

Salvatore Niffoi, così muore in Barbagia un piccolo dottor Jekyll - Lorenzo Mondo

Di Salvatore Niffoi, appartenente all'animosa pattuglia degli scrittori sardi, ho apprezzato a suo tempo *La leggenda di Redenta Tiria* e *La vedova scalza*, un romanzo insignito nel 2006 del Premio Campiello. Ho continuato a seguire, con intermittenza, la sua copiosa produzione e mi incuriosisce oggi verificare il punto d'arrivo rappresentato da *La quinta stagione è l'inferno*. Troviamo qui la storia di Bantine Bagolaris, un bandito cresciuto nel cuore nero della Barbagia che, dopo avere abbandonato la sua terra, vi torna per morire. Viene in verità riportato a Marigalò, come corpo inerte, da due sconosciuti, scaricato davanti alla porta di casa (dove abitano la moglie Veronica e il figlio Remundu): perchè lui ha un proiettile piantato in testa. Ridotto allo stremo, combattendo con la febbre e le allucinazioni, racconta al figlio che lo assiste la sua turbinosa esistenza. In questa confessione, racchiusa in un'esile cornice, consiste il libro di Niffoi. Il suo protagonista era appena diventato padre quando dovette sfuggire a un agguato della polizia. Non era uno stinco di santo, aveva compiuto reati di lieve entità ma adesso gli imputavano il sequestro e il massacro di una donna nei quali era coinvolta in realtà la famiglia più facoltosa, e protetta, del paese. Di qui, dopo un conflitto a fuoco seguito dalla morte di un poliziotto, lo strappo dalla Sardegna, la fuga in continente e l'ingresso nella malavita romana. L'ingiustizia di cui è stato vittima è il primo anello di una carriera criminale che vorrebbe giustificarsi prendendo a bersaglio i ricchi e i potenti. Ma Bantine arriva presto a uccidere indiscriminatamente e senza un palpito di pietà. Il romanzo registra un susseguirsi di truci efferatezze che immettono il bandito sardo della tradizione, rivestito di qualche nobiltà, in un contesto metropolitano, tributario, per i suoi violenti automatismi, del cinema e del romanzo d'azione americano. Nel racconto che fluisce (con inusitata facondia) dalle labbra di Bantine si aprono tuttavia squarci di tenerezza, di trasognato idillio. Riguardano, insieme agli scorci dell'onnipresente natura, i giorni dell'innamoramento con Veronica, la nascita del figlio di cui ha fatto appena in tempo a percepire l'odore di latte e il tepore che, al ricordo, lo intormentiscono. E' un bambino venuto al mondo mentre lui, da quel mondo, se ne usciva. E il bandito latitante finisce quasi per introiettarlo, con nostalgia, dentro di sé. Nella clandestinità ha dovuto celarsi dietro un altro nome, ed ora «Bantine Bagolaris e Domenico Calindri diventarono tutt'uno, due siamesi costretti a vivere nel corpo di una persona sola. Quando ero Bantine pensavo sempre alla mia infanzia, a te e a tua madre...». Domenico Calindri era l'altro, l'angelo custode feroce e cattivo «che mi ha portato fin qui». Ma la doppia identità può trovare nei vaneggiamenti del morente altre declinazioni. E' lo stupore che, in rari momenti di resipiscenza, prova per «la bestia nascosta che portavo dentro senza saperlo», per la facilità con la quale «si possa saltare nel buio a occhi aperti». E' la sensazione di scoprirsi quasi un piccolo Dottor Jekyll. Un tema appena suggerito che meritava forse di essere approfondito, ma che arricchisce comunque la figura di Bantine. E sono questi tratti, questa lettura che suscitano un particolare interesse nel romanzo di Niffoi, al di là delle situazioni e degli argomenti più scontati. Aggiungiamoci la forza impressa, come di consueto, al racconto dal linguaggio espressivo e metaforico di Niffoi. «Il tempo scorreva lentamente dal tubo di ferro arrugginito della fontana». «Le ali del silenzio spandevano nell'aria il profumo dei fiori del cisto e del pancrazio». «La luna, quella sera...rimase nascosta tra le nuvole come una lucertola sotto la pietra» «A Maragalò sono arrivate le rondini a rubare gocce di fango dalle pozzanghere». E' sempre la Sardegna a sanare le ferite, a cadenzare il rientro memoriale ed espiatorio del bandito espatriato.

