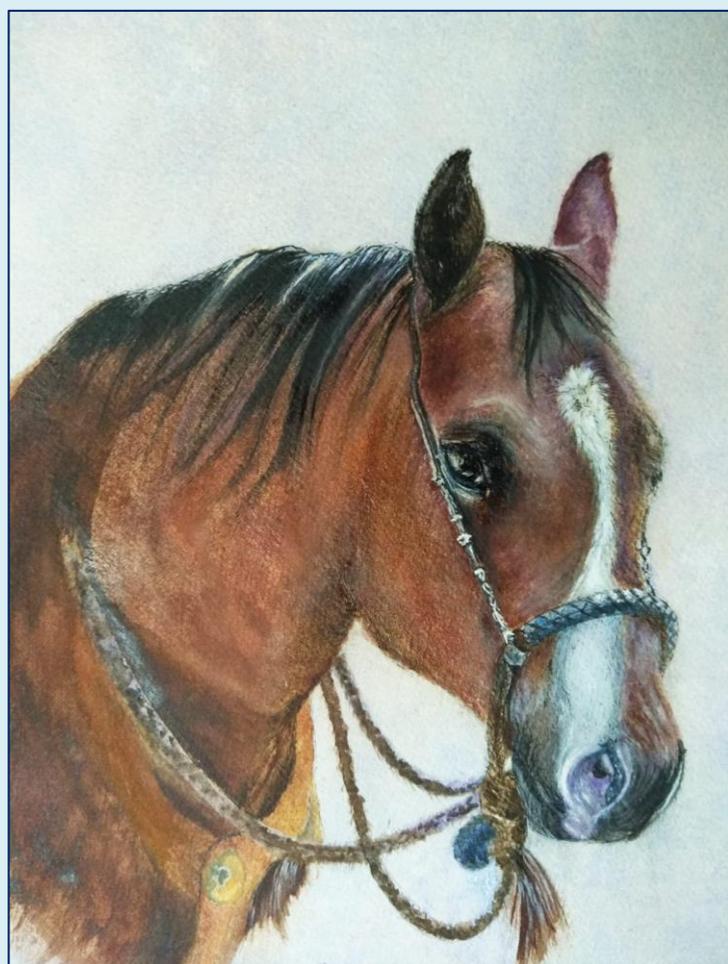




## In questo numero

Pagina 1	<i>Un saluto, un abbraccio, un invito</i> di Lino Schepis
Pagina 2	<i>Alcune considerazioni alla fine del 39° anno di attività</i> di Bruno Pizzamei <i>Dalla redazione</i>
Pagina 3	<i>Diritti e doveri</i> di Luigi Milazzi
Pagina 4	<i>Registriamo</i> di Giulio Salvador
Pagina 5	<i>I colossi del web: un inedito totalitarismo</i> di Sergio Bonifacio
Pagina 6	<i>Ginnastica e musica</i> di Michela Taccari
Pagina 7	<i>Mitica carta</i> di Mario Grillandini
Pagina 8	<i>Sulla biblioteca</i> di Gianna Bucci <i>Il giorno del libro</i> di Mario Grillandini
Pagina 9	<i>5 maggio 2021: vaccine day</i> di Eugenio Ambrosi
Pagina 10	<i>Covid 19: per aspera ad astra</i> di Giulia della Torre di Valsassina
Pagina 11	<i>I miti e l'Occidente (terra della sera)</i> di Bruno Megna
Pagina 12	<i>Un cantuccio a me fatto, alla mia vita pensosa e schiva</i> di Robina Menin <i>Il saluto</i> di Raffaele Zurzolo
Pagina 13	<i>Scrivere</i> di Indira Gregovich <i>Io</i> di Silvia Salamon
Pagina 14	<i>Dante: un sopravvissuto di Campaldino</i> di L. M.
Pagina 15	<i>Un effetto dell'impovertimento del linguaggio</i> di B. M.
Pagina 16	<i>Riflessioni personali</i> di Fulvio Piller <i>Siamo nell'anno di Dante</i>
Pagina 17	<i>Anno accademico virtuale (ma non tanto)</i> di Mirella e Edi Ciacchi
Pagina 18	<i>Da Aurisina: l'attività all'aperto del gruppo emozioni colorate</i>



Fiorella Varin

## UN SALUTO, UN ABBRACCIO, UN INVITO

Un altro Anno Accademico si avvia alla conclusione, in un modo o nell'altro...

Quando siamo partiti, a settembre scorso, sapevamo che la nostra... voglia di normalità avrebbe potuto fare i conti con la ruvidità del COVID-19; nessuno però poteva immaginare che avremmo trascorso in lockdown ben sette mesi.

Ma ora, finalmente, si intravede in fondo al tunnel qualcosa più che un semplice barlume. Abbiamo più di una ragione per guardare al futuro prossimo con ottimismo: la situazione pandemica è decisamente migliorata, e non in termini provvisori, con la nostra regione in testa tra quelle più "virtuose", con quasi 30 milioni di vaccinati con almeno una dose, con gli ospedali che respirano di sollievo (si parla addirittura di riconversione di posti letto da terapia intensiva COVID ad altre forme di urgenza), l'agognata "zona bianca" in arrivo, le progressive riaperture, tra le quali, finalmente, la nostra.

È stato un grande piacere rivedere in casa molti di voi, nei laboratori, nelle conferenze, negli eventi vari che stanno avendo corso in questi giorni: saluti affettuosi, qualche battuta, l'inizio della pianificazione delle nostre attività dell'anno prossimo.

Nel rivedere tanti amici non ho potuto fare a meno di soffermarmi su quanto si sente dire da più parti circa le positività offerte dalla pandemia; non posso immaginare come la chiusura e la distanza possano essere fonte di consolazione rispetto al piacere di stare con gli amici.

Eppure, questi mesi di lavoro... alternativo, assai impegnativi e pesanti, anche più della gestione del "normale", qualcosa di buono hanno portato: siamo partiti, in questa nuova avventura

di attività totalmente on line, che non poteva essere più lontana dalla nostra natura, dal nostro DNA, con conoscenze ed esperienze prossime allo zero; a furia di provarci, di imparare, di sperimentare, abbiamo acquisito competenze e capacità che si stanno rivelando singolarmente promettenti ed utili.

A parte la considerazione che la nostra intensa presenza on line ha comunque riempito alcuni dei vuoti generati dalla distanza, attivando un nuovo modo di proporre socialità (il mio pensiero va alle decine di UTE consorelle in Regione che quest'anno hanno scelto di non aprire del tutto). Se è vero che per noi socialità è e sarà sempre soprattutto quella in presenza nella nostra bella e capiente sede, è anche vero che ciò che abbiamo appreso di nuovo ci mette a disposizione nuove prospettive, nuove risorse, sia nel miglioramento della nostra consueta offerta didattica, sia nell'aprire nuove possibilità di raggiungere persone fino a ieri impossibilitate a seguirci; sto parlando di persone portatrici di gravi handicap motori, di situazioni invalidanti che le obbligano a rimanere a casa o nelle strutture protette, di persone impegnate a tempo pieno ad assistere infermi e bambini. A queste persone verranno destinate, nei nostri programmi futuri, nuove occasioni di partecipare da remoto, in diretta o da registrazioni, alle nostre attività, alle nostre iniziative di intrattenimento. Su questo versante si apre per noi un nuovo fronte di impegno sociale.

Con queste nuove motivazioni, con la consapevolezza di essere sulla giusta via, ci saluteremo, in presenza ed on line, nell'Assemblea di chiusura che si terrà ai primi di giugno, per salutarci come si deve e per scambiarsi un reciproco, caloroso "ARRIVEDERCI A SETTEMBRE!!", quando inizierà per tutti noi un nuovo, stimolante Anno Accademico, che sarà il 40<sup>a</sup> della nostra storia.

*Lino Schepis*



**Oggi**



**In futuro**

## ALCUNE CONSIDERAZIONI ALLA FINE DEL 39° ANNO DI ATTIVITÀ

La nostra università è nata nel 1982 come service dei Lion Club Trieste con la finalità di *promuovere ed alimentare gli interessi culturali fra persone di età matura*, il prossimo anno quindi festeggeremo il quarantesimo anno della sua fondazione. L'intuizione dei "padri fondatori" e la gestione oculata di chi ha amministrato Uni3 è stata vincente e ci troviamo ora con una sede di proprietà e una consolidata esperienza di lavoro.

In questi quaranta anni qualcosa è cambiato. Ad una attività principalmente culturale è stato successivamente ampliato il momento di socializzazione che a dire la verità era già presente alla fondazione.

Abbiamo curato poi un'ulteriore aggiunta fornendo una serie di informazioni e approfondimenti sulle realtà interessanti che ci circondano.

Ci siamo poi impegnati nell'attenuare ciò che viene definito analfabetismo digitale fornendo conoscenze e competenze su questo tema. Bisogna rimarcare che oggi alcune nostre azioni quotidiane possono essere svolte esclusivamente in forma digitale: penso ad esempio all'acquisizione dello SPID che abbiamo cercato di spiegare anche con il supporto dell'Insiel FVG.

Se dovessi definire oggi l'attività di Uni3 potremmo dire che siamo fortemente impegnati nell'invecchiamento attivo con l'offerta di momenti culturali, di momenti di socializzazione unitamente a momenti di "formazione" su strumenti e metodi indispensabili per svolgere tutta una serie di operazioni quotidiane.

Affermo credo senza paura di smentita, che la cura dell'invecchiamento attivo, che è obiettivo primario dell'istituzione regionale, viene operativamente svolto quasi esclusivamente da associazioni come la nostra.

