



Frammenti di letture in transitò

di Massimo Palazzo



In Danimarca ci sono biblioteche in cui è possibile prendere in prestito una persona anziché un libro per ascoltare la storia della loro vita per 30 minuti. Obiettivo? Lotta contro i pregiudizi: ogni persona ha un titolo, come, disoccupato, rifugiato, bipolare, ma ascoltandolo , ti renderai conto di quanto non dovresti giudicare un libro dalla copertina . Un progetto innovativo e geniale, attivo in cinquanta paesi.

La storia della moka Bialetti: L' idea per la realizzazione della prima caffettiera come la conosciamo oggi venne ad Alfonso Bialetti, intento ad osservare alcune massaie di Omegna lavare i panni in riva al lago. Pare che le donne stessero adoperando una sorta di mastello bucherellato ove erano posti i panni da lavare, sotto ad esso un secondo mastello contenenti cenere e sapone. A contatto con l'acqua la lisciva andava in ebollizione, trascinando così oltre il filtro e quindi sul bucato. Bialetti pensò bene di sfruttare il medesimo sistema applicato alla futura Moka Express. Perché la caffettiera si chiama moka? Perché prende il nome della città dello Yemen, Mokha, in passato ricco mercato del caffè.

Nel 2012 un branco di elefanti ha marciato 12 ore verso la casa di Lawrence Anthony dopo la sua morte, l'uomo che li ha salvati. Rimasero lì in silenzio per due giorni. Esattamente un anno dopo la sua morte, lo stesso giorno, il gregge marcì di nuovo a casa sua. È qualcosa che la scienza non può spiegare. Molto bello il libro "L' uomo che parlava agli elefanti".

Il Dr. Jacinto Convit lo scienziato che ha sviluppato il vaccino per combattere la lebbra stava ancora lavorando per trovare un vaccino contro il cancro nel giorno del suo centesimo compleanno. Descritto come un eroe popolare non ha mai addebitato a un paziente le cure che ha dato. Il suo ultimo studio è stato pubblicato all'età di 100 anni nel 2013 ed è morto nel 2014.

Nel 1950 Curt Richter, un professore universitario, condusse un esperimento inquietante con alcuni topi per studiare quanto tempo potevano sopravvivere prima di annegare. Prima prese una dozzina di topi, li mise in un barattolo di cristallo, li riempì con acqua e osservò come annegavano. Le brocche erano troppo grandi, quindi non potevano aggrapparsi ai lati, o saltare fuori. In media, smettevano di resistere dopo circa 15 minuti. Ma Richter ha dato una svolta al suo esperimento. Poco prima che morissero di stanchezza, i ricercatori tiravano fuori i topi dai barattoli, li asciugavano e li lasciavano riposare per qualche minuto per rimetterli dentro per un secondo turno. Quanto pensi che siano durati i topi? Altri 15 minuti? 110 minuti? No, 60 ore. Non è un errore i topi hanno nuotato per 60 ore. I risultati hanno dimostrato che dopo aver salvato i topi poco prima che annegassero, ha fatto nuotare circa 240 volte di più quando li ha rimessi dentro il barattolo. C'è stato un topo che ha nuotato per 81 ore. La conclusione è che i topi hanno creduto che

sarebbero stati salvati, e per questo hanno continuato a nuotare ad un livello che precedentemente si è pensato fosse impossibile. Questa storia è spesso spiegata in psicologia positiva come esempio dell'importanza della speranza e dell'ottimismo. È ovvio che la maggior parte delle persone può fare di più quando ricevono incoraggiamento o stimoli, e si fermano o abbandonano quando non hanno speranza o sufficiente apprezzamento.