I poeti non vanno in vacanza - Tahar Ben Jelloun

Quest'anno ho deciso di fare come tutti: mi prenderò delle vacanze. Ho chiuso il mio quaderno d'appunti, depresso la penna, spento il computer, sistemandolo in un angolo dello studio. Ho rimesso al loro posto anche i dizionari e i classici che utilizzo come fonti. È ora di vacanze, di tempo libero, di un po' di pigrizia e di una siesta sotto un bell'albero della Toscana o della Normandia. Sono pronto. Le vacanze devono solo iniziare. Le accoglierò a braccia aperte. Sono qui e aspetto. Respiro profondamente. Guardo il cielo. E' azzurro. Non fa né caldo né freddo. Temperatura ideale. La mia famiglia è contenta. Finalmente siamo quasi in vacanza, come tutti gli altri. Dopo tutto, è legittimo cambiare ritmo e decidere di riposarsi, riposare lo spirito, il corpo e la memoria. È normale. Come si suol dire, bisogna ricaricare le batterie. Le mie in realtà sono già cariche e non sento il bisogno di caricarle di nuovo. Ma accetto il principio della pausa e accetto di mettere tra parentesi il romanzo sui cui lavoro da un anno. Non scriverò articoli per i giornali, né leggerò i romanzi che mi mandano: non ci sono, mi prendo una pausa dalla mia vita professionale. Sono come un qualsiasi funzionario della pubblica amministrazione che va in ferie. Sarebbe bello, ma ecco, non ci riesco. Ho preparato tutto ma non mi sento in vacanza. Mi sono vestito leggero: bermuda, camicia di lino, sandali, occhiali da sole; sono pronto per essere in vacanza, ma malgrado tutta questa preparazione, sento che il personaggio principale del romanzo che stavo scrivendo mi aspetta, mi chiama e mi chiede di tornare al mio tavolo di lavoro. La notte mi perseguita. Penso a lui e agli altri personaggi. Sono tutti lì a tirarmi per la manica della mia camicia bianca. L'estate per loro non esiste, tanto più che la storia si svolge fra le nevi di un paese immaginario. La mia mente è preoccupata. Guardo il mio studio. Vedo il quaderno su cui prendo i miei appunti muoversi come fosse animato da uno dei suoi personaggi; anche la mia bella penna nera si muove. Bisogna che torni a lavorare. Peccato per le vacanze, per la casa affittata a caro prezzo perché tutta la famiglia si riposasse. Loro partiranno senza di me. Oppure li raggiungerò quando avrò finito il romanzo. Potrei anche lavorare stando con la mia famiglia. Sì, forse; ma come fare per avere silenzio e pace? Non posso far sacrificare i miei figli, impedire loro di parlare a voce alta o di fare rumore con la loro musica. No, uno scrittore non può prendersi delle vacanze. Impossibile, perché uno scrittore è un eterno osservatore, uno scrutatore, un ricercatore, una persona che, come dice Balzac, scava nella società. Non può smettere di scavare, di decifrare, di raccontare, di denunciare e di arrabbiarsi. Certo, non tutti gli scrittori sono impegnati nella denuncia, ma quando si arriva in un paese arabo o africano, è difficile mostrarsi distanti da ciò che ti succede intorno. Oggi uno scrittore arabo è per forza interpellato da ciò che sta succedendo in Siria, dall'evoluzione della rivoluzione in Egitto e Tunisia; è attento anche all'evoluzione dell'islam fondamentalista in Libia e altrove. Come ci si può sentire in vacanza?

Impossibile. A meno di essere uno di quegli scribacchini che riempiono le pagine solo con storie di buoni sentimenti. Un poeta non può smettere di avere uno sguardo da poeta. La poesia non è un mestiere che si esercita a orari fissi. Se no, non è più poesia. È burocrazia. Un artista non chiude i suoi occhi sul mondo. È continuamente chiamato dalla luce, dai colori della vita. Lo stesso vale per un filosofo. Pensa sempre. Il giorno in cui smettesse, avrebbe preso l'Alzheimer. Stare in vacanze al sole, sulla spiaggia, nuotare, fare sport, non è cosa da artisti. Rari sono coloro che riescono a coniugare i due mondi. Picasso non aveva mai smesso di dipingere. Taha Hussein non aveva mai smesso di scrivere. Mozart non si è mai fermato nella composizione della sua musica. Orson Welles non ha mai smesso di preparare il suo prossimo film. Mi ricordo del mio amico Mahmoud Darwich durante un convegno sulla scrittura a Valencia; era estate, faceva caldo, in hotel c'era una piscina bellissima. La maggior parte dei partecipanti ne approfittava. Tutti, salvo Mahmoud. Lui scriveva. Pensava. Fumava e beveva. Non se ne parlava di fare come gli altri. La poesia non aspetta. È un'urgenza. Al ritorno, in aereo, ero accanto a lui, si è addormentato. Mi sono detto: non è il poeta che riposa, è il corpo del poeta che non ne può più di essere vigile. I poeti non dormono mai. Il loro corpo gli sfugge e si lascia irretire dal sonno. Ma anche mentre dormono, forse il loro inconscio continua a lavorare, ad accumulare immagini e a preparare la poesia successiva. Niente vacanze. Tanto meglio. Vuol dire che sono ancora vivo.

(traduzione di Anna Maria Lorusso)

Tahar Ben Jelloun è il protagonista della XX edizione di «Dedica», a Pordenone, fino al 22 marzo. Il Festival di Pordenone che propone un percorso di undici appuntamenti con l'autore, tra letture, teatro, musica, cinema. Verrà presentato anche «Notte senza fine. Amore tradimento incesto», primo lungometraggio di Elisabetta Sgarbi (tratto da un racconto dello scrittore marocchino), con Anna Bonaiuto, Laura Morante, Galatea Ranzi e Toni Servillo. (Il programma completo su www.dedicafestival.it). Ben Jelloun sarà anche a Torino per «Salone Off» venerdì prossimo, ore 18, alla Biblioteca Natalia Ginzburg con Ernesto Ferrero; sabato 15 marzo, ore 10, al Liceo Alfieri di Torino (con gli studenti e i ragazzi del Bookblog del Salone) e ad Alba, ore 18,30, presso la Chiesa del San Domenico per «Aspettando Collisioni».

Giannini: «Inizieremo l'educazione alimentare nelle scuole

ROMA - In occasione dell'Expo Milano 2015, che sarà dedicata al tema del cibo, «inizieremo con le scuole a fare un grande lavoro per ridurre l'obesità dei bambini e far capire che occorre mangiare bene oltre che non troppo». Lo ha detto il ministro dell'Istruzione, Stefania Giannini, in un messaggio video proiettato in occasione della firma del protocollo d'intesa per la semplificazione dell'agroalimentare italiano a Expo 2015. «Stiamo lavorando con il ministro Martina per far iniziare con l'anno scolastico 2014-2015 un'educazione alimentare nelle scuole», ha aggiunto il ministro sottolineando che «si potrebbe approfittare della presidenza italiana dell'Unione europea per portare questa iniziativa anche in Europa». L'Expo, ha concluso il ministro, «è un'occasione straordinaria per lanciare un messaggio culturale, educativo all'Europa e al resto del mondo sul tema del cibo. Si tratta veramente di una grande opportunità e ricordo che l'Italia e tutta l'area del Mediterraneo hanno una tradizione forte per quanto riguarda il cibo».

