



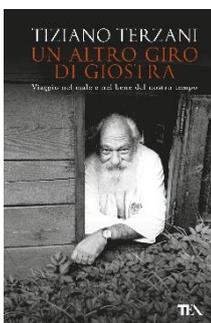
Frammenti di letture in transito

di Massimo Palazzo



Tra i borghi interessanti della Toscana c'è Barga in Garfagnana luogo associato a Giovanni Pascoli che qui visse dal 1895 al 1912. La sua abitazione conserva ancora gli arredi originali è casa museo aperta al pubblico. Oltre a questo Barga custodisce un mistero a molti sconosciuto intorno alla Collegiata di San Cristoforo. La chiesa dall'alto della sua posizione, domina l'intero borgo offrendo una vista mozzafiato

su tutta la Garfagnana. L'edificio realizzato in stile romanico ospita numerose opere d'arte ma, quello che suscita particolare interesse tra esperti e visitatori, è la misteriosa incisione situata sul lato destro dell'attuale portone d'ingresso che, ad oggi risulta ancora indecifrata. La stringa dell'epigrafe, composta da lettere latine, greche e da alcuni simboli ripetute tre volte, ha suscitato la curiosità di personaggi illustri del passato. Nonostante i numerosi tentativi di decrittazione, il significato della scritta resta ancora un segreto. Sono davvero tante e variegate le letture attribuite a questa misteriosa scritta nel corso dei secoli: qualcuno ipotizzò che fosse stata scritta in Sabeo, un dialetto della lingua sudarabica, altri alle consacrazioni della chiesa, altri la collegarono al mondo della massoneria. Ad aumentare la curiosità, il fatto che la stessa scritta si trovi anche all'ingresso di altri edifici di culto, nel Battistero di Pisa, nella chiesa di San Frediano e nella chiesa di SS Cosma e Damiano non più esistente. Potrebbe trattarsi di un messaggio occulto e il mistero si infittisce sempre di più.



Anche nel libro di Tiziano Terzani "Un altro giro di giostra" lo scrittore cita il Duomo a Barga in Garfagnana ma non riguardo all'incisione dal significato sconosciuto. Scrive così:

Bisogna riportare una dimensione spirituale nelle nostre vite ora intrappolate nella pania della materia. Dobbiamo essere meno egoisti, meno presi dall'interesse personale più dedicati al bene comune. Bisogna riscoprire il senso di quel meraviglioso, lapidario messaggio sulla facciata sul Duomo di Barga in Garfagnana che lessi da ragazzo durante una gita scolastica e che da allora mi è rimasto impresso nella memoria "Piccolo il mio grande il nostro"

Il poeta americano W. S. Merwin aveva una caratteristica che lo distingueva dai contemporanei, la sua tecnica di scrittura e narrazione. Infatti, usava esclusivamente lo stile indiretto e non usava la punteggiatura.



Joyce, secondo il suo flusso di coscienza, non usava punteggiatura. Esempio nel monologo di Molly Bloom che conclude l'Ulisse.

Lo scrittore americano Chuck Palaniuk usa invece una scrittura sincopata, con tante interruzioni per creare ansia al lettore.

Saramago in alcuni libri non la usa proprio.

Ho chiaramente visualizzato che nei processi negativi tutti ti abbandonano.

Media, pubblico, calciatori, amici.

E questo è naturale, è proprio della condizione umana purtroppo!!!!

Ci avviciniamo a chi profuma di buono e il successo migliora sempre l'aroma di chi lo vive da protagonista e attira chi vuole apparire senza meriti.

Ci allontaniamo da chi puzza di insuccesso perché pensiamo sempre che nella sconfitta ci si possa sentire malandati e non è così...

Questo non è un reclamo, è la descrizione di qualcosa che vivo da 30 anni e che si ripete in qualsiasi attività umana... nel quotidiano insomma.

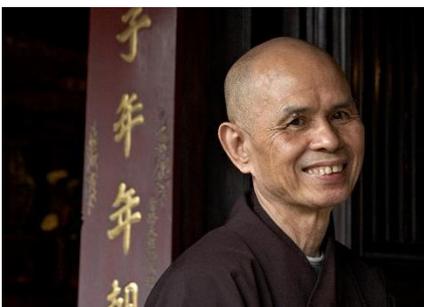
Nessuno ti accompagna per aiutarti a vincere, a crescere e a migliorarti... ma tutti ti accompagnano se stai vincendo o hai già vinto...