A me piace definire questa nostra Unità come una *comunità partecipativa* perché in essa ci sono momenti in cui si riceve ma anche in cui si deve dare qualcosa in un rapporto quindi bidirezionale.

Il docente, libero da impegni lavorativi, che qui opera offre all'Università il proprio "sapere" ma contemporaneamente la preparazione del materiale lo obbliga a rimanere attivo partecipando così anch'esso all'invecchiamento attivo.

All'iscritto, che può partecipare a tutte le attività offerte (conferenze, corsi uscite gite ecc.) viene richiesta l'iscrizione e il pagamento delle quote associative, che rappresentano il 90% delle entrate del nostro bilancio, unitamente alla considerazione che la gestione dell'università viene esercitata da persone in maniera totalmente volontaria.

Quest'anno causa la pandemia abbiamo avuto un rilevante calo delle iscrizioni. Ho detto tante volte in questo periodo e lo ribadisco: mi sarebbe sembrato giusto che chi aveva usufruito delle attività di Uni3 negli anni precedenti avrebbe comunque confermato la sua iscrizione anche se non trovava tutto ciò che era nei suoi interessi.

Ribadisco comunque che Uni3 aveva sospeso sì l'attività didattica in presenza ma non aveva chiuso, a differenza di ciò che avevano dovuto fare altre istituzioni nostre consorelle. Abbiamo garantito quasi tutti i corsi di lingue e un numero medio di tre/quattro conferenze quotidiane.

Certo l'attività era esclusivamente da remoto, da cui però erano esclusi le persone totalmente prive di strumenti tecnologici, leggi pc, tablet e telefonini.

Tutti gli altri, parecchi dei quali sono molto attivi nel social, avrebbero potuto volendolo, usufruire di quanto veniva offerto. Molti lo hanno fatto, di ciò abbiamo dei riscontri positivi che ci gratificano per il nostro lavoro.

Le attività da remoto, che non rappresentano la nostra principale finalità in quanto la gente la vogliamo avere in presenza per lo sviluppo della socializzazione, comunque ci hanno consentito di mantenere unita e attiva molta parte della nostra gente.

Speriamo che il prossimo anno accademico potrà essere organizzato in presenza pur con le debite attenzioni ma l'online non sarà abbandonato anche se per noi tutto ciò costituirà un ulteriore impegno di lavoro.

*Bruno Pizzamei*

## DALLA REDAZIONE

In questo difficile e complesso anno accademico la redazione di Uni3riesteneews è riuscita garantire la regolare uscita della nostra rivista. Speriamo che gli articoli siano stati di vostro gradimento e siano riusciti a mantenere il collegamento con la nostra università.

Sperando di vedervi nuovamente numerosi e presenti alle nostre attività formuliamo ai nostri lettori e a tutti gli amici di Uni3 un auguro di vacanze liete. Arrivederci ad ottobre.

*La redazione*



La “Carta dei doveri”, nasce da una idea del premio Nobel professor Roger Sperry, fatta propria dalla professoressa Rita Levi Montalcini e da lei proposta presso l’Università di Trieste nel 1991, in occasione della cerimonia del conferimento della Laurea honoris causa in medicina. L’idea era che, accanto alla Carta dei Diritti dovesse esistere anche quella dei Doveri in modo da favorire l’applicazione completa della prima, facendo leva su un “dodecalogo” che incidesse sul modo di essere e agire a livello del singolo individuo oltre che sulla collettività. La “Carta dei Doveri” fu quindi promulgata nel 1993 dall’ICHD (International Council of Human Duties) e dall’Università di Trieste, sottoscritta da molte decine di insigni accademici fra cui 15 premi Nobel. Essa è definita come un “Codice di etica e di responsabilità condivise” e contiene punti riguardanti la salvaguardia della dignità umana, la protezione dell’ambiente e delle generazioni future e il mantenimento della pace fra i popoli.

Che i diritti fossero l’aspetto speculare dei doveri, con la differenza che i diritti fondano le loro radici nella società, mentre i doveri coinvolgono personalmente ognuno di noi e lo rendono responsabile dei suoi comportamenti nei confronti di sé stesso e degli altri, lo aveva già scritto Mazzini nei “Doveri dell’uomo”.

«Oggi...-ha detto la Levi Montalcini- sono i doveri dei paesi ad alto sviluppo che superano di gran lunga i diritti... soltanto se riusciremo a promulgare, a diffondere l’importanza dei doveri umani, ci sarà un futuro per l’umanità».

“Ma perché un pensiero cambi il mondo - come annotava Albert Camus nei suoi Taccuini -, bisogna che cambi prima la vita di colui che lo esprima. Che cambi in esempio.”

*Luigi Milazzi*



**Rita Levi-Montalcini**

(Torino, 1909 – Roma, 2012)

è stata una neurologa e senatrice a vita.  
Premio Nobel per la medicina nel 1986.

È dovere di ogni persona:

1. Rispettare la dignità umana e riconoscere ed accettare diversità etniche, culturali e religiose.
2. Combattere ogni forma di discriminazione razziale, non accettare la discriminazione delle donne né l’oppressione e lo sfruttamento dei minori.
3. Operare a favore degli anziani e dei disabili al fine di migliorare la loro qualità di vita.
4. Rispettare la vita umana e condannare ogni forma di mercato degli esseri umani viventi e di loro parti.
5. Appoggiare tutti coloro che si sforzano di aiutare chi soffre per fame, miseria, malattie e per mancanza di lavoro.
6. Promuovere la consapevolezza della necessità di una efficace pianificazione familiare volontaria nell’ambito del problema della regolazione della crescita della popolazione mondiale.
7. Appoggiare ogni tentativo inteso a distribuire secondo giustizia le risorse del pianeta.
8. Evitare ogni spreco di energia e agire affinché si riduca l’impiego di combustibili di natura fossile; favorire l’impiego di sorgenti non esauribili di energia, allo scopo di ridurre al minimo danni all’ambiente ed alla salute.
9. Proteggere l’ambiente naturale da ogni forma di inquinamento e di sfruttamento eccessivo. Favorire la tutela delle risorse naturali ed il ripristino degli ambienti degradati.
10. Rispettare e proteggere la diversità genetica degli organismi viventi e favorire il costante controllo delle applicazioni tecnologiche dei risultati della ricerca genetica.
11. Appoggiare ogni sforzo inteso a migliorare la qualità della vita nelle città e nelle zone rurali, in una lotta costante contro l’inquinamento dell’ambiente ed il suo impoverimento. Si eviteranno così massicce migrazioni di popoli ed il sovraffollamento delle città.
12. Operare per il mantenimento della pace, condannando ogni forma di guerra, terrorismo ed ogni altra forma di aggressione e sopruso; invocare la riduzione delle spese militari in tutti i paesi della terra, condannare la proliferazione degli armamenti e la vendita di armi, in particolare di quelle di distruzione di massa.

## REGISTRAMO

Tutti noi assistiamo ad avvenimenti, andiamo in gita o ci troviamo con gli amici. Tutte occasioni per scattare delle foto anche grazie all'onnipresente telefonino.

Ebbene oggi vi voglio proporre un ulteriore modo di fissare i ricordi: registrarne il suono. (Tra l'altro possono formare una sinergia volta ad ottenere bellissime presentazioni)

Non si tratta di una cosa nuova, nel senso che già da moltissimi anni esistono i registratori a bobine o a cassetta. Oggi la situazione è cambiata: le apparecchiature sono portatili al limite del tascabile (almeno quelle amatoriali) e la registrazione viene memorizzata su file informatici anziché su nastro. Tra l'altro i costi sono diminuiti enormemente e non bisogna nemmeno comperare il nastro magnetico.

Per diventare "cacciatori di suoni" la prima cosa da fare è quella di cercare di isolarsi dal rumore sforzandosi di percepire solo quello che ci interessa. Infatti il nostro cervello è un ottimo filtro e quindi rischiamo di non individuare quello che vogliamo documentare. Ad esempio se affrontiamo un viaggio in treno dopo trenta secondi dalla partenza non faremo più caso ai rumori delle ruote che rotolano sui binari, dei giunti fra le rotaie, del passaggio su uno scambio. Anche in città succede una cosa simile: c'è un brusio continuo e noioso (motori di automobili, soprattutto), ma se stiamo passeggiando per lo shopping sentiremo solo la voce del nostro accompagnatore. Se si dovesse attirare la nostra attenzione ci sarà bisogno di suoni inusuali e molto forti, come un clacson o una sirena.

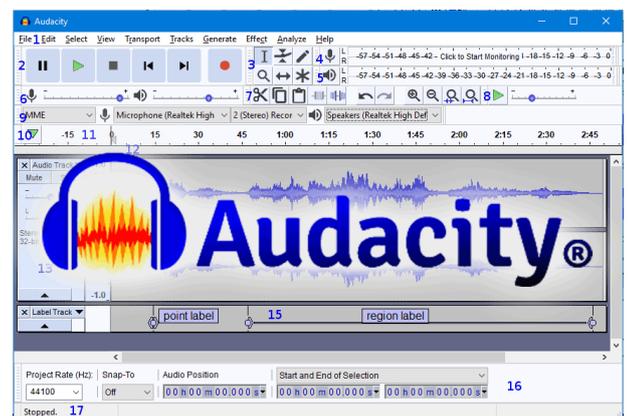
Ma cosa registrare? Tutto quello che ci viene in mente e che circonda la nostra vita. In un bosco lo stormire delle foglie o il suono degli animali, in città cominciate con le campane (giuro: suonano anche a Trieste, fate attenzione e le sentirete), e perché no lo sciabordio delle onde o i rintocchi di Micheze e Jacheze? Ma anche il silenzio: entrate in uno dei nostri caffè storici e catturate il brusio misto al tintinnio delle tazzine che vengono posate sul bancone. Potrete naturalmente anche documentare qualcosa, ad esempio con interviste o prese dal vivo, insomma immaginate un parallelo con le più usuali macchine fotografiche e vi verrà l'ispirazione.

