



**Periodico d'informazione sulle attività culturali e ricreative
redatto dai Volontari dell'A.V.A. del C.D.A. di Varese.**

**Centro Polivalente Via Maspero, 20 – Varese; sito: www.avavarese.it
Tel 0332/288147 – 0332/286390, fax: 0332 241299, e-mail avavarese@libero.it**

Numero 313 novembre dicembre 2018

Ciclostilato in proprio dal Servizio Sociale del Comune di Varese per uso interno.

Alcuni esempi di scempio del nostro patrimonio artistico e culturale

Mauro Vallini

Parco Mantegazza e Castello di Masnago

Sotto le mura dell'antico castello di Masnago, acquistato dal Comune di Varese nel 1982, troviamo un pregevole parco, in stile romantico, formato da prati su diversi livelli punteggiati da alberi secolari. Seguendo lo stile inglese, in voga nella seconda metà del XIX secolo, si abbandonò la progettazione di parchi e giardini all'italiana, caratterizzati da disegni razionali e regole geometriche, per passare a una ricerca della naturalità attraverso la collocazione delle specie arboree in modo apparentemente casuale per far sì che l'impianto costruito sembrasse dovuto ad un disegno della natura stessa. Il parco Mantegazza è caratterizzato da una straordinaria ricchezza di specie vegetali: ben 103 differenti varietà di alberi e arbusti impreziosiscono quest'area verde, rendendola simile ad un piccolo giardino botanico. Faggi, ippocastani, querce, carpini e cedri arricchiscono il parco e lo dominano con le loro possenti chiome. Accanto a questi alberi, si incontrano numerose piante rare e particolari, come il cosiddetto "albero dei fazzoletti" (*Davidia involucrata*), i cui frutti sono contornati da singolari foglie bianche pendenti. Troviamo, inoltre, alcune piante tipiche della vegetazione mediterranea fra le quali spiccano maestosi esemplari di leccio e corbezzolo.

Il grande prato che conduce alle pendici della collina su cui sorge il Castello è il luogo ideale per sostare sotto le ombrose fronde degli ippocastani oppure per far giocare liberamente i bambini nell'area attrezzata sottostante.

Incamminandosi lungo la salita si arriva al Castello, il cui fronte sud, caratterizzato da una scala barocca, ricorda più quello di una villa signorile. Durante il Medio Evo il luogo era senz'altro fortificato, come testimonia la massiccia torre quadrata tutt'oggi superstite, risalente al sec. XII. La torre doveva servire per avvistamenti e segnalazioni, in collegamento con altre sul territorio, quali quella di Velate. Si deve alla famiglia Castiglioni quello che risulta essere il tesoro più prezioso del Castello: due interi cicli di affreschi, uno nella sala inferiore con scene di "svaghi all'aperto" nel lacustre paesaggio varesino, mirabile documento della vita cortese dei proprietari; l'altro nella sala superiore, con figure femminili simboleggianti vizi e virtù. L'insieme (riscoperto nel 1937 dall'allora proprietario, Angelo Mantegazza) rappresenta uno dei pochi esempi superstiti di affreschi profani in Lombardia, espressione dello stile gotico internazionale.

Purtroppo, accanto a queste meraviglie, proprio in prossimità del castello, una piccola cappella in rovina e affrescata



reca gli oltraggi di vandali come si può vedere dalla pagina precedente messa come copertina.

Il castello di Belforte è purtroppo un ammasso di rovine

A cura di Mauro Vallini

Alle porte di Varese, in prossimità di Belforte, passando lì sotto sulla strada che arriva da Como, esiste un complesso che prima della seconda guerra mondiale era ancora abitato da 40 famiglie.

L'attuale castello di Belforte fu in realtà la villa di campagna della famiglia Biumi che nel 1600 chiamò l'architetto Ricchini a costruire il loggiato rivolto verso il Sacro Monte di Varese.

Non venne portato a termine.

Qualche anno fa venne alla luce una donna, certamente una santa a giudicare dall'aureola che le cinge il capo.

Accanto a lei ancora un poco velata all'occhio del visitatore una Madonna col bambino il cui braccio affiora dalle rovine della memoria.

Ci troviamo in uno dei luoghi più antichi di Varese, anche ai tempi della Battaglia dei Comuni lombardi contro il Barbarossa. Infatti, da Varese partirono "quelli di Belforte"

Il Barbarossa aveva avuto proprio nel castello la sua meta preferita, venendo da queste parti dal nord.

Qualche anno fa fu riparato il tetto e da allora niente più.



Il comune di Varese lo scorso anno partecipò a un bando ma ne uscì con le ossa rotte. Più recentemente la questione è stata riproposta in occasione e a seguito di un convegno organizzato dal sottoscritto e da Laura Pantaleo Lucchetti al quale prese parte anche l'architetto Massimo Propersi.

Ufficialmente il comune di Varese ha riproposto la partecipazione ad un nuovo bando. Ci ha stupito il fatto che in occasione dell'incontro di Nature Urbane riguardante la via Franci-

sca Il castello di Belforte non sia stato nominato.

Speriamo che si tratti di una svista e che non ci sia alcun collegamento con il proposito annunciato di iniziare finalmente a dare un futuro a questo che dovrebbe essere un vanto di Varese.

In sintesi ricordo che si è sempre parlato nei convegni del castello di Belforte associato alle ospitalità del 1164 e del 1175 avuta dall'imperatore Federico Barbarossa.

Il secondo fatto ricordato dagli storici è quello dell'acquartieramento nei suoi campi dei Cacciatori delle Alpi di Garibaldi nella battaglia del 26 maggio 1859 con le truppe austriache di Karl von Urban.

Fiumi di inchiostro, convegni, scritti per generare questa situazione di precarietà che fino a questo momento hanno solo prodotto lettera morta.

Il castello Manfredi è abbandonato a se stesso.

A cura di Mauro Vallini

Non si può sempre aspettare che tutto cada a pezzi per invocare un intervento su immobili storici e di pregio. E Così **Carlo Mazza**, presidente della sezione varesina di **Italia nostra**, ha scritto al sindaco di Varese, all'assessore alla Cultura e alla soprintendenza per i beni architettonici della Lombardia per denunciare lo stato di abbandono e degrado del "Castello Manfredi" in via dei Carantani a Varese.



La **Sezione di Varese di Italia Nostra** nel proseguire l'attività intrapresa nella segnalazione di situazioni di degrado ambientale, già oggetto di una mostra dello scorso anno denominata "**caccia al degrado**" e patrocinata dal Comune di Varese, intende con la presente segnalare la situazione di abbandono e degrado in cui versa l'immobile impropriamente denominato "castello Manfredi" in via dei Carantani a Varese.

Si tratta di una costruzione **rurale risalente almeno in parte al XV sec.** denominata "Bettola Nuova" (**affreschi della torretta con data 1487**), rimasta per anni in abbandono, ma recuperata con una buona opera di restauro dagli arch. **Brunella e Bosetti nei primi anni '80**, oggetto di mostre e pubblicazioni su libri e riviste, ma dopo il fallimento della "Manfredi Gioielli" di cui era divenuta la sede, da circa 20 anni è ritornata nel suo stato di abbandono.

Dopo il furto di canali e scossaline in rame avvenuto nel 2010, con il conseguente danneggiamento delle vecchie tegole in cotto e le inevitabili infiltrazioni di acqua, si sono susseguiti atti di vandalismo con rottura di vetri e graffiti sui muri intonacati a calce, di conseguenza l'immobile si sta degradando rapidamente. La vegetazione infestante nella zona ovest avrebbe già aggredito una parte dell'edificio se non fosse per la buona volontà e senso civico di un abitante della zona, sig. Eugenio Gervasini che ogni tanto provvede a tagliare la vegetazione attorno all'edificio.

Il Comune di Varese conosce bene questo immobile in quanto ne era divenuto proprietario nel 2005 facendo valere il proprio diritto di prelazione su altri pretendenti privati, ma pur con l'esigenza di spazi pubblici per la città non è mai riuscito a trovare un'adestazione per questo edificio tanto da indire un'altra asta pubblica per la sua alienazione, avvenuta nel 2011 a favore della Società San Luca S.r.l., del Gruppo Focolare di Milano.

