendo i partiti come i verdi o i liberali (vicini quindi rispettivamente a SPD e CDU/CSU) sommiamo già oltre 80 per cento di consensi, lasciando il venti per cento all'opposizione, divisa tra estrema sinistra, la destra, i Pirati, più altri partiti minori. In Italia, se mettiamo insieme i consensi dati dai cittadini ai partiti dell'attuale coalizione (tralasciando quindi il ricalcolo con premio di maggioranza dovuta al "Porcellum") non arriviamo neppure al 60 per cento. Il resto è un 5 per cento diviso tra vari partitini, un 10 a Monti che non credo voglia aiutare più nessuno, e soprattutto un cospicuo 25 per cento e oltre della formazione guidata da Grillo.

continua a pag. 4

da pag. 3

Dobbiamo essere un po' logici per uscire dalla pozzanghera dove siamo finiti. Una grande coalizione è frutto di una situazione di stallo che deve essere risolta da nuove regole. Doppio turno alla francese, sbarramento alla tedesca, tutto comunque meglio del "Porcellum". Nel frattempo, riconoscere che ci sono emergenze, come il lavoro, la sanità, una scuola in rovina e un'università a sfacelo (a parte le "eccellenze" che si contano sulle dita di una mano) e per questo fare un'alleanza in grado di affrontarle, tutti uniti senza egoismi e senza interessi personali. So che è difficile, me ne rendo conto soprattutto quando guardo un talk-show alla TV Italiana.

Ci sono due firme su Repubblica che seguono assiduamente e stimo per la loro serietà e competenza: Barbara Spinelli ed Eugenio Scalfari. Mai e poi mai avrei pensato che potessero entrare in conflitto tra loro. Un civile, argomentato, ma pur sempre conflitto, sulla questione se dare al movimento di Grillo una chance, come Barbara Spinelli ipotizza, oppure categoricamente no come Eugenio Scalfari afferma. Non so se il movimento di Grillo possa esprimere la "pancia" di tutto il Paese (sicuramente non la mia) ma, se parliamo di Grandi Intese, non possiamo neppure ignorare un 25 per cento di elettori, altrimenti così le intese non sono che tra poco più della metà degli elettori, oltretutto divisi e in guerra tra loro. Oppure, l'unica possibilità è tornare alle urne. Purtroppo. Ma stavolta con una nuova legge elettorale. (Massimo Dolce)

## I minijob in Germania: illusione o concreta opportunità

Dalla loro introduzione nel sistema economico tedesco, circa 10 anni fa, con lo scopo di rivitalizzare l'occupazione e di fungere da trampolino di rilancio economico, i minijob sono diventati, nel giro di un decennio, un vero e proprio cuscinetto sociale fra occupati e disoccupati.

La *geringfügige Beschäftigung*, ovvero l'occupazione marginale, è uno dei fenomeni che ha consentito alla Germania di contenere le percentuali della disoccupazione, in particolare modo di quella giovanile. Negozi, grandi magazzini, hotel e ristoranti, tutti i settori dove occorrono implementazioni temporanee del personale, sono gli ambiti in cui i *minijob* si sono sviluppati in maniera più evidente, tanto che nel periodo 2000-2008 il numero di questi contratti è addirittura quintuplicato. I ricercatori dell'Università di Duisburg-Essen hanno condotto uno studio su questi lavoratori evidenziando come essi lavorino più ore percependo uno stipendio inferiore, senza poter usufruire di ferie e malattie retribuite.

Le categorie maggiormente soggette a questo tipo di contratti (che, ricordiamo, prevedono una remunerazione tra i 450 e i 500 euro mensili) sono i giovani under 25, gli stranieri, le persone prive di formazione professionale e le donne. Al contrario, per alcune categorie professionali il minijob rappresenta un'ottima opportunità: per gli studenti, per esempio, l'attività ridotta si può facilmente conciliare con lo studio. Ma il *minijob* può diventare una forma di integrazione del reddito anche per chi un lavoro ce l'ha già, magari dal lunedì al venerdì, e vuole integrare con un'attività supplementare da svolgere nel fine settimana.

Uno studio pubblicato dal Ministero della Famiglia tedesco ha

poi riscontrato come due terzi dei *minijob* siano svolti dalle donne, anche se sono soprattutto loro a rischiare di restare "intrappolate" in questi contratti, che finirebbero per essere "un programma per la creazione permanente di impotenza e dipendenza economica".

Sebbene l'istituzione del *minijob* abbia permesso a molti disoccupati di avere un reddito seppur minimo, l'impressione è che il vero affare lo abbiano fatto i datori di lavoro che, con questo tipo di contratti, possono tenere molto basso il costo del lavoro.

Il dibattito resta comunque aperto tra i sostenitori e i critici di questa forma di lavoro.

Per i sostenitori i minijob sono una sorta di trampolino, per cui i minijob offrono ai giovani genitori tempo libero da dedicare ai figli, agli studenti un'opzione per guadagnare denaro in maniera legale ed esentasse e alle imprese la flessibilità necessaria per adattare la forza lavoro alle proprie reali necessità. I *minijob* sono una vera e propria manna per i ristoranti e per tutte quelle attività (specialmente di vendita al dettaglio) che prevedono picchi di utenza e repentine cadute dei flussi di clienti.

Dall'altra parte, i critici sostengono come i *minijob* contribuiscano ad aumentare il divario tra ricchi e poveri, facendo crescere la povertà e minando i fondamenti del contratto sociale.

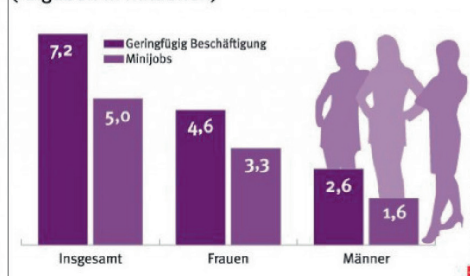
Leggendo alcune analisi economiche, mentre fra i lavoratori a tempo pieno, fra il 1999 e il 2010 gli stipendi sono aumentati mediamente del 25 per cento, nello stesso periodo, nelle fasce più basse, i redditi hanno avuto un incremento del 7,5 per cento. Visto che nello stesso periodo l'inflazione è aumentata del 18 per cento a fronte di una crescita

### Geringfügig Beschäftigte nach Altersgruppen

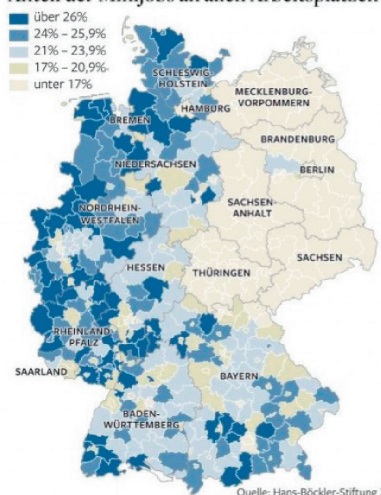


Quelle: Minijob-Zentrale, Stand Juni 2012

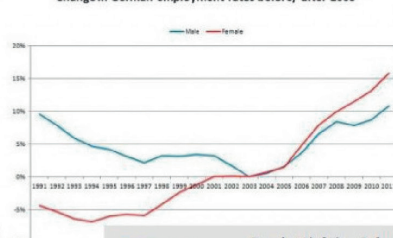
### Geringfügige Beschäftigung und Minijobs (Angaben in Millionen)



### Anteil der Minijobs an allen Arbeitsplätzen

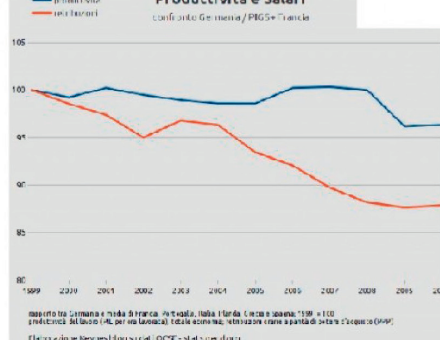


### Change in German employment rates before/ after 2003



~~2012/2013~~  
400,- Euro  
450,-

### Produttività e Salari



Scenarieconomici.it

economica del 13 per cento, molti non hanno avuto l'impressione di partecipare ai vantaggi economici della crescita della nazione.

Se poi guardiamo al contratto in sé, da una parte i *minijob* prevedono il pagamento di tasse e contributi previdenziali minimi (dal 1° gennaio 2013 il 3,9 per cento, ma volontariamente si può decidere di non versarli, mentre il datore li versa in misura assai ridotta – *einen pauschalen Beitrag zur Rentenversicherung von 15 Prozent*, un contributo forfetario per il fondo pensioni – più un 13 per cento per la cassa mutualistica) e possono essere integrati dagli aiuti sociali, dall'altra generano fra

i lavoratori un diffuso malcontento poiché difficilmente questi contratti verranno normalizzati. Inoltre a seguito della recente riforma proposta dall'Spd di garantire un salario minimo di 8,5 euro orarie, limitata a tutti quei lavori sottopagati perché non hanno rappresentanze sindacali forti, il mondo dei *minijob*, con il suo vantaggio fiscale, ne sarebbe escluso.

Karl Brenke, analista a Diw, l'Istituto tedesco di ricerche economiche con sede a Berlino, è convinto che l'espandersi così a dismisura dei *minijob* (un quarto del lavoro dipendente) sia un problema che oggi partiti e governo non stanno affrontando

adeguatamente, con conseguenze inevitabili nel futuro economico del Paese. Egli ritiene che già oggi, questa dinamica di salari bassi, che hanno peraltro permesso alla Germania di aumentare l'occupazione o di non perderne troppa durante le fasi più acute della crisi, comprime la domanda interna ed è tra le cause – secondo l'analista – di uno squilibrio fin troppo evidente che vede da tempo il Paese crescere grazie soprattutto al suo export; uno dei rimproveri più di frequente mossi alla Germania dai partner europei.

Il conto per il sistema assistenziale

continua a pag. 6

da pag 5



sarà alto. "Non avendo maturato sufficienti contributi, tutti questi lavoratori o una gran parte di essi non avranno una pensione adeguata e saranno costretti a ricorrere al welfare per poter vivere", conclude l'economista. E avverte: non si tratta dell'unica distorsione che affligge il mercato del lavoro tedesco.

L'altra è costituita, secondo Brenke, dall'andamento dei salari rimasti quasi fermi troppo a lungo. E mostra un andamento rimasto pressoché invariato dalla fine degli anni Novanta a oggi, con variazioni solo lievi, nonostante gli anni di crescita sostenuta che hanno preceduto la grande recessione.

Va inoltre sottolineato come il maggiore utilizzo del lavoro precario (qualcuno direbbe lavoro flessibile) ha avuto varie conseguenze tra cui una forte crescita delle differenziazioni dei redditi, un aumento del numero dei cittadini che vive sotto la soglia della povertà, che è passato dall'11 per cento del 2000 al 15,5 per cento del 2010; il tasso di sindacalizzazione della Germania ha poi cominciato a declinare ed oggi esso si aggira a fatica intorno al 20 per cento della popolazione attiva del Paese.