Per cominciare potete usare il cellulare che ha già installata una app per la registrazione vocale. Certo il microfono del telefono non è il massimo. Imparerete ben presto che esistono i microfoni esterni più performanti (e ve ne sono di vari tipi dall'omnidirezionale a quelli più selettivi), al massimo vi doterete di una cuffia per sentire quello che state riprendendo senza essere disturbati dall'ambiente. Anche il vostro computer casalingo ha, di serie, un registratore (è nascosto nel menù "start"). E se proprio non lo trovate o se avete bisogno di modificare qualche cosa esistono programmi (anche gratuiti) che vi aiuteranno, (ad esempio "Audacity"). In rete troverete anche dei gruppi di appassionati e dei cataloghi (smisurati per numero di contributi) che raccolgono i risultati di questo hobby (penso ad esempio a <https://freesound.org/>).

Per ascoltare si va dalla cuffia all'altoparlante del computer, ma soprattutto a sistemi di livello migliore (ricordatevi però che questi tipi di documentazione, come le foto del resto, si comportano come una catena: la portata è data dalla maglia più debole, ovvero anche se usate attrezzature costosissime e poi nel riprodurre introduce un solo componente non all'altezza il risultato sarà minimale).

Concludo con una possibilità pressoché sconosciuta, ma utile anche nell'ambito delle lezioni dell'Università della Terza Età (e non solo): se registrate una conferenza o una lezione potete ottenere, con pochi clic, una trascrizione automatica di quello che è stato detto (basta passare per YouTube che lo fa abbastanza bene e gratuitamente).

*Giulio Salvador*



## *I COLOSSI DEL WEB: UN INEDITO TOTALITARISMO*

L'avvento dell'era digitale è stato salutato come l'inizio di un futuro migliore per l'umanità, in quanto incentivante l'inclusione sociale, lo sviluppo economico e l'aumento del benessere collettivo.

In effetti da oltre tre lustri le nostre relazioni interpersonali sono radicalmente cambiate con la diffusione dei PC, degli smartphone, dei social e dei servizi di informazione gratuiti forniti dai "colossi del web". Ma la qualità della nostra vita è migliorata?

La maggior esperta in materia, Shoshana Zuboff, docente alla Harvard Business School, ritiene di no, ed anzi definisce questo nuovo "capitalismo digitale" il "capitalismo della sorveglianza", in quanto dissimula un insidioso ed inedito totalitarismo.

Perché a fronte dei servizi gratuiti offerti, i "capitalisti della sorveglianza" (CdS) violano tre diritti fondamentali (privacy, autonomia decisionale e diritto all'oblio), mentre accumulano ricchezze iperboliche, aumentando così la disuguaglianza non solo economica ma anche sociale.

Perché "sanno tutto di noi, mentre noi non sappiamo nulla di loro" e possono quindi prevedere e condizionare le nostre scelte in ogni ambito (economico, sociale, culturale, economico).



Ed hanno potuto farlo senza intralci soprattutto nel loro paese di origine, gli USA, perché i relativi governi, dopo l'attentato delle Twin Towers (2001), hanno tollerato questa palese lesione dei diritti, ritenendo prioritaria l'esigenza della sicurezza nazionale e quindi la "collaborazione" con i geniali "data scientist", prima in funzione antiterroristica e poi per "orientare" i cittadini nelle campagne elettorali di Obama e Trump.

Un rapporto "collusivo" quindi che ha consentito ai CdS di operare "indisturbati" sino al 2017 e di ampliare la loro attività dal settore della pubblicità, alla finanza, alle assicurazioni, alla logistica, alla sanità, all'entertainment, ai social, da ultimo all'industria bellica ed alla meccanica quantistica.

Una concentrazione di potere economico e scientifico senza precedenti, che preoccupa per la delirante ideologia dei suoi massimi ispiratori (Skinner e Pentland): "solo una tecnologia sofisticata può realizzare una società perfetta, perché corregge gli errori umani, sostituisce la politica, la privacy e la libertà individuale"!

Finalmente dal 2018 le strategie di difesa contro l'invasione dei CdS si stanno diffondendo, in particolare in Europa, ma sarà necessario intervenire con maggiore determinazione affinché l'umanesimo digitale prevalga sempre sul totalitarismo digitale.

*Sergio Bonifacio*



### *Muoversi con la musica*

La ginnastica aerobica, fondandosi sull'idea di base che musica e movimento hanno uno stretto legame, ha rivoluzionato il modo di intendere l'attività motoria, introducendo la musica come supporto fondamentale per l'esecuzione degli esercizi.

L'aerobica raggiunge in breve grande popolarità, non solo per i benefici fisici che ne derivano, ma anche e soprattutto perché è ritenuta un'attività piacevole e divertente grazie alla musica.

Ad oggi, esiste proprio la musica per il fitness con specifici bpm ( battute per minuto) e strutturata in 32 counts perciò detta "quadrata" in modo che l'istruttore possa scegliere il ritmo adatto alla classe e creare sequenze di esercizi perfettamente simmetrici per il corpo.

La musica da sempre incoraggia il movimento e il suo ascolto sembra avere effetti anche fisiologici e psicologici sulla persona, come ad esempio:

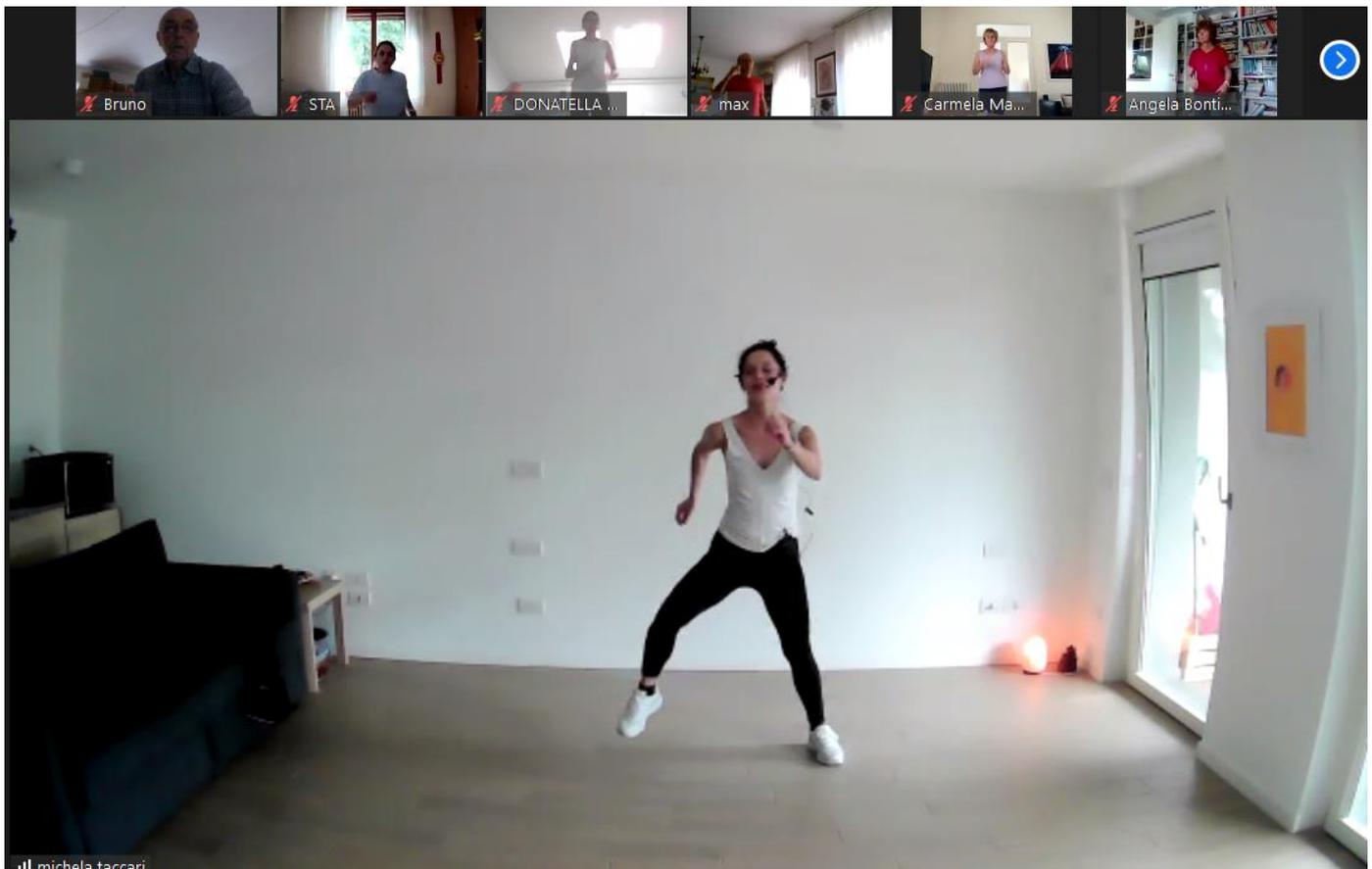
- la distrazione dall'affaticamento e la creazione di una sensazione di vigore
- l'accesso ad una sorta di stato di "flow", con una totale motivazione intrinseca.

