HERMES

NUMERO 1, ANNO X, DICEMBRE 2022

L'EDITORIALE

Questo mese ha portato il freddo, ma anche il primo numero del vostro giornale preferito!

Bentornati a tutti cari lettori e care lettrici del Liceo Machiavelli, benvenuti in questo nuovo anno scolastico e in questo primo numero di Hermes!

Dopo una spensierata estate, che speriamo sia stata per tutti il più vicino possibile alla normalità di cui ci aveva privati il Covid-19, siamo pronti per cominciare un nuovo anno insieme. Anche quest'anno il Giornalino è tornato per affiancarvi durante questi mesi con articoli e tante altre novità, con la speranza di farvi sorgere nuovi interessi o farvi appassionare a nuovi argomenti, e magari anche strapparvi un sorriso!

Tra le novità di quest'anno abbiamo una redazione quasi completamente nuova, con tantissimi giovani scrittori che hanno voglia di mettersi alla prova per intrattenervi e accompagnarvi come hanno fatto i loro predecessori. In questo numero vi proponiamo temi di attualità, giochi interattivi e di logica, recensioni e tantissimi altri argomenti interessanti.

La redazione di Hermes è una grande catena di persone, caporedattrici, segretarie, professori e ragazzi che sperimentano la loro fantasia e creatività e collaborano insieme per la realizzazione del Giornalino.

Infatti dietro ogni numero ci sono settimane di lavoro, dove durante le riunioni e i vari incontri si assemblano tutti i tasselli che compongono ciascun pezzo di Hermes, e che da quest'anno fortunatamente può essere vissuto in presenza, come una redazione vera e propria.

Con questa premessa non troppo lunga e speriamo nemmeno troppo noiosa, Hermes vi saluta e vi lascia alla lettura degli articoli, per farvi un po' di compagnia in queste prime giornate fredde di dicembre.

Dalle vostre caporedattrici della 4^B classico,

Mariachiara Berni

Eleonora Ascolese

Asia Pinzauti

-Indice-

3 - Lucca Comics & Games 2022

4 - Una ciocca di capelli

5 - Ricerca scientifica o rispetto per la natura?

6 - I videogiochi nel 2023: le uscite più importanti di gennaio e febbraio

7 - I disturbi mentali tra gli atleti

La mountain bike uno sport a tutto tondo

8 - Trucchetti di psicologia che possono sempre far comodo

9 - Disturbo da deficit di attenzione, cos'è e com'è gestito in Italia

10 - Gestire le emozioni negative

11 - L'immortalità

12 - Affrontare ed accettare la fine e le chiusure

13 - "La solitudine dei numeri primi": Un libro degno di nota

14 - Il Vagabondo delle Stelle

15 - Una Famiglia Americana

Fiori e Mitologia

17 - Eliasson: come "Eliassarsi" dalla realtà

18 - La mia estate con Libera

19 - Cruciverba

20 - Sudoku

Lucca Comics & Games 2022

Pietro Pacini, Otto Bianchini III B CL

La fiera ha subito varie evoluzioni nella sua storia, aggiudicandosi sempre più visibilità negli anni. Nel 1966 la città toscana decise di ospitare la seconda edizione del Salone Internazionale del Comics (la prima si era svolta l'anno precedente a Bordighera): riscosse tanto successo da convincere il Comune a mantenere la tradizione; si decise di riproporre l'evento a cadenza semestrale. A partire dal 1993 prende il nome della città e diventa Lucca Comics, per poi arrivare, nel 1995, al definitivo Lucca Comics and Games.

L'evento ha ottenuto negli anni sempre maggiore successo; nel 2022, battendo il record temporale di qualsiasi altro anno, ha registrato il sold out nei primi due giorni dopo la pubblicazione dei biglietti. Questi ultimi (che hanno un costo compreso tra i 15 e i 25 euro) sono, insieme a pochi VIP Pass, l'unico modo per accedere ai padiglioni dedicati sparsi dentro e fuori le mura della città; nonostante questo, nei giorni di fiera, Lucca è visitabile da chiunque voglia godersi l'atmosfera.

Nonostante Lucca sia una città piuttosto piccola, la gestione si è data da fare per orientare al meglio le visite; all'angolo di ogni via è presente un componente dello staff capace di dare indicazioni e consigli. Inoltre in ogni stand è possibile acquisire gratuitamente una mappa e, in caso di esaurimento, cosa che accade piuttosto spesso, si può accedere tramite internet a quella digitale.

Insomma, l'edizione 2022 è accogliente, incalzante ed esageratamente calorosa: i padiglioni e le vie della città sono invasi dalla folla che, soprattutto nelle giornate del week-end, è travolgente e costringe la sicurezza a differenziare le uscite, anche per le strade più ampie.

Si può trovare di tutto: presentazioni, conferenze e cortei. Elemento caratteristico dell'evento sono i numerosi cosplay, preparati accuratamente giorni prima (in alcuni casi richiedono addirittura mesi di tempo) con la massima cura e nei minimi dettagli. I proprietari di queste opere d'arte sfilano per le vie della città, dando spesso vita a consistenti cortei.

Sono presenti padiglioni dedicati a fumetti, film e conferenze. Uno degli stand più importanti, e senza dubbio il più grande, è quello del Games, che si trova appena fuori le mura: all'interno molteplici tornei di ogni tipologia di gioco (videogames, giochi di carte, da tavolo, di ruolo). Un altro luogo d'esposizione molto importante è China Town, che si trova dalla parte opposta della città; si tratta di uno spazio dedicato agli amanti della cultura giapponese, manga o cucina orientale, a cui è stato fornito un intero quartiere per esporsi.

Ma veniamo ad una delle caratteristiche che rendono ogni edizione unica: gli ospiti. Quest'anno Lucca ha avuto l'onore di accogliere ospiti dal calibro del regista Tim Burton, che, insieme all'attrice protagonista Jenna Ortega, ha raggiunto la città toscana per presentare la sua nuova serie tv, *Wednesday*, che ha girato per Netflix; Disney ha invece sponsorizzato *Andor*, una serie tv legata al mondo di Star Wars, e *Willow*, un'altra serie fantasy (entrambe saranno rilasciate su Disney+); non manca la comicità made in Italy con Lillo, che ha promosso la sua nuova serie Prime Original Studios *Sono Lillo*; passando poi al mondo dei fumetti, possiamo citare il pluripremiato Zerocalcare, che ha presentato il suo nuovo lavoro *No Sleep Till Senegal*; per quanto riguarda il mondo dei giochi possiamo citare aziende come Riot Games o Wizard of the Coast, che con i loro amati prodotti anche quest'anno hanno dato il loro contributo all'evento.

Da notare anche l'accoglienza che la città ha riservato ai visitatori; tutti i residenti affacciati alle finestre, a salutare ed acclamare la folla, vetrine addobbate per l'occasione, sconti appositi per i visitatori all'interno dei negozi; il comune di Lucca ha allestito appositamente mostre d'arte alle quali chiunque poteva accedere gratuitamente durante i giorni di fiera.

Anche quest'anno, LuccaComics&Games si è confermata una realtà divertente, coinvolgente ed entusiasmante: un luogo dove poter coltivare passioni o crearne delle nuove, dove poter scoprire nuovi cibi, nuove culture, dove scovare ed aggiudicarsi articoli introvabili da portarsi a casa ed aggiungere alla collezione; dove incontrare i propri idoli (facendo un po' di fila, questo va detto); un'esperienza unica dalla quale si rimane catturati.

Insomma, noi speriamo di avervi convinto a venire o tornare alle prossime edizioni in questa straordinaria città. Ci vediamo nel 2023!

Una ciocca di capelli

Lavinia Lamberti IV B CL

Il 13 settembre di quest'anno, sì proprio nel 2022, Mahsa Amini, giovane 22enne iraniana, è stata arrestata a Teheran dalla polizia religiosa, a causa di una presunta mancata osservanza della legge sull'obbligo del tipico velo islamico per le donne – l'hijab — anche se forse si era trattato soltanto di una ciocca di capelli fuoriuscita. In Iran tale legge è in vigore dal 1981 ed è stata modificata nel 1983 per includere anche le donne straniere nel paese.

Di fatto la giovane è morta tre giorni dopo in circostanze ancora da chiarire ma di certo sospette visto che, come si è scoperto dopo, il corpo presentava ferite riconducibili ad un pestaggio, quando la polizia sosteneva invece che fosse deceduta a causa di un infarto. In seguito, alcuni testimoni diranno che era stata picchiata e che durante il pestaggio aveva battuto la testa riportando un'emorragia celebrale. Questo episodio ha suscitato l'indignazione non solo del suo popolo ma quella del mondo intero.

La morte della giovane Masha Amini ha ridato fiato alle donne iraniane che da quel giorno sfidano apertamente il regime nel quale vivono. Sono scese in piazza in più di 150 città, bruciando -con i capelli al vento – il velo. La morte di una giovane donna, colpevole solo di aver lasciato sfuggire una ciocca di capelli dal copricapo, ha scosso profondamente non solo le donne in Iran, ma l'intera popolazione, la quale, al di là della classe sociale, sesso o dell'etnia a cui appartiene, ha deciso di sfidare apertamente il regime della repubblica islamica e di chiedere con forza un cambiamento.

Le donne iraniane, in prima fila in questo sanguinoso braccio di ferro, chiedono sostegno e aiuto per non essere schiacciate. In tutto il mondo si sono mosse centinaia di migliaia di donne corse in aiuto alle nostre sorelle iraniane: con il gesto simbolico che ha unito tante culture e regioni del pianeta ci siamo tutte tagliate una ciocca di capelli. Ciocche che sono poi state inviate alle ambasciate dell'Iran in ogni paese. Anche un piccolo gesto come questo può far sentire le donne iraniane meno sole e anzi spalleggiate in questa lotta, che finalmente prende forma dopo anni di oppressione.

In Iran e nei paesi di religione islamica tagliarsi i capelli è segno di lutto. Il taglio delle ciocche simboleggia la rabbia ed è seguito spesso dalle parole "Zhen, Zhian, Azadi", "Donna, vita, libertà", slogan delle proteste che risuona da giorni nelle piazze iraniane e in tutto il mondo

Ma perché proprio il taglio di capelli è diventata una forma di dissenso?

I capelli, simbolo di forza e sensualità, nei secoli e nella cultura e tradizione dei popoli mediterranei sono stati spesso velati. E quella del velo è una storia molto articolata che oggi riguarda soprattutto i popoli di religione islamica. L'obbligo di indossare il velo fa infatti parte di un vero e proprio codice di abbigliamento, insieme quello di portare vestiti larghi che mascherano le figure del corpo della donna in pubblico. E pensare che, agli inizi degli anni Settanta, anche in quel Paese le donne erano libere di indossare le minigonne!

La polizia morale - conosciuta formalmente come "Gasht-e Ershad" (Pattuglie di orientamento) - ha il compito di garantire che le donne si conformino all'interpretazione dell'abbigliamento "corretto". Anche solo spingere il velo un po' più indietro rappresenta una trasgressione e ora, dunque, un atto di resistenza.