Ora pare che anche questa società non sappia che farsene di questo immobile visto che dopo tre anni dall'acquisto lo lascia in questo stato di degrado e di abbandono (vedi foto). Sollecitiamo quindi l'Amministrazione Comunale affinché agisca sulla proprietà per imporre gli interventi necessari alla messa in sicurezza ed al ripristino delle opere di copertura in modo da garantire la stabilità ed il decoro dell'intero complesso, che è vincolato dalla Soprintendenza (D.M. 02/10/1978).

Si sollecita l'Amm. Comunale ad agire anche nei confronti della proprietà confinante ad est, affinché metta fine al degrado dell'area antistante ormai divenuta deposito di materiali edili e infestata da erbacce sopra la copertura di un volume interrato mai utilizzato da vent'anni se non per rave-party abusivi.

Questa costruzione, che non avrebbe mai dovuta essere autorizzata su un terreno destinato dall'iniziale piano di lottizzazione a verde, purtroppo è probabile che abbia significativamente contribuito all'inizio del degrado ambientale dell'intero comparto.

In Varese News - Lettere al direttore.

Anche i nostri difetti potrebbero essere utili

A cura di Mauro Vallini

Una favola cinese ci insegna che spesso la perfezione, o supposta tale, oltre ad essere noiosa, potrebbe essere anche dannosa.

Un'anziana donna cinese aveva due grandi vasi, ciascuno sospeso... all'estremità di un palo che lei portava sulle spalle.

Uno dei vasi aveva una crepa, mentre l'altro era perfetto, ed era sempre pieno d'acqua



alla fine della lunga camminata dal ruscello a casa, mentre quello crepato arrivava mezzo vuoto. Per due anni interi andò avanti così, con la donna che portava a casa solo un vaso e mezzo d'acqua.

Naturalmente, il vaso perfetto era orgoglioso dei propri risultati. Ma il povero vaso crepato si vergognava del proprio difetto, ed era avvilito di saper fare solo la metà di ciò per cui era stato fatto.

Dopo due anni che si rendeva conto del proprio amaro fallimento, un giorno parlò alla donna lungo il cammino: *“Mi vergogno di me stesso, perché questa crepa nel mio fianco fa sì che l'acqua fuoriesca lungo tutta la strada verso la vostra casa”*.

La vecchia sorrise: *“Ti sei accorto che ci sono dei fiori dalla tua parte del sentiero, ma non dalla parte dell'altro vaso?”*

“È perché io ho sempre saputo del tuo difetto, perciò ho piantato semi di fiori dal tuo lato del sentiero ed ogni giorno, mentre tornavamo, tu li innaffiavi.”

“Per due anni ho potuto raccogliere quei bei fiori per decorare la tavola.”

“Se tu non fossi stato come sei, non avrei avuto quelle bellezze per ingentilire la casa”.

Ognuno di noi ha il proprio specifico difetto. Ma sono la crepa e il difetto che ognuno ha a far sì che la nostra convivenza sia interessante e gratificante. Bisogna prendere ciascuno per quello che è e vedere ciò che c'è di buono in lui... c'è del buono in ognuno di noi, abbiamo dei difetti ovvio, ma chi la vuole la perfezione? Diventa noiosa e ci renderebbe tutti uguali e scontati, trasformiamo quelli che chiamiamo difetti in punti di forza, quelle particolarità che ci rendono unici, se continuiamo a sentirci sbagliati potremmo perderci tutti i fiori che potremmo regalare...

Fonte: www.liosite.com/citazione/due-vasi-cinesi/

Inno alla vita

Maria Grazia Zanzi

Ho trovato davvero splendido questo inno alla vita di Charlie Chaplin.

Ho perdonato errori quasi imperdonabili, ho provato a sostituire persone insostituibili e dimenticato persone indimenticabili.

Ho agito per impulso, sono stato deluso dalle persone che non pensavo lo potessero fare, ma anch'io ho deluso.

Ho tenuto qualcuno tra le mie braccia per proteggerlo; mi sono fatto amici per l'eternità. Ho riso quando non era necessario, ho amato e sono stato riamato, ma sono stato anche respinto. Sono stato amato e non ho saputo ricambiare.

Ho gridato e saltato per tante gioie, tante. Ho vissuto d'amore e fatto promesse di eternità, ma mi sono bruciato il cuore tante volte! Ho pianto ascoltando la musica o guardando le foto. Ho tele-



fonato solo per ascoltare una voce. Io sono di nuovo innamorato di un sorriso.

Ho di nuovo creduto di morire di nostalgia e... ho avuto paura di perdere qualcuno molto speciale (che ho finito per perdere).. ma sono sopravvissuto! E vivo ancora!

E la vita, non mi stanca... e anche tu non dovrai stancartene. Vivi! È veramente buono battersi con persuasione, abbracciare la vita e vivere con passione, perdere con classe e vincere osando, perché il mondo appartiene a chi osa!

La Vita è troppo bella per essere insignificante!

La vita è bella

Ivan Parafuppi

È il titolo di una nota canzone popolare, un motivo abbastanza poetico che con un filino d'inconscienza, cantiamo in coro nei ricoveri dei nostri anziani.

Ma proviamo a vivisezionarne la sostanza.

Il testo inizia così: *"libero solo e giocondo"*, che sarebbe come dire: selvatico, misantropo e un po' giuleppe!

Poi continua: *"giro e girando pel mondo, rido dell'uomo d'affari e del Re di denari che conta i milioni"*;

va bene deridere e disprezzare i Cresi ingordi di moneta e passeggiare per siti ameni schitarrando lieti e nulla facendo, come dice la canzone, ma poi, quando le pareti interne dello stomaco si toccano l'una con l'altra c'è poco da ridere, non si fa brodo o bistecche coi pidocchi.

In seguito il testo dice: *"Vivo i miei giorni felici, sfuggo le donne e gli amici, io senza amor non mi lagno, il migliore compagno è soltanto il mio cuor!"*

È noto che una massima di Leonardo Da Vinci recita: *"Sii solo e sarai tutto tuo"*, è anche vero che qualche volta gli amici rompono le violacciocche, però, se ti vien voglia di farti una briscola, qualche amico ci vuole. Ci si stanca facendo soltanto dei solitari, a volte si sente persino il desiderio di aggiungere un posto a tavola, come suggeriva qualche tempo fa Johnny Dorelli, il fatto poi di sfuggire le donne, può dipender dall'età, se non si è sull'altra sponda.



Parlando di cuore, per quanto mi riguarda, se a un certo momento non fossero intervenuti dei veri amici, non sarei qua a scrivere le mie cavolatine!

Poi, dove nel canto si dice: *"e se è amaro il destino un bicchiere di vino fa tutto scordar"*, è vero, può anche servire fin che si tratta di un bicchiere o due, ma se poi diventano troppi, diventi più giocondo che libero!.

Ma non è mia intenzione fare troppo le pulci ad una bella canzone di tipo idealistico, più che pratico come del resto sono quasi tutte le canzoni, anche perché è un testo molto apprezzato dalle persone d'una certa età.

Per concludere, aggiungo che sono totalmente d'accordo con ciò che dice Vittorio Buttafava nel suo taccuino: *"la vita è bella*

comunque", edito dalla Rizzoli nel 1977.

Non so se il Buttafava sia tutt'ora in vita, ma se lo fosse, sarei molto onorato di stringerci la mano dicendogli: *"La vita è bella comunque anche per me"*.



Pensieri e riflessioni sui gatti

Maria Luisa Henry

Pochi animali riescono a manifestare il loro umore attraverso le espressioni in modo tanto distinto quanto i gatti.

Konrad Lorenz.

Il gatto è una creatura indipendente, che non si considera prigioniera dell'uomo e stabilisce con lui un rapporto alla pari.

Konrad Lorenz

Se fosse possibile incrociare l'uomo con il gatto, la cosa migliorerebbe l'uomo, ma di certo peggiorerebbe il gatto.

Mark Twain

Io non conosco il gatto, so tutto sulla vita e i suoi misteri, ma non sono mai riuscito a decifrare il gatto.

Pablo Neruda

Come quell'enormi sfingi distese per l'eternità in nobile posa nel deserto sabbioso, essi scrutano il nulla senza curiosità, calmi e saggi.