La musica è quindi per eccellenza movimento ed energia : cioè mette in moto emozioni. Essendo quindi indissolubilmente legata all'emozione, noi percepiamo un insieme di suoni perché sono in grado di creare un "movimento" psichico e fisiologico dentro di noi, che coinvolge anche il nostro corpo, oltre che la nostra mente.

Il rapporto musica-movimento è quindi quasi simbiotico, la musica può toccare il nostro ritmo interiore, non a caso la danza è visceralmente legata alla musica ;ogni canzone racconta una storia e ogni coreografia la racconta.

Sport come il tennis ed il basket stanno seguendo le stesse metodologie per allenamenti sempre più coinvolgenti ed efficaci. Segui la musica, ascolta il tuo corpo, divertiti ed allenati sempre meglio!

*Michela Taccari*



## MITICA CARTA



La Storia è un cimitero di *miti*. Noi ne abbiamo uno - che spesso ha intralciato il nostro vivere civile - duro a morire. È l'edificio ideologico costruito intorno alla **Costituzione**, proiettato in un vero e proprio mito politico, quindi politicamente spendibile.

Facciamo un passo indietro. L'Italia nasce dal regno Sardo allargato. Si parte dallo Stato dei Savoia e dallo Statuto albertino per modellare un popolo, che non è ancora nazione ma che lo diventerà, nonostante lo Stato, per virtù e capacità proprie. L'architettura dell'Italia del 1861 sarà centralista, d'eredità franco—napoleonica e questo stampo ispirerà i costituenti e prevarrà per i primi decenni della Repubblica, fino alla fondazione delle Regioni nel 1970.



Torniamo alla Carta del '48. La sua prima parte, dopo una serie di diritti individuali, enuncia un pacchetto di cosiddette *prescrizioni sociali e di principi* a cui deve ispirarsi l'azione pubblica che, presi nel loro insieme, possono considerarsi vero e proprio programma di governo. Si identifica e si privilegia una precisa linea politica tra le tante possibili, dandole dignità costituzionale. Quindi, lungi dall'essere neutra e occuparsi dell'organizzazione dei poteri e dei loro rapporti, ha voluto indicare una linea politico—ideologica rivolta al potere. I partiti sono il vero nucleo dello Stato.



Più che a Palazzo Chigi è a Piazza del Gesù e a via delle Botteghe Oscure che si determina la politica nazionale ed estera, nel quadro geopolitico della guerra fredda. Da una parte l'egemonia della DC, legata all'Occidente, dall'altra il PCI, legato all'Unione Sovietica, che non rinuncia a velleità rivoluzionarie, guardandosi bene dal praticarle.

Gli elementi contenuti nella prima parte della Carta, inizialmente inosservati, sono stati poi i pilastri della sua costruzione mitica, da cui derivano la "Resistenza tradita", il "regime democristiano", "l'arco costituzionale", "il compromesso storico", miti che ci hanno afflitto per decenni.



Negli anni '90 il mito si raffredda col prevalere della linea politica del dialogo consociativo dei due partiti di massa. La propaganda era diventata superflua per il suo stesso successo. Le cose cambiano all'inizio degli anni '90 quando si pone il

problema di riempire il vuoto ideale per effetto dell'inchiesta sulla corruzione dei partiti e la caduta dell'impero sovietico, con il discredito che si porta dietro. In entrambi i casi il mito della Carta era il miglior surrogato disponibile di quelle tradizioni, riconoscibili nello spirito e nella lettera.



Poi arriva Berlusconi con una forte carica liberista che mette in luce l'estraneità storica e antropologica ai riti e ai linguaggi che per mezzo secolo avevano regolato la vita pubblica italiana, accentuando il divario con i contenuti solidaristico—statalisti della Carta. Più violento che mai riappare il mito, questa volta per delegittimare il nuovo avversario, perché il solo modo di essere democratici è di accettare il testo integrale della Costituzione, elaborato da partiti che non esistono più, in un clima nazionale e internazionale radicalmente cambiato.

Va detto che nel corso degli ultimi decenni vi sono stati vari tentativi di modificare alcune parti della Carta. Tutti falliti. Siamo campioni di immobilità e diventiamo *rigor mortis* quando si tratta della Costituzione. Il centralismo statale lo abbiamo nel sangue, sperimentato nella riforma del Titolo V del 2001, un bel colpo della democrazia italiana inferto a sé stessa, che tuttora anima le dispute tra Stato, Regioni, Comuni.



Il Presidente del Consiglio ha ereditato uno dei sistemi istituzionali più sgangherati al mondo e immaginiamo sia consapevole di quanto disperata sia la sua impresa. Non c'è tempo per reinventare lo Stato da cima a fondo. Sarà costretto ad agire in velocità per gestire il contingente e, in parallelo, gettare le basi per mettere mano alla vecchia, mitica Costituzione, dove le nuove generazioni stentano a riconoscersi.

*Mario Grillandini*

## SULLA BIBLIOTECA

Ecco, gira, gira, la vita mi conduce ad essere qui, davanti ad un foglio bianco, con la penna in mano ...: scrivi ... per favore (la parola "magica" del mio ultimo amico di ... penna ... Harry Potter) sul lavoro fatto per la biblioteca ...

Che dire?

Nel mio vecchio (1950) dizionario: biblioteca deriva dal greco e significa serbatoio, ma anche armadio di scaffali dove i libri sono tenuti in ordine ... Ho trovato anche: topo di biblioteca, cioè studioso che passa molto tempo nelle biblioteche ...

In questo periodo di ... una sorta di "limbo", di tempo sospeso, ho accolto con gioia la possibilità di impiegare il mio tempo per qualcosa di utile, aiutando nel ristrutturare la biblioteca.

Vi assicuro che le giornate avevano un senso in tutti questi mesi. Ho scoperto che è bello, oltre che proficuo lavorare in due ho sempre fatto deciso, rifatto tutta da sola!

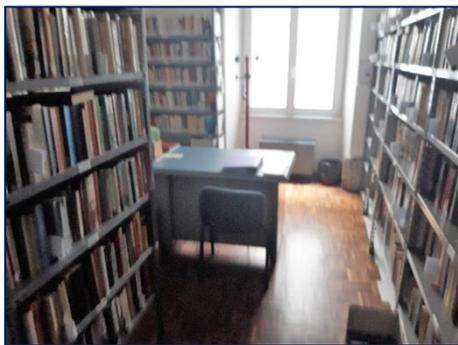
Penso, che come me, pochi hanno avuto subito amore per i libri: fonte scolastica non troppo gradita! ... ma poi in fondo ci aiuta ad evadere, secondo le nostre più intime aspettative, nel mondo che l'autore scelto ci sa trasportare.

Sarà il tempo futuro che ci mostrerà se il nostro lavoro va modificato in rapporto al riscontro con le esigenze di tutti voi ... noi "diversamente giovani" desiderosi di evadere con una buona lettura.

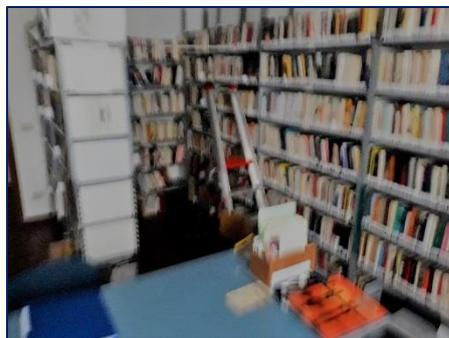
Ora abbiamo bisogno di Voi per rendere la nostra biblioteca attiva, attuale; la biblioteca ha delle raccolte di libri divisi per categorie particolari: italiani — stranieri, ma anche saggistica, biografie ... ma forse ora c'è la necessità di qualcos'altro per una scelta mirata e facilitata.

Aiutateci!

A fare sempre meglio per Voi, per noi ...



*Gianna Bucci*



## IL GIORNO DEL LIBRO

Per una bizzarra congiuntura del destino o per il volere capriccioso degli dei, il 23 aprile del 1616 morivano tre giganti della letteratura mondiale: lo spagnolo *Manuel de Servantes*, l'inglese *William Shakespeare* e il peruviano *Garsilaso de la Vega*.



L'UNESCO ha scelto proprio il 23 aprile per commemorare la "Giornata mondiale del libro e della proprietà intellettuale", riproponen-

do una antica tradizione spagnola. In Catalogna, sin dal 1926, si celebra il "Giorno del libro", in concomitanza con la festa di San Giorgio, patrono di Barcellona. L'usanza vuole che in questo giorno ogni uomo regali alla propria donna una rosa rossa. I librai della Catalogna usano offrire una rosa per ogni libro venduto.

Noi le rose le offriamo alla nostra segretaria Assunta, a Gianna e Marta che in questo anno e mezzo di emergenza sanitaria, con spirito di servizio, passione e competenza, hanno lavorato nella Biblioteca per renderla più efficiente, efficace e per consentire di gestire meglio i 3500 volumi in essa contenuti



*Mario Grillandini*



La nostra biblioteca

5% Irpef

Si può devolvere all'Università della Terza Età il 5 per mille dell'Irpef con una firma nell'apposita casella dei moduli 730 e Redditi

Il codice fiscale da indicare è **90021230322**

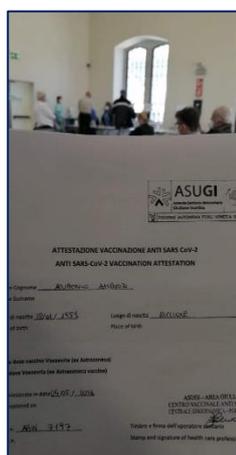
## 5 MAGGIO 2021: VACCINE DAY

Io ho fatto l'AstraZeneca in Porto Vecchio, ma il percorso è più o meno uguale nei vari punti vaccinali: attesa sotto il sole prima della chiamata con megafono, poi alcuni passaggi amministrativi (controllo identità e documentazione sanitaria), quindi passaggio al *triage*, dove un medico decide, carte alla mano, il vaccino che ti aspetta.