Lavoro, laureati e disoccupati: un diplomato su quattro è a casa

Lavorano e guadagnano poco i neolaureati italiani. E sono in pochi quelli finiti le superiori si iscrivono alle Università. Sembra logico e invece non lo è, perché per i giovani senza un titolo di studio di terzo livello le cose, nel cercare lavoro, vanno ancora peggio e molto. Se servissero altri elementi per dimostrare come quello dell'occupazione giovanile sia il tema dei temi nel Paese, questi arrivano dal XVI rapporto di Almalaurea, consorzio interuniversitario che riunisce 64 atenei italiani, che ha raccolto i dati di 450mila studenti. IN CALO LE MATRICOLE - Solo il 30% dei diciannovenni si è iscritto a un programma di studi di livello universitario. Un dato che allontana in maniera incolmabile l'obiettivo fissato dalla Commissione Europea per il 2020, ovvero il raggiungimento del 40% di laureati nella popolazione tra i 30 e i 34 anni. Ad oggi, tra i 25 e i 34 anni ha infatti un titolo di istruzione di terzo livello solo il 21% degli italiani. In Giappone sono il 59%, nel Regno Unito il 47%, e in Francia e Usa il 43%. L'Italia è ben al di sotto della media Ocse (39%) e di quella dell'Ue a 21 (36%). DOTTORI MA DISOCCUPATI O MAL PAGATI - Eppure, anche se meno che all'estero, la laurea garantisce vantaggi nel trovare lavoro: perché tra i giovani laureati il tasso di disoccupazione cresce sì (dal 2007 è passato dal 10 al 16%), ma meno rispetto a diplomati (dal 13% al 28%) e a chi si ferma alla licenza media (dal 22% al 45%). E le cose, per i laureati, potrebbero migliorare, se crescerà la quota di manager con titolo di studio di terzo livello, ferma in Italia a meno della metà della media europea: il 24% contro il 53%. Un manager laureato, infatti, tende ad assumere più laureati e questo potrebbe innescare un circolo virtuoso. Intanto, però, i dati sono impietosi: il tasso di disoccupazione ad un anno dalla laurea è infatti cresciuto di dodici punti in quattro anni per le magistrali e di quindici punti per lauree di primo livello e magistrali a ciclo unico. I neo laureati disoccupati sono il 26,5% di chi ha terminato la triennale, il 22,9% di quelli con laurea specialistica e il 24,4% di chi ha una laurea magistrale a ciclo unico. POCA STABILITA' LAVORATIVA - Nel 2007, primo dato disponibile, i livelli erano profondamente diversi con tassi di disoccupazione della metà e oltre. Ma anche nel 2008, primo anno di crescita costante di questo dato, i senza lavoro si fermavano al 15,1% per i laureati di primo livello e al 16,2% del secondo. Si lavora in meno e si guadagna anche meno: rispetto al 2008, le retribuzioni reali sono infatti calate del 20% circa, passando da oltre 1200 euro a circa 1000. Le cose tendono a migliorare con il passare degli anni - segno di un mercato del lavoro con tempi lunghi di inserimento e valorizzazione del capitale umano. A cinque anni, il tasso di disoccupazione è infatti inferiore al 10% (8% per i laureati di primo livello, 8,5% per i magistrali e 5% per quelli a ciclo unico) nonostante un aumento di due punti per le triennali e di 3 per le magistrali. E anche sul fronte del guadagno mensile - nonostante una costante diminuzione - i livelli sono più alti, intorno ai 1300 euro.

L'educazione è donna

ROMA - Quando si pensa a un insegnante della scuola italiana il pensiero va spesso a una donna. Un'associazione di idee che trova sostegno nei numeri. Il corpo docente italiano è per l'81,1% composto da donne. Una percentuale altissima: in Europa solo un Paese, l'Ungheria, conta una presenza maggiore di sesso femminile dietro la cattedra (82,5%). A livello di scuola d'infanzia, poi, tocchiamo un record mondiale: solamente lo 0,4% di maestri sono uomini. Una presenza, quella femminile, che alle superiori si riduce sensibilmente, ma sfiorando il 60% costituisce sempre la grande maggioranza. Già in tenera età, nella scuola primaria, i risultati migliori sono molto spesso appannaggio del sesso femminile. Se si guardano i dati sulla dispersione scolastica, il tema non cambia: nel 2012 l'Italia era ancora ferma al 17,6% di giovani usciti dal circuito formativo prima dei 16 anni; una quota decisamente lontana dal valore medio dell'indicatore nell'Ue27, che si attesta al 12,8 per cento. Però se si guarda al genere di alunni italiani che lascia i banchi prima del tempo, il quadro diventa ampiamente in attivo: tra i maschi sale infatti al 20,5%, mentre tra le femmine scende al 14,5%. Il rapporto più felice tra donna e istruzione si evince anche dalle ultime risultanze Ocse: scorrendo i dati Ocse emerge che in Italia i maschi diplomati della secondaria sono il 70% tra i 25-34enni (+25%), invece le femmine diplomate raggiungono il 75% nella stessa fascia di età (+35%). A quindici anni le femmine hanno competenze in lettura significativamente più alte dei maschi, mentre questi ottengono risultati migliori in matematica, ma di misura statisticamente non significativa. Le donne iscritte a una Facoltà sono di più (56%), hanno ottenuto alla maturità un giudizio medio alto (87/100) e si laureano almeno un anno prima degli uomini. Tuttavia, il tasso di disoccupazione delle laureate rimane più alto, il 6,7%, contro il 4,1% dei maschi. Anche perché scegliendo in prevalenza corsi di studi umanistici, le donne hanno molte meno probabilità dei maschi di operare professionalmente in campi tecnologici o comunque economicamente più produttivi. In ogni caso, anche a parità di titolo di studio guadagnano meno degli uomini: in genere la differenza è del 10-20%, anche se non di rado raggiunge punte del 30-40%. Per le donne che insegnano anche andare in pensione è diventato un problema. Dal 1 gennaio del 2012 l'età minima per accedere all'assegno di quiescenza è passato da 60 a 62 anni, da quest'anno servono 63 anni e 9 mesi. Mentre per quelle che non posseggono il requisito dell'età anagrafica, occorre un'anzianità contributiva di 41 anni e 6 mesi entro il 31 dicembre 2014. «Si tratta di un'imposizione che - osserva l'Anief - fa arrivare le donne italiane alla pensione scontente e affaticate».