In alcuni casi c'è stata disomogeneità nell'uso del velo. Proprio in Iran, per esempio, negli anni 30, alle donne veniva tolto il velo per omologare il paese all'ideale occidentale moderno. Poi però, in seguito alla rivoluzione sciita del 1978-79, si è fatta strada nuovamente l'idea di un Islam utopistico per contrastare il Neoliberalismo americano. Così nel 1982 viene reintrodotto l'obbligo di velarsi il capo, sia per le donne residenti che per le turiste di passaggio, obbligo tuttora in vigore e che le donne iraniane stanno, combattendo a rischio della vita.

Quel è il possibile scenario futuro?

Per citare il professore di sociologia politica dell'università di Padova, Giuseppe Acconci: "Sarà difficile che ci sia un cambiamento radicale della Repubblica islamica".

Di fatto il clima nel paese continua a scaldarsi, il popolo iraniano non si stanca di protestare e vuole un cambiamento radicale. Quello che tutti auspicano è una riforma che alleggerisca le imposizioni islamiche.

La morte di Mahsa Amini ha scatenato decenni di energia e volontà repressi tra le donne e si spera che ciò possa contribuire a rivedere certe leggi che, al momento, sono insostenibili.

Ricerca scientifica o rispetto per la natura?

Orlando Brouwer II A Cl,

Com'è normale, noi esseri umani non abbiamo mai tutti la stessa opinione, credenza o pensiero, né su questioni di grande importanza né su altre minori; ma quando si parla di problemi e situazioni attuali e concrete, ciò che pensiamo è di fondamentale importanza. Non c'è giusto o sbagliato, come per ogni discussione morale su un qualsiasi argomento: c'è solo il modo in cui noi vediamo e giudichiamo un'istanza. Il tema che toccherò oggi non è molto conosciuto, ma è per questo che desidero affrontarlo, per mostrare che problematiche apparentemente più 'piccole' hanno in realtà lo stesso grado di rilevanza di altre vicende. Nel fine settimana del 15-16 ottobre 2022, in Olanda, si è spiaggiata un'orca in un luogo lungomare per lo più disabitato. Dopo l'avvistamento da parte di alcuni locali, è iniziato subito il processo previsto da un protocollo relativamente vecchio (adottato nel 2013), che prevede la rimozione del corpo del soggetto dal luogo di arenamento per poterlo studiare *post-mortem* in ambiente di laboratorio. Fino a un paio di anni fa, nessuno avrebbe contestato queste regole, scritte da esperti della materia, ma alcuni avvenimenti recenti hanno generato domande e dibattiti e mi hanno condotto ad approfondire questo argomento. Nel 2020, si era verificato un caso molto simile, nel quale una balena bianca era deceduta su una spiaggia deserta di un'isola a Nord dei Paesi Bassi, nell'arcipelago delle "Isole Wadden" (*Waddeneilanden*).

Data la natura isolata del luogo dove l'animale si era arenato, una squadra di ricercatori della città di Wageningen, capitanato da Martin Baptist, prese la decisione di lasciare il cadavere dov'era per vari motivi, tra i quali anche il rispetto della fine del ciclo naturale della vita del mammifero. Il gruppo di studiosi decise comunque di effettuare un monitoraggio degli eventi nei giorni successivi. Le conseguenze riportate dal periodo di osservazione del corpo inanime furono piacevolmente sorprendenti per gli scienziati coinvolti. Furono rilevati numerosi effetti positivi dell'esperimento, quasi tutti inaspettati. Per prima cosa, il radicale cambiamento fu l'aumento improvviso della biodiversità animale. Infatti, mentre gli uccelli (noti predatori degli abitanti del mare) non riuscivano a raggiungere la carne a causa della pelle dura della balena, per gli insetti tutto si rivelò molto più semplice. Lavorando in grandissimi numeri, fu compito facile per questi cibarsi del cadavere del colosso appena arrivato. Le specie registrate che unirono le loro forze in questa impresa furono 57, di cui 21 mai registrate in Olanda prima di quel momento. In seconda battuta, un altro frutto di questa sperimentazione fu il miglioramento della fertilità del terreno grazie alla decomposizione del corpo in ambienti naturali. Prendendo in esame l'episodio del 2020, la nostra convinzione sul da farsi con l'orca giunta in ottobre potrebbe essere cambiata. Per l'appunto, c'è stata un'evidente divisione fra esperti questo autunno quando il mammifero marino è approdato ferito e a stomaco vuoto sulla costa olandese. La divergenza si è prettamente basata sulla separazione tra il dovere "scientifico", collegato all'obiettivo dello studio approfondito dell'animale, e il dovere morale, che esige il rispetto dei corpi dopo la conclusione del loro corso vitale. Da una parte, ci sono da prendere in considerazione fattori oggettivi. Infatti, ci sono delle norme da seguire, che non possono venire ignorate senza permessi: sono state istituite per garantire che si potesse fare di un evento come la morte di un cetaceo occasione di studio e di avanzamento delle ricerche sulla specie in questione. In più, spesso risulta impossibile lasciare animali deceduti intoccati se si vuole mantenere integra la salvaguardia degli esseri umani circostanti; ci sono elementi come l'odore insostenibile e l'evidente presenza di una larga mole che, nel caso la vicenda si svolgesse in aree abitate, causerebbero notevoli cambiamenti nella vita quotidiana degli abitanti. Dall'altra, c'è da tener conto del riguardo che necessitiamo di avere verso il mondo animale. Le usanze dell'uomo in tutto il mondo vedono i nostri pari dopo la morte curati con rispetto, anche se con rituali diversi a seconda della cultura di provenienza. Per gli animali, secondo alcune linee di pensiero, dovremmo fare lo stesso: alcune persone ritengono grave effettuare il sequestro di corpi per fini strumentali all'evoluzione della nostra conoscenza. Inoltre, è scientificamente provato che i corpi di organismi viventi siano biodegradabili e che abbiano effetti positivi sul terreno che occupano. Personalmente, credo che non ci sia risposta giusta o sbagliata a questo dibattito ancora aperto. Non si può avere tutto: ancora una volta ci troviamo davanti a una scelta di certo non facile, e ancora una volta dobbiamo porci la domanda e darci una risposta. Cosa privilegiare, ricerca e tecnicità o rispetto per la natura?

I videogiochi nel 2023: le uscite più importanti di gennaio e febbraio

Maria Vittoria Fanelli IV B Cl

Il 2022, dopo gli ultimi 2 anni, è stato un anno di rinascita per l'azienda videoludica e si può sicuramente notare un miglioramento, sia nell'ambito dello sviluppo che nella produzione di giochi e console. Adesso tocca al 2023, che ci aprirà a un nuovo periodo, con nuovi titoli da giocare e amare: alcuni già ben conosciuti e da tanto attesi, mentre altri nuovi di zecca.

In questo articolo si parlerà appunto delle uscite più importanti nei primi 2 mesi del prossimo anno, nella speranza di aiutare chi già ne è interessato, ma anche chi si vuole approcciare a questo mondo per la prima volta! Partirei subito con le uscite di gennaio 2023 e i primi sono **Persona 3 Portable e Persona 4 Golden**. Questi giochi, già ben conosciuti dalla community, sono rispettivamente del 2006 e del 2008, ma con queste 2 remastered potranno essere goduti fino in fondo senza dover troppo sentire il peso degli anni. Entrambi sono RPG (role playing game) giapponesi, nati come spinoff della saga Shin Megami Tensei, ma con gli anni si sono creati uno spazio tutto loro, insieme anche al loro quinto titolo, il più famoso, Persona 5. Entrambi usciranno il **19 gennaio** su PlayStation 4 e 5, Nintendo Switch, Xbox One e Series X|S e PC.

Inoltre è atteso il remake di **Dead Space**, un survival horror in terza persona ambientato nello spazio. Originario del 2008, adesso si potrà giocare su PlayStation 5, Windows e Xbox Series X/S dal **27 gennaio** con molti miglioramenti rispetto alla prima versione, ormai vecchia 14 anni: come detto dagli stessi sviluppatori della EA, il remake sarà fedele all'originale, ma con un'illuminazione e un AI migliore, novità di contenuti e di gameplay e sicuramente un'esperienza più immersiva, grazie alle console e ai motori grafici di nuova generazione.

Finite le uscite più importanti di gennaio si arriva, ovviamente, a febbraio, pieno di titoli interessanti visti i continui rinvii causati dall'uscita a fine 2022 di giochi Tripla A, ossia prodotti da grandi aziende con dei budget molto ampi. Il primo a spuntare sulla lista è **Hogwarts Legacy**.

Tanto atteso sia dai videogiocatori, sia da chi non ha mai toccato un controller, ma che è fan sfegatato di Harry Potter. In questa avventura action RPG si potrà vestire i panni di un mago o di una strega ad Hogwarts nel 1800 e scoprire i segreti del Wizarding World, oltre che a giocare a quidditch, seguire le lezioni, imparare nuovi incantesimi e fare tutto ciò che uno studente magico può fare! Uscirà il **10 febbraio** su Playstation 4 e 5, Xbox One e Series X/S e PC, mentre la data di lancio su Nintendo Switch deve essere ancora pubblicata.

Dopo di che c'è **Wild Hearts**, un nuovo titolo dell'Omega Force pubblicato da EA ambientato ad Azuma, un mondo fantastico ispirato al Giappone feudale. Lì si sarà incaricati di cacciare e abbattere creature enormi per ottenere vantaggi e diventare più forti, così da combattere mostri ancora più incredibili. Un action RPG del genere "hunting game", dove il titolo d'eccellenza è proprio Monster Hunter della Capcom, un mostro videoludico, se mi permettete il termine, che ha già quasi 18 anni.

Dai gameplay già pubblicati, si può capire la bellezza della grafica, possibile solo grazie alla quinta generazione di console. Infatti questo titolo, disponibile dal **16 febbraio**, non sarà cross-gen, poiché gli sviluppatori hanno voluto sfruttare al massimo le capacità delle nuove tecnologie, e si potrà giocare solo su PC, PlayStation 5 e Xbox Series X|S. Il prossimo titolo è **Sons of the Forest**, sequel dell'amato indie The Forest, già noto a molti visto la sua popolarità nel 2014 e 2015. Dopo appunto 9 anni dall'uscita del primo titolo, il seguito promette una nuova avventura su un'isola deserta piena di nuove creature, sempre con i classici elementi di un survival horror. Nonostante il rinvio che dal 2021 ha fatto slittare l'uscita al 2023, sarà disponibile dal **23 febbraio**, ma non si sa ancora se sarà cross-gen o se invece diventerà un'esclusiva PC e PlayStation 5 o Xbox Series X|S. Giusto il giorno dopo, quindi il **24 febbraio**, uscirà Octopath Traveler 2 su Nintendo Switch, il secondo gioco di questa serie GDR giapponese nata nel 2018. Dopo aver ricevuto ottimi riscontri dalla critica, **Octopath Traveler** torna con novità a livello di gameplay e una storia tutta nuova, staccata da quella del titolo precedente, e con il suo particolare art style che lo caratterizza, il 2D-HD.

E con questo si concludono anche le uscite di febbraio degne di nota. Nonostante ciò vorrei fare un piccolo post-scriptum, per citare i giochi più interessanti di ottobre, novembre e dicembre. In ordine di uscita, consiglio di dare un'occhiata a: **COD MW2** per PlayStation 4 e 5, Xbox One e Series X/S e PC; **Bayonetta** 3 per Nintendo Switch e **God of War Ragnarök** per PlayStation 4 e 5, a cui mi sto personalmente affezionando molto, quindi ve lo consiglio col cuore.