La forte crescita del lavoro precario ha poi contribuito al drastico calo delle adesioni alle organizzazioni sindacali. Così, ad esempio, nel

settore metalmeccanico, complessivamente solo il 20 per cento dei lavoratori ha la tessera del sindacato, ma tra quelli a tempo indeterminato la cifra è invece pari al 50 per cento. Il livello di disoccupazione presenta oggi disparità eclatanti tra le differenti regioni del Paese. Esso è molto più elevato della media, ad esempio, nei territori della ex Germania Est. Così, secondo la *Bundesaagentur für Arbeit*, nel Sachsen Anhalt esso era pari al 10,8 per cento, nell'area di Berlino all'11,7 per cento. Per contro, esso raggiungeva livelli minimi in alcune regioni del Sud, mostrando un valore del 4,2 per cento nel Baden-Württemberg e del 3,8 per cento in Baviera.

Se da una parte, quindi, il risultato complessivo delle normative tedesche è stato quello di rafforzare l'economia del Paese, le conseguenze si sono rivelate come molto negative per una fetta importante della società tedesca. Esse hanno comportato, o accentuato, un grande frazionamento del mercato del lavoro, tra i lavoratori protetti e quelli precari, tra l'ovest e l'est, tra il nord e il sud del Paese, infine tra il settore industriale e quello dei servizi. La speranza è che il nuovo governo dia la possibilità di progredire nella condizione del lavoro salariato del Paese, almeno attenuando alcune delle storture precedenti. (Simona Viacelli)

## CONTATTO

edito da:

**Contatto Verein e.V.  
Bimestrale per la  
Missione Cattolica Italiana  
di Monaco**

**Lindwurmstr.143  
80337 München  
Tel. 089 / 7463060**

## Impressum:

Inhaber und Verleger:  
rinascita e.V. Hollandstr. 2,  
80805 München,  
Tel. 089/36 75 84,  
e-mail: info@rinascita.de  
www.rinascita.de

Verantwortlicher Redakteur und  
Anzeigeverantwortliche:  
S. Cartacci, Hollandstr. 2,  
80805 München

Druck: druckwerk Druckerei  
GmbH  
Schwanthalerstr. 129,  
80339 München  
Photo: S. La Biunda,  
C. Tassinari, Simona Viacelli

Layout: S. La Biunda

Druckauflage 1/2014: 400

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

## Storia dell'eterno calvario dei precari d'Italia. Centro-Destra e Centro-Sinistra corresponsabili

Che i precari siano stati e continuano ad essere le vittime numero uno delle sciagurate politiche messe in atto dai governi sia di centro-destra che di centro-sinistra degli ultimi 15 anni, è un fatto ben noto; pochi però conoscono i dettagli dell'eterno calvario cui è sottoposta questa categoria di "lavoratori senza futuro". Fino a qualche tempo fa si parlava di "fuga dei cervelli", espressione usata in riferimento all'emigrazione da parte di validi ricercatori e scienziati italiani che, se il nostro Paese non era in grado né di riconoscere né di valorizzare, trovavano fortuna all'estero, dove la meritocrazia sicuramente funziona molto meglio che in Italia; la "fuga dei cervelli" veniva percepita come un fenomeno grosso modo limitato, come se, in fondo in fondo, ci si allontanasse per libera scelta, visto che per rimanere in Italia, bastava cambiare mestiere, abbandonare la ricerca, adattarsi magari a fare l'insegnante o il dipendente di una qualsiasi azienda. Finché, dunque, si parlava solo di "fuga dei cervelli", tutto sommato, si "tirava a campare", i vari salotti televisivi di politica e attualità di tanto in tanto ponevano la questione, pochi si scandalizzavano per i primi dieci minuti successivi ai servizi sul tema, pochissimi si impegnavano a fare concretamente qualcosa al fine di arginare tale fenomeno. Oggi, invece, tra il 2013 e il 2014, sempre più frequentemente ricorre l'espressione "Nuova emigrazione", una realtà di proporzioni molto più grandi, se non gigantesche, riflesso di un momento storico preoccupante, per usare un eufemismo.

Cosa si intende per "Nuova emigrazione"? Il sostantivo non ha bisogno di particolari spiegazioni: il significato di "emigrazione" è chiaro a tutti; l'uso dell'aggettivo "nuova", invece, necessita di importanti precisazioni:

il massiccio flusso migratorio che sta caratterizzando questo momento cruciale della storia del nostro Paese, non ha nulla a che vedere con quello che ciclicamente si è registrato dal dopoguerra ad oggi. È un'altra cosa. "Nuova" nel vero senso della parola, in quanto mai verificatasi prima. Siamo infatti abituati ad associare la parola "emigrazione" alle storiche immagini di uomini e donne che, sfortunati al punto da non aver ricevuto istruzione alcuna, migravano con valigie di cartone e roba raccolta in grandi fazzoletti, nella speranza di sbarcare il lunario fuori dall'Italia. Oggi i protagonisti dello stesso fenomeno sono persone altamente istruite, sempre più spesso con laurea, dottorato, master, abilitazione ad una professione, ampia produzione scientifica e, non ultimo, un curriculum tale da far vergognare la maggior parte dei deputati di tutte le legislature della Repubblica Italiana a causa della pochezza di quello loro.

Che cosa sta succedendo? Succede che, dopo anni di mala politica, in Italia non c'è più futuro per "nessuno". Non solo per i cosiddetti "cervelli" brillanti ed intraprendenti; non solo per coloro che non hanno avuto la possibilità di andare a scuola, bensì per "nessuno". Neanche per coloro che, nella speranza di trovare un qualsiasi lavoro sufficiente a garantire una vita dignitosa a se stessi e ai propri figli, negli ultimi 10-15 anni, in qualità di lavoratori "precari" e in attesa della realizzazione delle ottimistiche, truffaldine, profezie dei vari governanti, del tipo "stiamo uscendo dal tunnel", andavano perfezionando il proprio livello di preparazione frequentando master, dottorati, scuole di specializzazione ecc. Risultato: dopo essere stati sfruttati per più di un decennio, a molti non viene neanche rinnovato lo storico contratto

a tempo determinato. I "precari" si sono trasformati in "disoccupati".

Una volta, dopo anni di onorato servizio, si passava dalla condizione di lavoratore a tempo determinato a quella di impiegato a tempo indeterminato; oggi si passa dallo stato di precario a quello di disoccupato. Il Paese intero sta per precipitare nel baratro. Grande solidarietà e rispetto per i lavoratori di tutte le fasce d'età che in questo momento sono in cassa integrazione o in attesa del rinnovo del solito contratto semestrale, quello che una volta ci faceva mancare il terreno sotto i piedi a causa della sua brevità ma che adesso ci fa baciare la terra per la fortuna di poterlo ancora sottoscrivere. Ripeto, solidarietà per i precari di tutte le fasce d'età, ma non c'è dubbio che la generazione in assoluto più colpita dal fenomeno della precarietà è quella nata intorno al 1975 e laureatasi nel 1999. Un esempio per tutti è il "prototipo" del precario della scuola, la cui storia esemplare può essere sintetizzata nella seguente cronologia: siamo nel 1999, un'intera generazione è alle soglie della laurea e l'allora ministro della Istruzione Pubblica del governo Prodi, Luigi Berlinguer, decide di bandire il tanto atteso concorso a cattedra. Si lavora strenuamente per laurearsi entro i termini di presentazione della domanda di partecipazione al concorso. Molti investono fior di quattrini per la preparazione, "soldi benedetti" perché il bando prevede "l'assunzione diretta" dei vincitori del concorso. Tutti ci crediamo, se lo dice il governo che pure è di ("centro-") sinistra, ci crediamo, certo. I tempi di espletamento del concorso sono lunghissimi, siamo nel 2000, le prove d'esame sono ancora in corso, si capisce che prima del

continua a pag. 8

da pag. 7



2001/2002 non si saprà niente circa l'esito. A questo punto Berlinguer & Co partoriscono un'idea "geniale": si decide di abolire i concorsi, perché, dicono, "il sistema di reclutamento del personale scolastico va rinnovato e riformato" e vengono istituite le scuole di specializzazione per l'abilitazione all'insegnamento, le cosiddette "SISSIS" della durata di ben 2 anni, incluso un monte d'ore di tirocinio nelle scuole. Comincia la truffa, i signori al governo sfoggiano tutta la loro furbizia, perché le scuole di specializzazione sono sì create e gestite dall'università pubblica, ma anche a pagamento, e costano un occhio della testa (milioni delle vecchie lire). Il ministero, inoltre, sa benissimo che alla SISSIS vorranno accedere anche coloro che avevano partecipato al concorso perché, non sapendone gli esiti, e non avendo nessuna occupazione, a questi non resta che provare anche la carta della scuola di specializzazione. Un'altra beffa consiste nel fatto che per ogni classe di concorso, il bando mette a disposizione solo una ventina di posti,

per cui, per accedere alla scuola, è necessario superare una prova scritta e una orale e solo i primi venti classificati possono frequentare la suddetta scuola. Non si capiva il perché del numero chiuso per l'accesso ad una scuola "pubblica-a pagamento". La risposta del ministero fu chiara: "Perché a noi non sembra serio far abilitare tante persone che non potranno essere poi impiegate; noi fra due anni prevediamo che, fra pensionamenti e nuovi posti, si libereranno venti cattedre per una determinata classe di concorso e venti docenti abilitaremo, che saranno così pronti per l'assunzione".

Passano il tempo e l'inganno comincia a manifestarsi: pochi dei vincitori del concorso vengono assunti, tutti gli altri continuano a lavorare da precari, compresi i neo-abilitati della SISSIS. Si giunge al 2001, il giro di affari intorno alle scuole di specializzazione per l'abilitazione all'insegnamento è enorme e non sfugge al fiuto del nuovo governo Berlusconi che, nelle vesti della ministra Moratti, continua a bandire concorsi di

accesso alla scuola. Milioni e milioni di lire e di euro rubati a generazioni di laureati aspiranti insegnanti. Ma l'opera della Moratti non si ferma qui: con la sua riforma taglia migliaia di cattedre, per i precari le possibilità di ricevere un incarico di supplenza annuale si riducono di anno in anno. La Gelmini rimane fedele alla politica "anti-scuola pubblica", il disastro è compiuto: per effetto dei suoi tagli aumentano le cosiddette "classi in esubero", come quella del "diritto", "storia dell'arte", "lingua tedesca", ecc. Quanto al concorso indetto dal ministro Profumo nel 2012, basta dire che si preferisce stendere un velo pietoso.