Dopodiché fila per infilarsi nel mini-ambulatorio dove un infermiere ti vaccina, 15 minuti di attesa prima di ritirare la prenotazione per il secondo vaccino (a chi spetta) ed infine fuori, a riveder le stelle...

Per chi non l'avesse ancora fatto, una breve guida fotografica per non perdersi...

*Eugenio Ambrosi*



## COVID 19: PER ASPERA AD ASTRA

Come stiamo dopo un anno e mezzo dall'esplosione della pandemia di coronavirus COVID-19? Abbiamo capito che "non è andato tutto bene" come scrivevano sulle lenzuola con l'arcobaleno e che neppure saremmo stati più buoni e solidali. Abbiamo visto che l'isolamento ci ha lasciato in balia di noi stessi, con i nostri demoni dell'inconscio che hanno avuto modo di emergere. Adesso però abbiamo bisogno di tornare alla normalità. Come tranquillizzarci, calmarci e riscoprire la fiducia nella vita e, perché no, anche nelle istituzioni?

Ciò che ci calma e ci fa ritornare in equilibrio sono proprio le relazioni sociali. Noi infatti siamo animali sociali ed incontrare i nostri simili, scambiare affetto, costruire solidarietà ci fa guarire da ogni ansia. Dobbiamo tornare alla comunità. Possiamo curare le ferite dell'anima con la relazione umana, con la conoscenza e con qualche pratica per la cura di sé!

Nello schema riportato di seguito, messo a punto da SAMHSA (Substance Abuse and Mental Health Services Administration) sono presenti le 6 fasi dell'elaborazione del trauma che ci ha colpito.

1. **Warning (l'allerta)** diffuso dai media circa il virus che era ancora lontano (in Cina), ma che poi ha colpito anche noi.
2. **Threat (la minaccia) e l'incertezza** ci hanno accompagnato per lunghi mesi e con diversa intensità. Le emozioni più invalidanti sono state: l'ansia, la depressione, lo smarrimento, l'aridità creativa, la paranoia, i disturbi del sonno e quelli alimentari, l'uso di "sostanze" e di farmaci antidepressivi ed ansiolitici.
3. **Impact (l'impatto) e il paziente zero.**: shock, panico, confusione e incredulità, ma anche l'istinto di sopravvivenza e di protezione dei propri cari.
4. **Heroic (la fase eroica)**. È la fase in cui sono stati messi in atto i piani per aiutare gli altri. Mobilitazione.
5. **Honeymoon (la luna di miele)**. Nasce la convinzione che le cose torneranno alla normalità, c'è un senso di ottimismo e lo sguardo è rivolto al futuro. Si creano i legami e ci si mette in contatto al fine di aiutare gli altri.
6. **Disillusionment (la disillusione)**. L'emergenza è durata più a lungo del previsto (altri picchi e varianti di COVID-19) quindi arriva la stanchezza e la lotta si trasforma in rabbia, esasperazione e frustrazione.

## AFTER ANNIVERSARY (DOPO UN ANNO)

7. **Reconstruction (la ricostruzione) è il periodo di recupero.** Riprendiamo a pensare a noi stessi e a fare i conti con le nostre risorse interne ed esterne. Si inizia a percepire una sensazione di normalità. Si ha la sensazione che il peggio è passato. Dopo aver accumulato esperienza e conoscenza, la vita personale e sociale, può e deve migliorare! C'è ancora un alto livello di incertezza che circonda il COVID-19 e molte preoccupazioni potrebbero persistere anche dopo la somministrazione del vaccino. Ecco perché abbiamo bisogno di avere **strumenti di resilienza**.

I ricercatori hanno scoperto che gli individui consapevoli sono meno inclini a concentrarsi sulla negatività e sul fallimento poiché non sono bloccati sul passato, ma sono più propensi ad andare avanti e hanno una maggiore soddisfazione della propria vita; riescono a proiettarsi e "progettarsi" nel futuro!

Sviluppiamo la **RESILIENZA** in quattro passi:

1. Con la **CALMA**, per regolare le emozioni (respirare profondamente), ci predisponiamo ad una migliore chiarezza mentale.
2. **CHIAREZZA MENTALE** per la soluzione dei problemi che ci favorisce nell'ottimizzare gli sforzi.
3. **OTTIMIZZARE L'ENERGIA** per pianificare e realizzare nuovi progetti a breve, medio e lungo termine (facendo passeggiate nella natura, osservandola, ci lasciamo assorbire dalla bellezza che abbiamo davanti agli occhi!
4. **TROVARE LA GIOIA NEL COSTRUIRE LE CONNESSIONI**. La gioia è quella sensazione di essere vivi che si può trovare in ogni momento, anche in mezzo a condizioni difficili. Collegandoci con gli altri (anche on line con le chat e i social) possiamo condividere storie e trovare la speranza reciproca. Così ci sentiamo nutriti e sostenuti in modi che aumentano la resilienza. Mettiamo in primo piano le relazioni più significative della nostra vita. Questo ci porterà felicità e speranza... e anche qui nell'Uni3 di Trieste, troveremo la speranza di rivederci nel prossimo anno accademico 2021-2022, ma questa volta anche in PRESENZA!!!

*Giulia della Torre di Valsassina*



## ***I MITI E L'OCcidente (TERRA DELLA SERA)***

«I miti sono idee semplici che noi abbiamo mitizzato perché sono comode, non danno problemi, facilitano il giudizio.»

(Umberto Galimberti.)

Culto della giovinezza, idolatria dell'intelligenza, ossessione della crescita economica, tirannia della moda: sono alcuni dei miti occidentali di oggi che passiamo in rassegna per denunciarne la natura ingannevole, mostrando come i miti, quando falsi, siano in realtà "idee malate", non avvertite come tali, e quindi tanto più capaci di diffondere i loro effetti nefasti senza trovare la minima resistenza. Sono i miti del nostro tempo, le idee che più di altre ci pervadono e ci plasmano come individui e come società. Quelle che la pubblicità e i mezzi di comunicazione di massa propongono come valori e impongono come pratiche sociali, fornendo loro un linguaggio che le rende appetibili e desiderabili.

I miti sono idee che ci possiedono e ci governano con mezzi non logici, ma psicologici, e quindi radicati nel profondo della nostra anima.

Sono idee che abbiamo mitizzato perché non danno problemi, facilitano il giudizio, in una parola rassicurano. Eppure molte sofferenze, molti disturbi, molti malesseri nascono proprio dalle idee che, comodamente accovacciate nella pigrizia del nostro pensiero, non ci consentono più di comprendere il mondo in cui viviamo. Per recuperare la nostra presenza al mondo dobbiamo allora rivisitare i nostri miti, sia quelli

individuali sia quelli collettivi, dobbiamo sottoporli al vaglio della critica perché i nostri problemi sono dentro la nostra vita, e la nostra vita vuole che si curino le idee con cui la interpretiamo.

"Il messaggio che scaturisce dalle loro analisi contiene l'indicazione di un possibile futuro"

"Sta forse giungendo a compimento il senso espresso dalla nostra cultura che, come dice il nome, è 'occidentale', cioè 'serale', avviata a un 'tramonto', a una 'fine'. L'evento occidentale è sempre stato presso la sua fine, ma solo ora comincia a prenderne coscienza. Ma che cosa finisce, oggi che l'Occidente è sulla via di occidentalizzare il mondo e, quindi, di annullare la propria specificità che l'ha reso finora riconoscibile? Finisce la fiducia che l'Occidente aveva riposto nel progressivo dominio da parte dell'uomo sugli enti di natura, oggi divenuti, al pari dell'uomo, materiali della tecnica. Ma la tecnica non ha alcun fine da raggiungere né alcuno scopo da realizzare, non apre scenari di salvezza, non redime, non svela la verità, la tecnica 'funziona' secondo quelle procedure che, pur nel loro rigore e nella loro efficacia, si rivelano incapaci di promuovere un orizzonte di senso. E sulle ceneri della categoria del 'senso', che dell'Occidente è sempre stata l'idea guida, si affacciano le figure del nichilismo, le quali, nel proiettare le loro ombre sulla 'terra della sera', indicano, a ben guardare, la direzione del tramonto. Un tramonto già iscritto nell'alba di quel giorno in cui l'Occidente ha preso a interpretare sé stesso come cultura del dominio dell'uomo sulle cose."

*Bruno Megna*



## UN CANTUCCIO A ME FATTO, ALLA MIA VITA PENSOSA E SCHIVA

Con le poesie di Saba io ho un rapporto profondo: i suoi versi riescono ad accarezzare la mia anima e a far emergere dal profondo sentimenti che mi turbano e che riverso nei racconti che mi piace scrivere.

Ora però ho il compito di immaginarmi intenta a riflettere sul mio passato, in un cantuccio ideale tra i tanti che questa fantastica città sa offrire ma, a costo di apparire inopportuna dissacrante, devo dire che il mio stato d'animo non è quello che Saba suggerisce.

La mia vita non è mai stata pensosa e schiva, anzi, l'ho assaporata con avidità ed entusiasmo prediligendo le occasioni di conoscenze, di esperienze e di incontri. Va da sé che il mio "cantuccio" deve essere un luogo aperto, a contatto col mare, dove l'orizzonte non ha limiti e la luminosità è assoluta. Questo è il vecchio Bagno militare, ai piedi dell'Ostello di Miramare dove io vado spesso in cerca della mia gioventù.