I disturbi mentali tra gli atleti

Enrico Bianchi, IV B Cl

Con la crescita esponenziale di canali d'informazione dedicati al mondo dello sport, l'atleta medio sarebbe teoricamente più avvantaggiato che mai nel raggiungere i propri obiettivi e nell'instaurare un rapporto positivo col proprio corpo, ma così non è. Al contrario sta dilagando un profondo senso di vergogna nei confronti del proprio aspetto, soprattutto tra chi si avvale di suddetti canali. Un' insoddisfazione, spesso senza rimedio, che è stata collegata al continuo paragone da parte dell'atleta nei confronti di quello che, realisticamente, rappresenta l'1% delle prestazioni sportive, ma anche dall' impressionante mole di informazioni su alimenti, esercizi ecc. che l'atleta medio dovrebbe memorizzare (stando sempre a questi canali d'informazione). I social media sono erroneamente identificati come la radice del disturbo, ma è da precisare che vanno ad amplificare un problema già presente, compromettendo ulteriormente la salute del soggetto. La condizione, se non trattata, sfocia inevitabilmente nella malattia mentale, come dimostrato da sondaggi condotti dalla NCAA 1 (la più importante lega di studenti che praticano sport a livello agonistico con membri di tutte le nazionalità del mondo e sede in America), riportati da Thesportjournal: il 24,7% delle atlete e il 30,7% degli atleti ha dichiarato di essere insoddisfatto della propria immagine. Per capire le cause di ciò servirebbe un articolo a parte, ma possiamo riassumere riferendoci, quali ragioni principali, a disturbi ossessivi compulsivi, bassa autostima, abusi, bullismo e traumi documentati. (The Counseling Psychologist, 28, 764-796 per approfondire). Notevole è poi il dato riportato dal medesimo sondaggio secondo cui le atlete hanno 10 volte la probabilità di sviluppare disturbi alimentari se paragonate alla controparte maschile, specialmente l'anoressia.

In conclusione il caos legato al mondo dell'informazione sportiva e all'immagine del proprio corpo, a livelli agonistici e non, sono indicativi di un problema molto più complesso che affonda le proprie radici nella psiche dell'atleta. L'argomento è in costante evoluzione ed è soggetto di un crescente numero di studi medici e psicologici, che evidenziano sempre più falle nei sistemi che dovrebbero salvaguardare la salute degli sportivi, generando così un fortissimo dubbio sui metodi finora adottati

La mountain bike uno sport a tutto tondo

Picchi Giacomo IV B Cl

Ormai da qualche anno la Mountain Bike è divenuta la mia personale valvola di sfogo, l'attività con la quale stacco la mente da tutti problemi e mi immergo nella natura divertendomi al contempo; è la mia "ricompensa" per aver concluso un'altra settimana e anche il modo migliore per passare il weekend prima che arrivi il lunedì, ed ogni volta non posso fare a meno di tornare con un grande sorriso stampato sulla faccia. Mi ha permesso di crescere e visitare località mozzafiato, oltre a conoscere tante persone con la stessa passione, tutto a bordo dello stesso meraviglioso mezzo. E ultimamente sta diventando una delle attività esterne più praticate, non solo tra adulti, ma soprattutto tra i giovani, motivo per il quale scrivo questo breve articolo: voglio condividere i miei pensieri riguardo questo sport, e per quali motivi penso che tutti dovrebbero praticarlo. Quindi, che cosa rende questo sport il migliore? Beh anzitutto è incredibilmente divertente, e soprattutto lo è indipendentemente dal vostro livello di abilità: ognuno, esperto o principiante, si diverte sempre nei propri limiti, perché gli stessi sentieri hanno sempre modi diversi di essere percorsi; certo, c'è comunque una "learning curve", che però a differenza di molte altre attività non presenta quella frustrazione tipica di quando si prova per la prima volta a imparare una cosa nuova, e anzi è genuinamente gratificante anche nei progressi più piccoli, il ché evita ai più permalosi di abbandonare subito lo sport. Parliamo di forma fisica: avete mai fatto l'abbonamento ad una palestra solo per poi neanche sapere che aspetto abbia al suo interno? Fare esercizio "tanto per farlo" non si addice agli standard di tutti, ed è qui che entra in gioco la Mountain Bike: che andiate in bici solo per divertimento o no, l'esercizio fisico è parte integrante di questo sport, e più fate esercizio, più potrete andare in bici; inoltre può anche essere un incentivo ad andare in palestra, ed è un toccasana per la pigrizia. Ci sono tanti altri benefici che la Mountain Bike ha da offrire, ma alla fine che siate dei drogati d'adrenalina e vogliate lanciarvi in discesa lungo il pendio di una montagna, che stiate cercando un modo divertente di fare esercizio o che vi piaccia semplicemente godervi la natura con calma ma senza troppa noia, vi raccomando caldamente di dargli una possibilità... Ricordatevi le protezioni!

psicologia

Trucchetti di psicologia che possono sempre far comodo

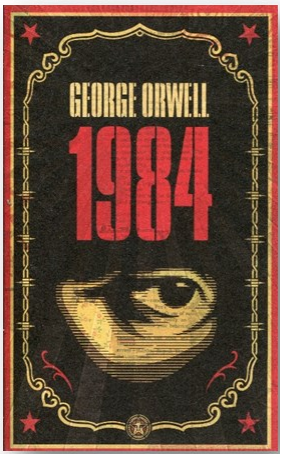
Giulia Giannattasio III B CL

L'epoca in cui viviamo elogia i bravi comunicatori, sia che facciano parte dell'élite sia nella vita di tutti i giorni. C'è chi ha la stoffa del leader, chi ha fascino smisurato e chi strega con il proprio sguardo, queste caratteristiche possono sembrare innate ma sono comunque frutto di un'elaborazione che il cervello fa per far capire al corpo come mostrarsi al mondo. Dei trucchi di psicologia aiutano il cervello in questa sua missione, vediamone alcuni!

Prendiamo in esame uno scenario molto comune come quello in cui vi trovate ad un'uscita collettiva dove non conoscete tutti i partecipanti. Il vostro amico arriva davanti a voi con ben tre persone completamente sconosciute, non avete nemmeno il tempo di scrutarle e far loro una radiografia completa che già protendono la mano destra verso di voi… dal canto vostro quando stringete la mano a qualcuno, assicuratevi di non avere la mano fredda perché le mani calde, secondo diversi studi, trasmettono sicurezza, quelle fredde tutt'altro! Ma attenzione: calda sì ma sudata no, trasmettereste ansia! Quando vi presentate cercate di osservare il colore degli occhi dell'interlocutore, aspetto che di per sé non è fondamentale (a meno che non vi facciate prendere dalla vena poetica e decidiate di dedicargli una poesia sull'intensità del suo sguardo) ma che vi consentirà di mantenere il contatto visivo per una giusta durata di tempo, trasmettendo vicinanza e sicurezza di sé. Arriviamo alla conversazione, è il momento di approcciare quella persona e fargli una buona impressione, cosa potete fare? Semplice, se volete fare strike e dire qualcosa che susciti curiosità fatelo o all'inizio o alla fine della conversazione perché le persone tendono a ricordare meglio quel che viene detto all'inizio o alla fine di un determinato discorso mentre i ricordi di quello che avviene nel mezzo sono spesso più confusi. Avete appena finito di scambiare due chiacchere con quella persona e in lontananza vedete due amici che conoscete, così vi avvicinate e li salutate, li avete interrotti è vero ma magari sono felici di vedervi… o magari no, come fate a capirlo? Guardate la posizione dei loro piedi. Se per ricambiare il vostro saluto e parlare con voi hanno girato il busto ma non i piedi con tutta probabilità non volevano essere interrotti e sperano che ve ne andiate il prima possibile, se invece i loro piedi puntano verso di voi hanno piacere di parlarvi.

Cambiamo scenario, siete a cena fuori con un gruppo di persone e l'amico simpatico fa una battuta squallida, per la quale tutti inaspettatamente scoppiano a ridere. Noterete che tutte le persone mentre ridono cercano il contatto visivo con la persona a loro più intima e capirete chi si fida di chi e avrete un'idea più ampia dei rapporti sociali del gruppo. Se nessuno cerca il vostro contatto visivo o voi non cercate quello di nessuno per la psicologia moderna siete dei lupi solitari, sappiatelo! Dopo la "battutona epica" vi sovviene di porre una domanda ed essendo molto curiosi e non apprezzando le risposte monosillabiche, volete risposte esaurienti ma come ottenerle? Rimanete in silenzio continuando a guardare la persona che ha risposto in modo sintetico, in questo modo l'interlocutore si sentirà pressato a dire di più.

Siete ad una riunione, innanzitutto assicuratevi di aver imparato i nomi dei partecipanti e utilizzateli nelle conversazioni, sarà molto apprezzato da loro. Se avete paura che qualcuno voglia contraddirvi o mettervi in ridicolo di fronte agli altri, sedetevi vicino a quella persona e mettetevi nella sua stessa posizione, in questo modo si sentirà meno a suo agio nell'essere aggressivo nei vostri confronti data la vicinanza e le posizioni simili. Se quando è finita la riunione volete fare buona impressione su qualche persona che vi ispira, provate a chiedere loro favori senza importanza, ciò spingerà il loro cervello a credere che gli piacete. Ma se questa tattica non andasse in porto provatene una che sicuramente funzionerà: cercate di capire quali sono i punti di forza che queste persone vogliono mettere in risalto, confermandoli e rafforzandoli ma senza adulare altrimenti risulterete esagerati.



Una volta George Orwell disse "Se il pensiero distorce il linguaggio, anche il linguaggio è in grado di distorcere il pensiero." Questa è una frase di "1984", un capolavoro per molti non solo per me. Se vi interessa capire a cosa può portare la manipolazione del linguaggio vi consiglio caldamente di leggerlo.

Se l'idea di manipolare il prossimo per piacergli non vi attira più di tanto non c'è problema, anzi è molto nobile ma almeno cercate di capire quando qualcuno lo fa con voi e non fatevi fregare!

Disturbo da deficit di attenzione, cos'è e com'è gestito in Italia

Ludovico Zorzit IV A CL

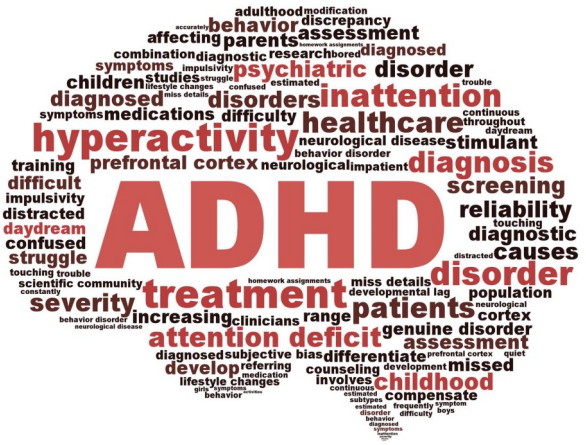
Il disturbo da deficit di attenzione, abbreviato ADHD dal nome inglese, causato da un malfunzionamento dei recettori della serotonina, viene spesso in modo riduttivo descritto come "difficoltà nel mantenere la concentrazione"; per quanto quello dell'attenzione sia l'aspetto più evidente, questa descrizione è riduttiva e poco informativa sulla natura e la condizione di questo disturbo che affligge tra il 5% e 15% dei minorenni in Italia, e che io ho sperimentato in prima persona.