Charles Baudelaire

Dopo aver rimproverato il primo gatto, se lo si guarda negli occhi, si è afferrati dal tremendo sospetto che abbia capito ogni parola e che la terrà a mente.

Charlotte Gray

Io non mi meraviglio affatto quando il gatto fa qualcosa di misterioso, mi meraviglio quando fa cose normali.

Gino Paoli

Ho molto studiato i filosofi e i gatti, la saggezza dei gatti è infinitamente superiore.

Hippolyte Taine

Osservare un gatto è un po' come assistere alla realizzazione di un'opera d'arte.

Oliver Herford

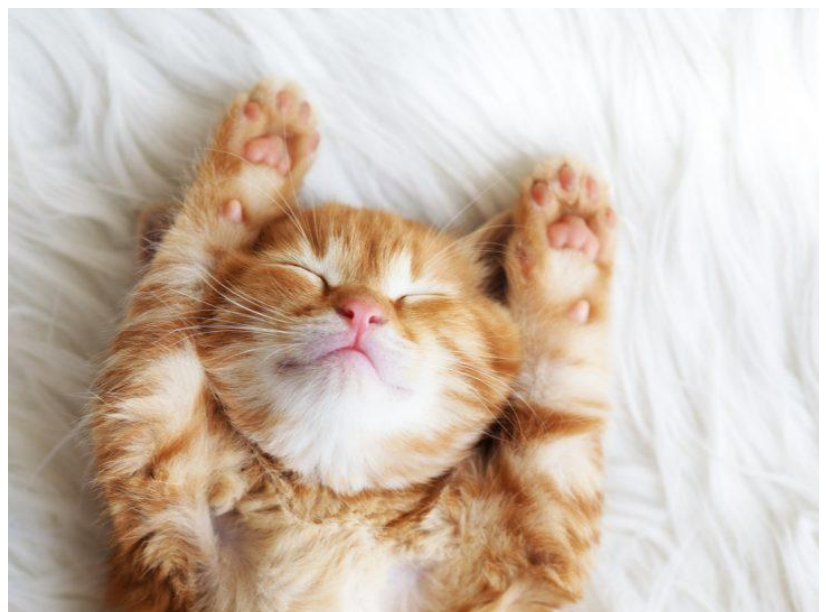
I gatti sono esseri misteriosi, nelle loro menti vi è molto di più di quanto possiamo immaginare.

Walter Scott

L'uomo è civile nella misura in cui sa comprendere il gatto.

Jean Cocteau

Il mio pensiero personale è che i gatti sono furbi e opportunisti, con le loro fusa e striscianti vari, riescono ad ottenere tutto quello che vogliono, li coccoli come se fossero dei bambini, gli dai tutto il tuo affetto e ne sei ripagato quando ti guarda con quegli occhi languidi. (*Maria Luisa Henry*).



Cani e gatti in ufficio

Giovanni Berengan

Riporto l'articolo, tratto da una rivista molto diffusa.:

Da qualche anno gli esperti non hanno più dubbi: cani e gatti, se condotti sul posto di lavoro dai loro proprietari, migliorano la produzione dei dipendenti e favoriscono la socializzazione.

In Italia le normative che lo consentono sono recenti e subordinate alle regole adottate dalle singole aziende: ma oltre oceano la lodevole iniziativa ha preso avvio già dal 1999. Da allora, il 24 giugno di ogni anno si celebra la giornata del "Take your dog to work" (porta il tuo cane a lavorare).

Servono però delle accortezze, come ad esempio l'esclusione degli stessi animali dalle riunioni di lavoro, l'individuazione di luoghi specifici per le deiezioni di "Micio e Fido" e

ancora, fatto estremamente importante, l'allestimento di spazi idonei dotati di tappetini e ciotole per l'acqua ed il cibo.



Le prime sperimentazioni in tal senso dimostrano che attualmente nel nostro Paese vi è una netta preferenza per il gatto, più autonomo e silenzioso quando "frequenta" un ufficio. Ma anche per Fido c'è posto in Ufficio come si evince dalla recente disposizione del Comune di Genova, dove un cane di nome Bennj concorre con la sua presenza e i



suoi socievoli approcci a mantenere fra i dipendenti un clima sereno e disteso.

Una carezza, una coccola, a cui Micio e Fido rispondono strusciandosi nelle nostre gambe, possono rendere gradevole il lavoro ed il tempo che vi dedichiamo. Sempre nel rispetto delle persone, alcune delle quali, specie se affette da molesti disturbi allergici, potrebbero esserne contrariate.

Fin qui l'articolo.

Concludo con una domanda:

E se Micio e Fido ad un certo punto

decidessero di fare sciopero perché anche loro vogliono lo stipendio?



Perché non insegnano ai nostri figli la storia locale?

Articolo di Diana CERIANI pubblicato a cura di Maria Grazia Zanzi

Desidero condividere con Voi questo bellissimo scritto della carissima Diana CERIANI custode e promulgatrice delle nostre tradizioni. Io concordo con quanto scrive e Voi?

Ragionate con me: nelle Scuole si insegna la grande storia, quella degli eroi, e dei farabutti, quella delle guerre, le vittorie e le tremende sconfitte, quella delle rinascite, delle carestie, degli infiniti errori politici e delle grandi idee sviluppate o spesso dimenticate. Nelle Scuole, quindi, si insegna solo il lato eclatante della vita, il comportamento di pochissimi individui su milioni di individui che invece la storia l'hanno subita, senza possibilità di scelte e decisioni.



Chi studia questo tipo di storia non capirà mai il perché e come siamo arrivati fino ad oggi, e, questo tipo di storia, non svelerà mai tra le sue righe le implicite soluzioni ai secolari problemi che l'essere umano ha trasportato, suo malgrado, subendo le scelte degli eroi e anche dei farabutti.

Ciò che non viene insegnato, è la storia popolare, quella della gente comune, che poi è l'adattamento avvenuto di conseguenza alla grande storia. Per poter portare tra i banchi tale memoria, bisognerebbe fare lunghe ricerche locali, perché ogni terra vissuta, si è adattata ai grandi eventi a seconda delle sue caratteristiche e delle sue possibilità. In Lombardia, per esempio, si studierebbe partendo dagli inequivocabili segni di un antico mare, poi ritiratosi lasciando il posto ad animali come il Besano sauro, le prime abitazioni dell'uomo sono state le palafitte essendo la nostra una terra ricca di laghi, l'alimentazione era povera, le coltivazioni erano più ricche in soleggiate zone di pianura, più scarse in montagna.

Eravamo un popolo di coltivatori ed allevatori che hanno saputo sfruttare le qualità della nostra terra conoscendola e vivendola. Inequivocabili segni di malattie e carestie si possono notare ancora nei nostri Paesi storici, ove la peste fece ergere archi per dividere il popolo sano da quello malato, poi ci furono le guerre, le distruzioni e la conseguente benedizione di prodotti tipici abbondanti che hanno fatto sopravvivere il nostro popolo come le castagne, il mais, la lavorazione particolare del latte poi ci fu il tempo delle rinascite, come quella recente industriale che il nostro operoso popolo non si fece sfuggire togliendo purtroppo l'uomo dalle campagne e dalle conoscenze e sapienze agricole, oltre che dai ritmi naturali.

Qui ora ho fatto davvero un minimale esempio di ciò che dovrebbe essere approfondito nelle Scuole. Una storia locale e nostra, che racchiude in sé la soluzione a molti problemi e svelerebbe un futuro da vivere pienamente e con consapevolezza.

Perché la storia si ripete. Dopo essere stata tagliata, l'erba ricresce. Sempre.

Diana Ceriani

Le due madri

Ivan Parafuppi

Quando il vespero ci porta soffiati i rintocchi dei bronzi lontani e si fa sanguigno, i pensieri della sera si fanno più calmi e profondi, il corpo riposa, la mente no.

È il momento in cui cercando nelle pieghe del tempo passato e lontano, risorgono un po' petulanti, figure e figurine dei ricordi, e si agitano prendendo forma, le storie più aleatorie di una vita; ma in quei momenti è sufficiente fermarsi a riflettere che la fa ancora una volta da padrona l'inutile domanda sul "dopo".