Da due anni il bagno è chiuso ed un cartello dissuade dall'entrare con queste parole: ZONA MILITARE — DIVIETO DI ACCESSO — SORVEGLIANZA ARMATA che, francamente, fa sorridere, vista la destinazione d'uso dell'area.

Confesso che più volte ho disatteso il divieto scavalcando il cancello chiuso, ma adesso, per una presunta dignità dei capelli bianchi, non lo posso più fare.

Dunque il Bagno era allora riservato alle famiglie dei militari in servizio a Trieste. Scesa la breve scaletta, a destra c'era la zona degli ufficiali; più si saliva di grado più confortevole ed ampia era la superficie fruibile. A sinistra si trovava l'area sottufficiali. In mezzo, il trampolino a due piani era la "terra di nessuno", il punto di raccolta di noi ragazzi dove la separazione per gradi non aveva più senso.

Avevo allora sedici anni, il mio corpo stava sbocciando, pronto alle prime, tenere esperienze amorose che in un gruppo così numeroso di adolescenti chiassosi non sarebbero mancate e che, per sfuggire allo sguardo vigile dei genitori, organizzava incursioni nei vialetti compiacenti del parco di Miramare. "Lui" era ai miei occhi un ragazzo bellissimo, alto, biondo che dopo l'esame di maturità se ne sarebbe andato all'Accademia navale di Livorno. Non avrei mai più dimenticato il mio primo bacio inesperto e tenero.

Per molti anni sono tornata a trascorrere lì la mia estate, dove ho portato i miei figli e dove, ora che tutto è abbandono e desolazione una minacciosa "guardia armata" sorveglia i fantasmi di una gioventù che vive altrove.

La "terra di nessuno" è deserta, il cantuccio è silenzioso, il sole al tramonto illumina il Castello mentre alle prime luci dell'alba sorgerà alle spalle di Trieste in un ciclo continuo che si ripete come la vita con i suoi ritmi, il suo corso ed il bagaglio di esperienze che ognuno porta con sé.

*Rubina Menin*

## IL SALUTO DI RAFFAELE



Carissime amiche e amici,

purtroppo, a causa di problemi di salute, mi trovo a malincuore a dover lasciare la famiglia di Uni3.

In tutti questi anni ho avuto la fortuna di conoscere tante persone e con alcune sono riuscito a creare un vero rapporto d'amicizia.

Le mie allieve e i miei alunni hanno saputo darmi grandissime soddisfazioni, per la loro bravura e non solo.

Come ho ripetuto un'infinità di volte, hanno creato dei capolavori.

Mi mancherete tanto perché, in tutti questi anni, al lunedì sapevo di avere un impegno molto importante che in ogni occasione sapeva riempirmi di soddisfazione.

Saluto la dirigenza che mi ha dimostrato sempre stima e rispetto, saluto la sempre disponibile Assunta e il Direttore Corsi che insieme hanno sempre saputo esaudire i nostri e vostri desideri.

Saluto tutti gli amici che ho conosciuto e con cui ho passato dei bellissimi momenti.

In conclusione ma non certo per ordine d'importanza, i miei allievi con i quali ho passato tante belle ore.

**MI MANCHERETE!!!!"**

*Raffaele Zurzolo*

Scrivere ci porta a raccontarci, a conoscerci, a trovare l'armonia, spesso sospesi tra passato e futuro non viviamo quello che è.

Non riesco a scrivere un racconto senza fare riferimento a me stessa, alle mie idee, ai miei sentimenti... Per questo non riesco a scrivere in terza persona, sentirei uno stacco troppo grande tra me che scrivo la storia e i protagonisti del mio racconto. Ciò non vuol dire che mi sia capitato o mi capiti nella realtà tutto ciò che descrivo nelle mie pagine, perché spesso in esse sono condensate esperienze di altre persone, nascoste dietro nomi diversi. Ma spesso i sogni, le speranze e le aspettative, espressi per bocca dei vari personaggi in realtà sono i miei.

Certamente mettere "nero su bianco" sulla carta, mi aiuta a riflettere su di me, a conoscere me stessa e a dar voce a tanti sentimenti inespressi, scavando nella coscienza e nelle pieghe del passato, o proiettandomi nel futuro.

Ma scrivere, e questo lo sottolineo, non è solo entrare in contatto intimo con me stessa, perché nel momento in cui faccio leggere a qualcuno quello che ho scritto, la comunicazione e la condivisione col lettore di tutto il mio mondo interiore diventa, seppure attraverso la voce e le vicende dei miei personaggi, l'obiettivo prioritario.

Colgo l'occasione per esprimere qui un altro pensiero che mi tormenta come un tarlo, in attesa di essere espresso, in questi mesi di Covid19 e di isolamento: pensiamo in questi momenti a chi si trova in carcere? Persone colpevoli, presunti colpevoli in attesa di processo, forse innocenti, e persone innocenti finiti in carcere per sentenze sbagliate. Se noi, chiusi per uno o due mesi nelle nostre case, comodi sul nostro divano davanti alla televisione, o nella nostra cucina a sperimentare nuove ricette per la nostra famiglia, o connessi alla rete per scambiarci

notizie sui social, isolati, ma comunque circondati dalle piccole comodità della nostra quotidianità, soffriamo così tanto, sentendoci intrappolati in situazioni più grandi di noi, di cui non capiamo bene la portata, ci chiediamo come si sentono le persone dopo un mese di carcere?

E dopo due mesi? E dopo un anno? Dopo anni? Che valore assume per loro la propria vita e quella degli altri? E se ci confrontiamo con tutte le popolazioni che ai nostri giorni hanno dovuto abituarsi — se qualcuno potrà mai abituarsi — a convivere con il terrore delle guerre, della fame e delle catastrofi naturali, il terrore degli allagamenti, dei terremoti e degli incendi, come ci poniamo nei loro confronti? Possiamo metterci anche lontanamente nei loro panni? E allora, che valore diamo noi a questa pandemia?

Un'ultima riflessione. Finché le cose non ci toccano direttamente, ci sembrano irreali, favole o tragedie inventate da qualche scrittore o scienziato e politico pazzo, ma quando, come nel caso del Covid19, la tragedia travolge persone che ci sono care, o tocca noi stessi, ecco che tutto assume un'altra connotazione, un'altra dimensione.

In questo momento io ho due membri della mia famiglia ricoverati in ospedale, in reparti di Terapia intensiva, positivi al Covid, e questo non è un esercizio letterario, ma scrivere di queste cose mi dà tanto sollievo. Le notizie che ho di loro non sono aggiornate e io mi sento come se la mia vita fosse sospesa in attesa di una sentenza. Mi sforzo di alzarmi la mattina per fare le solite cose che appartengono alla quotidianità, mentre tutti i miei pensieri sono concentrati su di loro, con un senso di angoscia misto a incredulità, e poi aspettative e speranze si mescolano in modo confuso, finendo in una specie di intontimento che rende sfocato il mondo intorno a me.

Grazie di aver condiviso con me questi momenti di vera emozione.

*Indira Gregovich*

Descrivermi, è una parola, ma su che cosa mi baso per farlo? Si può essere veramente obiettivi parlando di sé stessi?

E meglio che cominci da una descrizione asettica: ecco quella della carta di identità; tralasciando la foto dove mi vedo veramente brutta, non sono mai stata fotogenica, è meglio concentrarsi sui dati: statura 1.70, capelli castani, occhi verdi. Beh, ci siamo quasi, i capelli non sono più proprio castani, da un paio d'anni il grigio ha fatto la sua comparsa. Vediamo che altro: l'età è innegabile, 70 anni, anzi i più pignoli direbbero che sono entrata nel mio settantunesimo anno di età da concludere in ottobre al compleanno, corporatura: ero snella prima della pandemia, ora dopo un anno di poco movimento è meglio sorvolare. Manca qualcosa? Sì. porto gli occhiali fanno parte di me da quando avevo dieci anni e non sono mai riuscita ad

alle lenti a contatto.

Il lato fisico mi sembra abbastanza risolto, su quello caratteriale la cosa si fa più spinosa: quello che penso di essere o quello che gli altri dicono che sono? Io sono fondamentalmente timida e riservata, schiva per qualcuno, tenace nel perseguire i miei obiettivi, paziente nel riuscirvi, a questo proposito qualcuno dice testarda, compassionevole o troppo ingenua, a seconda dei punti di vista, calma, di solito meno quando non esplode la collera per qualcosa che proprio non sopporto: il razzismo, la supponenza, la falsità, le chiacchiere vuote.

Mi piace leggere, passeggiare nella natura, curare il giardino, amo gli animali: ho due gatti e un cane che possono testimoniare. Vi ho detto abbastanza di me? Penso di sì, il resto potete, al caso, aggiungerlo voi.

*Silvia Salamon*

## DANTE: UN SOPRAVVISSUTO DI CAMPALDINO

La battaglia di Campaldino tra i guelfi di Firenze e i ghibellini di Arezzo si svolse l'11 giugno del 1289 nella piana dell'alto Casentino estesa sulla riva sinistra dell'Arno, poiché i guelfi decisero di sorprendere gli avversari passando per il *Passo della Consuma*.

Gli aretini, sebbene in inferiorità numerica, ma superiori per il loro addestramento, pensavano di poter ottenere la vittoria con un deciso attacco al centro dello schieramento avversario. Nella piana si affrontano l'armata guelfa composta da fiorentini, pistoiesi, lucchesi e pratesi e comandata da Amerigo di Nerbon e l'armata ghibellina composta da aretini e comandata dal Vescovo Guglielmino degli Ubertini. L'armata guelfa conta 1900 cavalieri e 10000 fanti, mentre l'armata ghibellina conta 800 cavalieri e 10000 fanti.