Nella grande maggioranza della popolazione si trova un atteggiamento sbrigativo se non addirittura avverso nei confronti dell' ADHD. Ci sono infatti molte persone che, non essendo informate, dubitano della sua gravità o ne mettono in discussione la reale esistenza. Lo scetticismo generale nei confronti di questo disturbo, rispetto ad altri disturbi che invece hanno ottenuto riconoscimento di recente come la depressione, è dovuto ad una serie di fattori: il primo e più rilevante è che i sintomi dell'ADHD, a differenza di quelli del disturbo bipolare per esempio, non spiccano molto esteriormente e sono più vicini a quello che potrebbe sperimentare una persona senza questo disturbo: difficoltà nel prestare attenzione, difficoltà ad organizzare spazi e tempo, difficoltà a dormire, atteggiamenti impulsivi, difficoltà a gestire emozioni, problemi con la memoria di lavoro; queste sono tutte esperienze che una persona neuro-tipica (persona non affetta da disturbi mentali) sperimenta di tanto in tanto, ma che per chi ha l'ADHD sono costanti e molto più invalidanti. In particolare, i problemi di attenzione sono i più debilitanti, ma non facilmente distinguibili dall'esterno. Per le persone iperattive concentrasi su qualcosa è come cercare di ascoltare la radio in una zona con poca ricezione, passando a intermittenza tra concentrazione e divagazione su altre cose non rilevanti.

L'elemento che di solito viene più notato è quello dell'iperattività, data l'anormale intensità e incontrollabilità dei movimenti fisici nei bambini diagnosticati con l'ADHD, questa caratteristica del disturbo però, nella maggioranza dei casi, sparisce quasi completamente raggiunti i 12-13 anni, manifestandosi solamente in modi non invasivi come il costante rimbalzare delle gambe che avrete quasi sicuramente notato nei vostri coetanei con questo disturbo.

Uno studente diagnosticato con l' ADHD, che abbia certificazione di disabilità o no, ha diritto alla redazione, in un incontro tra insegnati e genitori, di un PDP (piano didattico personalizzato) che indichi gli strumenti compensativi e/o le misure dispensative che aiutino il ragazzo nello studio e nell'apprendimento. Al di fuori del sistema scolastico lo studente (di solito) ha incontri con uno psicologo specializzato che lo aiuta nella organizzazione e nello sviluppo di strategie per lo studio, nonché con la prescrizione, in alcuni casi, di psicofarmaci per stimolare la concentrazione.

All'età di 8 anni, nel 2012, fui testato e conseguentemente diagnosticato di disturbo da deficit di attenzione. Il giorno in cui ai miei genitori arrivò la certificazione mia madre, venutami a prendere a scuola, mi abbracciò piangendo, chiedendomi scusa anche se io non ne capivo il motivo, o almeno così racconta lei.



Che io fossi iperattivo però non mi venne detto fino agli 11 anni, sotto richiesta delle maestre, per evitare che usassi il fatto come scusa, dato che ero un bambino particolarmente pronto a rispondere quando ripreso. Nonostante ciò i miei genitori combatterono molto per me dietro le quinte, contro un sistema scolastico che aveva solo di recente iniziato a implementare misure per accomodare i neuro divergenti e il cui corpo docente, per la maggior parte, non aveva avuto una formazione adeguata per gestire e sviluppare al meglio bambini neuro divergenti; infatti solo dal 2011 è stato introdotto il diritto a un PDP per studenti con deficit attentivo. Questo non significava che insegnanti singoli non si potessero attivare individualmente per supportare studenti neuro divergenti, ma erano molto pochi e non adeguatamente preparati dal sistema scolastico. Passando poi alle scuole medie e superiori non ho mai incontrato forti avversioni da parte degli insegnanti riguardo le misure eccezionali che dovevano prendere nei miei confronti e le linee guida del PDP sono sempre state seguite correttamente, alcuni in aggiunta a questo mi hanno aiutato con mappe concettuali e metodi alternativi di apprendimento.

Nonostante sia grato a tutti gli insegnanti che ho avuto negli anni per l'impegno con cui mi hanno aiutato, basandomi sulla mia esperienza e quella di altri studenti neuro-divergenti con cui mi sono confrontato, penso che il sistema scolastico italiano (come nel resto del mondo) non è fondamentalmente adeguato ad aiutare studenti che richiedono metodi di insegnamento alternativi, data l'enfasi posta sulla memorizzazione e la valutazione delle capacità di apprendimento, spero fortemente che nei prossimi anni il sistema scolastico italiano si riformi e che si adatti al mondo moderno, come già in Europa ha fatto quello finlandese, così che gli studenti del futuro possano tutti trarre il massimo dalla loro esperienza scolastica.

psicologia

Gestire le emozioni negative

Florence Kiniger Passigli II A CL

Le emozioni sono una risposta del sistema neurologico ad una certa esperienza. Per esempio se siamo lontano da casa nostra, all'aperto ed inizia un forte temporale con tanti tuoni probabilmente avremo paura.
Le emozioni sono anche una forma di comunicazione con gli altri. Se durante una conversazione con un nostro amico lui vede un cambiamento improvviso nel nostro umore si chiederà sicuramente che cosa è successo e se ha detto qualcosa che ha ferito i nostri sentimenti.
Quando si tratta di emozioni negative non è sempre

facile gestirle. Però è molto importante saperle controllare poiché, per esempio, non devono influire nelle nostre relazioni con gli altri, o sulla nostra produttività. Sfortunatamente la nostra lista di compiti o più generalmente di impegni non sparisce quando stiamo passando una brutta giornata. Secondo me è proprio nei momenti nei quali non ci sentiamo nel migliore modo possibile che è importante dimostrare a se stessi che, malgrado questo, riusciamo ad essere più forti e ad andare avanti.
Imparare a gestire le proprie emozioni non vuole dire ignorarle. È necessario, invece, prendere il tempo per risentirle. Ma dopo aver sentito, pensato e anche forse analizzato i nostri sentimenti è giusto passare oltre. E non lasciare i nostri sentimenti prendere il sopravvento della nostra vita.
Personalmente mi è capitato di essere sommersa dalle mie preoccupazioni e di avere l'impressione di non essere in grado di controllare la mia vita. Però con il tempo riesco molto meglio ad essere padrona di me stessa e a fare prova di disciplina anche quando non ho nessuna motivazione.
So quanto possa essere difficile gestire le emozioni negative. Per questo motivo ho raccolto delle buone abitudini da seguire quando ci si accorge di essere in preda ad un'emozione negativa:

Riflettere prima di agire:
soprattutto quando sentiamo una forte emozione è fondamentale non reagire d'impulso ma riflettere su come gestire al meglio la situazione.

Comunicare:
secondo me è molto importante parlare di ciò che sentiamo. Tenere sempre tutto per sé e rinchiudersi in sé stessi quando si sta male non è mai una buona soluzione. Immaginiamo che un amico abbia detto qualcosa che non ci piace nei nostri confronti. Invece di arrabbiarsi e di smettere di parlare con questa persona è molto meglio andare a parlargli e spiegare come ci si sente.

Scrivere:
per le emozioni più forti, le situazioni più gravi, una buona idea è di scrivere e di riflettere sulla causa di queste emozioni. Scrivere su un foglio o in un diario ci aiuta a distaccarsi dalla situazione e a vederla con più oggettività.

Pensare a cose per cui sei grato:
dopo aver capito da dove proviene la propria negatività ed essersi calmati è utile pensare ad altre cose per le quali si è felici. Possono essere cose molto semplici come: i nostri amici, la propria casa, un buon voto,..

Fare qualcosa di rilassante o qualcosa che ci piace fare:
a mio parere, sempre per cambiare idee e pensare al positivo, è ideale fare un'attività che ci piace o allora una cosa rilassante per focalizzarsi su se stessi come fare yoga o leggere un libro.
Come ultima cosa vorrei aggiungere che è completamente normale passare una giornata spiacevole. Bisogna fare prova di empatia nei propri confronti e a volte va anche bene andare a letto presto dopo una brutta giornata e riprovare a passare una bella giornata il giorno seguente.

peni

filosofia

L'immortalità

Elettra Papini III B CL

Il desiderio di immortalità si basa sul voler vivere in eterno oppure sulla paura di morire?
La morte non rappresenta un ostacolo, come molti pensano, ma un limite che ci rende coscienti delle nostre capacità e abilità: se sapessi di essere immortale, faresti le stesse cose che faresti da mortale? Oppure rimanderesti, perché tanto non hai un limite di tempo?
Credo che tutti possiamo essere d'accordo sul fatto che l'immortalità potrebbe consentire di raggiungere tutti i nostri obiettivi oppure di fare infinite esperienze che non sarebbero realizzabili per la poca disponibilità di tempo che la vita ci offre; forse però ci piace più l'idea dell'immortalità che il viverla veramente.
Il concetto di immortalità può essere visto in modi diversi: può essere legato alla memoria, quindi al ricordo di qualcosa che abbiamo fatto, oppure al vivere eternamente senza mai morire fisicamente.
Abbiamo sentito spesso parlare di "memoria collettiva" quando studiavamo i poemi omerici, che narravano di gesta eroiche straordinarie rimaste impresse nei ricordi di generazioni e generazioni. La memoria collettiva è alla base dell'immortalità secondo i greci: per loro non importava quanto lunga fosse stata la tua vita, piuttosto le gesta eroiche compiute durante essa. Rimaneva impresso il ricordo dell'eroe morto per difendere la patria, non del vecchio deceduto a una veneranda età. Si lega dunque alla tradizione dei vari popoli costituita da racconti tramandati oralmente e in seguito trascritti, come possono essere per noi i racconti dei nostri nonni e genitori, che non hanno imparato a scuola ciò che ci raccontano, ma dai loro avi. Un esempio di racconto che ci è arrivato dall'antichità è quello di Chirone: l'immortale che muore, colui che ha implorato di morire per non vivere nell'eterna sofferenza. Chirone era un centauro, una creatura per metà uomo e metà cavallo, ma si distingueva da tutti gli altri per la sua origine: era figlio di Crono, il dio del tempo, e Filira, una delle figlie del dio Oceano; proprio per questo, a differenza degli altri centauri, era immortale. Conosce la medicina e varie discipline e diventa maestro di molti eroi, come Achille, Teseo ed Eracle. Proprio ad Eracle è attribuito l'episodio che rende Chirone famoso per la sua fine: un giorno l'eroe, coinvolto in una battaglia contro i centauri incivili, colpisce erroneamente il maestro Chirone nel ginocchio con una freccia intinta nel sangue dell'Idra, talmente velenoso che non poteva essere curato con nessun antidoto. Dato che Chirone era immortale era costretto a soffrire in eterno. Viene salvato poi da Prometeo, il quale prende l'immortalità del centauro per scioglierlo dalla punizione inflitta da Zeus, che lo avrebbe liberato solo quando un essere immortale gli avrebbe concesso la sua immortalità: così Prometeo ottenne la libertà e Chirone, ormai mortale, venne trasformato da Zeus nella costellazione del Sagittario.