Questa è la realtà nuda e cruda: se da neo-abilitati, nel 2002, i precari riuscivano ad ottenere un incarico annuale di un'intera cattedra (18 ore), oggi i più fortunati ottengono 2/3 ore annuali, la maggior parte resta a mani vuote, pronte ad essere però presto riempite: dal manico della valigia che farà loro compagnia nel faticoso viaggio della "Nuova Emigrazione". (Valentina Amico)

&lt;&lt;



## “Forconi” poco pungenti

È durato poco, a quanto pare, il “sogno ribelle” dei “Forconi”, il movimento popolare che per tre giorni – ma, appunto, solo tre giorni – ha squassato l'Italia, da Torino alla Sicilia, dal Veneto a Roma. Tutto è iniziato il 9 dicembre (e “Movimento 9 dicembre” è un'altra denominazione, ma meno utilizzata rispetto a “Forconi”, decisamente più di impatto, anche giornalistico): un tam tam continuo e incalzante, fatto di parole roboanti e pericolose come “rivoluzione”, un passaparola internetiano che ha bucato il silenzio dei giornali e dei telegiornali ufficiali, portando in piazza migliaia di persone “normali”. Commercianti in crisi, artigiani costretti a chiudere, ambulanti senza futuro, il popolo delle partite iva dissanguate dalle tasse, precari, disoccupati, dipendenti che lavorano ma senza ricevere lo stipendio da mesi, lavoratori in regola (anche con gli stipendi) che sperano in un'Italia migliore. Un'Italia che protesta. Civilmente. Ma, purtroppo, non sono scesi in piazza solo loro.

Lunedì 9 dicembre è stata una giornata campale: manifestazioni in tutta Italia, con l'apice di disordini in Piazza Castello a Torino, sotto la sede della Regione Piemonte, la cui giunta è in pieno “scandalo rimborsopol”. Botte da orbi, bombe carta, 14 poliziotti feriti e diversi fermati. “I soliti infiltrati”, hanno commentato autorevoli commentatori politici, standosene seduti in poltrona. “Sembrava una classica manifestazione No Tav”, ha aggiunto qualcun altro. “Non siamo riusciti ad isolare la frangia più estremista”, ha cercato di spiegare uno dei leader del Movimento. E, in tutta Italia, mercati deserti, negozi con la serranda giù, ingressi ai supermercati picchettati e bloccati con auto e camion. In molti erano d'accordo, qualcun altro no: ma se, da commerciante, volevi tenere aperto il tuo banco al mercato o il tuo negozio in centro, arrivava un manipolo di ragazzotti dall'aria manesca e con



le mazze da baseball (è successo, ci hanno raccontato) a convincerti che forse non era il caso, che era meglio fare sciopero. La volontà piegata all'intimidazione violenta.

Gli altri due giorni di protesta sono scivolati via più tranquilli, se così possiamo dire: sono scesi in piazza anche gli studenti delle scuole superiori, che però davano la sensazione di essere più felici di marinare la scuola che realmente consapevoli dei motivi della protesta. Protesta che, in effetti, trova d'accordo la stragrande maggioranza degli italiani. Come si fa a non essere d'accordo? Pressione fiscale ormai insopportabile, le ingiustizie persecutorie di Equitalia, il lavoro che non c'è, l'economia che non viene rilanciata, il bla bla bla dei politici che non rinunciano ai loro privilegi, le tante facce nuove in Parlamento che assomigliano alle tante facce vecchie del passato, i sindacati che, invece di aderire alle proteste, indicano una loro inutile contromanifestazione.

I motivi per protestare – ripetiamo: civilmente – nel Belpaese non mancano certo. Assolutamente condivisibili i motivi della protesta dei “Forconi”, quanto meno discutibili i metodi, assolutamente sbagliati gli obiettivi. E quando, una settimana dopo, il 18 dicembre, il movimento ha finalmente organizzato quella che doveva essere una grande manifestazione di protesta a Roma davanti al Parlamento, i “Forconi” si sono ritro-

vati ormai spuntati, poco pungenti e in quattro gatti (ufficialmente: tre mila persone, molto meno rispetto alle previsioni degli organizzatori). Ha un bel dire Danilo Calvani, uno dei leader, con la sua faccia da sosia di Ricucci (ve lo ricordate il palazzinaro ex marito di Anna Falchi?): gira l'Italia con la sua Jaguar nera targata Latina (quante polemiche: ma non è un reato possedere una macchina di lusso, se pagata regolarmente) e predica che “noi andremo avanti ad oltranza fino a quando questi politici se ne andranno”. L'impressione, però, è che il movimento si sia già sgonfiato e, con esso, sotto sotto, la piccola grande speranza degli italiani di buona volontà di poter cambiare finalmente qualcosa. Ma forse siamo stati troppo morbidi, come se non fossimo ancora arrivati davvero alla frutta. Come diceva qualcuno, “le rivoluzioni non si fanno con i guanti di velluto”.

E adesso? Dobbiamo aspettare un altro movimento popolare? All'orizzonte si profila l'MGO, il “Movimento Gente Onesta”. E a giudicare dal nome, potremmo farne parte in tanti. Per aderire ([www.mg-genteonesta.it](http://www.mg-genteonesta.it)), basta avere il casellario giudiziario e quello tributario a posto: le cartelle fiscali di Equitalia non valgono, altrimenti non vi potrebbe aderire nessuno. Chissà se ne sentiremo parlare presto.

(Cristiano Tassinari)

<<

## Lampedusa e la fortezza europea

Vorrei riprendere alcuni aspetti dell'argomento trattato da Massimo Dolce nel suo bell'articolo "Quando i migranti eravamo noi" sull'ultimo rf. Secondo dati recenti sarebbero attualmente 17 milioni i rifugiati politici. La maggior parte di essi non si trova però in Europa, bensì in vari Paesi dell'Africa. In Sudafrica per esempio, con 50 milioni di abitanti ci sono più rifugiati politici che in tutta l'Unione Europea, che di abitanti ne ha 500 milioni. Secondo l'Eurostat, nel 2012, i 27 Paesi dell'UE hanno concesso protezione a 102.705 richiedenti asilo (il Italia 9.270 persone, 5° posto in Europa). Queste persone lasciano le zone di origine pur nella consapevolezza di rischiare la propria vita. Secondo varie stime dal 1988 a oggi sono morte 19 mila persone durante la fuga, la maggior parte nel Mediterraneo; associazioni umanitarie ritengono che il numero delle vittime sia ancora più alto.

Le cause economiche, politiche e sociali di questo esodo sono molteplici e complesse. L'Occidente e i suoi interessi giocano spesso, in tutto questo, un ruolo sostanziale. Uno dei motivi principali della fuga dal proprio Paese è per esempio costituito da guerre e conflitti armati presenti su tutto il globo (solo le guerre, secondo l'ONU, sarebbero ventidue). Non pochi di questi focolai sono stati provocati direttamente o indirettamente dalle potenze occidentali, per esempio per avere accesso alle materie prime, per imporre la propria sfera di influenza politica e militare, o per altri motivi. In Paesi come l'Iraq, la Libia o l'Afghanistan gli Stati europei e gli Stati Uniti sono intervenuti militarmente o a sostegno dell'uno o dell'altro fronte. In Siria, per restare sul tema più attuale, viene sostenuta parte dei ribelli, guidati inizialmente da esuli residenti all'estero, con interessi che non necessariamente rappresentano

la maggior parte della popolazione. In questo modo vengono fomentati conflitti pericolosi, che provocano violenze, miseria e morte, causando così la fuga di migliaia di persone. L'Occidente finanzia inoltre direttamente alcune guerre, per esempio in Eritrea, Sudan, Somalia. In altri casi sono le conseguenze della guerra a provocare gli esodi, anche anni dopo la pace ufficiale, in Paesi colpiti da una serie di problemi che rendono la vita impossibile e la ripresa economica difficile. La distruzione di fabbriche e di gran parte dell'infrastruttura paralizza la produzione e il funzionamento della vita sociale. L'Occidente ha inoltre sostenuto per anni dittature come quelle in Egitto o in Algeria. Al di là delle guerre recenti, la miseria economica e quella sociale vanno viste anche come conseguenze di strutture create dal colonialismo, come la divisione degli Stati con confini artificiali, decisi senza alcun riguardo a relazioni etniche o religiose, la creazione di tradizioni di dominio e sottomissione, di avversione contro lo Stato con conseguente indebolimento o mancanza di società civile. Lo stesso fenomeno della corruzione, altro freno allo sviluppo produttivo, viene visto – da sempre più studiosi – come un fatto introdotto dalle potenze coloniali, mentre nell'opinione comune questa viene in genere vista come una caratteristica quasi naturale di certe popolazioni. Perfino la violazione dei diritti umani, altro grave fenomeno che provoca la fuga di molte persone, va vista sempre nel contesto storico, sociale e internazionale, ovviamente non per giustificare tali soprusi, ma al contrario per coglierne meglio i vari nessi, le relazioni e le interdipendenze, e affrontare così i problemi in modo più globale.

Un altro fondamentale motivo di depressione e povertà è costituito

dalle politiche commerciali attuate dalle economie più forti. L'UE per esempio sovvenziona fortemente la propria produzione agricola, al primo posto fra le spese per i vari settori economici. Nei Paesi in via di sviluppo la produzione agricola è oltretutto molto meno tecnologizzata e quindi in relazione più costosa. I prodotti di queste zone non hanno di conseguenza nessuna chance di entrare nei mercati occidentali, anzi al contrario è così che i prodotti europei, grazie ai loro bassi prezzi, invadono i mercati dei Paesi più poveri, togliendo a migliaia di agricoltori la base della sussistenza. Questi Paesi inoltre, non potendo esportare, non possono disporre a loro volta delle valute estere, necessarie per acquistare altri prodotti per il sostentamento della popolazione. A tutto ciò va aggiunto che per i grossi produttori è più conveniente, per esempio, coltivare foraggio per gli allevamenti occidentali, che non grano per sfamare la popolazione locale. Senza dimenticare la continua espansione di coltivazioni a scopo industriale da parte dei grossi complessi chimici. Per finire, l'estrazione di materie prime è utile al capitale internazionale e non porta altrettanta ricchezza o posti di lavoro. Questa situazione viene aggravata dalle politiche economiche di organismi sovranazionali, non eletti da nessuno, come la Banca Mondiale o il Fondo Monetario Internazionale. Negli ultimi decenni queste istituzioni hanno costretto molti Paesi in via di sviluppo, in cambio di crediti finanziari, a realizzare delle cosiddette riforme strutturali, consistenti in tagli alla spesa pubblica, licenziamenti nella pubblica amministrazione, abolizione di sovvenzioni per i prodotti alimentari e altre limitazioni che hanno causato un forte aumento della povertà. Come se non bastasse, molti stati

## Monaco di Baviera, 1 dicembre 2013

Quando ci lascia qualcuno che stimiamo ed ammiriamo, se ne va anche una parte di noi. Con Giacomo Lando ci lascia un pezzo di storia degli italiani in Germania. Una storia spesso sconosciuta o dimenticata. Ma una storia di dignità, generosità, impegno.