I Fiorentini schierarono le truppe in tre file compatte con le ali protette da speciali fanti dotati di grandi scudi (palvesi), mentre gli aretini si disposero su tre file: la prima formata dai feditori a cavallo, la seconda dal resto della cavalleria, e la terza dai fanti. La battaglia iniziò con l'attacco della cavalleria aretina al centro dello schieramento nemico, con l'evidente scopo di spezzarne le file prima che le forze guelfe potessero avere il sopravvento. In effetti la carica dei feditori e delle unità appiedate che seguivano produsse un impatto dirompente penetrando profondamente nella formazione guelfa, che fu costretta ad arretrare. Ciò nonostante le file fiorentine riuscirono a ricompattarsi e quindi a prendere lentamente il sopravvento bloccando il nemico tra le ali della fanteria.

I feditori (\*) guelfi che avevano ricevuto l'urto in pieno furono quasi tutti disarcionati ma chi aveva conservato l'integrità fisica continuò a battersi. Fu in questo frangente che Dante, feditore a cavallo schierato nella prima linea guelfa, si fece prendere dal panico, come riferì lui stesso in seguito, e fuggì dal campo di battaglia.

I ghibellini si incunearono profondamente nelle schiere nemiche. Lo scontro divenne disordinato e si frantumò in zuffe e duelli. Entrarono in azione i balestrieri. I guelfi, ben protetti dalle mura mobili dei palvesi, tiravano a colpo sicuro da distanza ravvicinata. I ghibellini tiravano da lontano, con efficacia molto minore, anche perché la giornata era secca e si alzava la polvere. Il definitivo colpo di grazia alle truppe ghibelline fu inferto dal fiorentino Corso Donati che, in contrasto con l'ordine ricevuto di mantenere la posizione, al comando della cavalleria di riserva guelfa di Lucca e di Pistoia, attaccò al fianco i nemici già in mischia.

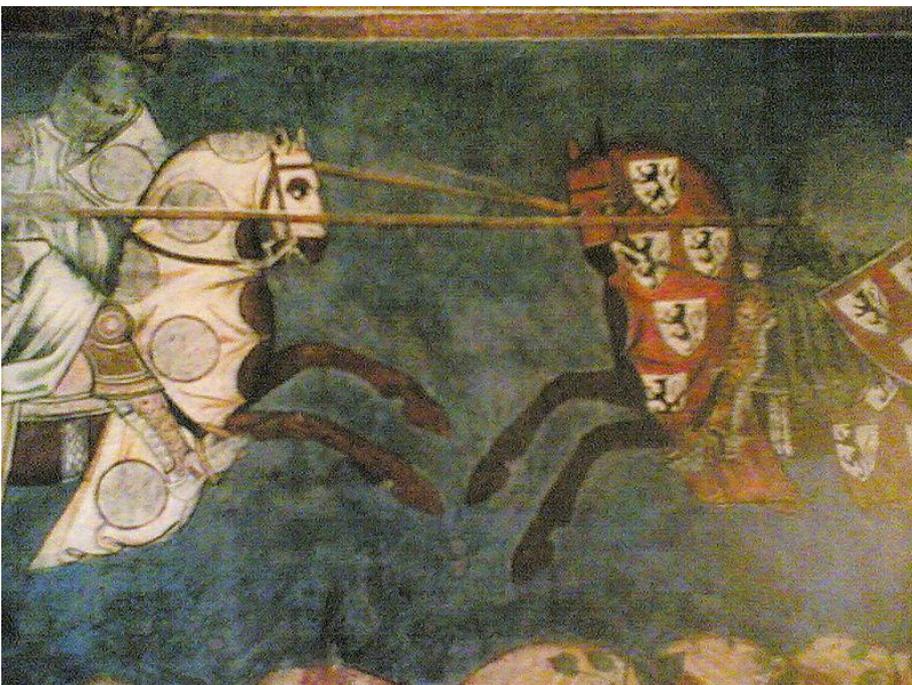
Dal lato opposto il comandante della riserva aretina Guido Novello, vista la mala sorte, si rifugiò nel suo castello.

La battaglia per i ghibellini era perduta. Fortunatamente un forte temporale impedì l'inseguimento dei vinti consentendo loro di rifugiarsi entro le mura di Arezzo.

La vittoria ottenuta a Campaldino non fu determinante per la risoluzione del conflitto tra fiorentini e guelfi di Toscana e i ghibellini poiché i vincitori, invece di proseguire rapidamente verso Arezzo, indugiarono nell'assedio dei castelli del Casentino dando così tempo ai ghibellini di riorganizzarsi.

L. M.

(\*) Il **feditore** (dal latino, *federe*, ferire) era una tipologia di cavaliere medievale degli eserciti dei Comuni italiani. I feditori venivano scelti tra i cittadini di più elevata estrazione sociale ed avevano il compito di procurar battaglia.



**La battaglia di Campaldino**  
Particolare degli affreschi del Palazzo  
Comunale di San Gimignano,

## UN EFFETTO DELL'IMPOVERIMENTO DEL LINGUAGGIO

Il Quoziente d'Intelligenza (QI) medio della popolazione mondiale è in continuo aumento (effetto Flynn). Questo almeno dal secondo dopoguerra fino alla fine degli anni 90. Da allora il QI è invece in diminuzione... È l'inversione dell'Effetto Flynn. La tesi è ancora discussa e molti studi sono in corso da anni senza riuscire a placare il dibattito. Sembra che il livello d'intelligenza misurato dai test diminuisca nei Paesi più sviluppati. Molte possono essere le cause di questo fenomeno. Una di queste potrebbe essere l'impovertimento del linguaggio. Diversi studi dimostrano infatti la diminuzione della conoscenza lessicale e l'impovertimento della lingua: non si tratta solo della riduzione del vocabolario utilizzato, ma anche delle sottigliezze linguistiche che permettono di elaborare e formulare un pensiero complesso.

La graduale scomparsa dei tempi (congiuntivo, imperfetto, forme composte del futuro, participio passato) dà luogo a un pensiero quasi sempre al presente, limitato al momento: incapace di proiezioni nel tempo. La semplificazione dei tutorial, la scomparsa delle maiuscole e della punteggiatura sono esempi di «colpi mortali» alla precisione e alla varietà dell'espressione. Solo un esempio: eliminare la parola «signorina» (ormai desueta) non vuol dire solo rinunciare all'estetica di una parola, ma anche promuovere involontariamente l'idea che tra una bambina e una donna non ci siano fasi intermedie.

Meno parole e meno verbi coniugati implicano meno capacità di esprimere le emozioni e meno possibilità di elaborare un pensiero.



**La lingua italiana  
è in pericolo?**

Gli studi hanno dimostrato come parte della violenza nella sfera pubblica e privata derivi direttamente dall'incapacità di descrivere le proprie emozioni attraverso le parole. Senza parole per costruire un ragionamento, il pensiero complesso è reso impossibile. Più povero è il linguaggio, più il pensiero scompare. La storia è ricca di esempi e molti libri (Georges Orwell - 1984; Ray Bradbury - Fahrenheit 451) hanno raccontato come tutti i regimi totalitari hanno sempre ostacolato il pensiero, attraverso una riduzione del numero e del senso delle parole. Se non esistono pensieri, non esistono pensieri critici. E non c'è pensiero senza parole.

Come si può costruire un pensiero ipotetico-deduttivo senza il condizionale? Come si può prendere in considerazione il futuro senza una coniugazione al futuro? Come è possibile catturare una temporalità, una successione di elementi nel tempo, siano essi passati o futuri, e la loro durata relativa, senza una lingua che distingue tra ciò che avrebbe potuto essere, ciò che è stato, ciò che è, ciò che potrebbe essere, e ciò che sarà dopo che ciò che sarebbe potuto accadere, è realmente accaduto?

Cari genitori e insegnanti: facciamo parlare, leggere e scrivere i nostri figli, i nostri studenti. Insegnare e praticare la lingua nelle sue forme più diverse. Anche se sembra complicata. Soprattutto se è complicata. Perché in questo sforzo c'è la libertà. Coloro che affermano la necessità di semplificare l'ortografia, scontare la lingua dei suoi «difetti», abolire i generi, i tempi, le sfumature, tutto ciò che crea complessità, sono i veri artefici dell'impovertimento della mente umana.

Non c'è libertà senza necessità. Non c'è bellezza senza il pensiero della bellezza.

(Rif. Saggio di Christophe Clavé)

*B. M.*



## RIFLESSIONI PERSONALI DA MUGGIA

Poche idee ma caotiche e ben confuse!  
Sono ormai più di 14 mesi di convivenza con il Covid-19. Lockdown, zone gialle, arancione, arancione rinforzato, rosso, ecc. si sono succedute man mano che l'epidemia avanzava. È ben vero che ci sono stati i mesi estivi con liberi quasi completa che poi abbiamo pagato caro dall'autunno ad oggi. È altresì vero che — sperabilmente — si comincia a vedere una luce in fondo al tunnel. Tutto dipende da vari fattori, in primis le vaccinazioni! Soprattutto sarà il NOSTRO comportamento il fattore più importante.  
Si prospetta la possibilità che il Friuli-Venezia Giulia possa entrare in zona bianca. Stiamo attenti, memori della Sardegna! Ricordo l'inizio. Alla fine di febbraio 2020, dopo la sfilata dei carri di Carnevale, la nostra Sindaca ha deciso le prime restrizioni.  
Poca gente ci credeva! Passerà presto! Non verrà da noi! Resterà in Cina! Ecc. ecc.  
Ricordo inoltre, pochi giorni dopo, una cena in quei di Maniago con i miei figli (medici) ed altri amici. Si commentava l'assenza di infezioni.