La concezione dell'immortalità fisica è completamente diversa rispetto a ciò che è stato raccontato prima: riusciremo mai a raggiungere l'immortalità con la scienza?
Non si parla di immortalità dell'anima o della memoria, ma di una immortalità dal punto di vista scientifico e si distingue in biologica e digitale.
Nel primo caso si parla di rigenerazione cellulare: la vecchiaia è dovuta alla morte delle cellule e al decadimento del corpo; attenzione però! Le cellule del corpo umano si rinnovano continuamente, solo che col passare del tempo perdono la capacità di farlo. L'obiettivo degli scienziati è quello di permettere alle cellule di rigenerarsi completamente e questo non porterebbe solo all'immortalità ma permetterebbe di ricostruire i tessuti danneggiati dopo un incidente: proprio come Wolverine! Fumetti a parte, gli scienziati hanno trovato un organismo in grado di rigenerarsi completamente, anche dopo aver perso degli arti: è il caso dell'Idra, un invertebrato minuscolo (lungo 10mm) che potrebbe aprire le porte per l'immortalità, anche se questo scenario è molto lontano da noi.
Dall'altra parte abbiamo un'immortalità digitale: consiste nel trasferire la nostra coscienza dentro un computer, così da far sopravvivere il nostro cervello.

È un'idea diversa di eternità, che non si basa sulla sopravvivenza del corpo ma del nostro essere: da una parte si vivrebbe in un mondo interamente digitale in cui potremmo ottenere qualsiasi cosa vogliamo dato che questa realtà è creata da un programma; dall'altra però ci sarebbe il rischio che chi controlla questa digitalizzazione potrebbe cambiare completamente il nostro modo di pensare e quindi non rimarrebbe più la nostra vera identità.
Ma vale veramente la pena di correre il rischio di rompere i vincoli che la natura ci impone per rincorrere il desiderio di non morire *mai*? Oppure sarebbe meglio abbandonare questo pensiero folle e concentrarsi sul vivere la vita nel modo migliore possibile?
Ma vale veramente la pena di correre il rischio di rompere i vincoli che la natura ci impone per rincorrere il desiderio di non morire *mai*? Oppure sarebbe meglio abbandonare questo pensiero folle e concentrarsi sul vivere la vita nel modo migliore possibile?

Affrontare ed accettare la fine e le chiusure

Naide Pastore II A Cl,

Riuscire ad affrontare e soprattutto ad accettare le chiusure che la vita ci pone davanti non è una cosa facile, perché al nostro cervello non piace la parola "fine". Non piace perché questa parola viene spesso collegata a qualcosa di doloroso, ad un episodio triste. Ma la fine non è solo una fine, rappresenta sempre un nuovo inizio.

Chiudere un cerchio (la fine di un'amicizia, di una storia d'amore, di un percorso scolastico o di un'esperienza di vita) ed aprirne un altro implica spesso di passare attraverso una crisi. La parola "crisi" viene dal greco *κρισις*, ovvero "discernimento", "separazione", "punto di svolta", quindi possiamo dire anche una grande opportunità. E' un momento in cui mettendo un punto a quella determinata situazione si scorgono nuove possibilità alle quali prima non avevamo pensato o sulle quali non ci eravamo soffermati molto, portando comunque sempre con noi nella valigia delle esperienze ciò che ci è successo.

Il nostro passato vive dentro di noi e caratterizza il nostro presente. La vita molte volte ci porta verso strade non programmate, verso cose che mai ci saremmo aspettati di fare o di vivere. Infatti, è proprio il modo con cui le affrontiamo, con cui reagiamo quando finiscono che ci ha fatti diventare le persone che siamo ora. Lasciar andare è doloroso, è vero, nessuno dice e dirà mai il contrario, ma è necessario. Non possiamo rimanere fossilizzati all'infinito su quel che ci è successo e piangerci addosso, perché non c'è niente di eterno nella vita, tutto ha una sua fine e se è andata così vuol dire che un motivo c'è, nulla accade per caso. Anche la vita stessa ha un termine ed esserne consapevoli ci aiuta a godere a pieno di ogni suo attimo.

Mi piace immaginare che la vita non sia un viaggio unico con una sola meta, ma che abbiamo la possibilità di viaggiare molto e di arrivare in più luoghi. Ci sono momenti in cui dobbiamo scendere dal grande treno che essa rappresenta, senza rimandare la nostra fermata di arrivo, ma accettando che quel viaggio è finito ed abbandonare il vagone nel quale ci eravamo comodamente seduti per diverse ore, su una poltrona calda e confortevole, leggendo un bel libro e godendo di meravigliosi paesaggi, adagiati nella piccola realtà che ci eravamo creati e che ci faceva sentire al sicuro. Quando scendiamo dal treno è normale ed umano rimanere un attimo spiazzati, senza sapere cosa fare, dove andare, con chi stare, persi nella stazione ferroviaria che in quel momento ci sembra mille volte più grande di noi. E' fisiologico che la fine di una realtà che ci è appartenuta per del tempo ci destabilizzi ed il processo di accettazione della fine di questo viaggio può non essere immediato. Poi però, solo grazie al passare del tempo e al coraggio di rimetterci in gioco, dobbiamo riuscire a vedere altro e capire il significato che ha avuto quella chiusura, cosa ha significato realmente. Scopriremo che in quella fermata inaspettata ci rimarrà sia il piacere del viaggio che abbiamo fatto fino a quel momento, sia la meraviglia di un posto nuovo tutto da scoprire.

Ci sono e ci saranno chiusure importanti nella vita di tutti noi, momenti in cui non riusciamo a vedere la luce nemmeno con un binocolo e dai quali siamo convinti che non riusciremo più a tirarci su ed uscirne, anche a distanza di tempo. Chi non sa chiudere, però, non può riuscire ad aprire nuove strade, perché continua a vivere nel passato e nella paura di lasciare andare. E' proprio quando impariamo a lasciare andare ed accettare che tutto ha una fine, che troviamo il coraggio di metterci lo zaino in spalla e partire verso nuove avventure.

Non cerchiamo un momento giusto per affrontare le cose, non aspettiamolo con le mani in mano. Certo, magari ci sono dei momenti più giusti di altri, ma abbiamo anche la possibilità di crearceli, i momenti giusti, i nostri momenti giusti. Non rimaniamo in attesa, non perdiamo tempo prezioso, non rimandiamo. La vita va vissuta a pieno. Le emozioni vanno accolte, capite fino in fondo, non represse o ignorate. Tanto non possiamo tornare indietro, non possiamo cambiare ciò che è passato con una macchina del tempo, ormai è successo, ma possiamo invece fare qualcosa ed agire sul nostro presente per determinare il nostro futuro. Ci sono tante cose che non dipendono da noi e sulle quali non possiamo fare molto, ma su tante invece si.

Non può sempre splendere il sole. A volte il cielo si rannuvola, inizia a piovere e dobbiamo accettare che questo succeda, reagire. Invece di rinchiuderci in casa con la paura di uscire, prendiamo un ombrello e apriamo la porta. Anche la pioggia può avere il suo fascino.

Apertura e chiusura vanno a braccetto, sono come lo Yin e lo Yang, si completano l'un l'altra e non possiamo escludere dalla nostra vita una delle due.

“La solitudine dei numeri primi”: Un libro degno di nota

Marina Nerini, Caterina Bianco III B Cl,

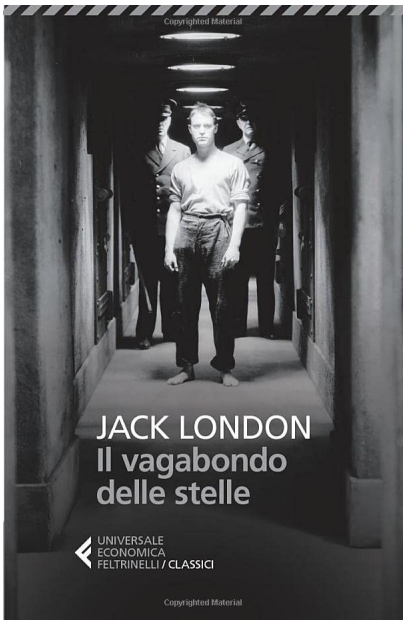
State cercando un libro capace di cogliere ciò che non si vede? Un appiglio a cui sorreggervi durante un periodo difficile o semplicemente confuso?
Be’, siete nel posto giusto, allora!

Questo libro è stato criticato a lungo per la crudezza con cui l’autore racconta sentimenti molto complessi. Il punto da sottolineare, secondo noi, è il materialismo apparente con cui lo scrittore descrive problemi concreti e contemporanei.
Paolo Giordano, infatti, non si comporta da persona idealista, ma punta direttamente alla realtà, che è così verosimile da apparire dannatamente triste.
Certo non è un libro semplice, da leggere d’estate, magari al mare e sotto l’ombrellone. Serve una particolare attenzione alle parole ed alle immagini che l’autore evoca tra le righe del racconto.
Tutto inizia con Alice, ancora bambina, e di lei viene raccontato con particolare enfasi il trauma subito nella primissima infanzia, che la porterà a vedere il mondo in maniera distorta. E così un singolo evento (una caduta dagli sci) influenzerà la vita della protagonista. Sembra una cosa da niente, perché a chi non è mai capitato di cadere durante uno sport?
Se andiamo ad osservare con più cura ogni elemento, però, capiamo che questo evento lascia una profonda ferita non tanto per quello che rappresenta in sé, ma per quello che comporta: aver deluso qualcuno di importante. Il padre, infatti, l’aveva obbligata a praticare questo sport, senza minimamente considerare i desideri della figlia, che - tra l’altro - odiava profondamente sciare. Scorrendo le pagine del libro vedremo che questo incidente sarà fonte di grande vergogna per la povera Alice.
Alla sua vicenda fa riscontro quella del coprotagonista, Mattia, a sua volta segnato da un evento non meno grave e doloroso: qualcosa che lo spingherà ad odiarsi in eterno e a crogiolarsi nei suoi pensieri, dandosi la colpa per l'avvenuto e desiderando continuamente che le cose fossero andate diversamente.
Così il trauma modella il carattere del personaggio, rendendolo riservato all'eccesso, ma non per pura timidezza, quanto per il terrore di perdere se stesso e gli altri intorno a lui. Quindi, come risponde a questo suo problema? Evita di avere rapporti con chiunque, eccetto che con Alice.
Tra i due nascerà dunque un rapporto particolare: niente di smielato o platonico e invece qualcosa di tremendamente morboso, che li condurrà a scelte sbagliate e a errori ripetuti nonostante i loro sforzi.
Ed è proprio così che funziona nella vita umana: gli uomini non sono macchine programmate per perdonare e non provare rancore. Gli umani sbagliano una, due, tre volte e questo non deve essere una vergogna, come insegna questo libro. La vita non sempre ha il finale che vogliamo, sta a noi lavorare in modo che prenda la piega che più preferiamo.
La particolarità di questa storia è che non si focalizza su una fase precisa della vita, ma le scorre tutte lentamente, sottolineando i punti cruciali di ciascuna età. L’infanzia pone le basi dell’adolescenza e può essere fonte di delusioni, di paure, ma anche di ricordi in cui rifugiarsi. Per Mattia ed Alice questo è un periodo particolarmente difficile, sia pure vissuto in maniera diversa.
Alice vive in una famiglia molto ricca, ma le manca ciò che vale davvero: l’affetto dei suoi genitori. Non c’è mai qualcuno che si preoccupi per lei, che le chieda come stia, se abbia mangiato, come sia andata a scuola. Così inizia a pensare che sia inutile badare a sé: anche se le succedesse qualcosa, non ci sarebbe nessuno genuinamente dispiaciuto di averla persa. Quindi si chiede se ne valga davvero la pena.
Per noi adolescenti è facile rivedersi in Alice: il desiderio di abbandonarsi a qualcosa o a qualcuno, senza poterlo mai fare davvero è piuttosto comune, purtroppo. Anche la figura di Mattia rappresenta qualcosa condivisibile da parte di molti di noi: il voler aver successo per nascondere un qualcosa che ci uccide lentamente, che ci fa sentire inutili o sottovalutati.
L’aspetto principale di questa storia è il numero, in tutta la sua essenza e complicatezza, sia dal punto di vista pratico che teorico.
Mattia, infatti, è un amante della matematica e si sente compreso in quell’ambito, mentre Alice è come se facesse parte di quel mondo senza esserne consapevole. Il titolo, non a caso, è proprio “la solitudine dei numeri primi”, ma sta a voi capire perché!
Durante la vostra lettura non dovete dare troppo peso alle singole parole.
Il nostro consiglio è quello di leggere il libro tutto d’un fiato, senza bloccarsi, senza analizzare niente.
Ogni cosa è strettamente collegata, niente è a caso e lo scoprirete solo dopo avere letto le ultime pagine!
Non sappiamo se vi abbiamo convinti a leggere “La solitudine dei numeri primi”, ma quel che è certo è che, se lo farete, non potrete che rimanerne soddisfatti.