Ecco le dieci borse di studio per entrare nei collegi di tutto il mondo

TORINO - Sei uno studente al terzo anno di scuola superiore e vuoi fare un'esperienza formativa all'estero? Allora il bando promosso da "The United World College International" è quello che fa per te. Dieci borse di studio per frequentare collegi internazionali, dalla Bosnia-Erzegovina agli Usa, passando per Norvegia e Germania. «Dentro questa borsa di studio c'è il mondo», recita il manifesto rivolto a «studenti intraprendenti, desiderosi di esprimersi e aperti ai cambiamenti». Un'opportunità da cogliere in fretta. Il termine ultimo per candidarsi è martedì 11 marzo. COSA SONO I COLLEGI DEL MONDO UNITO - Candidarsi è una scommessa sul futuro. In tutti i Collegi del Mondo Unito, il cui corso di studi copre gli ultimi due anni della scuola secondaria superiore prima dell'università, gli studenti conseguono il Diploma del Baccellierato Internazionale. La lingua di insegnamento, con l'eccezione di alcune classi di lingua e letteratura, è l'inglese. I Collegi solitamente forniscono un sostegno iniziale per l'apprendimento della lingua inglese durante o in preparazione dei due anni del programma accademico. Il corpo docente è reclutato su base internazionale per assicurare il più ampio ventaglio di metodologie e prospettive didattiche. I POSTI DISPONIBILI - Dieci borse in otto Stati diversi: Regno Unito (1), Canada (1), Singapore (1), Usa (1), Norvegia (2), Bosnia-Erzegovina (1), Germania (1) e Italia (2). A fare la differenza, anche nel collegio del Mondo Unito dell'Adriatico Onlus (quello italiano), è l'ambiente di studio: dinamico, internazionale e aperto al confronto con le altre nazionalità. Non solo studio: i dieci candidati vincitori saranno impegnati in attività sportive, culturali e nel volontariato sociale.

L'esame del sangue che ci dice se siamo a rischio demenza o Alzheimer

La medicina che va in direzione della prevenzione compie ogni giorno nuovi passi di fondamentale importanza. Tra i diversi metodi preventivi vi sono anche gli esami del sangue che, in questo caso, possono essere indicativi della possibilità (o rischio) di sviluppare la demenza, il declino cognitivo nei diversi gradi e anche la malattia di Alzheimer nei tre anni successivi l'esame. Ad aver scoperto e convalidato questo nuovo test sono stati i ricercatori della Georgetown University Medical Center, che hanno pubblicato i risultati del loro studio sulla versione online della rivista scientifica Nature Medicine. Una ricerca, questa, che si pone come obiettivo quello di sviluppare strategie efficaci per il trattamento della demenza e l'Alzheimer nella fase addirittura precedente, in modo che si possa combattere la malattia rallentando o prevenendo l'insorgenza dei sintomi. Il test si presenta come il primo a rendere noti i biomarcatori nel sangue che possono indicare la presenza di Alzheimer preclinico. Nello specifico, il test identifica 10 tipi di lipidi, o grassi, nel sangue che possono predire l'insorgenza della malattia. Secondo i ricercatori, l'esame potrebbe essere pronto per l'utilizzo in studi clinici in soli due anni e sono possibili altri usi diagnostici. «Il nostro nuovo test del sangue offre la possibilità di identificare le persone a rischio di declino cognitivo progressivo e può cambiare il modo in cui i pazienti, le loro famiglie e i medici curanti possono pianificare e gestire il disturbo», spiega il dott. Howard J. Federoff, primo autore dello studio e professore di neurologia e vice presidente esecutivo per le scienze della salute presso la Georgetown University Medical Center. La possibilità di individuare il rischio di demenza in fase precedente all'esordio della malattia stessa è un grande passo avanti, poiché allo stato attuale non esiste una cura o un trattamento efficace per l'Alzheimer. In tutto il mondo sono circa 35,6 milioni gli individui che devono fare i conti con la malattia. Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), poi, il numero raddoppierà ogni 20 anni, arrivando a 115,4 milioni di persone con Alzheimer entro il 2050. Tutti i grandi sforzi compiuti fino a oggi per sviluppare farmaci efficaci nel rallentare o invertire la progressione della malattia di Alzheimer hanno fallito, sottolineano i ricercatori. Secondo Federoff, uno dei motivi potrebbe essere che i farmaci siano stati valutati troppo tardi nel processo della malattia. «Lo stato preclinico della malattia offre una finestra di opportunità per un intervento modificante la malattia attuale - dichiara