Può capitare di credere d'aver seminato qualcosa di buono, durante il percorso irto di dossi, curve e ostacoli dell'esistenza; ma poi quando si è soli con se stessi e non c'è in giro nessuno da imbrogliare, ci si accorge d'aver sbagliato quasi tutto!

A quel punto si tenta d'infilare gli scarti sotto il tappeto, ma la linea sabbiosa nella clessidra del tempo s'abbassa inesorabilmente, per cui diventa inevitabile chiedersi: cosa succederà quando il padre di tutte le cose capovolgerà la clessidra?

Siccome "sora fantasia" ci sarà probabilmente compagna fino al THE END, mi viene da pensare che se dall'altra parte della clessidra ci starò come sto nella mia casa, ne sarò contento, se dovessi ritrovare la mia gente e tutti gli amici che hanno dato colore e calore alla mia vita, ne sarei felicissimo!

Se dovessi rivedere la mia bella maestra Rosa delle scuole elementari di Buonpensiero, che durante l'intervallo mangiava pane e fichi secchi insieme a noi, ma il più delle volte mangiava soltanto il pane, perché i fichi li dava a qualcuno di noi che la guardava con insistenza, le darei un bacio.

Se dovessi ritrovare il cane spinone della mia prima gioventù, che tutte le mattine mi accompagnava a scuola, lo accarezzerei e forse lui tornerebbe a leccarmi le mani.

Se dovessi rivedere quella ragazzina dal grembiule nero e dagli occhi azzurri, che quando passava per la strada scappavo in casa, finalmente potrei dirle: quanto eri bella!

In gioventù i sogni generalmente finiscono al mattino prima di spostare le coperte, subito

dopo la realtà presenta i suoi conti concreti.

Ma ora, poco lungi dalla cima del mio monte, vedo arrancare quelli più avanti, e non vedo più gli scalatori che hanno superato la cima e sono scivolati dall'altra parte del monte; per cui mi chiedo se quando sarò dall'altra parte anch'io, se mi sarà possibile, chiederò al Padre di tutte le cose: "Vuoi farmi credere che tutto quello che ho visto, goduto, sofferto e amato è stato uno scherzo, una bolla di sapone, un trucco da illusionista?"

"Vuoi dirmi che non c'è stato nulla di vero, anche nelle lacrime di mia madre e di tua madre?" ...

Onestamente io non lo credo.



Il calzolaio riconoscente

Maria Luisa Henry

Questa fiaba l'ho trovata scritta su di un foglio senza firma, ripiegata dentro un libro, mi è piaciuta e la propongo anche a voi.

C'era una volta un calzolaio, il quale era diventato talmente povero da non possedere più altro bene che un pezzo di cuoio per fabbricare un ultimo paio di scarpe. Tuttavia, poiché la sfortuna non dipendeva dalla sua cattiva volontà, egli accettava serenamente tale triste condizione, cosicché quella sera, dopo aver tagliato i pezzi da cucire il giorno seguente, si addormentò tranquillo raccomandandosi a Dio. Al risveglio si avvicinò al dischetto e...meraviglia ... trovò un bellissimo paio di scarpe già pronte, realizzate alla perfezione.



Il calzolaio, stupito ma felice, le espose subito in vetrina e immediatamente entrò nella bottega un acquirente che offrì una cifra considerevole. Il povero artigiano poté così comperare l'occorrente per due paia di scarpe che tagliò prima di andare a letto. Durante la notte si ripeté il prodigio e lo stesso accadde nei giorni successivi, in modo tale, raddoppiando ogni giorno la produzione, il calzolaio raggiunse un certo benessere che gli permetteva di vivere senza preoccupazioni.

Giunse intanto dicembre e mentre si avvicinava il Natale, l'uomo fu colto da un'irresistibile curiosità, per cui propose alla moglie di rimanere alzata con lui per scoprire chi fosse ad aiutarli con tanta generosità. Fu così che i due vegliarono al lume di candela fino alla mezzanotte, quando giunsero due piccolissimi ometti, completamente nudi, i quali si misero alacremente al lavoro, cucendo tutte le scarpe preparate. Poi, prima dell'alba, fuggirono via veloci.

La donna fu molto colpita dalla scoperta di quei benefici aiutanti e, preoccupata che prendessero freddo, volle ricambiare la loro generosità realizzando per entrambi una camicia, una giacchetta, un farsetto e un piccolo paio di pantaloni. Al marito chiese di cucire due paia di minuscole scarpette. In fondo, i due gnomi, li avevano liberati dalla miseria e meritavano un premio!

Quella sera, dunque, al posto dei soliti pezzi di cuoio, i due sposi lasciarono sul tavolo gli abiti per i loro curiosi amici e si nascosero a spiare la reazione.

A mezzanotte i due gnomi giunsero puntuali per dedicarsi al loro lavoro ma, trovando gli indumenti, furono colti da una gioia incontenibile. Indossarono subito i vestitini nuovi di zecca e si lanciarono in una danza gioiosa.

Dopo quella notte non tornarono più nella casa del calzolaio, ma l'uomo e la moglie furono comunque felici perché, non conoscendo l'avidità, a loro bastava essersi lasciati la fame alle spalle. Seppero perciò godere per sempre del loro ritrovato benessere e vissero felici grazie agli amici gnomi.

Il caldarrostaio

Maria Luisa Henry

È una giornata autunnale prossima all'inverno. Cammino fra le vie deserte, solo poche persone s'avventurano infreddolite, il cielo è grigio e una leggera nebbia offusca ogni cosa.

Arrivo in una piazza, giro l'angolo di una casa e ti vedo, mi fermo e ti osservo. Seduto su una sedia sgangherata, coperto da un vecchio cappotto, un cappellaccio calato sulla fronte, tu sei lì, in attesa che qualcuno si fermi a comperare le tue caldarroste.

Un braciere a forma di bidone è acceso, allunghi una mano per attizzare il fuoco mentre con l'altra tieni una pipa dove salgono piccole nuvolette di fumo. Mani rugose, incallite dal tempo e dai lavori pesanti. Su di una cassetta di legno vi è un sacco di juta ricolmo di castagne.

Intanto la nebbia diventa sempre più intensa, ma tu resti lì, speranzoso di racimolare qualche soldino. Che tristezza, povero caldarrostaio!

Un nodo alla gola mi assale, vedo quel volto con lo sguardo vacuo, cosa penserà? Penserà alla vita crudele che l'ha ridotto così? Forse ai tempi migliori? Alla sua gioventù? Al tempo che inesorabile è passato? Solo un cane gli fa compagnia, accucciato al tepore del fuoco.

Questo pensiero mi fa avvicinare, gli rivolgo la parola, lui mi guarda poi, un leggero sorriso fa intravedere qualche dente mancante mentre gli occhi brillano alla tenue luce del braciere. Una parola tira l'altra, io a domandare e lui a rispondere, raccontare, parlare, parlare sempre più.

Mi accorgo improvvisamente che è buio, guardo l'orologio, è più di un'ora che sono qui ferma, i piedi gelati e infreddoliti. Prima di lasciarlo gli ordino un cartoccio di caldarroste, tolgo i soldi per pagare ma lui con un gesto mi ferma, non vuole nulla, mi dice: grazie, mi hai reso felice.

Lo saluto, sto per andare quando richiamata da qualcosa mi giro; dai suoi occhi scendono lacrime che piano piano scivolano su quelle gote rugose, mi allontanano sperando che quelle lacrime siano almeno per quel giorno di felicità.



Notizie fresche.

Ivan Parafuppi

Primo novembre 2018, giorno dei Santi (*sperem ca guardan bass!*). Durante il caffellatte la scatola "ciciarona", tanto per cominciare, distribuisce i brutti e buoni del tipo: "hanno trovato lo scheletro della povera Emanuela Orlandi ma non siamo sicuri che sia si Emanuela!". Ma allora perché parlate?

Poi arriva l'elenco dei disastri naturali causati dall'uomo e di seguito le schifezze della politica ... a proposito, come un cioccolatino, passa una notizia che mi fa riflettere.

Si tratta di questo: i docenti della prima media di stato non potranno più bocciare nemmeno quegli alunni che si improvvisano registi osé e che dicono "io speriamo che me la cavo". Dovranno "rusparli" tutti in seconda media. Almeno così potranno evitarsi le sediate della classe pascente, gli insulti e le botte di genitori deficienti.