Il Vagabondo delle Stelle

Lucrezia Secci IV B CL

Il problema delle condizioni di vita all'interno delle carceri è un tema che, fin da tempi remoti, esiste eppure viene molto trascurato.
Ne parlava già lo scrittore statunitense Jack London nell'ultima sua opera pubblicata nel 1915 — "Il vagabondo delle stelle"—, in cui affronta la scabrosa tematica della pena di morte e denuncia i maltrattamenti all'interno della struttura carceraria che ancora erano legalizzati. Purtroppo, a distanza di tanto tempo, ancora oggi si sa che i carcerati subiscono violenze sia sul piano fisico che su quello psicologico. Molti carcerati soffrono di grande depressione, e non è un caso che il tasso di mortalità all'interno delle prigioni sia aumentato: dall'inizio del 2022 in Italia ben 74 detenuti si sono tolti la vita; e infatti quest'anno si preannuncia come quello che farà registrare il più alto numero di suicidi in Italia dal 2009. Nel solo mese di agosto, per esempio, i casi sono stati 15; e l'età media delle persone che si sono tolte la vita è di 37 anni, i più giovani di 21 anni.

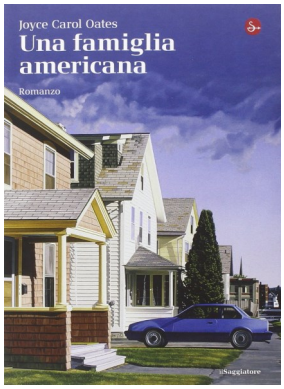


Il libro di London è ambientato nella prigione di San Quentin, negli Stati Uniti, alla fine dell'Ottocento; più precisamente siamo nel braccio della morte di quel penitenziario, poiché nello stato della California la pena di morte è ancora pienamente in vigore. Il carcerato protagonista e narratore della storia, Darrell Standing, ci racconta i suoi trent'anni di vita tormentata all'interno della prigione fino ai minuti prima di essere impiccato: "Caro lettore, io mi chiedo se riesci a farti un'idea o a intuire vagamente che aspetto ha un uomo malmenato o come diciamo noi carcerati 'pestato' . Ma no, non starò a raccontarlo, ti basti sapere che questi uomini febbricitanti e malmenati restarono senza acqua per sette ore". Così il protagonista inizia a raccontare la sua autobiografia all'interno del penitenziario. Trascorre dieci anni dentro una minuscola cella di isolamento dove subisce abusi: regolarmente, infatti, viene sottoposto alla tortura della camicia di forza, stretta fino quasi a togliergli il respiro; mangia il misero cibo che pochissime volte gli viene lanciato in cella; subisce quotidianamente i soprusi verbali delle guardie e colpi di manganello; e, soprattutto, è condannato a una condizione di perpetua solitudine.
Tuttavia in quella condizione disperata, con una feroce autodisciplina, si trasforma in un moderno e autentico sciamano che attraversa le barriere del tempo. Attraverso la tecnica della "piccola morte" è in grado di evadere da quelle strette mura della cella di isolamento e dal dolore della camicia di forza, facendo "morire" il corpo — anestetizzandolo, cioè, in modo da non sentire più sofferenza. In questo modo vive soltanto la sua mente, tramite la quale viaggia in diverse ere e luoghi a lui sconosciuti. Inizia dunque un viaggio che, secondo lui, dovrebbe chiarire il mistero della vita: " La vita è realtà e mistero, perché essa è estremamente diversa dalla pura materia chimica che fluisce con le nobili modalità delle idee. La vita prosegue, è il filo di fuoco che continua nelle modalità della materia. Io lo so. Io sono la vita".
Il protagonista, consapevole che sarebbe morto nella solitudine, in un luogo lugubre, crede fermamente nella reincarnazione e nella metempsicosi. Si dice cioè convinto che sarà solo il corpo a morire, al momento dell'esecuzione capitale; e spiega così come non avrebbe mai abbandonato il mondo, che la sua anima sarebbe vissuta in eterno. E queste convinzioni rinfaccia a tutte le guardie del carcere, ignoranti e superbe, che pensavano di poterlo uccidere definitivamente con l'impiccagione. Perciò Darrell, con simile consapevolezza, si avvicina alla fine della vita, davanti al patibolo, con una certa serenità, chiedendosi in cosa si sarebbe reincarnato in una prossima vita.
"Sono pazzi! Pensano di poter soffocare la mia immortalità con quel rozzo congegno della corda e del patibolo! Io camminerò. Io camminerò di nuovo e infinite volte sopra questa bella terra; io camminerò incarnato, sarò un principe e un contadino, un dotto e un giullare, me ne starò comodamente al posto di comando e infine a gemere sulla ruota".
Il personaggio, dunque, conclude affermando che la morte non esiste: "La morte assoluta non esiste, non esiste. La vita è Spirito e lo Spirito non può morire. Chi torna dall'isolamento lo chiama la morte in vita. Eppure io nei cinque anni di morte – in – vita sono riuscito ad ottenere una libertà che pochi hanno potuto conoscere. Chiuso dentro lo spazio limitato del detenuto, non solo ho potuto errare per il mondo, ma ho anche vagato nel tempo".

libro

Una Famiglia Americana

Carlotta Borghesi II A Cl,



I Mulvaney più che una famiglia sono un "clan" che tutti invidiano. Corinne è la madre, affettuosa e molto cattolica, Michael il padre rispettato, divertente e gran lavoratore che, con la sua florida impresa edile e laa famiglia così unita, viene rappresentato come uomo felice e realizzato. Possiamo dunque considerare i Mulvaney come la famiglia perfetta che abita in una casa animata da molti animali e da quella felicità che fin dall'inizio li circonda. Sembra il sogno di qualsiasi persona. Fin da subito, però, si percepisce che qualcosa deve succedere, non solo per gli svariati indizi che l'autrice dissemina nelle pagine, ma anche perché sembra tutto di fragile cristallo. La sera di San Valentino la figlia Marianne (spoiler) subisce una violenza. Questo fatto tragico farà rompere il cristallo. I perfetti Mulvaney, non resistono al colpo. Non riescono più a essere come prima. Ognuno di loro vive in modo diverso la tragedia che, in questo modo, inizia a dividerli. Rimangono così paralizzati dall'avvenimento da non riuscire più a parlare con la figlia, a parlare tra di loro. Ricevono un rifiuto da tutti. Quelli che prima Corinne e Michael consideravano amici diventano solo persone da cui stare alla larga. Pagina dopo pagina si sgretola l'idea stesasa di famiglia: l'ambiente accogliente che prima sembrava difficile da abbandonare diventa qualcosa da cui scappare. La società li ripudia e loro, in particolare Michael, iniziano ad avere una vita sregolata. La Oates, col proseguire del romanzo, afferma il suo talento nel fare vivere al lettore le prospettive dei personaggi, coinvolgendolo così sempre di più. Alcune parti sarebbero, forse, da discutere; e in particolare il finale potrebbe suscitare obiezioni, ma secondo me è plausibike. Non è sdolcinato, c'è sempre questa paura, da parte dei personaggi, di cadere un'altra volta, di tornare nella stessa situazione da cui erano riusciti a uscire. La Oates riesce a accompagnarci fino alla fine del libro con scorrevolezza non scontata, soprattutto grazie a una serie di riflessioni fatte dagli stessi personaggi. Questo libro è un insieme di argomenti analizzati da vicino che permettono di vedere un altro aspetto della società e di come potrebbe reagire una famiglia a un avvenimento imprevisto che, come per i Mulvaney, si rivela devastante. Una lettura consigliata.

mitologia

Fiori e Mitologia

Livia Bini, Elena Lascialfari, Emma Venturin, Margherita Bravi III C CL

alloro

L'alloro è una delle piante più note nell'antichità, in Grecia e anche a Roma. Era simbolo di trionfo tanto nelle imprese militari quanto nelle gare sportive. I vincitori, infatti, venivano coronati con rami di alloro intrecciati e questo rappresentava la massima onorificenza. La tradizione di premiare o celebrare con una corona di foglie di alloro permane e si diffonde anche negli ambienti intellettuali nel periodo del Medioevo e del Rinascimento e, ancora oggi, è tradizione di posare sul capo dei neolaureati una corona di alloro ("laureato" significa infatti "coronato di alloro"). Il mito sull'origine di questa pianta narra che un giorno il dio del sole, Apollo, si vantasse con Eros, di aver ucciso il serpente Pitone grazie alla sua grande abilità di arciere e alla qualità delle sue armi, deridendo e sminuendo il potere delle stesse armi, l'arco e le frecce, possedute dal dio dell'amore e non altrettanto efficaci. Eros, offeso dal comportamento di Apollo, volò allora in cima al monte Parnaso e lì preparò la sua vendetta: prese due frecce, una ben acuminata e dorata, destinata a far nascere l'amore per la persona divina o mortale su cui per prima si posava lo sguardo, ed un'altra, spuntata e di piombo, destinata a respingere l'amore. Fatto questo, colpì con la freccia d'oro il dio Apollo che pose il suo primo sguardo sulla ninfa Dafne, figlia di Gea e del dio fluviale Peneo (secondo altri Lacone), scagliando poi la freccia di piombo sulla stessa Dafne. Quando Apollo dichiarò il proprio amore alla ninfa, questa lo respinse e scappò via terrorizzata. Apollo la inseguì nel bosco e mentre stava per raggiungerla e afferrarla, Dafne, disperata, invocò l'aiuto di Gea e del padre che, per salvarla, la trasformarono in un albero di alloro. La metamorfosi avvenne sotto gli occhi di Apollo che disperato, si mise ad abbracciare il tronco nella speranza di riuscire a ritrovare la sua amata.