Fino a tre secoli fa i nostri antenati non dormivano come noi le classiche 8/9 ore consecutive, ma suddividevano il riposo notturno in due fasi: si svegliavano nel cuore della notte, svolgevano per 2/3 ore varie attività, poi tornavano a letto fino al sorgere del sole. La necessità di dormire 8 ore di fila per notte è recente nella storia dell'uomo; lo dice uno studio del prof Roger Ekirch della Virginia Tech University basato su centinaia di riscontri storici e prove scientifiche, pubblicato dopo 15 anni di ricerca. Secondo Ekirch fino al diciottesimo secolo i nostri avi praticavano il sonno bifasico. Seguendo i ritmi della natura, la loro giornata si concludeva poco dopo il tramonto; il riposo, diviso in due fasi di 4 o 5 ore ciascuna (primo sonno o secondo sonno) era inframezzato da un paio d'ore di veglia. Questo schema sarebbe scomparso con la rivoluzione industriale e l'arrivo dell'illuminazione artificiale, e già nel 1920 l'idea del sonno bifasico era sparita dalla nostra coscienza sociale. Cosa si faceva durante le ore di veglia notturna? Certamente utile e strategica per attività come mantenere il fuoco acceso o stare di vedetta, la pausa fra i due sonni, in ambienti domestici e silenziosi, tranquilli e privi di distrazioni, era utilizzata per rilassarsi, riflettere sulla giornata appena trascorsa, pregare, meditare, sbrigare piccole faccende, chiacchierare con il compagno di letto. Oggi il ciclo monofasico basato sulle 8 ore di sonno è un dogma ma non è detto che sia il modo più naturale di dormire, visto che cambia anche durante la vita di un essere umano: dal sonno polifasico del neonato, a quello bifasico del bambino (che dorme a lungo nel pomeriggio) al monofasico tarato sul ciclo giorno notte dell'adulto, di nuovo al polifasico della terza età con frequenti sonnellini diurni. C'è chi fa notare che la fase rem, l'unica in cui si sogna e si riposa davvero, non dura più di due ore per notte. E non è un caso che il sonno polifasico, comune tra l'altro a diversi animali, attragga oggi personaggi come, Donald Trump o Madonna, che tentano di asservirlo alle loro esigenze professionali. Forse perché pare fosse pratica comune a diversi geni, da Edison a Tesla da Napoleone a Franklin, fino a Leonardo Da Vinci che sembra dormisse 20 minuti ogni 4 ore, per un totale di due ore ogni 24 ore.

Una ricerca scientifica ha dimostrato che il miglior modo di spendere i soldi è spenderli per viaggiare. Infatti, fare nuove esperienze, stare all'aria aperta, fare nuova attività, vedere musei e mostre aprono vie verso la felicità. Il Dott. Thomas Gilovich professore di psicologia della Cornell University ha studiato per decenni la relazione tra denaro e felicità scoprendo che mentre dopo un po' ci si abitua ai beni materiali non ci si abitua mai ai bei ricordi che si possono creare andando in viaggio. Infatti, le nostre esperienze fanno parte di noi, sono dentro di noi, cosa che non si può dire per i beni materiali.

Nel 1922, presso l'Università di Toronto, gli scienziati andarono in un reparto ospedaliero con bambini diabetici, la maggior parte in coma e morenti di chetoacidosi diabetica. Questo è uno dei momenti più incredibili in medicina. Immaginate una stanza piena di genitori seduti accanto al letto in attesa dell'inevitabile morte del figlio. Gli scienziati passarono da un letto all'altro e iniettarono un nuovo estratto purificato nei bambini. Quando iniziarono a iniettare l'ultimo bambino malato, il primo bambino iniettato cominciò a

svegliarsi. Poi uno per uno, tutti i bambini si svegliarono dai loro comi diabetici. Una stanza di morte e dolore diventò un luogo di gioia e speranza. Dr. Banting e Dr. Best.

Anno 1926: Nikola Tesla predisse come sarebbero stati i telefoni cellulari di oggi. Quando riusciremo ad applicare la tecnologia wireless alla perfezione, l'intera terra diventerà un enorme cervello. Saremo in grado di comunicare tra noi istantaneamente, indipendentemente dalla distanza. Non solo: attraverso la televisione e la telefonia potremo vederci e ascoltarci perfettamente come se fossimo faccia a faccia, anche se ci sarà una distanza di migliaia di chilometri. E gli strumenti attraverso i quali potremo farlo saranno incredibilmente semplici rispetto al nostro attuale telefono. Un uomo potrà portarne uno nella tasca della giacca.