È una legge della vita... sbagliata, ma è così

Marcelo Bielsa



Uno dei cammini più belli è nato nell'anno 990 per merito di Sigerico il vescovo di Canterbury. In quell'anno compì uno dei pellegrinaggi più famosi della storia quello da cui è nata la Via Francigena moderna. Sigerico camminò per ottanta giorni arrivò alla meta, cioè Roma, incontrò il papa, si fermò solo tre giorni e ripartì per altri ottanta giorni di cammino. È Roma o sono i centosessanta giorni di cammino l'aspetto più importante del pellegrinaggio?



Thich Nhat è stato un monaco buddista, poeta e attivista vietnamita per la pace. Ha scritto molti libri uno in particolare "meditare camminando". Ovunque lui andasse organizzava delle camminate collettive e insegnava i principi di base per apprendere questa tecnica. Pratiche simili si trovano in differenti culture lontanissime tra loro. Esercizi uguali, espressi con linguaggio differente, vengono proposti dagli sciamani toltechi, quelli che ci ha fatto conoscere Carlos Castaneda con i suoi libri. Don Juan nei libri di Castaneda non ne parla se non

di sfuggita, ma i suoi seguaci sono tornati in queste regioni del Messico e hanno riportato queste pratiche, che loro chiamano camminate dell'attenzione. Anche nei pellegrinaggi medievali il camminare era uno strumento, e non un semplice mezzo di trasporto. I pellegrini partivano per curare mali fisici ma anche problemi interiori, e il camminare era la vera meta del pellegrinaggio, e non solo il semplice mezzo per arrivare a Santiago o a Roma. La camminata base, la tecnica da cui partire per provare questa pratica, è apparentemente molto semplice. Gli sciamani



toltechi, come detto in precedenza la chiamano camminata dell'attenzione, i maestri zen camminata consapevole. Si cammina da soli o in gruppo. In fila indiana, o in ordine sparso. Ci si concentra sul proprio respiro, sincronizzandolo con i passi. Per esempio, faccio due passi mentre inspiro, e poi espiro facendone altri due. Il respiro non deve essere forzato, accentuato, ma rilassato. Per aiutarci a essere consapevoli sia del respiro che dei passi, possiamo contare. Oppure possiamo usare una frase rituale, un mantra, per esempio Thich Nhat suggerisce *si si* in ispirazione e *grazie grazie* in espirazione. Mantra in sanscrito significa proprio liberare la mente dai pensieri, ed è questo l'obiettivo. Concentrando l'attenzione sui passi e sul respiro, liberiamo la mente da altri pensieri, per rimanere ancorati sul qui e ora del nostro cammino. Questa è la presenza mentale degli orientali. Poi ci sono le difficoltà. Noi occidentali abbiamo una mente che corre, che vaga e non sa stare ferma. Allora non dobbiamo arrabbiarci se non riusciamo a liberare la mente, ma dobbiamo lasciare che i pensieri ci arrivino come vocine nella testa entrino ed escano, lasciamoli passare, consideriamoli come dei suoni esterni a cui dare poca attenzione. La velocità non è importante ma più riusciamo ad andare piano, più la meditazione è profonda. In più, prestiamo attenzione al nostro passo. Non camminiamo come bisonti, lasciando cadere il piede per terra, controlliamo i nostri piedi, costruendo una camminata leggera e ferma, solida e silenziosa, calma e dignitosa. Gli sciamani conoscono circa quaranta camminate diverse, alcune delle quali trascendono le normali percezioni, conducendo a stati alterati di coscienza, simili all'effetto di droghe. I buddhisti sono meno sistematici, lavorano meno sulle tecniche, non sono interessati agli stati alterati, ma vanno più in profondità, rallentando sempre più il passo, liberando sempre più la mente. Utilizzare il camminare come meditazione può essere un buon esercizio che si può praticare con regolarità o quando serve. Per aiutarci quando siamo stanchi e preoccupati. È importante anche ricordare che una vera pratica zen non si impara solo sui libri, ma serve il contatto con il maestro e l'esercizio costante.