Il nome greco per indicare l'alloro è infatti "dafne". L'alloro divenne la pianta consacrata al divino Apollo, il quale viene raffigurato con una corona di rami d'alloro intrecciati sul capo.

giglio

Secondo la mitologia greca, il giglio era il fiore rappresentativo della Dea Era, emblema di purezza e di fedeltà coniugale. La leggenda narra che Zeus avesse generato Eracle dalla mortale Alcmena, moglie estremamente fedele dell'eroe Anfitrione, dopo averla tratta in inganno assumendo per una notte le sembianze di suo marito.

Benché Zeus si fosse ingegnato per non destare sospetti, sua moglie Era, dopo esser venuta a conoscenza di questo tradimento, giurò odio eterno al pargolo, in quanto risultato di un ennesimo atto di infedeltà compiuto dal suo consorte.

Era mantenne la sua promessa, infatti durante la vita di Eracle, non mancò mai un'occasione per metterlo alla prova. Tuttavia il profondo disprezzo che Era nutriva nei confronti di Eracle, non impedì a Zeus di amarlo come se fosse un figlio legittimo, pertanto, l'affetto che il re degli Dei provava per il bimbo era talmente grande e sincero da volerlo rendere immortale. Per far sì che la vita del neonato divenisse eterna, era necessario che Zeus convincesse Era a fargli da balia, ovviamente la Dea rifiutò, così Zeus escogitò un piano per aggirarla e ottenere ciò che voleva, sperando anche che dopo averlo nutrito, l'ira nella dea andasse scemando.

Mentre la sua consorte era assorta in un sonno profondo, il Dio le accostò il neonato al seno affinché bevesse, ma l'impeto di Eracle, estremamente affamato, svegliò la Dea che si divincolò facendo cadere il latte al suolo. Da queste gocce, germogliò un fiore con grandi petali candidi, che prese il nome di giglio.

Tuttavia appena il fiore venne avvistato dalla dea Afrodite, invidiosa per la sua bellezza, decise di profanarne la purezza inserendo al centro dei petali un vistoso pistillo giallo, il cui polline macchiava le mani di coloro che tentavano di coglierlo, rendendo così impossibile a tutti di appropriarsene e conservarne la purezza contemporaneamente.

menta

Secondo la mitologia greca la menta sarebbe stata creata dalla morte di una ninfa.

Mintha, la figlia del fiume infernale Cocito, viveva negli inferi ed era follemente innamorata di Ade. Il dio però si innamorò di Persefone, portandola con sé nel suo regno sotterraneo per sposarla. Mintha, travolta dall'ira, minacciò Persefone di conquistare il marito e di cacciarla dagli inferi. La dea infuriatasi, smembrò la ninfa e la trasformò in una piccola pianta insignificante.

Mosso dalla compassione, Ade donò alla pianta un dolce profumo che si sarebbe sparso fino ad arrivare alle sponde del fiume del padre della ninfa, per alleviare la disperazione del genitore, anche se Demetra, per vendicare ancora la figlia, condannò Mintha alla sterilità, impedendole di produrre frutti.

girasole

Presso alcune culture questo coloratissimo fiore è dono materiale da parte del dio Sole e per questo simbolo di immortalità. Ne ammiriamo campi sterminati e la simmetrica disposizione dei petali sgargianti, ma senza sapere quale affascinante storia si cela dietro la loro origine, tramandataci nella Metamorfosi di Ovidio.

Secondo la mitologia greca, vi era una bellissima ninfa di nome Clizia che era innamorata perdutamente del dio Apollo, tanto da guardarlo ogni giorno quando attraversava il cielo con il suo carro. Inizialmente il dio, lusingato da una tale perseveranza, ricambiò le aspettative dell'innamorata, tuttavia dopo non molto tempo interessò ad un'altra ninfa, Leucotoe, sorella di Clizia. Essa, venuta a conoscenza del fatto, non tardò a riferirlo al padre, il quale uccise la sorella. Apollo, irato con Clizia, continuò a disdegnare il suo amore e per questo la ninfa, sofferente, decise di rimanere immobile tutta la vita ad osservare Apollo e il suo carro. Il dio però provò pietà per la ninfa e decise di trasformarla in un bellissimo fiore che cambiava inclinazione in base ai movimenti del suo carro: il girasole.

Ecco che secondo la leggenda, questo fiore rappresenta l'amore non ricambiato e continua ancora oggi a seguire il cammino del sole dall'alba al tramonto.

Eliasson: come "Eliassarsi" dalla realtà

Irene Niccoli IV B SU, Francesco Tresca V B SU

Dal 22 settembre 2022 al 22 gennaio 2023 sarà possibile visitare la mostra *Olafur Eliasson: Nel tuo tempo* che prenderà luogo a Palazzo Strozzi, a pochi minuti di distanza dalla nostra scuola. Si tratta di una mostra innovativa, realizzata approfittando degli spazi e delle forme della struttura rinascimentale. Ha l'onore di essere la mostra più grande mai allestita, prima anche di quella in onore di Moebius al Mann di Napoli.

L'esperienza a Palazzo Strozzi è descritta così dall'artista stesso: "*Nel tuo tempo è un incontro tra opere d'arte, visitatori e Palazzo Strozzi. Questo straordinario edificio rinascimentale ha viaggiato attraverso i secoli per accoglierci, qui e ora, nel XXI secolo, non come semplice contenitore ma come co-produttore della mostra. Ognuno con le proprie esperienze e storie ci incontriamo nel qui e ora di questa mostra".*

Eliasson usa tale titolo per spiegare che in Palazzo Strozzi vuole far convergere una storia che ognuno senta come propria, i visitatori infatti sono trattati *non tanto come un ospite passivo, come uno sfondo, o persino un contenitore per l'esposizione, ma piuttosto come un co-produttore della mostra stessa*, come ne parla anche l'artista.

Durante l'intero percorso verranno utilizzato i vari elementi naturali, come acqua luce, che si sposano perfettamente con l'ambiente circostante e, giocando con la realtà, creano un'esperienza unica per i nostri sensi. Alla base del progetto c'è difatti il far integrare gli elementi architettonici, come ad esempio le finestre, con elementi appunto artistici moderni, come i riflessi e proiezioni che producono ombre e colori.

La visita si svolge in più ambienti che, suddivisi in tre aree principali, rendono oltremodo piacevolmente immersiva l'arte di Eliasson: il Cortile, il Piano Nobile (superiore) e la Strozzina (situata nella parte inferiore).

Appena entrati nel palazzo, ancora prima di fare il biglietto, lo sguardo sarà catturato dall'infrastruttura collocata sul soffitto del cortile interno, il cui nome è *Under the weather (2022)*: un assaggio iniziale di ciò che poi si sperimenterà lungo il corso dell'intera visita. Difatti, l'opera propone una riflessione sulla percezione e sul movimento in relazione allo spazio che ci circonda poiché man mano che ci si muove sotto all'opera essa si muove e cambia, ammorbidendo anche l'architettura ortogonale di Palazzo Strozzi.

Pagato il biglietto (5 euro per gli studenti) e salite le scale, si entra nel vivo delle opere, o per meglio dire, il palazzo sembra prendere vita, portandoti in una dimensione totalmente a sé stante e facendoti scordare tutto il resto. Due opere che ci sono particolarmente piaciute sono state *How do we live togheter* (2019) e *Room of one color* (1997).

La prima è composta da un semicerchio nero che, unito con lo specchio sovrastante, fa da tramite tra due mondi e provoca un senso di disorientamento nel visitatore; infatti, anche noi stessi che abbiamo visitato in prima persona la mostra abbiamo dovuto avere la conferma di un addetto alla sicurezza che si potesse passare tramite l'arco, a conferma di quanto l'illusione stessa a primo impatto può sembrare reale.

La seconda, è costituita da luci monofrequenza che emettono una ristretta gamma di luce gialla, la quale restringe i colori visibili a sfumature del giallo e del nero. L'esperienza serve per concretizzare il fatto che l'uomo è incapace di vedersi sotto una luce diversa, interessante è soprattutto vedersi monocolore e poi diventa strano ritornare alla realtà; esperienza sencondo noi da provare e da fotografare.

La visita poi è resa ancora più coinvolgente dal percorso di realtà aumentata al piano sottostante, che è assolutamente consigliato. L'esperienza è chiamata *Your view matter (*2022) e sfrutta la VR (Virtual Reality) per trasportare i visitatori in 6 spazi in base al grado di perfezione dei solidi indetto da Platone, dal tetraedro fino alla sfera.

Una novità dell'ultimo momento è che ogni martedì alle 18.00 gli studenti dell'Accademia di Belle Arti di Firenze potranno accompagnare i visitatori in *Pausa d'arte*, una speciale visita gratuita di 30 minuti alla mostra Olafur Eliasson: Nel tuo tempo. Ogni visita è dedicata a una selezione di opere tra le nuove produzioni realizzate dall'artista, legate tra loro in modo che il visitatore possa avere un viaggio ancora più immersivo, tali si svolgono senza prenotazione.

Personalmente consigliamo a tutti di andare a vedere questa mostra, soprattutto per ammirare un palazzo storico di Firenze sotto occhi diversi, reso moderno e innovativo dall'artista. Abbiamo apprezzato soprattutto come sono stati uniti l'ambiente rinascimentale di Palazzo Strozzi con la modernità delle sue opere.

Speriamo di avervi incuriosito, buona visita a tutti!