Giacomo Lando arriva a Landshut (nella Bassa Baviera) a 31 anni, nel 1960. Nella nativa Sicilia era stato licenziato perché attivo nel movimento operaio e sindacale, impegnato nella difesa dei diritti dei lavoratori. Un impegno che Giacomo riprende in Germania, nell'organizzazione dei lavoratori italiani e delle loro famiglie. Nel 1967 fonda il circolo FILEF di Landshut che insieme alla moglie Giuseppina ha tenuto in vita fino ad oggi. Un circolo molto attivo – attraverso feste, attività sportive e tornei di bocchia, ma anche momenti di discussione politica, culturale e sociale – che ha rappresentato un importante

punto di incontro per molte generazioni di italiani e tedeschi, accogliendo negli ultimi anni anche i nuovi immigrati di altre nazionalità. Un angolo dal quale, con silenziosa generosità, Giacomo e Giuseppina hanno saputo creare occasioni di vera integrazione, in una zona altrimenti periferica e socialmente difficile. Venendo per questo unanimemente apprezzati con riconoscenza ed affetto anche dai concittadini tedeschi e dalle autorità cittadine.

Ora Giacomo ci ha lasciato. E con lui se ne va un'esperienza umana e politica irripetibile. Ma la sua umanità ed il suo esempio restano con noi, con coloro che hanno avuto la fortuna di conoscerlo e frequentarlo, con coloro che sono stati accolti e riscaldati dalla sua generosa umanità ed aiutati dal suo disinteressato impegno. Con sincera commozione, con profondo affetto ci stringiamo attorno alla moglie Giuseppina, ai figli Antonina, Salvatore, Paolo e Graziella, ai 13 nipoti ed ai 4 pronipoti che Giacomo ha lasciato.

Insieme, tutti insieme, noi italiani in Baviera sapremo proseguire nell'impegno per l'integrazione e lo sviluppo della nostra comunità, rendendo così il più vero omaggio alla memoria di Giacomo e di tutti coloro che negli anni passati, nel periodo dell'emigrazione più difficile e dolorosa, hanno saputo impegnarsi e lottare per la dignità di ciascuno di noi.

Grazie Giacomo. Con affetto.

Claudio Cumani

Presidente del Comites di Monaco di Baviera



Giacomo Lando

\* 22. 05. 1929

† 25. 11. 2013

Nei nostri cuori  
vivrai per sempre.

TrauerHilfe.DENK

europei, fra cui l'Italia, in seguito alla crisi hanno ridotto i fondi per la cooperazione internazionale.

Invece di ammettere la propria parte di responsabilità nei flussi migratori, gli stati europei aumentano i controlli e le varie forme di repressione. Per non far morire i profughi nel Mediterraneo li si vuol bloccare nei luoghi di origine, da dove tentano di fuggire. I Governi e le agenzie come Frontex

approfittano di tragedie come quelle di Lampedusa per investire ancora di più nella "lotta contro l'immigrazione clandestina" e il ministro degli Interni tedesco Friedrich, dal canto suo, vuole rendere più restrittiva la circolazione nella stessa Unione Europea per arginare l'afflusso di bulgari e rumeni. Ciononostante, come già diceva Massimo Dolce, questo flusso di migranti alla ricerca di un'esistenza sicura continuerà

probabilmente per i prossimi tempi. Come ha raccontato di recente un immigrato dall'Afghanistan, Salaarzy Asadullah, a un convegno del sindacato: "Si vive con la paura quotidiana della morte, mio fratello è stato ucciso dai talebani, mia madre mi ha detto: vai via, non voglio che fai la stessa fine. Sogno un Paese normale, con una vita tranquilla e senza paura". (Norma Mattarei)

"I guasti non ci vengono tanto dai traumi infantili, quanto dalle modalità traumatiche con cui ricordiamo l'infanzia", J. Hillman, *Il codice dell'anima*

## Il legame che non si può spezzare: la sofferenza dei figli quando i genitori si separano



Riprendo quanto scritto nella mia tesi di Master perché ritengo che oggi più che mai si sottovaluti la sofferenza dei bambini e dei ragazzi di tutto il mondo, determinata troppe volte da adulti che non sanno o non vogliono ascoltare, e che pensano solo ai loro interessi.

Una delle situazioni di dolore, in cui si trovano i bambini e i ragazzi, è proprio quella relativa alla separazione dei loro genitori, senza contare le sofferenze di molti padri e di molte madri che vengono privati della loro funzione di genitore.

Molto tempo fa Aristotele affermava che la famiglia è il luogo della tragedia e più di recente il sociologo Bauman (in "Amore Liquido") scrive che "...nella modernità liquida in cui viviamo, i legami affettivi sono fragili, mutevoli, sempre in discussione e l'insicurezza che ne deriva suscita il desiderio contraddittorio di stringerli e di allentarli". Le varie statistiche sulle separazioni e i divorzi sembrano tristemente confermare queste affermazioni.

Sorge spontaneo chiedersi:

Come mai il tasso delle separazioni e dei divorzi è aumentato in maniera esponenziale (anche se oggi si parla di diminuzione delle separazioni solo per motivi economici)?

Che cosa rende così fragili i legami coniugali?

E soprattutto: quali sono le conseguenze per i figli?

A queste domande non è facile trovare una risposta soprattutto perché, in un'epoca caratterizzata dall'indifferenza, spesso la separazione familiare viene ancora considerata una questione privata da risolvere il più presto possibile e con discrezione, senza contare che da tempo in Italia (e non solo) non si attuano politiche concrete per il sostegno delle famiglie stesse, né a livello legislativo né sul piano economico e sociale. Inoltre, non si dà il giusto peso alle conseguenze che questo evento può causare nei figli e nel loro intero percorso esistenziale perché l'intera società sembra contribuire ad anestetizzare le esperienze dolorose eludendo le domande, cancellando

rapidamente i sintomi e lasciando inalterate le cause.

L'esperienza della separazione può però essere molto dolorosa se non viene riconosciuta. E spesso, afferma la psicologa Vegetti Finzi (in *Quando i genitori si dividono - le emozioni dei figli*), questa minimizzazione del danno e la sottovalutazione del dolore esacerbano la solitudine di chi soffre.

Il bambino in questo modo non può sentirsi che solo, con i suoi sentimenti di rabbia e di dolore per non essere compreso e rispettato nel suo modo di essere e di vivere la separazione dei suoi genitori.

Anche questo è un modo d'essere maltrattato, ed accade così anche quando il genitore non gli comunica di avere capito il perché del suo comportamento e non "dà parole al suo dolore" esprimendo, con le proprie parole, quello che il bambino sta provando.

I bambini esprimono il loro disagio attraverso il linguaggio del corpo e questo avviene anche quando sono adolescenti e poi adulti; i conflitti

e le sofferenze che ne conseguono trovano sbocco nel linguaggio del corpo che li esprime anche attraverso la svariata gamma dei disturbi psicosomatici che sembrano essere in aumento. Molte, quindi, sono le ragioni per occuparsi di separazioni familiari e delle sue inevitabili conseguenze sia a livello sociale che affettivo-relazionale.

La pratica della mediazione familiare assume una posizione importante in quella che sembra essere diventata una "forma tipica" (quella del divorzio) della relazione familiare occidentale e fa emergere bene le conseguenze dei conflitti coniugali sui figli, anche se queste sono ancora difficili da valutare e prevedere, con il conseguente rischio di banalizzare la sofferenza dei figli stessi, grandi o piccoli che siano.

Le numerose testimonianze dei bambini che hanno vissuto l'esperienza della separazione, raccolte da psicologi, ricercatori, docenti, confermano che i figli sentono dolore nello stesso modo degli adulti, quando sono esposti ad episodi di alta conflittualità e vivono lo stesso tipo di emozioni come la rabbia, la tristezza, la colpa, il senso d'impotenza. Nonostante ciò, tale capacità è spesso sottovalutata e ignorata dagli adulti e il bambino che soffre non è quasi mai preso sul serio e, anzi, troppe volte viene incoraggiato a non dare peso a quello che gli accade, a svenere i vissuti quotidiani e quindi anche la sua sofferenza.

È triste notare che questo tipo di comportamento, da parte degli adulti, ha contribuito a sottovalutare e a negare la capacità stessa dell'infanzia di provare dolore, come qualsiasi emozione o sentimento, e ha ottenuto l'anestetizzarsi di tanti bambini nei confronti dei loro vissuti.

Alice Miller (psicoanalista) diceva che *"il bambino può vivere i*



*sentimenti solo se c'è una persona che con quei sentimenti lo accetta, lo comprende, lo asseconda. Se manca tale condizione allora... preferisce non viverli affatto".*

Così facendo l'adulto dimentica che, anche per lui, la consapevolezza di non essere capito è un'esperienza dolorosa e, indirettamente, provoca sofferenza nel bambino che non ascolta e che sottovaluta dicendo "in fin dei conti è solo un bambino".

E allora occuparsi della sofferenza del bambino serve a non favorire la strumentalizzazione del mito dell'infanzia come "età felice" per diminuire l'impatto del dolore sulle coscienze degli adulti.

Serve ad abolire, soprattutto nel campo giuridico, pregiudizi quali:

- i bambini dimenticano rapidamente;
- è un'occasione per crescere;
- è meglio una separazione che vedere i genitori litigare.

Sorge spontaneo, di fronte all'indifferenza e all'incomprensione degli adulti, chiedersi se questi siano in grado di riconoscere la sofferenza

del bambino e se questa loro incapacità sia dovuta al fatto che hanno, in qualche modo, rimosso le loro sofferenze o le hanno censurate. O forse gli adulti di oggi, come afferma la psicologa e psicoterapeuta Valentina Morana in un articolo del 2005, non sono in grado di comprendere i loro figli perché lo stato psicologico di questi ultimi ha un'evoluzione superiore rispetto a quello dei loro genitori; perché, rispetto a trent'anni fa, i bambini pongono domande a cui gli adulti non sanno fornire delle risposte.

Volenti o nolenti, ci troviamo oggi di fronte ad un bambino che pensa, osserva e "sente" quello che succede attorno a lui e, dice Françoise Dolto, se lo lasciamo da solo con domande senza risposte, se siamo vaghi rispetto a qualcosa che sta accadendo nel suo ambiente o se diamo spiegazioni false, possiamo provocare in lui un senso di ansia, di paura o comunque di disagio e di sofferenza che possono lasciare delle cicatrici a

continua a pag. 14

da pag. 13

livello emotivo.

Secondo Goleman (in *Intelligenza emotiva*), è nell'intimità familiare che impariamo a percepire noi stessi come individui e quali saranno le reazioni degli altri ai nostri sentimenti, che cosa pensare su questi sentimenti e quali alternative abbiamo per reagire. Tutto questo dovrebbe facilmente farci immaginare cosa succede quando "l'intimità familiare" viene turbata dai conflitti dei genitori, da violenze o maltrattamenti in generale. Significative sono, a questo proposito, le parole che un bambino di sei anni dice alla sua terapeuta: *"Oggi voglio dipingere, Ilaria, metti una musica che mi dia delle speranze. I miei genitori hanno litigato tutta la sera e io sono triste... Userò i colori chiari, mi rendono meno triste; fanno sciogliere il mio cuore... ho bisogno di colori chiari perché adesso il mio cuore è senza allegria... Vedi questo uccello che ho dipinto sopra la casa? Piange! Piange perché crede di aver perso i suoi genitori e si sente solo; anch'io mi sento solo quando i miei genitori litigano... So di non essere l'unico bambino che soffre, vorrei aiutare anche gli altri bambini, ma non li vedo, così quando sono solo e i miei genitori litigano, guardo la TV perché mi aiuta a mettermi coraggio e non sento più le loro voci. Ma poi quando vado a letto sono così debole e triste che non riesco a pregare. Quando sono triste ho paura di rompermi. Ho paura che si rompa il mio cuore".*

Di esempi come questo si potrebbero riempire intere pagine.