Ma poi potrebbe anche succedere che anche i docenti di seconda media, in base ad una comprensibile questione di diritto, buttino i registri di merito a mare, organizzando gite in luoghi ameni tutti i giorni che non piove.

Può andare così in essere una specie di catena si Sant'Antonio, uno tsunami



dell'ignoranza che, partendo dalle elementari e arrivando fino agli atenei, produrrà dottori che, nei rapporti con il mondo globalizzato, avranno ancora meno credito del poco che già hanno i figli dei figli dei fiori.

Altri problemi però rendono problematica la comune attività nel mondo dell'istruzione, a cominciare dalle strutture scolastiche in buona parte obsolete e fatiscenti, molto più delle caserme militari costruite qualche secolo fa ed abbandonate da decenni.

Duole riconoscere che, nel campo dell'edilizia scolastica, si costruiva con maggiore coscienza in periodo fascista.

Alla fine mi chiedo se il mondo della scuola, tra docenza e pascenza, si renda ancora conto che l'Italiano è tuttora la quarta lingua più parlata nel mondo.

Ascoltando i dialoghi di molti giovincelli sorge qualche dubbio.

Due novembre, giorno dedicato ai defunti. Sempre la scatola ciciarona, dopo aver dato notizia dei terribili disastri climatici che stanno squassando lo Stivale da cima a fondo, a fine telegiornale conclude con una notizia che mi fa piacere: informa di un gruppo di genitori che hanno deciso di distogliere dai loro figli di prima giovinezza la tecnologia digitale (vedi i telefonini) tendente a sporcare e disumanizzare delle menti acerbe, incapaci di filtrare gli spettacoli osceni e violenti che vi transitano.

Tre anni fa mio figlio, venuto a conoscenza che amo scrivere, mi regalò un computer.

Ci lavorai un paio di giorni e poi scocciato lo regalai al mio amico Giancarlo, rituffandomi nei miei ricordi e nei miei libri antichi.

Forse sono completamente fuori dal tempo ma ci sto tanto bene!



Gesù bambino ai giorni nostri

Maria Luisa Henry

Poveri e malandati, in giro per trovare un riparo per dormire, Giuseppe e Maria, stanchi e affamati, si fermano vicino al ponte di un'autostrada.

Accanto c'è una discarica abusiva.

Giuseppe, preoccupato per le condizioni di Maria che è incinta, riesce a trovare nella discarica un vecchio materasso, alcune coperte mal ridotte e alcuni cartoni.

Con molta pazienza riesce a costruire una specie di capanna, quel tanto per ripararsi dall'aria gelida e dalla neve che, a larghe falde, scende piano ma inesorabile ricopre ogni cosa.

Maria, adagiata sul materasso cerca di riposare, è al nono mese, si sente stremata, le mancano le forze ma è consapevole che quella sera nascerà il suo bambino.

Infatti, a tarda sera incominciano le doglie del parto e a mezzanotte, finalmente nasce Gesù.



Nel frattempo, Giuseppe è riuscito a trovare nella discarica delle cassette di legno, potrà così accendere un focherello che darà purtroppo un leggero tepore.

Intanto, sull'autostrada, si sentono rombanti macchine che vanno a tutta velocità nonostante la strada innevata e i loro fari filtrano fra i guardrail, mandando una leggera luce nel rifugio di Giuseppe e Maria.

Nessuno si ferma, tutti hanno fretta di raggiungere la loro calda dimora.

Ma "Lui", nel terzo millennio c'è ancora.

Le mille luci e tradizioni del Natale.

Franco Pedroletti

Fuori fa freddo, l'anno volge alla fine, guardiamo l'ultima pagina del calendario, ci siamo!

È dicembre! Tempo di bilanci, di maglioni di lana ma soprattutto tempo di feste e in particolare della festa più importante e più amata...è tempo di Natale. Si pensa ai doni, allo scambio d'auguri, a dove festeggiare il pranzo di Natale. Ma prima, in ordine di tempo, si pensa a come addobbare case, uffici ed aziende.



Albero o presepe? Su questo argomento, soprattutto nel nostro paese, la spaccatura è netta: l'albero è tradizione nordica, il presepe arriva dal sud, tradizione molto sentita nel bacino del Mediterraneo. Questa dicotomia, specchio di una nazione che geograficamente si pone di traverso tra nord Europa e medio oriente, è vissuta anche all'interno delle famiglie che, in particolare nella nostra provincia, rappresentano spesso un miscuglio per provenienze diverse regionali. Mettiamo una famiglia tipo con mamma pugliese e papà lombardo: in questa casa di certo ci sarà un presepe (è la donna la regina della casa) ma molto probabilmente anche un albero, magari in giardino, da addobbare con luci e palle colorate. E se lo spazio è poco?

Presepe o albero? Nord o sud? Cosa rappresenta davvero il Natale?

L'usanza di adornare un abete era già diffusa presso gli antichi popoli germanici. L'abete sempreverde era considerato simbolo di vita e di nascita e, in occasione della festa del solstizio d'inverno, veniva ornato di ghirlande per celebrare il ritorno del sole e la rinascita della natura. Intorno all'origine dell'albero di Natale sono nate molte leggende.

Una di queste racconta che in una fredda notte di Natale, un povero boscaiolo stava ritornando a casa, quando all'improvviso si fermò incantato da uno spettacolo meraviglioso: tantissime stelle brillavano attraverso i rami di un abete carico di neve. Per spiegare alla moglie quello che aveva visto, il boscaiolo tagliò un piccolo abete, lo portò a casa e lo ornò di candeline e di festoni per riprodurre le stelle e la neve.

La tradizione è diffusa ormai universalmente, da Mosca a New York, passando naturalmente per Roma, dove l'albero di Piazza San Pietro è generalmente dono per il Papa da parte di città del nord, e Milano dove l'albero di Piazza Duomo viene allestito ogni anno più alto e scintillante. Merita di essere citato poi il particolare albero di Natale da Guinness dei primati di Gubbio: adagiato sulle pendici del Monte Igino che sovrasta la città medievale; l'albero è costituito da corpi illuminanti di vario tipo a realizzare un effetto cromatico assolutamente particolare ed unico: oltre 250 punti luminosi di colore verde delineano la sagoma di un albero di Natale alto oltre 650 metri.

Per addobbare la casa e decorare l'albero di Natale è tradizione utilizzare particolari essenze come: vischio, biancospino, agrifoglio, pungitopo e ginepro. Andando a indagare il significato tradizionale di queste piante scopriamo che il vischio è una delle decorazioni natalizie più ricercate, perché è anche la più rara, dal momento che non affonda le sue radici nella terra, ma vive in modo aereo (è una pianta parassita che vive cioè a scapito di un'altra pianta), gli antichi le attribuirono virtù curative (si riteneva si nutrisse di aria pura). L'agrifoglio e il pungitopo, sono ritenuti dalla tradizione cristiana come piante resistenti al male grazie alle loro foglie dure e spinose. Le loro bacche sono così divenute il simbolo del Natale. Il ginepro, secondo la tradizione, avrebbe protetto Maria mentre era in fuga dai soldati di Erode e sarebbe anche la pianta il cui legno venne usato per fabbricare la croce

di Gesù. Nell'antichità si riteneva che le sue bacche avessero il potere di risparmiare gli uomini dai morsi dei serpenti. Essendo poi il serpente simbolo del demonio, al ginepro venne attribuito anche il potere di tenere lontano dall'uomo il male e il peccato.

Il biancospino, infine, germoglia nei giorni di Natale e fiorisce a Pasqua. Segna quindi con il suo ciclo vitale le tappe più importanti dell'anno liturgico cristiano.

Nella più antica tradizione popolare, poi, il centro della festa di Natale era costituito dal ceppo, un grosso tronco d'albero che veniva bruciato nel camino. Per il ceppo veniva scelto un pezzo di legno molto duro perché doveva bruciare fino a Capodanno.