In Spagna è stato ritrovato il 13 marzo un semi sommergibile fatto in casa usato per recuperare e trasportare cocaina dal Sudamerica non è il primo e non è una novità. L'uso di sommergibili per trasportare stupefacenti è noto da tempo. I cartelli della droga colombiani e brasiliani iniziarono a farne uso già dai primi anni duemila per trasportare stupefacenti in Messico e negli Stati Uniti. Lo scopo? Non essere intercettati dai radar, sonar e sistemi a infrarossi usati dai due paesi.



Oggi i mezzi costruiti e utilizzati sono sempre più grandi, arrivano fino a oltre 30 metri di lunghezza, e sono molto capienti. Il fenomeno dell'utilizzo di questi mezzi è talmente in espansione che è addirittura possibile noleggiarli. Sono nate delle vere e proprie organizzazioni che si dedicano alla progettazione e alla costruzione di semi sommergibili e al loro noleggio ai narcotrafficienti. Questo fenomeno è sempre più comune: in base ai dati. E alle indagini della DEA, l'agenzia statunitense che applica le politiche sulle droghe, più del 60% della cocaina in arrivo negli Stati Uniti a partire dall'America del Sud viene trasportata a bordo di narco sottomarini. Al momento però, le agenzie governative incaricate di contrastare questo tipo di traffici riesce a intercettare solo un quarto delle imbarcazioni.



La Statua della Libertà, simbolo degli Stati Uniti, è stata in realtà costruita dai francesi, tuttavia prende ispirazione da una grande statua che si trova in Italia. Federic Auguste Bartholdi, lo scultore che si occupò della statua, cercò di capire come costruirne una alta decine e decine di metri. La soluzione fu quella di realizzare una struttura con un rivestimento in fogli di rame battuto: e qui entra in gioco il monumento italiano. Bartholdi si recò ad Arona, in Piemonte, dove esisteva già una statua simile alta 35 metri, la più alta del mondo fino a quel momento. Il colosso

di San Carlo Borromeo, o Sancarlone, un'opera realizzata tra il 1624 e il 1698 dagli scultori Siro Zanella e Bernardo Falconi su un progetto di Giovan Battista Crespi. La statua del Sancarlone si regge in piedi grazie a un sostegno interno fatto di pietra, mattoni e ferro, mentre l'esterno è costituito da lastre di rame, molto sottili e leggere, che sono state battute a martello direttamente sulla struttura di supporto e riunite insieme per mezzo di chiodi e tiranti. Il braccio, realizzato nell'atto di benedire, è costruito da una struttura metallica, concepita per resistere ai venti della zona. Bartholdi soggiornò alcuni giorni ad Arona per studiare la statua nei minimi particolari, deciso a realizzarne una alta più del doppio e che avrebbe dovuto resistere a venti anche più forti. Per farlo si fece aiutare da Eugene Violet le Duc, un suo ex professore di architettura, che progettò per lui la struttura interna di mattoni. Sfortunatamente però, Le Duc si ammalò e morì in breve tempo senza lasciare istruzioni su come la struttura interna e il rivestimento esterno in rame si sarebbero dovuti collegare. A questo punto fa la sua comparsa Gustave Eiffel, che suggerì di utilizzare la tecnica della struttura reticolare. Lo scheletro della Statua della Libertà è stato quindi costruito con colonne e travi collegate al rivestimento esterno, fatto di pannelli di rame battuto, tramite dei rivetti.

"A 44 anni ho iniziato a imparare l'inglese.

A 49 anni ho creato il mio gruppo di pantomima.

Sono entrato in palestra per la prima volta quando avevo 50 anni.

Quando avevo 57 anni, ho suonato sul palco e ho creato una forma d'arte unica chiamata "scultura vivente".

A 70 anni ho davvero iniziato a lavorare sul mio corpo.

A 79 anni sono salito sul podio per la prima volta.

Ora ho 80 anni e ho ancora dei PROGETTI.

Ci sono SOGNI per cui combatto.

Quando dici che è troppo tardi, pensaci, perché può essere solo una scusa per non fare nulla e non assumerti la responsabilità della tua vita, mantenendoti allo stesso livello, sempre. "

Wang Deshun 86 anni attore e modello cinese