Il dolore e la sofferenza provati sembrano "rompere" nel bambino un delicato meccanismo, sembra che la musica della loro vita un certo giorno

si sia spenta ed eccoli paralizzati a causa di una ferita.

Non si può negare, afferma la Parkinson (una delle pioniere della mediazione familiare), che la maggior parte dei figli è shockata e sconvolta quando i genitori si separano e la loro comunicazione si interrompe. Le reazioni possono essere diverse e spesso esprimono lo stato d'animo con il comportamento più che con le parole. A seconda dell'età in cui vivono questa esperienza, i bambini e i ragazzi possono mostrarsi aggressivi, confusi, impauriti, abbandonati, depressi.

Ciò che è fondamentale per loro è il modo in cui i genitori gestiscono la separazione e gli spiegano i cambiamenti, perché i figli hanno bisogno di aiuto nel comprendere ciò che sta succedendo e devono essere rassicurati sul fatto che continueranno ad essere amati e curati, e che non hanno nessuna responsabilità della rottura del legame di coppia.

Per i figli, inoltre, è importante mantenere i legami e le relazioni con entrambi i genitori e le altre persone importanti nella loro vita, e hanno un disperato bisogno di genitori che sappiano prendere decisioni attente e fare accordi senza coinvolgerli e abusare del loro sostegno emotivo.

A questo scopo il mediatore familiare potrebbe essere molto utile per aiutare i genitori a mettersi nei panni dei figli e a valutare alcuni aspetti riguardanti la praticabilità delle loro proposte rispetto agli inevitabili cambiamenti della loro separazione, e a non dimenticare che il legame affettivo con i figli non si può spezzare, riconoscendo la continuità del ruolo sia del padre che della madre nella vita dei figli stessi.

Lo stesso Jung aveva affermato che il bambino vive nell'atmosfera psicologica dei suoi genitori e risente perciò direttamente di tutti i loro

conflitti irrisolti o dei loro problemi non affrontati. Se i genitori affrontano i loro problemi, anche i loro figli stanno meglio.

Ma quanti genitori riescono a fare questo? Quanti di loro, presi dalle loro emozioni e dalla loro sofferenza, riescono a tenere presenti i bisogni dei loro figli?

Si può contribuire a creare un mondo ideale dove i genitori, che non vanno più d'accordo, comunicano ai figli la decisione di separarsi senza avvilirli con i loro litigi e spiegano con calma le ragioni che li hanno indotti a prendere quella decisione?

Anche se questo clima idilliaco non è facile da instaurare, e forse è spesso impossibile, credo che la pratica della mediazione possa contribuire, in alcuni casi, a favorirlo e a incrementarlo, migliorando la comunicazione e la relazione tra i genitori. L'obiettivo di un accordo, comunque, passa attraverso la consapevolezza del conflitto che vivono i genitori e la sua risoluzione attraverso strumenti messi a disposizione dal mediatore. In ogni caso in questo delicato processo è fondamentale la volontà di entrambi i genitori.

Penso che dovrebbe essere promossa una sensibilizzazione e una presa in carico a livello sociale delle cause che provocano la sofferenza nel bambino che vive questa situazione, e ciò può essere attuato solo con una formazione specifica di tutte le persone che, più o meno professionalmente, si occupano di bambini piccoli e grandi. Spesso l'enfasi data alle conseguenze del divorzio e della separazione ha distratto da quello che può fare un'adeguata prevenzione attraverso un'educazione alle relazioni familiari, alla costruzione del patto genitoriale e una formazione alla gestione dei conflitti.

Come afferma Watzlawick, il "linguaggio del cambiamento" può essere studiato e

## Contro il femminicidio prevenzione culturale e repressione

*"I dati sono drammaticamente gravi: ogni due giorni e mezzo in Italia viene uccisa una donna da uomini violenti. Gli assassini spesso si nascondono tra le stesse mura domestiche: sono mariti, fidanzati, amanti, parenti. Esiste spesso un muro di omertà all'interno del nucleo familiare che rende difficile pervenire alla denuncia prima che sia troppo tardi. Solo il 10 per cento delle donne vittime di violenza si rivolge alle forze dell'ordine e sporge denuncia contro i maltrattamenti subiti. Ecco perché è particolarmente lodevole che il Governo Letta non solo abbia ratificato la Convenzione di Istanbul contro il femminicidio, ma la abbia anche applicata concretamente attraverso l'adozione di un decreto legge col quale si stanziavano risorse concrete contro il fenomeno".*

Lo ha detto Laura Garavini, complimentandosi con le organizzatrici del seminario "Violenza di genere. Delitti senza onore" tenutosi a Berlino grazie al coordinamento di Rete donne italiane in Germania e DICA.

*"Vent'anni di immagini televisive in cui il corpo femminile è stato rappresentato come un oggetto, senza dignità, da prendere e abusare come un "usa e getta", hanno prodotto una distorsione dei rapporti tra generi. Ecco perché", ha concluso la deputata eletta all'estero "è quanto mai urgente mettere in atto una profonda azione culturale, che ripristini un sano rispetto della dignità altrui. In questo senso, iniziative come quella di Rete donne in Germania sono particolarmente utili e preziose".*

([www.garavini.eu/contro-il-femminicidio-prevenzione-culturale-e-repressione](http://www.garavini.eu/contro-il-femminicidio-prevenzione-culturale-e-repressione))



Laura Garavini (al centro della foto)

appreso, e in questo la mediazione familiare può dare un notevole contributo, insegnando e diffondendo proprio un nuovo linguaggio.

Bisognerebbe inoltre promuovere una specie di "Carta dei Diritti dei Bambini nel Divorzio" a livello europeo (se non mondiale) in modo che i genitori divorziati si facciano carico delle proprie responsabilità nei confronti dei figli e che tutti gli adulti coinvolti, sia a livello legale che sociale, abbiano bene in mente quali sono i bisogni di chi, come i bambini, spesso non hanno grandi possibilità di scegliere e non sanno a chi rivolgersi per chiedere aiuto.

Nell'ottica della prevenzione è fondamentale anche verificare e documentare progetti rivolti a supportare i genitori nella conoscenza

del bambino e nella capacità di cogliere le offerte dalla comunità e della nuove pratiche come quelle della mediazione.

Lo stesso Bowlby affermava, negli anni '50, che "se una comunità tiene ai suoi bambini, deve proteggere i loro genitori" e, in Paesi lontani e a volte più saggi di quelli "civilizzati", un proverbio africano ricorda da sempre che "Per allevare un bambino ci vuole un intero villaggio".

In ogni caso, finché l'adulto censura l'espressione di sé a vari livelli, è difficile che comprenda un bambino, che comunque esprime. Per comprendere il bambino, l'adulto prima deve saper ascoltare se stesso e riconoscere le proprie debolezze e paure. Solo un adulto che si sa ascoltare condivide, perché riconosce nel

dolore del bambino il proprio dolore. La condivisione e la relazione in quanto scambio, sono la chiave di accesso alla comprensione del dolore.

Il dolore emotivo, nel bambino come nell'adulto, è il campanello d'allarme che informa che qualcosa di sé non è stato compreso e deve essere approfondito e analizzato per conoscere, così come il dolore fisico informa della presenza di un problema fisico di cui s'ignora la presenza.

Il dolore emotivo, come afferma Galimberti, è quindi uno stimolo costitutivo dell'esistenza e in quanto tale non va censurato, ma compreso in quanto risorsa necessaria per conoscere.

(Silvia Alicandro, Mediatrice Familiare, socio A.I.Me.F e membro attivo de La Nostra Campagna)

## Io e il Kobold

Giovedì 5 novembre 2013.

Mi sono svegliato alle 5.30, perché alle 8.30 iniziano i miei corsi all'università di Eichstätt dove lavoro, e Eichstätt è a cento chilometri da Monaco.

Mentre faccio colazione scorro in internet i titoli di Repubblica. Uno di questi riporta una dichiarazione di Berlusconi rilasciata nel corso alla presentazione dell'ultimo libro di Bruno Vespa. Ecco, in questo momento vorrei che in qualche angolo del mio soggiorno si materializzasse un Kobold, un folletto, uno di quegli esseri fantastici, possessori di una logica semplice e disarmante per la quale due più due in qualunque condizione dà sempre come risultato il numero quattro.

Posso immaginare il dialogo che nascerebbe.

Lui: Chi è Berlusconi?

Io: Tante cose. Ultimamente un uomo condannato definitivamente il primo agosto scorso a un anno di reclusione per frode fiscale.

Lui: E perché non sta in galera invece di andare a presentare un libro?

Io: Perché... ecco... dunque...

Sarebbe poi ancora più difficile spiegare al Kobold che l'autore di quel libro, in virtù della sua fedeltà a Berlusconi – il quale è fra l'altro editore di quello che scrive – conduce, per tre sere a settimana, una trasmissione sul primo canale della Rai; della società cioè concorrente di quella posseduta dal suddetto suo editore, il quale, oltre tutto, è venuto in possesso di quella casa editrice corrompendo un giudice, come è stato accertato da un processo che ha punito il suo avvocato, ma curiosamente non lui, Berlusconi, il quale però è stato comunque condannato a risarcire con quasi mezzo miliardo di euro il primo possessore della casa editrice.

Alle 15.00 sono di nuovo a casa e,

in orario addirittura post spagnolo, consumo il mio pranzo. Mentre mangio, guardo in internet la trasmissione Agorà andata in onda su Rai 3 dalle otto alle dieci. Si parla della legge elettorale, il cosiddetto "Porcellum", bocciata dalla corte costituzionale. A un certo punto viene intervistato l'autore della legge, il senatore leghista Roberto Calderoli.

Ecco che di nuovo si materializza il Kobold.

Lui: Chi è quello?

Io: È l'autore della legge elettorale appena bocciata dalla Corte costituzionale.

Lui: E perché l'intervistano?

Io: Per chiedergli la sua opinione.

Lui: E che importanza ha il parere di un asino? Se un senatore che ha giurato sulla costituzione scrive una legge incostituzionale, vuol dire che non conosce la costituzione. La impari e intanto che esca dal Senato.

Sarebbe difficile spiegare al Kobold che quell'individuo, il cui volto mostra un eterno sorriso, ma mai un solo barlume di intelligenza, ha scritto quella legge poco prima delle elezioni del 2006 proprio per impedire alla nuova maggioranza, che si apprestava a sostituire quella di cui lui faceva parte, di governare. Sarebbe ancora più difficile spiegargli perché continua a sedere in parlamento un individuo che qualche anno fa si è presentato in televisione esibendo una maglietta sulla quale erano stampate delle caricature che avevano già fatto infuriare gli islamici. Sarebbe difficile raccontargli che, in conseguenza di quella sua esibizione, c'erano stati davanti al consolato italiano di Bengasi degli incidenti in cui avevano perso la vita ben undici persone.