Ma passiamo al presepe; tenerissima ricostruzione degli eventi della Notte Santa. Il primo presepe fu realizzato da San Francesco da Greccio, un paesino vicino ad Assisi, egli volle rappresentare la scena della Natività affinché tutti, anche i più umili, capissero il significato profondo di quell'evento. La notte di Natale del 1223, Francesco allestì un presepe vivente dentro una grotta: Gesù, Giuseppe e Maria erano interpretati da persone vere, così come erano veri il bue e l'asinello. La gente arrivò alla grotta in processione e rimase senza parole: sembrava proprio di essere a Betlemme davanti alla Sacra Famiglia.

Il presepe allestito da Francesco piacque talmente tanto che in breve tempo l'usanza si diffuse in tutto il mondo cattolico.

Nel corso dei secoli, statue di legno, di terracotta e di cera, sostituirono le persone in carne e ossa, e la semplice scena della natività si arricchì di elementi paesaggistici e di tanti altri personaggi (ad Arnolfo da Cambio va la paternità del primo presepe inanimato con statue scolpite a tutto fondo).

Una grotta, un tappeto di muschio, un bue e un asinello, pastori adoranti, genti in cammino e scene di vita quotidiana.

Il presepio (dal latino praesepe, cioè mangiatoia) racconta la storia della nascita di Gesù Bambino e si propone come rappresentazione di un vero e proprio percorso di fede e di vita.

Sul simbolismo degli elementi del presepio, molti si sono soffermati...La grotta è archetipo del grembo materno, è il luogo della nascita, della rigenerazione, dell'iniziazione. Il bue, forte, paziente, instancabile e buono; l'asino, docile e umile è la cavalcatura dei saggi.

Questi i simboli e le tradizioni di un Natale che risplendono da secoli. Si spera che l'acuto materialismo umano e i conflitti religiosi che turbano il mondo, acuiti dalle migrazioni in atto, non abbiano a lenire e cancellare quei simboli che fino ad ora, con fede e speranza, giacciono nel profondo dei cuori.



Poesie di Maria Luisa

Arrossire

*Mi sento osservata,
guardo intorno a me e
il mio volto s'infiamma.*

Ti vedo.

*Oh no, non guardarmi così!
Mi sento intimidita,
vorrei nascondermi,
farmi piccola per
non farmi vedere.*

Invece no.

*Tu mi guardi sempre più
ed io arrossisco, anzi,
il mio volto è come
un fuoco ardente.
Vorrei sparire,
per un attimo che sembra
un'eternità,
chiudo gli occhi, poi,
li riapro.*

*Ma tu,
sei davanti a me e sorridi.*



Cammina

*Vai lontano lontano, verso l'infinito.
Cammina,
lontano qualcuno ti chiama,
ascolta la sua voce,
una voce dolce, come il canto di una sirena.*

*Cammina,
i tuoi piedi sono come ali che volano leggeri,
non trovano ostacoli,
non provano fatica,
seguono la scia della sua melodiosa voce.*

*Cammina,
verso l'ignoto immenso,
tutto ti sembra enorme,
tutti corrono in questo mondo del progresso,
tutti vogliono arrivare primi,
non si accontentano più, chi ha, più vuole,*



tutti R O B O T.

Ma tu no.

Cammina,
seguì il richiamo della voce incantata;
forse troverai un po' di felicità,
un posto tranquillo, sereno,
dove perdersi nell'oblio della dolce solitudine.

Cammina,
lontano, lontano.

Febbre d'amore...?

Un grande desiderio
si sprigiona
in tutto il mio essere.
Il mio corpo trema
una smania incontrollabile
m'assale.

Febbre d'amore?

Ti trovo, sei vicina
voglio sciogliermi in te
il mio braccio s'allunga
stendo la mano
la mia bocca
s'apre in attesa
di spegnere questa arsura.

Febbre d'amore?

Lentamente scivoli
nel mio corpo
godo ogni attimo
della tua frescura
il calore si spegne
finalmente... acqua!

Febbre d'amore?

No!
Solo febbre a 40 gradi.



Mezzanotte di Natale

*È notte fonda, tutto è silenzio,
buio assoluto,
non un'anima è in giro,
il freddo ha fatto
rientrare in casa le persone.*

*Una luce improvvisa
si sprigiona nel cielo,
il suo chiarore,
accompagnato da una musica soave,
risveglia coloro che
si erano addormentati.*

*La luce,
formata dalla stella cometa,
lascia dietro di sé
una scia di minuscole
pagliuzze argentate
dirigendosi verso
un punto ben preciso:
una grotta, dove è nato
un bimbo dai riccioli neri neri,
Gesù.*

*La gente incuriosita,
esce dalle case e
seguono la stella cometa,
arrivano così alla grotta
e trovano il "Bambinello";
intorno a Lui, una luce dorata
illumina tutta la grotta.*



Maria Luisa Henry

Poesie di Luigia

Il nido vuoto

*S*ei volato via come un uccellino
che cerca altri nidi.
Eppure il tuo nido era accogliente
confortevole, caldo, sicuro,
al riparo dalle intemperie.
A me resta il nido vuoto
il conforto al mio cuore
è pensare
che sei in un nido che nessuno
potrà mai distruggere,
un riparo protetto.
Quel giorno in cui anch'io
spiccherò il mio volo,
mi accovaccerò
accanto a te e il nostro
nido sarà ancora
e per sempre il nostro rifugio.



Scia di ricordi

*C*hi va via per sempre
lascia una scia di ricordi
dietro di sé
da prendere per portare sempre con sé
Tenere chiusi nel cuore
Per liberarli quando si sente
troppo dolore.
A volte anche il profumo
fa risvegliare i ricordi assopiti
Chiudendo gli occhi per sentirlo
Restando rapiti
i ricordi non possono
dare la felicità
Ma ci legano con le persone amate
per l'eternità



Luigia Cassani

Silenzio

Silvana Cola

*Un cielo buio
annuncia un mattino nebbioso
Silenzio intorno
Anche le foglie cadon in silenzio
L'aria è triste, tutto è immobile
mi sento sola e stanca.
Poi, da un albero, arriva
il canto d'un uccellino.
Sembra cercar compagnia.
E infatti un altro risponde
e il loro cinguettio
rompe il silenzio che mi circonda.*



Una poesia di Martin Luter King

a cura di Maria Luisa Henry

Martin Luter King ha scritto questa bella e saggia poesia intitolata Auguri.

Auguri

*Se non puoi esser un pino sul monte
sii un saggina nella valle
ma sii la migliore
piccola saggina
sulla sponda del ruscello.
Se non puoi essere un albero
sii un cespuglio.
Se non puoi essere un'autostrada
sii un sentiero.
Se non puoi essere un sole
sii una stella.
Sii sempre il meglio
di ciò che sei.
Cerca di scoprire il disegno
che sei chiamato ad essere
poi mettiti con passione
a realizzarlo nella vita*



Attività svolte dall'A.V.A.

GARA BOCCE MASCHILE E FEMMINILE

OTTOBRE 2018



CLASSIFICA FINALE

1° Classificata	Bazzani	Angela
2° Classificata	Canu	Pupa
3° Classificata	Massi	Maria

1° Classificato	Doz	Giovanni
2° Classificato	Romito	Isidoro
3° Classificato	Donadello	Gaetano

Attività svolte dal C.D.I.

Il Coro delle Coccinelle scalmanate alla Fondazione Bernacchi di Gavirate

Mauro Vallini

Ancora una volta, il 17 ottobre, ci siamo recati per un concerto, a Gavirate.

Era da Giugno che non ci esibivamo con i nostri suoni e canti e quindi, certamente, o almeno lo si pensava, avremmo avuto difficoltà a riprendere dopo solo una prova fatta nel precedente mercoledì.

Ma, a parte qualche disagio nella prima e seconda canzone e la location improvvisata nella palestra della fondazione, tutto è andato per il meglio: applausi a scena aperta da parte degli ospiti e del personale, richiesta di ritornare il 12 di dicembre.

Devo inoltre affermare che il coro è sempre più coeso e siamo veramente tutti per uno e uno per tutti.

A differenza delle altre relazioni, metterò qui una galleria di immagini inviatemi da Ennio e di Franco. Li ringrazio per la loro disponibilità.



Arrivederci con le Coccinelle il 28 novembre a Viggiù.

Filippo, Mauro, Domenico e tutto il coro augurano un Buon Natale ed un Felice Anno Nuovo.