Federoff - I biomarcatori come i nostri, che definiscono questo periodo asintomatico, sono fondamentali per il successo nello sviluppo e applicazione di queste terapie». Lo studio che ha condotto allo sviluppo del nuovo test ha coinvolto 525 partecipanti sani di età compresa tra 70 anni e oltre a cui sono stati prelevati dei campioni di sangue sia all'inizio dello studio (al basale) e in diversi altri momenti durante il periodo di follow-up durato 5 anni. Nel corso dello studio, 74 partecipanti hanno mostrato di avere i requisiti per lo sviluppo sia per la malattia lieve di Alzheimer (AD) o una condizione nota come decadimento cognitivo amnesico lieve (aMCI), in cui la perdita di memoria è prominente. Di questi, 46 hanno ricevuto la diagnosi al momento dell'iscrizione e 28 hanno sviluppato aMCI o lieve AD, durante lo studio - quest'ultimo gruppo è stato chiamato "convertitori". Durante il terzo anno dello studio, i ricercatori hanno selezionato dal gruppo totale 53 partecipanti che hanno sviluppato aMCI/AD - di cui 18 erano parte del gruppo "convertitori" - e 53 cognitivamente sani, che avrebbero fatto da gruppo di controllo, che sono stati abbinati per la fase di individuazione dei biomarcatori lipidici dello studio. I lipidi non sono stati mirati prima dell'inizio dello studio ma, piuttosto, sono un risultato dello studio, sottolineano gli autori. I test hanno permesso ai ricercatori di individuare un gruppo di 10 lipidi, che i ricercatori ritengono possano rivelare la composizione delle membrane cellulari neuronali nei partecipanti che sviluppano sintomi di deficit cognitivo o l'Alzheimer (AD). Il pannello è stato successivamente convalidato utilizzando i restanti 21 partecipanti aMCI/AD (di cui 10 "convertitori"), e 20 controlli. Una volta acquisiti tutti i dati, questi sono stati analizzati per determinare se i partecipanti potevano essere inclusi nelle corrette categorie diagnostiche, basate esclusivamente sui 10 lipidi identificati nella fase di scoperta. «Il quadro lipidico è stato in grado di distinguere con una precisione del 90 per cento questi due gruppi distinti: partecipanti cognitivamente normali che avrebbero visto un'evoluzione di MCI o AD entro due o tre anni, e quelli che sarebbero rimasti normali in un prossimo futuro», spiega Federoff. «Consideriamo i nostri risultati un passo importante verso la commercializzazione di un test a biomarcatori preclinico della malattia, che potrebbe essere utile per lo screening su larga scala per identificare i soggetti a rischio. Stiamo progettando uno studio clinico in cui useremo questo pannello per identificare le persone ad alto rischio di Alzheimer e per testare un agente terapeutico che potrebbe ritardare o prevenire l'insorgere della malattia», conclude Federoff.

Marijuana, un possibile rimedio contro l'ansia

L'ansia sarà forse un giorno ribattezzata come il male del Ventunesimo secolo. Conduciamo una vita per niente a misura d'uomo, le nostre azioni sono una corsa a ostacoli perché ci manca il tempo per pensare a chi siamo e cosa desideriamo realmente. Tutto ciò non fa altro che aumentare il grado di stress con conseguenti stati d'ansia più o meno marcati. Eppure un rimedio che sia realmente in grado di contrastarla ancora non esiste. Gli psicofarmaci, infatti sono per lo più sedativi dell'intero sistema nervoso, per cui, di norma, sopprimono solo il disturbo anziché guarirlo davvero. Una nuova speranza, tuttavia, ci arriva da un gruppo di ricercatori internazionali - tra cui gli scienziati della Hokkaido University di Sapporo (Giappone), l'Accademia Ungherese delle Scienze di Budapest e l'Indiana University di Bloomington - guidati da alcuni professori della Vanderbilt University. Secondo i loro studi, i nostri recettori dei cannabinoidi - i principali principi attivi della Marijuana - esercitano un importante ruolo a livello cerebrale coinvolto nella regolazione dell'ansia e la risposta allo stress (flight-or-fight response). Per la prima volta uno studio è stato in grado di mettere in evidenza i recettori dei cannabinoidi nel nucleo centrale dell'amigdala (in uno studio condotto su animali). La ricerca, riportata sulla rivista *Neuron* e guidata da Sachin Patel - professore di Psichiatria e di Fisiologia Molecolare e Biofisica - potrebbe in qualche modo spiegare il motivo per cui i consumatori di Marijuana, affermano molto spesso di assumerla soprattutto per ridurre i loro stati d'ansia. I dati, ottenuti anche grazie alla collaborazione di Teniel Ramikie, uno studente laureato nel laboratorio di Patel, hanno anche potuto dimostrare come le cellule nervose prodotte da questa zona del cervello siano in grado di rilasciare naturalmente degli "endocannabinoidi". Secondo Patel, «Lo studio potrebbe essere molto importante per capire come la cannabis esercita i suoi effetti comportamentali». In alcuni Paesi la Marijuana è già stata legalizzata. In Italia, per ora non si sa nulla, ma quello che è certo è che se accadrà le persone che potranno avere a disposizione l'eventuale farmaco saranno sempre maggiori. Secondo i ricercatori, che si sono basati anche su studi precedenti, il sistema endocannabinoidale è un regolatore naturale dell'ansia e dello stress che coinvolge il neurotrasmettitore glutammato. Lo stress, sia di tipo acuto o cronico o un grave trauma emotivo, possono causare la riduzione della produzione di tali endocannabinoidi e la reattività dei sensori che comunicano con il neurotrasmettitore. Il risultato è che senza questo effetto "buffering", l'ansia aumenta notevolmente. Se da un lato i cannabinoidi esogeni provenienti dalla Marijuana riducono l'ansia, è anche vero che dall'altra parte l'uso continuativo di questa sostanza potrebbe aumentarla e innescare un circolo vizioso, di potenziamento del dosaggio fino a creare una vera e propria dipendenza. Per arrivare a tali ipotesi, durante la ricerca sono state adoperate apparecchiature di microscopia elettronica che hanno permesso di visualizzare sia le singole sinapsi che gli spazi esistenti fra una cellula nervosa e l'altra. «Sappiamo dove sono i recettori, sappiamo qual è la loro funzione, sappiamo come questi neuroni rendono i propri cannabinoidi. [...] Tutto ciò potrebbe cambiare radicalmente la nostra comprensione della comunicazione cellulare nell'amigdala», concludono gli autori.