La sera alle 21.00 inizio a guardare in streaming Servizio Pubblico la



trasmissione di Michele Santoro e Marco Travaglio, e a un certo punto vedo un giornalista cercare di porre domande a Roberto Cota, presidente della regione Piemonte. Costui ha sommato 25 mila euro di spese voluttuarie (sigarette, pasticcini, pasti al ristorante e un'infinità di altre cose fra le quali un paio di mutande verdi) facendosele poi rimborsare dalla Regione, ossia dal contribuente.

Prima che il Kobold mi ponga le sue domande, mi precipito nella stanza dove ho l'armadio. In fondo a un cassetto deve esserci un cappuccio di lana con un pompon. Eccolo! Ed ecco quei vecchi orribili pantaloni che non ho mai avuto il coraggio di mettere. Li infilo e sono pronto. Pronto a scappare con il Kobold nel suo mondo, un mondo in cui un delinquente finisce in galera, un imbecille non entra in Senato né va in televisione; un mondo in cui, per chi ruba, esiste un'unica definizione, antica ed univoca, "ladro"; semplicemente e soltanto "ladro".

(Corrado Conforti)

<<



L'importanza di salvare la vita sulla Terra

## Anche Papa Francesco viene coinvolto in questo compito

L'insensatezza del capitalismo, con l'enorme potere delle multinazionali impegnate nella estrazione dei combustibili fossili e nucleari, sta portando il pianeta Terra alla rovina. Un recente rapporto del *Intergovernmental Panel on Climate Change* delle Nazioni Unite sui cambiamenti climatici, rapporto preparato con approfonditi studi di più di 200 scienziati aiutati da circa 1000 esperti e durato vari anni, rivela che, se i Paesi fortemente industrializzati non si decidono a ridurre drasticamente l'utilizzo delle fonti energetiche fossili, sostituendole con fonti pulite, si prevede un forte aumento della temperatura atmosferica e del livello dei mari con conseguenti cambi climatici catastrofici.

Pensiamo, solo per fare un esempio recente di queste follie, al terribile tifone avvenuto l'8 novembre 2013 nelle Filippine. Pascal Acot, esperto internazionale del clima, enormemente rattristato da quanto avvenuto nelle Filippine, sottolinea la fondamentale importanza di passare rapidamente alle fonti pulite rinnovabili (solari dirette e indirette), perché con ulteriori rinvii aumenteranno sempre più i pericoli di nuove catastrofi ambientali. Non si possono ovviamente dimenticare le insidie immense dell'energia nucleare, dovute agli incidenti dei reattori (si pensi al più recente di Fukushima) e alla durata dei rifiuti radioattivi, decine di migliaia di anni, dei reattori nucleari che funzionano normalmente. Pensiamo inoltre che già oggi sul nostro pianeta 900 milioni di persone non dispongono di sufficiente cibo e più di un miliardo non dispone di acqua potabile, per non parlare degli orrori delle guerre.

Per fortuna ci sono segni di risveglio nei popoli e sempre più associazioni si impegnano per difendere la vita. Essendo *rinascita flash* pubblicata



Papa Francesco

in Germania, è importante ricordare che vi sono già nel Paese 138 associazioni provinciali e regionali che si stanno impegnando per il raggiungimento del 100 per cento di utilizzo di fonti rinnovabili che possono essere utilizzate da più di 20 milioni di abitanti. È bene ora approfondire il tema della vita sulla Terra riferendosi alla quinta Settimana Sociale Brasiliana, avvenuta qualche mese fa, promossa dalla Conferenza dei Vescovi del Brasile con la partecipazione di organizzazioni sociali che si sono rivolte con una lettera a Papa Francesco, pregandolo che convochi un'Assemblea Globale per la difesa della vita sulla Terra. Perché questo appello a Papa Francesco? Perché questo Papa ha già mostrato in maniera chiara, non solo a parole ma anche nei suoi comportamenti, l'importanza di impegnarsi perché tutti gli esseri, in particolare gli uomini, trovino le condizioni per vivere in maniera degna, eliminando le differenze spaventose tra ricchi e poveri, e per questo la Chiesa si faccia veramente povera, spogliandosi del potere e condividendo la vita con tutti i popoli, senza privilegiare nessuno

ma cercando di incamminarsi verso una vera uguaglianza di diritti e di doveri. Per questo motivo lui stesso ha rinunciato a vivere nel palazzo pontificio, ha rifiutato il lusso degli abiti, ecc, cioè ha scelto non solo il nome ma anche il modo di vivere di Francesco di Assisi. Ha inoltre espresso il desiderio di scrivere nel futuro una Enciclica sull'importanza dell'acqua per tutti ed ha sottolineato con chiarezza che ogni tipo di attività lavorativa deve porre in primo piano l'impegno di custodire il creato, perché anche le generazioni future possano mantenere condizioni corrette di vita.

Nella lettera al Papa sopra menzionata viene sottolineato il fatto che il sistema consumista dei Paesi ricchi attualmente in auge compromette il futuro dell'umanità e la vita di tutti gli esseri, e pertanto di fronte a questa realtà non si può rimanere indifferenti. Ci dobbiamo augurare che quanto sopra citato risvegli in ognuno di noi il desiderio di dare il nostro piccolo contributo con intelligenza e con amore per salvare la vita sulla Terra.

(Enrico Turrini)

<<

Dedicato agli autori italiani emergenti

## Fiori di agave sulla collina delle fate di Sandro Capodiferro

Sandro Capodiferro è nato a Roma nel 1966. Ha svolto studi in ambito turistico e ha sempre dimostrato di avere, sia nella vita personale che professionale, un profondo rispetto per il genere umano, soprattutto quello femminile.

Attualmente lavora presso un'azienda internazionale di telefonia nella sua città natale. Ama la letteratura e, per una personale esigenza letteraria, si dedica alla scrittura. Al suo attivo ha tre romanzi pubblicati con Edizioni Libreria Croce di Fabio Croce.

In ordine cronologico:

*Storie da un sogno del 2010*

*Fiori di agave sulla collina delle fate del 2011*

*Peccaminosa del 2012*

Ancora una volta l'autore di *Storie da un sogno*, Sandro Capodiferro ci offre un'interessante opportunità, quella di compiere un seducente quanto approfondito viaggio all'interno dell'io interiore, questa volta esclusivamente femminile, attraverso le pagine della sua ultima fatica: *Fiori di agave sulla collina delle fate*. Le protagoniste sono appunto due donne: Adele e Felicita. La prima, Adele, dedica alla costante e sofferta ricerca dell'impredicabile e diverso da lei, l'uomo o meglio l'entità maschile, così nel suo intimo quanto la "non realtà" che lei stessa rappresenta, attraverso le pagine del "romanzo nel romanzo" del quale è protagonista tra le mani di Felicita. La seconda, appunto Felicita, immersa in un contesto familiare costruito sugli insegnamenti e permeato dei valori che le sono stati tramandati dalla sua famiglia di origine che, per ironia della sorte, la rende allo stesso tempo fatalmente prigioniera di un quadro che lei stessa ha contribuito a dipingere colore dopo colore, giorno dopo giorno. Un quadro destinato ad essere ripensato, in una sorta di pittorico pentimento,

dall'artista che lo aveva ideato e idealizzato: sé stessa. Un mondo di donne quindi alla scoperta di sé e di ciò che le circonda. Un'esistenza "in rosa", spesso trasfigurata agli occhi di molti uomini come un mondo incomprensibile e imperscrutabile, viene delicatamente rivelata dall'autore attraverso i tratti vibranti della sua narrazione. È in una chiave di lettura libera da pregiudizi e limiti sensoriali che si ha la chiara consapevolezza del vivere delle due entità femminili attraverso i racconti del suo passato che Adele narra, e le riflessioni di Felicita scambiate con un'amica di nome Rachele. Un'amica non più di penna come si usava una volta, ma conosciuta in internet. È anche l'alternarsi di questo moderno e antico che rende il romanzo surreale agli occhi di chi lo esplora e per altri aspetti modernamente reale e oscuro. Le storie di queste due donne, Adele e Felicita, compongono l'immagine di due mondi apparentemente diversi ma, grazie alla sottile realtà che li accomuna, molto simili e soprattutto vicini. Entrambe hanno un marito che, nella profondità del loro diverso e alla fine molto simile modo di amarle, o non amarle, le accomuna; entrambe hanno una figlia e un figlio, entrambe scoprono quel qualcosa di sé che l'intimo pudore femminile spesso cela sotto vesti leggere e fragili come petali di rose di cristallo. Oserei dire che, mai come in questo romanzo, si ha la strana e piacevole sensazione di riconoscersi nella storia di queste due vite, solo apparentemente lontane dal fantastico dei nostri stessi pensieri ma al contempo incredibilmente vicine: l'una l'immagine nascosta e reale dell'altra.

L'autore ha la grande capacità di darci la sensazione, anziché semplicemente di leggere le pagine di un romanzo, di essere davanti ad uno



specchio che svela le parti nascoste di chi, protagonista della propria vita, in realtà non lo è mai stato, come anche di fornire un'immagine speculare dell'io femminile in continua e instancabile evoluzione. Al lettore viene data la particolare ed unica occasione di vagare in una serie di eventi dove la realtà si confonde con la fantasia, dove due antitetici aspetti della femminilità si fondono e materializzano in un unico "essere donna", nello scorrere degli eventi narrati dallo scrittore con sorprendente attenzione nel valorizzare i diversi aspetti delle capacità e sensibilità femminili. Lì dove la realtà dei nostri tempi, riflessa nel ruolo dell'amica Rachele, fa da voce narrante e riflessiva, lo scrittore Sandro Capodiferro dona a una delle protagoniste, Felicita, la capacità di rivelare, più che all'amica a sé stessa, i propri dubbi e le proprie paure. Nell'illusione creata da questa meta-lettura scopriamo vite di donne pronte a tendersi le braccia per sostenersi

## Consapevolezza attraverso il movimento: il metodo Feldenkrais

Oggi incontro Pasquale Petti, un amico di lunga data di rinascita, con cui ha già collaborato in varie occasioni, a mia memoria almeno per un seminario introduttivo al Feldenkrais e per una lettura del libro di Roberto Saviano, Gomorra.

Salernitano di nascita, sin dall'infanzia ha mostrato una natura girovaga, vivendo in più luoghi dell'Italia del Sud. Queste esperienze hanno stimolato il suo orecchio alla melodia dei dialetti, di cui è amante ed anche discreto esperto. Ingegnere di formazione, ha viaggiato molto anche per lavoro e, dopo aver vissuto a Berlino, da qualche decennio è un concittadino di Monaco. Lavora all'ufficio europeo dei brevetti: anche qui mostrando un po' di ecletticismo, si occupa più di diritto che di ingegneria. La sfida delle molte lingue che ha imparato lo porta ad essere un fine etimologo. Molte delle sue proverbiali barzellette sono acutissimi giochi di parole.