W le Coccinelle Scalmanate.



Due leggende delle nostre terre

A cura di Mauro Vallini

L'uomo che sconfisse il demonio

Nei pressi del Lago Maggiore, nel piccolo paese di Leggiuno, si tramanda una leggenda che ha per protagonista un uomo da sempre diviso tra bene e male, tra il potere senza scrupoli e la bontà di Dio. Parliamo del beato Alberto BESOZZI, l'eremita il cui corpo giace oggi nell'Eremo di Santa Caterina del Sasso.

Nato da una nobile famiglia milanese, Alberto era un uomo scaltro ed avido, accecato dalla ricchezza che accumulava con straordinaria fortuna. Si dedicava, quasi abitualmente, all'usura e ai commerci illeciti e nulla poteva commuovere il suo cuore. In paese tutti conoscevano le sue enormi fortune e si mormorava che l'uomo avesse stretto un patto con il diavolo: la sua anima in cambio di tesori e ricchezze.

Pare che il demonio non si fosse però accontentato solo della sua anima ed avesse anche posto nelle orecchie dell'uomo una cera sottile che gli permetteva di sentire tutti i suoni, eccetto quelli delle campane. E fu così che un giorno, tornando dal mercato di Angera, Alberto fu colto da una tempesta sulla sua barca e, per le forti oscillazioni, la cera gli cadde dalle orecchie. Ad un tratto Alberto, spaventato, sentì le campane della chiesa intonare l'Ave e chiese aiuto a Dio, pregando di tornare a riva, sano e salvo.

Quasi per magia la tempesta cessò ed un raggio di sole illuminò la sua barca che si arenò su una roccia scoscesa, nel tratto del lago che gli abitanti di Leggiuno pensavano fosse abitato dal diavolo. Alberto piange e prega ancora, promettendo solennemente a Dio che lì, proprio su quella roccia, avrebbe fatto costruire un santuario. Da quel giorno in avanti Alberto condusse una vita lontana dal peccato e dalle ricchezze, ritirandosi in preghiera ed aiutando i suoi concittadini. Il santuario venne edificato, come promesso e, quando l'uomo morì, la sua salma venne deposta all'interno della chiesa. Frotte di pellegrini arrivavano al santuario, per pregare e raccogliersi attorno alla salma di Alberto Besozzi, l'uomo che aveva sconfitto il demonio.



Il diavolo, tuttavia, non stette di certo a guardare e, già offeso da Alberto e da tutti quei pellegrini che arrivavano su quella che un tempo era la sua roccia, decise di distruggere la salma di Alberto. Una notte d'inverno, quindi, mentre il silenzio regnava in paese, un grosso masso rotolò giù dal monte in direzione del santuario. Ma l'intervento divino, ancora una volta, non si fece attendere: Dio mise un solo mattone tra il Santuario ed il macigno che rimase magicamente so-

speso proprio sopra la cappella in cui era sepolto l'eremita. Ancora oggi la tomba del beato Alberto è visitabile e l'eremo di Santa Caterina del Sasso è un luogo di ritrovo e di preghiera silenzioso e mistico. Chi è in vacanza al Lago Maggiore non potrà di certo perdersi una visita al Monastero, che appare quasi sospeso sulle acque del lago offrendo una vista davvero mozzafiato. Il macigno del Demonio, tuttavia, è stato rimosso nel 1983 dal santuario in cui, però, sono visibili i segni dell'avvenuto miracolo con la tomba del beato Alberto Besozzi a fare da testimone di come, tra il bene e il male, il primo trionfa sempre.

Il santo che non affonda ad Oltrona

Accadde che un anno a Oltrona, inspiegabilmente, si incendiassero i solai di alcune case e per poco non bruciavano le case stesse. Tutti gli abitanti del paese presero allora a svuotare le loro soffitte così da evitare il rischio che la loro casa andasse a fuoco.

Lo stesso fecero il parroco e il sacrestano, che svuotarono il solaio della casa parrocchiale, della chiesa e della sacrestia.

Quest'ultimo era pieno zeppo: sedie rotte, poltrone prive di imbottitura, arredi inutilizzati da tempi. Insomma ci volle più di una giornata per liberarlo.

Da ultimo, sotto alcuni mobili rotti, trovarono la statua di un santo.

Nessuno dei due lo conosceva e neppure sapevano come mai fosse finita in solaio. Era tutta bucherellata dai tarli, aveva un gran testone e due occhi grandi e spalancati che sembravano fissare chi lo guardava.

Per timore che la gente del paese potesse accusarli di non aver cura dei beni della parrocchia, decisero di farla sparire nottetempo e di buttarla nel lago.

Così, la sera tardi, il sacrestano avvolse la statua con qualche straccio, se la mise in spalla e la caricò sulla sua barca. Remò sino al centro del lago e poi la buttò nell'acqua. Si mise a remare per tornare a riva e nel girarsi gli sembrò che dall'acqua affiorasse la testa del santo che lo guardava. Si alzò in piedi e diede un bel colpo di remi su quella testa di legno. La statua sprofondò per un istante, ma subito ricomparve un poco più in là.

Spaventato, il sacrestano prese a dare remate alla statua. Neppure lontanamente gli venne da pensare che, essendo di legno, la statua non sarebbe mai affondata.

Il grande spavento gli faceva credere che il santo non voleva proprio saperne di morire. E così colpi su colpi, arrivarono tutte e due alla riva. Il sacrestano saltò giù veloce dalla barca per scappare e rimase impigliato in alcune radici di piante che non aveva viste.

"Il santo mi ha preso! Il santo mi ha preso!" urlava dimenandosi, convinto che il santo l'avesse afferrato per un piede perché non scappasse. Un ultimo grido, poi morì di paura.

La mattina dopo alcune donne che si recavano al lago per lavare, videro il sacrestano morto e accanto a lui la statua di un santo che non avevano mai visto.

Nessuno seppe mai dire se era stato un miracolo o un castigo.

L'unico che sapeva la verità era il parroco, ma quando lo chiamarono per benedire la salma del sacrestano disse che stava male e non poteva uscire. Il male della colpa per quanto aveva concertato con il sacrestano.



Nutrizione - La forskolina

Luigia Cassani

La forskolina è un principio attivo ricavato da una pianta aromatica, il *Coleus forskolii*, da noi poco conosciuto ma usato fin dall'antichità in Africa, Asia e Brasile e in generale nella medicina ayurvedica per i suoi effetti benefici, alcuni dei quali sono stati confermati dalla nostra medicina tradizionale.

Recenti studi scientifici hanno messo in luce la sua capacità di favorire la perdita di peso.

Il principio attivo sembra di essere in grado, per lo meno in tanti casi, di bruciare massa grassa, attivando l'enzima che stimola la

liberazione degli acidi grassi dal tessuto adiposo, quindi offre un aiuto nelle diete dimagranti. Oltre a questo, favorisce l'afflusso di ossigeno, sangue e sostanze nutritive, potrebbe quindi essere valutata per la prevenzione dell'osteoporosi.



che si possa prendere a piacimento, perché potrebbero esserci imprevisti o effetti collaterali da non sottovalutare.

Può abbassare troppo la pressione, dare vampate, tosse e può interagire con altri farmaci. È importante sospenderla per tempo se si hanno interventi chirurgici. Occorre evitarla se si soffre di acidità gastrica, ulcere o malattie del metabolismo o durante la gravidanza.



Non è ancora chiaro il motivo ma su alcune persone la forskolina ha davvero un ottimo effetto brucia – grassi.

Si è dimostrato comunque una sua azione positiva anche in altri ambiti: può abbassare la pressione arteriosa e coadiuvare nella prevenzione e nel trattamento del glaucoma, riducendo la pressione interna dell'occhio. Ossigena meglio il cervello, tanto che alcune ricerche evidenziano la capacità di potenziare la memoria. Se ne sta parlando positivamente anche per problemi legati alla depressione e all'ipotiroidismo.

La forskolina si trova in erboristeria oppure online sotto forma di gocce o capsule di diversa concentrazione: l'ideale per il dimagrimento è scegliere le capsule con una standardizzazione del 10 o 20% nell'arco della giornata. Attenzione comunque: il fatto che la forskolina sia un prodotto naturale, non significa



La pizza.