esperienza personale

La mia estate con Libera

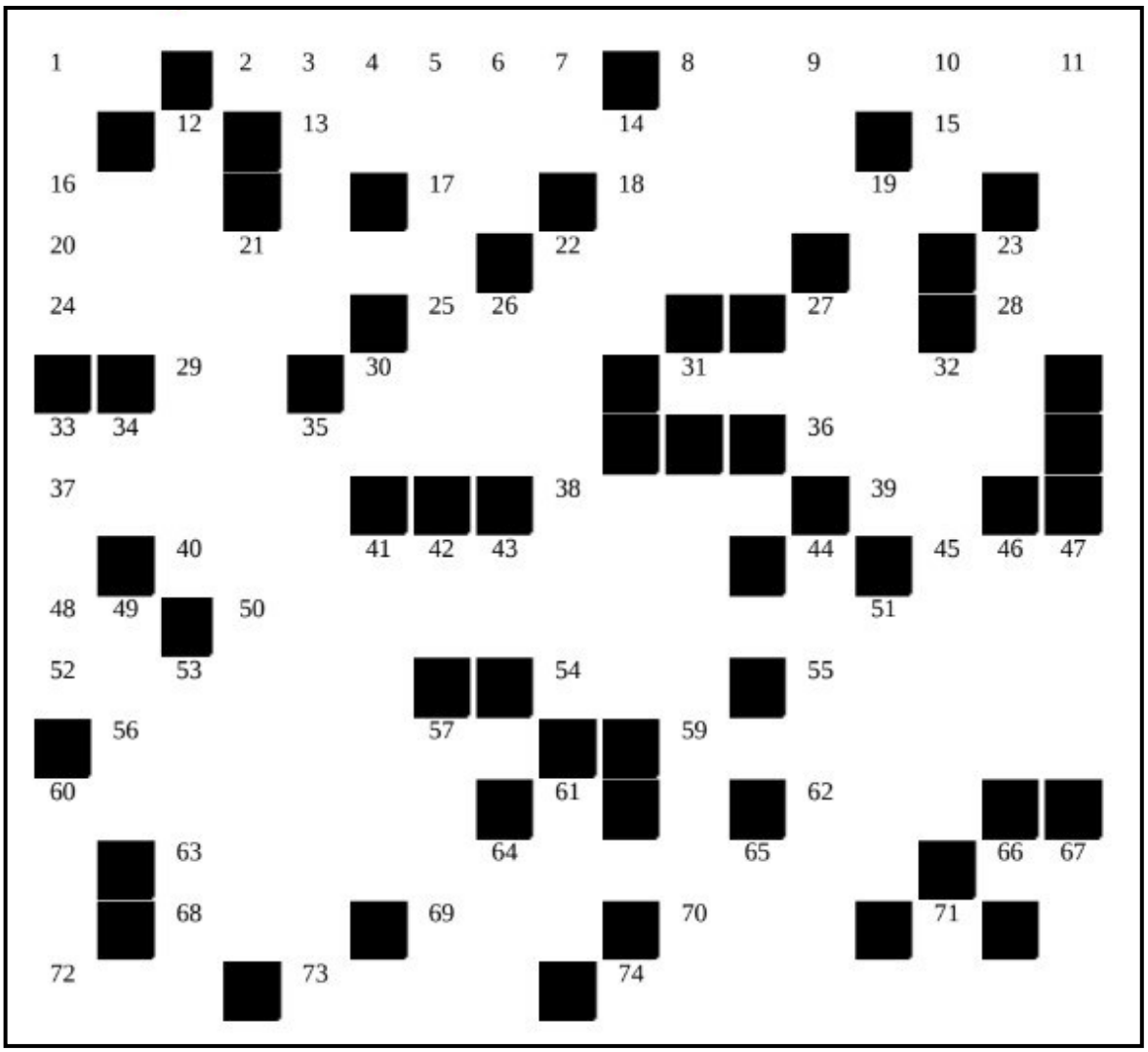
Martina Cenci IV B Cl,

A luglio dell'estate appena passata ho partecipato ad un campo di impegno e formazione organizzato da Libera, una rete di associazioni coinvolte nella lotta alle mafie e nella promozione di una cultura di legalità e giustizia sociale. Ho così trascorso una settimana nel quartiere di San Lorenzo a Roma con ragazzi e ragazze provenienti da tutta Italia. Ripensando a questa esperienza innumerevoli ricordi ed emozioni mi passano per la mente, ma se dovessi riassumere quella settimana in tre parole sarebbero **consapevolezza**, **condivisione** e **movimento**. La **consapevolezza** che sento di aver maturato in quei giorni è un bagaglio prezioso che porterò con me per sempre. Gli incontri e le riflessioni che abbiamo fatto sono stati estremamente formativi perché mi hanno permesso di conoscere realtà diverse che, nel loro piccolo, quotidianamente combattono le organizzazioni mafiose e contribuiscono a diffondere valori di comunità, pace e rispetto. Ci sono stati due momenti — o meglio, due incontri — che mi hanno profondamente toccata. Il primo è avvenuto il 19 luglio quando, insieme ad altri gruppi di Libera e alle istituzioni, abbiamo preso parte alla commemorazione della strage di Via d'Amelio nel giorno del 30° anniversario. Ricordare il magistrato Paolo Borsellino e i cinque agenti della sua scorta ha costituito un momento di profonda riflessione per me; pensare a un uomo che ha portato avanti il suo lavoro e le sue indagini nonostante le continue minacce, gli scoraggiamenti, la paura, l'ostilità di molti con cui ha avuto a che fare è un esempio di coraggio, di perseveranza e di vero eroismo che mi spinge a credere di poter cambiare le cose e fare la differenza anche minima, ma pur sempre significativa. Dopo la commemorazione abbiamo assistito alla presentazione del libro del giornalista Giovanni Tizian "Il silenzio. Italia 1992-2022", che ci ha permesso di meditare su ciò che è accaduto in questi trent'anni e sulle tante domande alle quali ancora non è stata data una risposta. Attraverso le parole di Tizian e le riflessioni dei miei compagni mi sono resa conto ancora meglio di come le mafie oggi non sparino ma colpiscano in silenzio: ciò che le rende invisibili e, per questo, più difficili da contrastare. È fondamentale praticare una memoria viva, raccontare, domandare, informarsi. L'arma più potente che abbiamo a disposizione per combattere le mafie è la parola: la forza di una parola, di una voce unita ad altre. Le voci, le grida di verità e giustizia sono quelle che fanno paura alla mafia. A proposito di voci, una in particolare mi ha colpito, quella di Alessandro Antiochia, un parente di una vittima di mafia. A questo secondo incontro si collega la parola **condivisione**. Alessandro infatti ha scelto di condividere con noi la storia di suo fratello, Roberto, al quale è intitolato il presidio di San Lorenzo. Roberto era un ragazzo come tanti, divenuto poliziotto a soli diciotto anni e poi assegnato alla squadra mobile di Palermo. Iniziò così a collaborare con l'amico e collega Ninni Cassarà in indagini delicate su Cosa Nostra. Alessandro ci ha detto che Roberto, nonostante fosse consapevole dei rischi che correva a Palermo, decise di rimanere e portare avanti la sua lotta alla mafia. Il giorno della sua morte Roberto non doveva essere in servizio ma si era offerto per scortare l'amico Cassarà. Fu ucciso a soli 23 anni il 6 agosto del 1985 a colpi di kalashnikov dagli uomini di Cosa Nostra. La vita spezzata di Roberto deve suscitare in tutti noi la rabbia, il dolore e la forza di trasformarli in azione, in testimonianza e coraggio. Non credo che mi scorderò mai il volto di Alessandro mentre ci raccontava di suo fratello, il dolore misto ai ricordi. Ci sembrava che Roberto fosse lì con noi, perché in quel momento le parole del fratello ce lo stavano facendo un po' conoscere.

La parola condivisione in quella settimana ha assunto un significato importante perché di fatto stavamo vivendo e condividendo momenti speciali e irripetibili che non avremmo mai scordato. La bellezza della facilità con la quale in pochi giorni si sono formati legami che, credo e mi auguro, rimarranno per sempre. Ho incontrato persone diverse, ognuna con la propria storia, provenienti da città differenti e mi sono sentita a casa: eravamo in sintonia, tutti avevamo scelto di prendere parte al campo e metterci in gioco. Alla fine della settimana mi sono sentita arricchita, piena di motivazione e fiducia in me stessa e negli altri. Proprio a questa sensazione si collega l'ultima parola: **movimento**. L'esperienza con Libera mi ha messa in movimento, letteralmente perché sono andata a Roma ma anche emotivamente, perché mi ha fatto vivere tanti momenti diversi di spensieratezza, riflessione e divertimento. Dentro di me si è attiva la voglia di mettermi in moto per fare qualcosa di concreto e per sentirmi parte di questa lotta che consiste nel sensibilizzare e nell'informare su cosa sia il fenomeno mafioso, ma anche nell'intercettare tutti i giorni i comportamenti di omertà e prevaricazione messi in atto anche dai miei coetanei. Combattere la cultura mafiosa prima di combattere la mafia. Vorrei concludere citando le parole di Don Luigi Ciotti stampate dietro le nostre magliette: «Non basta commuoversi bisogna muoversi».

Cruciverba

Tommaso Brancale III B Cl,



ORIZZONTALI:

1.Padova; 2.Pierfrancesco (attore); 8.Famosa marca di zaini; 13.In alpinismo, piccola fenditura verticale in parete rocciosa; 15.Strada in francese; 16.Fumettista degli Scottecs; 17.Computer; 18.In cielo la notte; 20.Pena corporale allo scopo di estorcere dichiarazioni; 22. Davini (attore) 23.Dopo il Mi; 24.Lido, famosa località di mare in 39.Il mago di ....; 40.Polo sud; 45.Filosofia giapponese derivata dal buddismo; 48.Torino; 50.Inap- puntabile, impeccabile; 52.SITuation COMedy; 54.Sottogenere del rock più riflessivo; 55.Film con Sylvester Stallone (non Rocky); 56.Aggettivo usato per definire qualcosa di lontano dalla sfera ecclesiastica; 59.Forma più forte di mai; 60.Nel panettone (singolare); 62.Lega nazionale americana

VERTICALI:

1.”Sugo” genovese; 3.H2o; 4.Imperativo di andare; 5.1^ persona singolare passato remoto del verbo imparare; 6.Newly Industrializing Countries; 7.No al contrario; 8.Hg; 9.Nota dopo il Fa; 10.Prefisso per indicare un “prima”; 11.Panino/piadina halal; 12.Gentilezza; 14. .....selva selvaggia e forte; 19. 3^ persona singolare passato remoto di lasciare; 21.Uccisione di un tiranno; 22.Piace a chi ha manie di protagonismo; 27.Pace in latino; 30.Gran Premio; 32.Grinta in napoletano; 33.Canti in inglese; 34.Articolo determinativo maschile; 35. Furto, ruberia sotto apparente legalità; 41.Mani in alto, sono.....; 42.Sovrano; 43.Topo senza o; 44.Dittature nell’antica Grecia; 46.Isola toscana; 47.Giovani in greco; 51.Cerbiatto di un cartone Disney; 53.Bici a due posti; 57.Luogo in latino; 60.Dopo l’aperitivo; 61.Diminutivo di Emanuele; 64.Cantante autore della celebre

giochi

Sudoku

Francesca Poli , IV B CL

		3	5					
	7			4	2		8	
9						3		4
2		1			9	5		
		4	8		3			1
				7			4	
8					3	7		
		7			5			6
6			9					2

REDAZIONE

Pietro Pacini III B CL
Otto Bianchini III B CL
Lavinia Lamberti IV B CL
Orlando Brouwer II A CL
Maria Vittoria Fanelli IV B CL
Enrico Bianchi IV B CL
Giacomo Picchi IV B CL
Giulia Giannattasio III B CL
Ludovico Zorzit IV A CL
Florence Kiniger Passigli II A CL
Elettra Papini III B CL
Naide Pastore II A CL
Marina Nerini III B CL
Caterina Bianco III B CL
Lucrezia Secci IV B CL
Carlotta Borghesi II A CL
Livia Bini III C CL
Elena Lacialfari III C CL
Emma Venturin III C CL
Margherita Bravi III C CL
Irene Niccoli IV B SU
Francesco Tresca V B SU
Martina Cenci IV B CL
Tommaso Brancale III B CL

Potete inviare un vostro contributo (non anonimo) alla nostra e-mail:

hermes.ilmessaggero.redazione@gmail.com

Caporedattori: Mariachiara Berni, Eleonora Ascolese, Asia Pinzauti

Copertina: Alice Manetti, Viola Mattoni IV CL

Grafica: Lorenzo Nepi IV C CL, Zoe Antonucci, Gabriele Masseti III B CL

Docenti Referenti: prof.ssa Elisabetta Amalfitano, prof. Francesco Contini, prof.. Luca Soverini

BUONE VACANZE!!!