Veramente sorprendente è però l'anima profonda dell'ingegner Petti che è dedicata allo studio ed alla prassi del metodo Feldenkrais. Apparentemente un mondo molto diverso da

quello abitualmente ascrivibile ad un ingegnere.

**Pasquale, inizierei questa intervista chiedendole di spiegarci, in poche parole, chi era Feldenkrais e che cosa è il metodo che da lui prende il nome.**

Moshé Feldenkrais nasce in Ucraina nel 1904 da genitori di religione ebraica. Nel 1917, a soli 13 anni, dopo il *Bar mitzvah* (*il giorno in cui un bambino ebreo raggiunge l'età della maturità e diventa responsabile per se stesso nei confronti della legge ebraica, ndr*) lascia la famiglia per trasferirsi in Palestina. Qui lavora come muratore, completa gli studi ed impara le arti marziali. Nel 1928 si trasferisce a Parigi dove si laurea in Ingegneria, consegue un dottorato in Fisica, collabora come ricercatore con Juliot Curie e fonda il primo club di Judo in Francia. Nel 1941 si trasferisce in Gran Bretagna dove lavora per il Ministero della Marina Britannica. Alla fine della guerra ritorna in Israele per dirigere il Dipartimento di Elettronica del Ministero della Difesa Israeliano.

Le conoscenze scientifiche e le esperienze acquisite praticando le arti marziali, unite all'esigenza di superare le difficoltà motorie causate da un incidente al ginocchio, creano le condizioni necessarie affinché Feldenkrais possa elaborare il suo metodo.

Si tratta di un metodo di apprendimento che si basa sull'idea che ci sia unità tra mente e corpo. Il movimento, attività comune a tutte le manifestazioni vitali dell'essere umano, diventa lo strumento per il pieno sviluppo della consapevolezza di sé. Feldenkrais sostiene che partendo dalla consapevolezza dei processi motori sia possibile modificare non solo il proprio modo di muoversi, ma anche altri processi vitali.

Una prima tecnica d'insegnamento, denominata *Consapevolezza Attraverso il Movimento* (CAM) è particolarmente adatta all'insegnamento in gruppo: in una lezione di CAM, l'insegnante dà agli allievi delle istruzioni verbali affinché essi possano eseguire movimenti semplici e inusuali che talvolta ripercorrono le

continua a pag. 19

nel loro viaggio alla scoperta di ciò che diversamente non avrebbero mai avuto il coraggio di esplorare e riconoscere di sé. Braccia elegantemente ricoperte da guanti di velluto pronte a proteggersi. Ciò che colpisce alla fine della storia e ci accompagna in tutta la narrazione è la sorprendente capacità che rivela lo scrittore di saper descrivere i pensieri e le immagini femminili come difficilmente ci si poteva attendere da un uomo.

Non è solo il contenuto della storia in sé per il quale il romanzo vale la pena di essere letto, ma soprattutto per la costante ricchezza di

sensazioni e scoperte dell'animo e del pensiero femminile che lo scrittore in questo romanzo ha saputo mettere in risalto con accurata eleganza. È raro riconoscere in un uomo che scrive un romanzo di donne il coraggio e la raffinatezza di saper descrivere le parti oscure del mondo femminile. In *Fiori di agave sulla collina delle fate*, l'autore Sandro Capodiferro ha saputo raggiungere con discrezione e profonda sensibilità anche questo traguardo.

(recensione a cura di Rosanna Lanzillotti, il libro è disponibile su [www.libreriafarfalla.wordpress.com](http://www.libreriafarfalla.wordpress.com))

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

**[www.rinascita.de](http://www.rinascita.de)**

oppure telefonate allo **089/36 75 84**

da pag. 18

fasi dello sviluppo motorio del bambino. Mentre gli allievi eseguono i movimenti, l'insegnante li invita a portare l'attenzione sul corpo che si muove allo scopo di scoprire le relazioni tra le diverse parti del corpo. In tal modo si creano le condizioni che consentono all'allievo di arricchire il proprio repertorio motorio e migliorare l'efficacia dell'azione.

Con una seconda modalità d'insegnamento, l'*Integrazione Funzionale (IF)*, destinata all'insegnamento individuale, l'insegnante si serve del tocco delle mani per mettere in contatto il proprio sistema nervoso con quello dell'allievo. Attraverso un dialogo non verbale l'insegnante individua i bisogni dell'allievo e gli trasmette le informazioni necessarie a soddisfare questi bisogni.

Il metodo è esposto in maniera organica in diversi libri scritti da Moshe Feldenkrais nella seconda metà del '900. Alcuni dei libri tradotti in italiano sono:

*Le basi del metodo per la consapevolezza dei processi psicomotori*, Ed. Astrolabio, Roma 1991

*Il corpo e il comportamento maturo. Sul sesso, l'ansia e la forza di gravità*. Ed. Astrolabio, Roma 1996

*L'io potente. Uno studio sulla spontaneità e la compulsione*, Ed. Astrolabio, Roma 2007.

### **Come si è avvicinato a questo metodo e a questo modo di pensare se stessi e il proprio corpo?**

Ho sentito parlare del metodo qualche anno fa, in una fase della mia vita in cui sentivo l'esigenza di liberarmi da certi schemi comportamentali abituali che influivano negativamente sulla qualità della

mia vita. Ho cominciato a praticare il metodo da allievo e ne ho percepito l'utilità. Dopo qualche anno ho iniziato a frequentare i corsi di formazione per diventare insegnante, concludendo la formazione nel 2007.

### **Pensa di esercitare questa professione in un futuro prossimo?**

Già da qualche anno esercito questa professione nel mio tempo libero. Nel prossimo futuro sarò libero da altri impegni di lavoro e potrò dedicare ancora più tempo all'insegnamento del metodo Feldenkrais.

### **A chi, secondo lei, potrebbe essere utile il metodo Feldenkrais?**

In generale direi che il metodo è utile a chi voglia migliorare la qualità della propria vita: azioni quotidiane come camminare, salire le scale, correre diventano meno faticose perché si diventa più consapevoli del modo in cui ci si muove. Il metodo è anche un valido supporto per prevenire il mal di schiena e i dolori cervicali. Lo stato di benessere che il metodo infonde permette di ridurre lo stress non solo fisico, ma anche emotivo. Il metodo risulta utile agli sportivi e agli artisti. In particolare permette di migliorare le prestazioni sportive di chi pratica le arti marziali, il golf, il tennis e lo sci, e l'espressione artistica dei musicisti e dei cantanti (allievi di Feldenkrais sono stati Yehudi Menuhin e Leonard Bernstein). Nell'ambito della riabilitazione motoria risulta particolarmente utile a tutti coloro che, a causa di traumi o di disturbi neurologici, hanno subito delle limitazioni nelle capacità motorie o percettive. (intervista a cura di Marinella Vicinanza)

## Comites

Comitato degli Italiani all'Estero  
Circoscrizione Consolare di Monaco  
di Baviera  
c/o Istituto Italiano di Cultura -  
Hermann-Schmid-Str. 8  
80336 München  
Tel. (089) 7213190  
Fax (089) 74793919  
Presso il Comites di Monaco di Baviera  
è in funzione lo

## Sportello per i cittadini

nei giorni di

**LUNEDÌ e GIOVEDÌ**  
**dalle ore 18.00 alle**  
**ore 21.00**

I connazionali possono rivolgersi  
al Comites  
(personalmente o per telefono)  
per informazioni, segnalazioni,  
contatti.

### **Diventa socio di rinascita e.V.**

versando la quota annuale di  
**40 euro** sul conto:

rinascita e.V.  
Kto. 821 91 444 00  
GLS Bank Bochum  
BLZ 430 609 67

Riceverai così anche  
**rinascita flash**

**www.rinascita.de**

## La Stevia, erba dolce

La stevia è una pianta conosciuta anche con il nome di "erba dolce" perché da essa viene estratto un sostituto dello zucchero che è a dir poco miracoloso. La stevia, infatti, pur avendo un potere dolcificante 300 volte maggiore dello zucchero, non ha calorie né provoca la carie.

È facile capire, quindi, il perché del successo così grande ottenuto da questa pianta negli ultimi anni sia come sostituto dello zucchero che di tutti gli altri dolcificanti in commercio. La stevia si trova in polvere, compresse e anche in forma liquida e può essere usata per dolcificare tutto, dal caffè al the, dal gelato ai dolci fatti in casa, ma la vera risorsa di questa pianta è che può tranquillamente essere coltivata in giardino o, addirittura, nei vasi sul balcone di casa.

Personalmente la scorsa primavera ho acquistato due piantine di stevia dal rivenditore dal quale mi rifornisco abitualmente e l'ho messa a dimora nell'orto, a poca distanza da melanzane e zucchine. Le due piantine sono cresciute rapidamente, anche perché la stevia ha una buona resistenza sia al caldo che al freddo e, al di là di innaffiature regolari, non necessita di grandi attenzioni.

Nel mese di agosto ho cominciato a raccogliere le foglie più grandi, lasciandole poi al sole ad essiccare. Una volta secche le ho macinate con il frullatore di casa ottenendo circa mezzo barattolo di stevia in polvere che ho iniziato ad adoperare per dolcificare il caffè.

La prima volta sono stato costretto a buttar via il caffè, ma non perché la stevia gli avesse dato un sapore imbevibile, bensì perché, pur avendolo letto in ogni dove, non credevo veramente che il potere dolcificante della pianta fosse così elevato. Ho messo un cucchiaino raso di stevia nel caffè, con il risultato di ritrovarmi

una bevanda talmente dolce da far concorrenza allo zucchero filato.

La seconda volta ho aggiunto solamente una puntina di cucchiaino di stevia e il risultato è stato veramente soddisfacente.

L'ho poi usata anche per dolcificare lo yogurt fatto in casa, arrivando all'autarchia completa: mi faccio lo yogurt e me lo dolcifico con la stevia che ho coltivato nel mio

Inoltre è stata molto apprezzata anche dai miei bambini, con mia grande gioia visto che usandola eliminiamo una potenziale causa di carie ai denti.

Che dire, insomma: che la prossima primavera tornerò nuovamente a piantare la stevia, anzi penso proprio che ne aumenterò la produzione, visto che quella che ho raccolto e macinato



La Stevia, erba dolce usata come dolcificante

orto, il massimo!

L'unico neo nell'utilizzo di questa pianta è che usando le foglie triturate, questa polverina non si scioglie come avviene con lo zucchero o con gli altri dolcificanti. Questo significa che insieme al caffè o al the dovrete bere anche la polvere di stevia ma, essendo questa dolce e finemente macinata, non costituisce in ogni caso un problema.

quest'anno sta finendo, mentre sarebbe bello riuscire a rendersi autonomi per tutto l'anno. Consiglio a tutti di farlo: con un orto o anche solo un balcone, procurarsi qualche piantina di stevia e farsi in casa il dolcificante a zero calorie e zero rischio carie, motivi più che validi per iniziare la propria personale produzione. (Franco Casadidio)

## Raffreddore e sinusite

Il raffreddore: un "ospite" non gradito ma affezionato, che arriva sempre puntuale e si fa vivo, di tanto in tanto, durante tutto il periodo invernale. I suoi effetti: naso chiuso e gocciolio nasale, gola irritata, occhi arrossati con lacrimazione, raucedine, tosse, dolori muscolari, infiammazione dei linfonodi del collo ed emicrania, quest'ultima soggetta, soprattutto, ai ricercatori che non sono ancora riusciti a sviluppare un vaccino efficace per prevenirlo, contrariamente all'influenza stagionale, i cui ceppi virali, però, sono molto più circoscritti.