La vitamina D aumenta la sopravvivenza delle pazienti con cancro al seno

È la vitamina del Sole, così chiamata perché è proprio grazie all'astro splendente che il nostro organismo, attraverso la pelle, riesce a sintetizzarla e produrla. E se già sappiamo quanto la vitamina D sia utile per la salute delle ossa, forse non sapevamo che è fondamentale anche per altri processi fisiologici come la proliferazione cellulare o quelli che interessano muscoli, occhi, cuore e polmoni. Ma, la vitamina del Sole non si ferma qui: pare infatti che sia d'aiuto anche ai malati e, in particolare, alle donne affette da carcinoma mammario (o cancro del seno). Tutto questo, secondo un nuovo studio pubblicato su *Anticancer Research* e condotto dai ricercatori della Facoltà di Medicina dell'Università della California a San Diego (UCSF), in cui si mostra che adeguati livelli di vitamina D possono far aumentare di ben il doppio le probabilità di sopravvivere alla malattia. Per contro, carenze di questa stessa vitamina sono state collegate a

un alto rischio di sviluppare un tumore del seno, in particolare nelle donne in premenopausa. Il dott. Cedric F. Garland - professore del Department of Family and Preventive Medicine - e colleghi hanno eseguito un'analisi statistica di cinque studi sulla 25-idrossivitamina D, ottenuti al momento della diagnosi nella paziente e durante il follow-up per una media di nove anni. In totale, gli studi includevano 4.443 pazienti con cancro al seno. «I metaboliti della vitamina D aumentano la comunicazione tra le cellule attivando una proteina che blocca la divisione cellulare aggressiva - spiega il prof. Garland - Finché i recettori della vitamina D sono presenti, la crescita del tumore è impedita e la richiesta di sangue trattenuta. I recettori della vitamina D non si perdono fino a quando un tumore è molto avanzato. Questa è il motivo della migliore sopravvivenza nei pazienti i cui livelli ematici di vitamina D sono alti». I dati raccolti hanno rivelato che le donne con un alto livello ematico di vitamina D presentavano un livello medio di 30 nanogrammi per millilitro (ng/ml) di 25-idrossivitamina D nel loro sangue. A differenza, il gruppo con bassi livelli di vitamina D aveva in media 17 ng/ml. Non a caso, il livello medio nei pazienti con cancro al seno negli Stati Uniti è di 17 ng/ml. I ricercatori, per prudenza ricordano che altri studi clinici randomizzati e controllati saranno necessari per confermare i risultati, tuttavia ritengono che i medici dovrebbero prendere in considerazione l'aggiunta di vitamina D nella cura standard di una paziente con cancro al seno e poi monitorare attentamente la paziente. «Non c'è ragione per attendere ulteriori studi per incorporare supplementi di vitamina D in regimi di cura standard, in quanto una dose sicura di vitamina D necessaria per raggiungere elevati livelli sierici superiori a 30 nanogrammi per millilitro è già stata stabilita», conclude Garland. Ricordiamo che le linee guida attuali raccomandano l'apporto giornaliero di vitamina D in misura delle 600-800 UI (Unità Internazionali), tuttavia ci sono esperti che ritengono che per prevenire malattie come il cancro sono necessari dosaggi che vanno dalle 2.000 alle 4.000 UI. Ma ci sono anche specialisti che per contrastare una grave carenza arrivano a prescrivere perfino 50.000 UI; altri ritengono però che con 10.000 UI al giorno si possa danneggiare i reni. Quale che sia la verità, è indubbio che la carenza di vitamina D è una realtà, spesso dovuta alla tutta moderna abitudine di restare per troppo tempo rintanati in case e uffici anziché prendere un po' di sano Sole - con cognizione di causa, ovviamente.