Maria Grazia Zanzi

Appena tornata dalla fantastica Napoli e dopo aver gustato la vera pizza napoletana, una delizia! Vi propongo come prepararla in casa. Buon appetito

Ricetta facile: Come fare la pizza napoletana a casa

4 PERSONE

Kcal 250

INGREDIENTI

❖ PER L'IMPASTO

- farina tipo 00 – 850 g
- lievito di birra fresco 1,5 g
- sale marino 25 g
- acqua 1/2 litro

❖ CONDIMENTO PIZZA MARGHERITA

- passata di pomodoro 250 g
- mozzarella di bufala 150 g
- olio extravergine di oliva q.b.
- basilico q.b.

❖ CONDIMENTO PIZZA MARINARA

- passata di pomodoro 350 g
- aglio 1 spicchio
- olio extravergine di oliva q.b.
- origano q.b.

La pizza è uno dei piatti simbolo della cucina italiana, amata da tutti e che ci ha reso famosi nel mondo. La vera pizza napoletana è quella tonda, con la pasta morbida e sottile al centro e con il bordo, o meglio il "cornicione", spesso, cotta nel forno a legna. La leggenda racconta che, nel 1889, la regina Margherita di Savoia la apprezzò così tanto che il pizzaiolo che l'aveva preparata per lei, Raffaele Esposito, decise di ribattezzarla con il suo nome. Nella nostra ricetta illustreremo in modo facile come fare la pizza: dalla realizzazione dell'impasto, fino alla creazione dei panetti e alla stesura finale: in questo caso con le istruzioni per cuocerla nel forno di casa. Per la farcitura potete realizzare quella classica della margherita e della marinara, come suggeriamo nella ricetta, oppure guarnirla con gli ingredienti che più vi piacciono. Scopriamo allora come fare la pizza napoletana a casa come in pizzeria, per preparare una cena sfiziosa da gustare in compagnia.

Come preparare la pizza napoletana

1. Versate l'acqua a temperatura ambiente in un recipiente capiente, aggiungete il sale, 85 g di farina e mescolate.
2. Unite poi il lievito e fatelo sciogliere completamente continuando ad amalgamare con le mani.
3. Versate gradualmente il resto della farina e impastate fino ad ottenere un composto liscio e omogeneo: ci vorranno circa 15-20 minuti.
4. Coprite con un canovaccio pulito e lasciate lievitare per almeno 8 ore.

Trascorso il tempo necessario, create dall'impasto dei panetti con i quali realizzerete i dischi di pasta da farcire. Stendete le pagnotte con le mani dal centro verso i bordi, in modo omogeneo, aggiungete il condimento che avete scelto e cuocete in forno già caldo a 220°-250° per circa 25 minuti. La vostra pizza è pronta per essere servita.



Pizza napoletana: i trucchi e i consigli giusti

1. Preparate l'impasto al mattino per far sì che, oltre alla lievitazione, avvenga anche la maturazione: in questa fase si scinderanno gli zuccheri e la pizza sarà più leggera e digeribile.
2. Lavorate l'impasto energicamente e, se dovesse risultare troppo duro, aggiungete un po' di acqua, se invece risultasse troppo appiccicoso unite un altro po' di farina.
3. Fate lievitare l'impasto della pizza ben coperto e al caldo e al riparo da correnti: sarà pronto quando avrà raddoppiato il suo volume. Per accorciare i tempi di lievitazione, è possibile aggiungere all'impasto un cucchiaino di zucchero: aiuterà infatti a velocizzarla.
4. Stendete la pasta solo con le mani, senza utilizzare il matterello. I dischi di pizza dovranno essere di 1/2 centimetro al massimo. Per ogni pagnotta utilizzate una teglia di 36 centimetri.
5. In merito alla farcitura la salsa di pomodoro deve essere densa, ma non troppo, e va spalmata in modo sottile dal centro verso il bordo. La mozzarella dovrà essere tagliata a fette e asciutta, per evitare che bagni troppo la base della pizza: per asciugarla potete utilizzare la carta da cucina. Ricordate poi che per la cottura nel forno elettrico la mozzarella va aggiunta 5 minuti prima di togliere la pizza dal forno. Utilizzate come condimento solo olio extravergine d'oliva.
6. Se amate la pizza fatta in casa, potete realizzare ogni volta una farcitura diversa, anche in base alle stagioni, aggiungendo magari i funghi in autunno, oppure realizzarla bianca con stracchino e salsiccia sbriciolata, oppure con prosciutto crudo, rucola e scaglie di parmigiano. Gli abbinamenti sono davvero tanti, per preparare ogni volta una pizza diversa e sempre gustosa.
7. Per evitare che la pizza si secchi in cottura, potete sistemare sul fondo del forno una pirofila con l'acqua: in questo modo la base resterà morbida.
8. Accompagnate la pizza con una birra o con un vino bianco leggero, per esaltarne al meglio il gusto.

Notizie alimentari

Giovanni Berengan

La zucca

Veniva coltivata già nel 5.000 a.C. dalle tribù sudamericane, che ne apprezzavano anche i semi, ricchi di proteine.

Da sempre la parola "zucca" è presente in molti modi di dire. Si dice infatti "non avere sale in zucca" e "essere fuori di zucca".

Nei Balcani i semi di zucca sono soprannominati "afrodisiaco del sultano" per la loro notevole quantità di magnesio, tonificante, che stimola il testosterone.

La zucca fa benissimo. È, infatti, ricca di betacarotene, un antiossidante che protegge il corpo da diverse patologie.

Molto in voga in America, ora anche in Italia si sta diffondendo la "birra di zucca", che viene prodotta proprio dalla sua polpa.

Le mele

Dalle più recenti ricerche scientifiche sembra che le gustose mele abbiano avuto origine nei boschi dei rilievi tra la Cina ed il Kazakistan, nel cuore dell'Asia.

In effetti, oggi la Cina è il maggior produttore di mele al mondo, mentre l'Italia si trova invece in quinta posizione.

La mela è sempre simbolo di salute. E' infatti ricca di vitamine C e D, di potassio, di bromo ed anche di magnesio,

Le mele sono composte per il 25% d'aria ed è per questo che, quando non sono più fresche, la loro buccia diventa grinzosa.

Al mondo esistono circa 7.000 tipi di mele, ma di queste solo il 25% sono commestibili.

Oltre ad avere un buon sapore, la polpa di mele è anche un ottimo sbiancante per i denti, così come l'ananas.

Famoso è il detto: *Una mela al giorno toglie il medico dintorno.*

Il riso

Insieme al grano è il cereale più coltivato sul pianeta: lo troviamo in ben 113 Paesi distribuiti in tutto il mondo.

Il riso è ricco di amidi, povero di grassi e privo di glutine. Inoltre è ricco di Sali minerali come potassio, calcio, sodio e fluoro.

E' il cibo "più vecchio" al mondo: gli archeologici infatti hanno datato il consumo di questo cereale al 5.000 a.C.

Non solo come prodotto alimentare: Infatti, durante il periodo della dinastia cinese dei Ming, il riso era utilizzato per dare stabilità ai muri in calcare.

L'usanza di lanciare il riso ai matrimoni ha un precedente nell'antica Roma, quando si dice che agli sposi venisse lanciato il riso come simbolo di fecondità.

Ne esistono migliaia di varietà.: solo in Italia sono 126 quelle iscritte nel registro nazionale.

Il tartufo

Il nome scientifico del genere cui appartiene è "tuber", ma il tartufo è un fungo, non un tubero come molti potrebbero credere.

Può crescere solo in simbiosi con un albero, fra le sue radici, che gli donano la linfa.

Per riprodursi il tartufo deve essere rosicchiato da qualche animale, che così facendo, ne sparge le spore. Di solito si tratta di roditori o cinghiali.

I maiali, e non i cani sono i migliori a trovare il tartufo, Tuttavia la loro "irruenza" rende più facile danneggiare questi preziosi funghi.

Il modo migliore per conservare il tartufo è immergerlo nel riso: questo, infatti, assorbe l'umidità facendolo durare per giorni.

In Italia, tale favoloso prodotto è possibile trovarlo in Piemonte ed in Abruzzo.