I virus responsabili del raffreddore, contro cui il nostro sistema immunitario ha poche possibilità di difesa, sono oltre 200. Starnuti, tosse, gocce di saliva permettono il passaggio diretto del virus da una persona all'altra. Una semplice stretta di mano con una persona raffreddata – o anche semplicemente parlare con lei – può già essere motivo di contagio. Perfino toccare un oggetto posto in un locale dove una persona infetta abbia starnutito, basta a causare la trasmissione del virus. Non sono, quindi, né il freddo né le correnti d'aria i diretti responsabili del raffreddore, quanto piuttosto il sovraffollamento e la scarsa ventilazione dei locali in cui ci troviamo abitualmente.

È meglio perciò, se possibile, non fermarsi a lungo in luoghi affollati poiché le probabilità di contrarre il raffreddore sono direttamente proporzionali al tempo di esposizione agli agenti contaminanti.

Ad ogni caso, dopo essere stati a contatto con persone o oggetti infettati – anche a nostra insaputa – è assolutamente necessario lavarsi bene le mani, evitando di portarle al viso. Se si è debilitati, il rischio di ammalarsi è ancora più alto. I soggetti più vulnerabili sono gli anziani e i bambini, per i quali il decorso della

malattia può durare qualche giorno in più. Benché a tutt'oggi non esista ancora una cura specifica contro il raffreddore, nonostante i considerevoli successi della medicina in tutti i campi, per ridurre lo stato infiammatorio delle mucose ci sono alcuni rimedi.

L'acido acetilsalicilico – da assumere dietro consiglio del medico o del farmacista – contenuto in molti farmaci per l'automedicazione, le caramelle balsamiche e una frequente pulizia del naso favoriscono la riduzione del muco infetto. Inalazioni e aerosol sono utili per liberare le vie respiratorie: il vapore dell'acqua calda migliora il flusso nasale e idrata le mucose.

Per rafforzare le difese immunitarie è consigliabile consumare frutta e verdura in abbondanza, soprattutto quelle di stagione, riposare più a lungo del solito, bere molte bevande: acqua, brodo, succhi di frutta, tisane calde, ed evitare, al massimo, fumo e alcol. Inoltre è utile umidificare gli ambienti in cui si soggiorna utilizzando anche essenze di timo, verbena o eucalipto.

Benché molto fastidioso, il raffreddore non è una malattia grave. Non va però trascurato per evitare spiacevoli conseguenze. Il passo verso una sinusite può essere breve, soprattutto per chi soffre già di altri disturbi nasali quali polipi, adenoidi, deviazione del setto nasale.

La sinusite è un'infiammazione delle mucose dei seni paranasali che ostruisce le cavità annesse al naso, rendendo la respirazione difficoltosa. La sua forma acuta, se ben curata, si risolve in 2-3 settimane.

Il sintomo più indicativo per distinguere dal semplice raffreddore è il dolore al volto che si unisce ad altri fattori quali: febbre, cefalea, mal di denti, alitosi, incapacità di percepire gli odori. Ostruzione nasale, scolo

faringeo e orecchie tappate completano il quadro sintomatologico.

Nel 70-80 per cento dei casi, la malattia guarisce senza l'ausilio di antibiotici, necessari invece quando i sintomi si protraggono. In ogni caso, è sempre meglio consultare il medico che indicherà la cura più idonea. Non curata, la sinusite, può assumere una forma cronica. Si stima che, nei Paesi industrializzati, una percentuale compresa tra il 3 e il 10 per cento della popolazione soffre di questa malattia.

Termino con alcune curiosità inerenti i rimedi contro il raffreddore.

Tra i più noti vi sono: il brodo di pollo; il latte con il miele, e magari con un bicchierino di cognac; il succo di limone con il vino bianco; il "vin brulé", ossia il vino bollito con spezie e zucchero. Anche la cipolla, il pepe nero e lo zenzero sembrano indicati per contrastare questa affezione stagionale. Secondo alcuni ricercatori americani, poi, anche il ginseng protegge dal rischio di contrarre il raffreddore, mentre alcuni colleghi britannici assicurano che l'uso del curry aiuta a ripulire i condotti nasali dai batteri responsabili dalla malattia, facilitandone l'espulsione.

(Sandra Galli)

<<

*rinascita e. V.* ha un  
**nuovo conto corrente:**

Kt. Nr. 8219144400  
BLZ 43060967  
GLS Bank Bochum  
IBAN: DE 27  
430609678219144400  
BIC: GENODEM1GLS

## Pappardelle al cinghiale

Ingredienti per il sugo: mezzo chilo di carne di cinghiale, bacche di ginepro, chiodi di garofano, vino rosso, salvia, olio, sale, peperoncino, alloro, rosmarino, cipolla, carote, passata di pomodoro.

Pasta: l'ideale è usare le pappardelle, tagliatelle più larghe del normale, ma anche le stesse tagliatelle vanno più che bene.

La sera precedente mettere la carne a marinare in frigo con il vino rosso e tutti gli odori elencati.

Il mattino seguente togliere la carne dalla marinatura e tagliarla a pezzi non troppo grandi. Far rosolare lo spezzatino così ottenuto in una padella con olio, sale e cipolla, aggiungendo tutti gli odori usati per la marinatura. Aggiungere un bicchiere di vino rosso e far cuocere a fuoco medio, con la padella coperta, per circa 10 minuti.

Prendere alcuni pezzi di carne e un po' del liquido di cottura e macinare il tutto; rimettere il composto nella padella insieme alla carne rimanente, aggiungere il passato di pomodoro e continuare la cottura. A cottura quasi completata aggiungere alcune foglie di alloro e il peperoncino fino al restringimento del sugo.

Cuocere la pasta in abbondante acqua salata e scolarla ancora al dente. Condire con il sugo di cinghiale direttamente sui singoli piatti, cospargendo, a seconda dei gusti, con del formaggio grattugiato.

Questa ricetta può essere realizzata anche con sughi di lepore, fagiano o anatra seguendo lo stesso procedimento. Tutte queste ricette derivano direttamente dalla tradizione contadina umbra, quando in ogni famiglia c'era almeno un cacciatore e, di conseguenza, c'era una discreta disponibilità di selvaggina da cuocere arrosto o, come nel nostro caso, da utilizzare per realizzare gustosi sughi.

(Maria Rita Proietti)

&lt;&lt;

## Sono il Re della Germania (e sono pazzo!)

Peter Fitzek, tedesco di 48 anni, è stato arrestato dalla polizia mentre guidava una Bmw con targa falsa. Poi ha mostrato agli agenti una patente, anch'essa falsa, da cui risultava essere il Re della Germania.

Peter si è autoproclamato Re della Germania poco più di un anno fa, ci sono anche dei video su Youtube, con tanto di mantello d'ermellino, scettro, corona e moneta del regno.

Arrestato e interrogato dal giudice, sua Maestà si è difesa dicendo che la patente è validissima nel suo mondo. Dei sogni.

(fonte: Le notizie comiche di CaCaO, da Repubblica)

Pagine Italiane in Baviera

Italienische Seiten in Bayern

Fax 089 530 26 237

info@pag-ital-baviera.de  
www.pag-ital-baviera.de

Ogni martedì  
dalle 15.45 alle 18  
ed ogni venerdì dalle 9.45  
alle 12 è aperta  
**la biblioteca della  
Missione Cattolica  
Italiana**  
(Lindwurmstr. 143,  
tel. 089/74 63 060).

## Che lavoro fai? Invento bugie

Patrick Ulmer, 28 anni, imprenditore tedesco, ha fondato un'azienda specializzata nel creare bugie. I servizi offerti vanno dai finti messaggi telefonici, all'organizzazione di vacanze inesistenti o la gestione di indirizzi postali inventati. Tutto quello che può servire a costruire o mantenere una seconda vita o identità. Qualche prezzo: un sms falso costa 9 euro, 59 euro per una falsa casella postale, 89 per costruire una finta vacanza. Il successo è tale che Ulmer sta per aprire una filiale in Austria. Ma potrebbe essere tutta una balla...

(Fonte: Le notizie comiche di CaCaO, da Spiegel.de)

**venerdì 17 gennaio ore 19 in EineWeltHaus** (Schwanthalerstr. 80 Rgb, München, U4/U5 fermata Theresienwiese) concerto **Emozioni**, con Iliaria Pinzauti e Donato Miroballi. Organizzano, con rinascita e.V., Azzurra Meucci e Lucianna Filidoro.

**sabato 25 gennaio ore 11** rinascita e.V. organizza una **visita guidata al Campo di concentramento di Dachau** con Stefania Gavazza Zuber, in occasione del **Giorno della Memoria**. Per maggiori informazioni, tel. 089/36 75 84, info@rinascita.de

**venerdì 7 e sabato 8 febbraio ore 20 al Pepper Theater im Pep-Einkaufszentrum** (U5 Neuperlach Zentrum, entrata al teatro attraverso lo Starbucks Cafè) **Nicolino e Roby Cabaret**. Biglietti: 12 €. Per prenotare i biglietti telefonare allo 089 63 89 18 43 oppure scrivere a nicolinoeroby@gmail.com.

**venerdì 14 marzo all'INCA-CGIL** (Häberlstr. 20, München, U3/U6 fermata Goetheplatz) **Serata Insieme** in occasione delle **Giornate Internazionali della Donna**. Organizza rinascita e.V.

**venerdì 28 marzo ore 19.30 al Gasteig, Carl-Orff-Saal** (Rosenheimer Straße 5, München) rappresentazione di **Sei personaggi in cerca d'autore** di Luigi Pirandello, regia di Luigi Tortora. Biglietti: da 12 a 25 €. Prenotazione e vendita biglietti tramite München Ticket (www.muenchenticket.de, telefono 0180 54 81 81 81) e presso tutte le rivendite autorizzate.



**rinascita e.V.**  
associazione culturale e fonico di Bayreuth



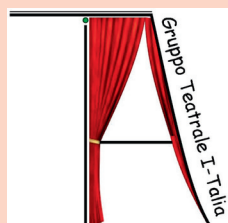
## „Emozioni“

*Iliaria Pinzauti & Donato Miroballi  
 Serata di Musica Italiana*

*EineWeltHaus  
 Schwanthalerstr. 80 Rgb  
 Freitag, 17. Januar 2014  
 19 Uhr*



*Eintritt frei  
 pomue@gmx.net*



La redazione ringrazia i curatori delle pagine cumane del sito [www.italianieuropei.de](http://www.italianieuropei.de) per l'aiuto fornito nella ricerca di alcuni dati citati