Dieta ricca di Omega-3 per dormire bene

Il nostro stato d'animo e il relativo livello di serenità sono fortemente collegati con il nostro modo di dormire. Le persone che dormono poco e male, spesso sono notevolmente più stressate di quelle che riescono a fare una lunga tirata dalla sera alla mattina. E se tutto ciò si evidenzia nelle persone adulte, a trarre i maggiori benefici di un buon sonno, sono senz'altro i bambini che hanno bisogno di molto riposo per crescere bene. A questo proposito è stata condotta una ricerca dall'Università di Oxford che ha mostrato come i bambini possano riuscire a dormire un'ora in più ogni notte, solo utilizzando dei supplementi di omega-3. Ma non è finita qui, perché gli stessi bambini hanno registrato almeno sette episodi in meno di risvegli durante le ore notturne, rispetto al gruppo di controllo che assumeva placebo, mais o soia. Secondo gli esperti, elevati livelli ematici di omega-3 (in particolare DHA) sono significativamente associati a un buon sonno, una minore resistenza nel voler andare a dormire e una riduzione di altri disturbi del sonno, abbastanza frequenti nell'infanzia. Un ulteriore successo è stato ottenuto usando una proporzione più elevata di DHA in relazione agli acidi grassi a catena lunga omega-6 (acido arachidonico, per esempio). Anche in questo caso la qualità del sonno è stata notevolmente migliorata. Lo studio, pubblicato sul Journal of Sleep Research, ha messo ancora una volta in evidenza l'importante ruolo degli acidi grassi essenziali, come gli omega-3 e omega-6 con la regolazione del sonno. Si ricorda anche che bassi rapporti di DHA sono da tempo associati a livelli insufficienti di melatonina. Per arrivare a queste conclusioni, i ricercatori hanno dato ai bambini partecipanti delle polveri a base di alghe. In totale, i volontari erano 352 con un'età compresa fra i 7 e i 9 anni. Dai questionari che sono stati inviati alle scuole era emerso che ben quattro bambini su dieci soffrivano regolarmente di disturbi del sonno. Affinché lo studio potesse essere valido ai bambini sono stati montati dei sensori al polso che identificassero i movimenti durante il sonno. Chi assumeva il supplemento giornaliero di alghe aveva mostrato 58 minuti in più di sonno e sette episodi in meno di veglia. Una delle migliori fonti in assoluto di questo genere di grassi essenziali è il pesce azzurro. Purtroppo, come ormai tutti sapranno, il corpo umano non è in grado di produrre gli acidi grassi omega-3 come il DHA, fondamentale per la corretta trasmissione nervosa. Per tale motivo, sarebbe auspicabile mangiare pesce almeno due volte alla settimana, di cui una il pesce grasso come il salmone. Tenendo conto che, secondo recenti stime, il consumo di tali alimenti al di sotto dei dieci anni è più che dimezzato dal 1999. «Trovare problemi del sonno a livello clinico in quattro bambini su dieci di questo campione di popolazione generale è un motivo di preoccupazione - spiega il professor Paul Montgomery dell'Università di Oxford - Varie sostanze contenute all'interno degli acidi grassi omega-3 e omega-6 sono da tempo note per svolgere un ruolo chiave nella regolazione del sonno. Per esempio, bassi rapporti di DHA sono stati collegati con i più bassi livelli di melatonina che si adatterebbe con la nostra constatazione che i problemi del sonno sono maggiori nei bambini con bassi livelli di DHA nel sangue». «Gli studi precedenti che abbiamo pubblicato hanno dimostrato che i livelli ematici di omega-3 (DHA) in questo campione di popolazione generale di età compresa fra i 7 e i 9 anni sono stati allarmanti, e questo potrebbe essere direttamente legato al comportamento e l'apprendimento dei bambini - aggiunge il dottor Alex Richardson dell'Università di Oxford - Sono necessarie ulteriori ricerche visto il piccolo numero di bambini coinvolti nello studio pilota. Tuttavia, questo studio randomizzato e controllato suggerisce che il sonno dei bambini (e non solo dei bambini) può essere migliorato attraverso l'uso di integratori DHA e indica ancora un ulteriore vantaggio di avere alti livelli di omega-3 nella dieta». Lo studio è stato finanziato dalla DSM Nutritional Products, già fornitore di integratori a base di Alghe.

Fatto quotidiano - 10.3.14

Università, "dopo un anno + 4% disoccupazione dei laureati triennali"

Giulia Zaccariello

L'Italia non è un paese per laureati. Almeno questo è ciò che si deduce leggendo il XVI rapporto diffuso dal consorzio interuniversitario Almalaurea, che anche quest'anno ha preso in esame la situazione occupazionale dei giovani dottori, a un anno dalla fine degli studi. La fotografia che ne esce è poco rassicurante e dipinge una generazione che, pur con una laurea in mano, fa sempre più fatica a trovare un impiego. E anche i più fortunati non se la passano bene: sono costretti a fare i conti con contratti sempre più precari e con stipendi in calo rispetto agli anni scorsi. Lo studio ha coinvolto quasi 450mila laureati post-riforma, iscritti a tutti i 64 atenei aderenti al consorzio. Si tratta sia di persone con la laurea triennale e specialistica (intervistati dopo un anno), sia di laureati con ciclo quinquennale (intervistati dopo cinque anni). I dati emersi parlano di una crisi occupazionale che non risparmia nessuno, e di un mercato del lavoro che non riesce ad assorbire nemmeno le persone più qualificate. Bastano alcuni numeri per capirlo: a dodici mesi dal conseguimento del titolo, il tasso di disoccupazione tra i laureati triennali (non iscritti a un altro corso universitario) è cresciuto, rispetto all'anno precedente, di oltre tre punti percentuali, passando dal 23% al 26,5%. Più ridotto l'aumento della disoccupazione tra i laureati con titolo magistrale: in questo caso i disoccupati sono saliti dal 21% al 23%. Va considerato poi che tra i laureati triennali del 2012, il tasso di occupazione, a un anno dall'uscita dall'università, è dell'66%. Ossia quattro punti in meno rispetto a quello degli ex studenti dei corsi magistrali, che invece è fermo al 70%. "Nella fase di ingresso - si legge nella sintesi dello studio - tutti i giovani italiani, laureati inclusi, incontrano difficoltà maggiori che in altri paesi. Per altro verso, nell'arco della vita lavorativa, la laurea continua a rappresentare un forte investimento contro la disoccupazione anche se meno efficace in Italia rispetto ad altri paesi". Guardando al passato, si capisce come la situazione sia precipitata nel giro di poco tempo. Solo nel 2007 i numeri erano molto diversi. Il livello di disoccupazione, ad esempio, era la metà rispetto a oggi. Mentre nel 2008 i neodottori in cerca di lavoro si fermavano al 15,1% per i laureati di primo livello, e al 16,2% per quelli del secondo. Ma anche chi riesce a trovare un impiego non vive di certo un momento fortunato. La stabilità è quasi un miraggio. Tra i laureati triennali solo il 26,9 % ha un contratto a tempo indeterminato. Percentuale che scende al 25,7% tra i magistrali e al 12,6% per quelli del ciclo unico. Più che un calo si può definire un vero e proprio crollo: dal 2008 si sono persi 15 punti percentuali per i triennali, 8 per i magistrali e 5 per gli ex studenti dei corsi a ciclo unico. Nell'analisi si registra poi un aumento del 5% in 5 anni degli impieghi senza regolamentazione, mentre il nero coinvolge 8 laureati su 100 per quanto riguarda i triennali, 9 su 100 tra i magistrali e 13 su 100 tra coloro che hanno preso una laurea a ciclo unico. Non va meglio se si apre il capitolo retribuzioni. A 12 mesi dal titolo, gli stipendi superano a fatica la media dei 1000 euro netti mensili. E anche la forbice tra i laureati di primo livello e quelli di secondo è minima. Nello specifico: 1003 euro per i giovani con laurea triennale (-5% rispetto all'ultima rilevazione), 1038 per quelli con laurea magistrale (-3%). Cifra che scende a 970 per gli universitari del ciclo unico (-6%). Per tutti il dislivello (considerato anche il costo della vita) è di almeno -20 punti percentuali in 5 anni. Ma a preoccupare è anche il dato sui giovani che decidono di intraprendere un percorso di studi universitario. Prendendo in considerazione i diciannovenni neodiplomati, solo 3 su 10 si iscrivono a un ateneo. Un numero che ci allontana in dall'obiettivo fissato dalla Commissione Europea per il 2020, ovvero il raggiungimento del 40% di laureati nella popolazione tra i 30 e i 34 anni. "La documentazione Ocse indica che nel 2012 l'Italia si trovava agli ultimi posti per la quota di laureati sia per la fascia d'età 55-64 anni sia per quella 25-34 anni" rivela lo studio. "D'altra parte le aspettative di raggiungere l'obiettivo fissato dalla Commissione Europea per il 2020 sono ormai vanificate per ammissione dello stesso governo italiano. Il quale ha rivisto l'obiettivo che più realisticamente si può attendere il nostro Paese raggiungendo al massimo il 26-27%. Stiamo rischiando di perdere ulteriore terreno e energie straordinarie".