## SIAMO NELL'ANNO DI DANTE

Voglio anch'io fare la mia parte.  
Traducendo un Suo soneto con el nostro bel dialeto.

Tanto gentile e tanto onesta pare  
la donna mia quand'ella altrui saluta,  
ch'ogne lingua deven tremando muta,  
e gli occhi no l'ardiscon di guardare.

Ella si va, sentendosi laudare,  
benignamente d'umiltà vestuta;  
e par che sia una cosa venuta  
da cielo in terra a miracol mostrare.

Mostrasi si piacente a chi la mira,  
che dà per gli occhi una dolcezza al core,  
che 'ntender no la può chi non la prova;

e par che la sua labbia si mova  
uno spirito soave pien d'amore  
che va dicendo all'anima: Sospira.

La xè cocola e 'ssai bela  
la mia mula preferita.  
La saluda, e ti stà zito  
no te pol gnanca vardar.

La se vesti con gran gusto  
senza fronzoli sul busto.  
Me par proprio che la sia  
un miracolo de fia.

La xè propio tanto bela  
da impignirte tuto el cor  
xè pei oci una dolceza  
che te pol tuto provar.

El suo labro pien d'amor  
parla all'anima col cor.

*Fulvio*

(El Supremo ha colpito ancora, y punto)

Stò "stramboto" lo dedico alla memoria della mia musa e cara amica Nelly Mauro.

FINCHE'

mio figlio è stato avvisato al cellulare che le infezioni erano cominciate!

In questi momenti l'unica via di uscita sono le vaccinazioni! Per inciso mia figlia è medico anestesista-rianimatore, quindi in prima linea. Da lei attingo notizie VERE!

Ci si deve fidare della scienza. Mancano tutti i riferimenti al passato per cui ogni giorno è un'esperienza in più.

Non capisco i novax. Che siano più esperti del C.T.S.? Le credenze popolari ed alcuni usi oggi non valgono più.

Resta però il peso di questi mesi, soprattutto psicologico. Non si fa altro che parlare di Covid: mascherine, terapie intensive, morti, ospedali intasati ecc.ecc.

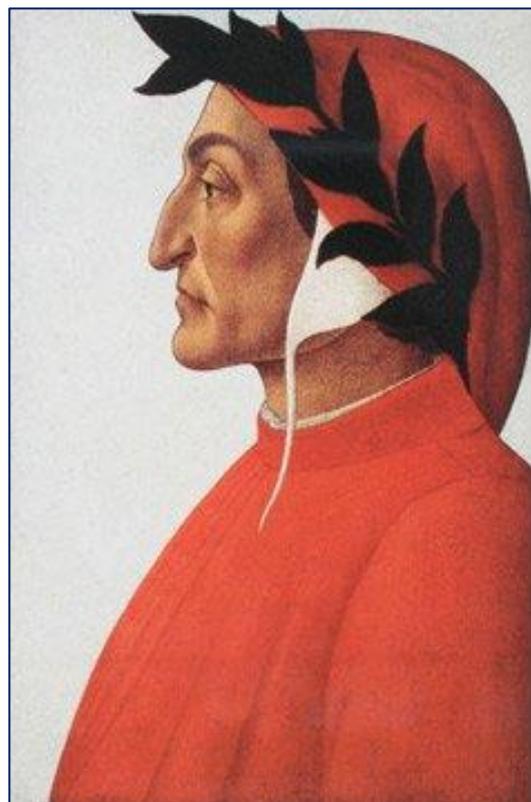
A mio parere personale le vaccinazioni dovrebbero essere obbligatorie! Non mettetemi alla gogna se, purtroppo, penso che il nostro senso di democrazia sia un ostacolo! Tutti pensano di avere solo diritti senza doveri.

BASTA CASINO!

VACCINATEVI, PORCA L'OCA !!

Finisco così, è anche troppo!

Buona estate da Fulvio



## ANNO ACCADEMICO VIRTUALE (MA NON TANTO)

Si sta concludendo l'a.a. 2020-2021 sotto l'ombra del covid, iniziato con buone speranze e con le opportune precauzioni. In ottobre sono partiti i corsi di laboratorio nella nostra Sede. Al mattino del 19 ottobre doveva iniziare in Sala Millo il corso di inglese della dott.ssa Daria Bertogna; mentre indicavo i posti da occupare, facendo osservare gli opportuni distanziamenti dettati dalle norme anticovid, entra il responsabile dell'Ufficio Cultura dicendo che un'ordinanza comunale vietava l'uso della sala Millo e quindi dovevamo uscire.

Grande lavoro nei giorni seguenti per avvisare tutti i frequentatori degli altri corsi. Da allora le lezioni di lingue sono proseguite online con tutti i disagi che la DAD comporta dovuti alla scarsa efficienza dei computer e alla relativa capacità informatica di parecchi utenti. Anche le conferenze sono state organizzate online in tutta fretta dalla Direzione Corsi e postate su Youtube. A questo proposito un doveroso ringraziamento a tutti coloro che si sono prodigati per tutto questo tempo dalla Sede o da casa propria affinché tutte le lezioni potessero proseguire.

A Muggia in precedenza abbiamo pianificato i programmi di collaborazione e le conferenze anche con altre realtà operanti sul territorio come A.I.D.A. e UDI e con il Comune di Muggia

con il quale si doveva organizzare "La Costa in Festa", manifestazione svoltasi a Porto San Rocco nel 2019 alla quale la nostra Università diede un grande contributo proiettando video sviluppati dai nostri corsisti sotto la guida del prof. Bruno Pizzamei.

In progetto la collaborazione anche con un'altra associazione culturale quale la Fameja Mujesana. Con questa associazione ci furono molte attività in passato tra cui la stesura di una rivista di storia e immagini del Fugnan, un torrente che attraversa Muggia.

La Fameja organizza annualmente la Mostra degli Artisti Muggesani, alla quale aderiscono molti nostri iscritti con quadri o sculture. L'anno scorso, non potendo essere svolta in presenza, fu presentata online (chi volesse vederla la trova su Youtube a questo collegamento:

<https://www.youtube.com/watch?v=ATQQ7CejSdw>

Speriamo che il prossimo Anno Accademico si possa svolgere normalmente (tutti vaccinati!) e senza problemi dimenticando la pandemia che ci ha segnato notevolmente in tutti i nostri comportamenti. Nei giorni scorsi abbiamo incontrato le maestre dei laboratori per valutare la loro disponibilità e pianificare i programmi per l'anno 2021-2022: si sono dimostrate tutte molto entusiaste di ricominciare e rivedere le loro *scolare*. In seguito prenderemo contatto con i docenti per tutte le altre attività, in primis l'Amministrazione Comunale riguardo alla Sala Millo.

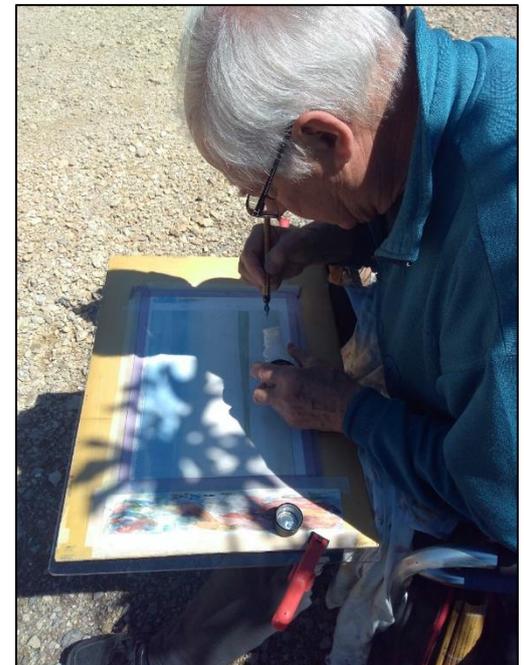
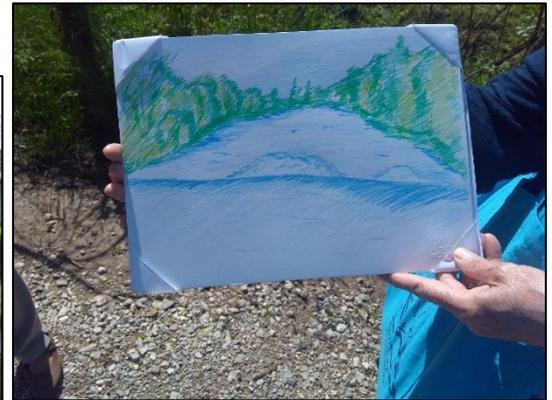
Un caro saluto a tutti e buona estate in SALUTE.

*Mirella e Edi Ciacchi*



## DA AURISINA: L'ATTIVITA' ALL'APERTO DEL GRUPPO EMOZIONI COLORATE

Gli amici del corso Emozioni colorate guidati dal prof. Flavio Girolomini hanno effettuato delle uscite di lavoro a Sistiana e alla foce del Timavo.



“Uni3TriesteNews” è una pubblicazione della Università della Terza Età “Danilo Dobrina” collegata al sito [www.uni3trieste.it](http://www.uni3trieste.it)  
Comitato di redazione: Eugenio Ambrosi (direttore), Mario Grillandini (vicedirettore), Luigi Milazzi,  
Nicola Archidiacono, Bruno Pizzamei.  
AUTORIZZAZIONE DEL TRIBUNALE DI TRIESTE DD. - 10/07/2015 N° 12/2015 E N° 2039/2015 V.G. REGISTRO INFORMATICO.