Per alcuni giorni nel mese di giugno tutta la Cina si ferma per il Gaokao, l'esame più difficile al mondo. Sono circa dieci milioni i diciottenni che ogni anno devono affrontare la temutissima prova di ammissione alle università. I posti disponibili sono 6 milioni e mezzo, ma solo per un ragazzo su 50 mila si avvererà il sogno di entrare in uno dei migliori, ambitissimi atenei del paese. Il Gaokao (esame alto) è incredibilmente impegnativo, prevede una serie di prove (tutte scritte e a risposta chiusa) di 3 ore l'una nell'arco di 2 giorni. Il contenuto è unico in tutta la Cina: 3 test uguali per tutti (cinese, matematica, inglese) più altri 3 a seconda se il candidato sceglie l'area umanistica (storia, politica e geografia) o scientifica (fisica, chimica e biologia). La pressione psicologica è enorme, perché l'accesso alle migliori università determinerà la carriera e la vita futura dei ragazzi. Insomma, il Gaokao è visto come la prova chiave per aggiudicarsi un posto migliore nella società e non c'è da stupirsi se fin dalle elementari è l'incubo di tutti gli studenti, nonché la causa quasi esclusiva (93%) dei suicidi di adolescenti. Nelle settimane che precedono i test ogni impegno che non sia di studio è cancellato, i genitori, se possono, lasciano il lavoro per supportare i figli, preparare i pasti ed evitargli qualsiasi impegno che potrebbe distrarli. Ma è tutto il paese che vive il Gaokao come un evento: nei tre giorni clou le fabbriche e i cantieri chiudono, le auto non possono suonare il clacson, i lavori stradali sono interrotti e quelli rumorosi sono proibiti anche negli uffici, il traffico viene deviato per evitare ritardi all'esame, la polizia sorveglia che non ci siano disturbi. Per insegnanti e autorità poi scoprire chi copia o imbroglia in qualunque modo è un'ossessione: nei giorni delle prove gli studenti non possono uscire dalla scuola, che è sorvegliata dalle forze dell'ordine, agli ingressi passano il metal detector e dallo scorso anno per controllarli sono usati anche i droni. E chi copia o aiuta a copiare rischia di finire in prigione con una pena fino a 7 anni. L'ammissione è su graduatoria, ma un punteggio anche molto alto può non bastare: gli studenti, infatti, prima dell'esame indicano l'ordine dei 3 atenei preferiti ma il numero di posti disponibili è limitato. Se nessuna delle tre scelte è possibile si viene retrocessi a corsi di secondo piano. Il risultato arriva simultaneamente in tutto il paese dopo un mese, e per gli ammessi finalmente iniziano lunghi festeggiamenti con amici e parenti.

Fino a qualche decennio in Sardegna si praticava l'eutanasia. Era compito di Femmina *accabadora* procurare la morte a persone in agonia. S'*accabadora* era una donna che, chiamata dai familiari del malato terminale, provvedeva ad ucciderlo ponendo fine alle sue sofferenze. Un atto pietoso nei confronti del moribondo ma anche un atto necessario alla sopravvivenza dei parenti, soprattutto per le classi sociali meno abbienti: nei piccoli paesi lontani da un

medico molti giorni da cavallo, serviva ad evitare lunghe e atroci sofferenze al malato. La femmina *accabadora* arrivava nella casa del moribondo sempre di notte e, dopo aver fatto uscire i familiari che l'avevano chiamata, entrava nella stanza della morte: la porta si apriva e il moribondo, dal suo letto d'agonia, la vedeva entrare vestita di nero, con il viso coperto, e capiva che la sua sofferenza stava per finire. Il malato veniva soppresso con un cuscino, oppure la donna assestava il colpo di su *mazzolu* provocando la morte. S'*accabadora* andava via in punta di piedi, quasi avesse compiuto una missione, ed i familiari del malato esprimevano profonda gratitudine per il servizio reso al loro congiunto offrendole prodotti della terra. Quasi sempre il colpo era diretto alla fronte. Il termine *accabadora* viene dallo spagnolo *acabar* che significa finire. In Sardegna ha esercitato fino a pochi decenni fa, soprattutto nella parte centro settentrionale dell'isola. Gli ultimi episodi noti avvennero a Luras nel 1929 e a Orgosolo nel 1952. Oltre i casi documentati, moltissimi sono quelli affidati alla trasmissione orale e alle memorie di famiglia. La sua esistenza è sempre stata ritenuta un fatto naturale, come esisteva la levatrice che aiutava a nascere, esisteva s'*accabadora* che aiutava a morire. Si dice che spesso fosse la stessa persona e che la differenza era solo nel colore dell'abito nero per la morte bianco per una nuova vita.

Allora cosa faremo?

L'amore.

Davvero?

Sì

Perfetto allora mi spoglio.

E perché ti togli i vestiti?

Per fare l'amore.

E chi ti ha detto che devi spogliarti per fare l'amore?

Che io sappia, si fa così.

No, quello non è amore, quello è possesso.

Non capisco, e come si fa?

Lasciati addosso i vestiti e parliamo fino a stancarci, fino a provare a decifrarci, fino a conoscere tutto a memoria, fino a scoprire i nostri segreti più profondi, fino a scioglierci solo guardandoci, fino a quando questi occhi si stanchino e mi obblighino a dormire.

E proverai a tenerli ancora aperti?

Sì solo per vederti.

Charleston Bukowski