I prof? Gente da Medioevo

Dopo Elia ecco Sharon, ovvero i liceali che mollano volentieri tablet e cellulari se in classe entra un prof che parla, sorride, spiega e convince. Perché, dice Sharon, non è più tempo di stare in cattedra a pontificare, a lamentarsi dello stipendio e dell'appannamento sociale. Gli insegnanti oggi hanno un lavoro duro da smazzare, e davanti un pubblico difficile da convincere, quindi le cose funzionano solo se il patto è onesto: l'adulto offre qualità, il ragazzo ci mette l'impegno.

Salve, mi chiamo Sharon e ho avuto modo di leggere quello che ha scritto il liceale Elia sulla pagina il Fatto Quotidiano online, cercando per caso uno spunto per scrivere un articolo di giornale per la scuola. Sono contenta che finalmente qualcuno prenda voce in quello che è ormai un tabù come l'uso dei cellulari a scuola e il mancato disinteresse verso ciò che gli viene fortunatamente insegnato (perché sì, l'insegnamento è una fortuna, diritto ma privilegio; e soprattutto non per tutti). Sono contenta perché parla un ragazzo che va a scuola per il piacere di starci, attento a ciò che gli viene proposto, e che ha un occhio critico costruttivo a differenza di molti altri nostri giovani contemporanei. Sono una studentessa di un liceo scientifico di Roma, il mio percorso di studi è stato un po' un'odissea ma alla fine sono riuscita a stabilire quello più adatto alle mie esigenze. Quello che spesso noto, forse perché sono polemica (agli occhi di un professore), o forse perché sono una persona esigente e che DEVE esigere in quanto alunno dal professore che è lì per insegnare al meglio, è che gli insegnanti sono un po' medioevali. Esatto, medioevali. Quasi ti impongono la materia che insegnano perché è quello che devi fare, studiare e andare bene, ignorando l'interesse che suscitano alla classe, il quale è spesso pari a zero. Così che l'alunno cerca svago nel cellulare, appunto, ma non per forza. Io vorrei che qualcosa cambiasse in questa istituzione, vorrei che il professore appassionato della materia, invece di insegnare soggettivamente, insegnasse obiettivamente con lezioni partecipative, vorrei che un insegnante fosse disponibile al punto di chiedere alla classe consigli e suggerimenti, e che li ascoltasse! Io vorrei che il concetto di scuola fosse un concetto di condivisione e non di obbligo per l'alfabetizzazione; e perché "se non studi non vai da nessuna parte" o anche "senza un pezzo di carta non sei nessuno". E' questa la mentalità che ormai noi giovani abbiamo, non abbiamo una mentalità aperta al piacere della comunicazione, della condivisione e della formazione di un bagaglio culturale proprio che ci possa arricchire per farci diventare persone e non semplici individui. La scuola deve essere un obbligo formale non morale come ormai è diventata negli anni, deve essere un luogo per arricchirsi in cui ci si mette alla prova

e ci si relaziona, dove si impara a vivere e rapportarsi. Vivere perché quando hai 15 fino ai 19 anni (età media in cui finisci il percorso scolastico con annessa maturità) il mondo in cui ti rapporti è quello della scuola, quello spicchio di mondo in cui ti accorgi che molto spesso devi tenere la bocca chiusa, dove devi portare rispetto per convivere serenamente. Ma purtroppo la scuola non è così ai giorni nostri. Stiamo regredendo e nessuno se ne rende davvero conto. Consiglio a tutti di riflettere davvero su quello che abbiamo e di farne tesoro e di migliorarlo ed evolverlo, perché così non andiamo da nessuna parte.

Sharon

P.S. grazie per l'opportunità che date per comunicare anche a chi magari non viene ascoltato. Le parole sono importanti.

Le parole, le regole, il rispetto, sono la premessa dell'educazione scolastica. Chi sta oggi in cattedra, dalle elementari al liceo, segnala questo come tema prioritario: è più difficile domare la classe che insegnarle qualcosa. L'iperattività, l'invasione della tecnologia, il linguaggio volgare, la violenza nel gestire sentimenti e reazioni diventano stress quotidiano, e carenza d'apprendimento. paroladiprof@gmail.com è l'indirizzo per segnalare problemi e idee. Fatelo chiunque voi siate: studenti, mamme, nonni o maestre. Le parole, per noi, sono importanti.

Radiohead e The National: metti due chitarristi rock in un'orchestra classica

Chiara Felice

I Radiohead e i The National sembrano quasi una copertura se si tenta di scavare a fondo, magari partendo da un disco appena uscito per Deutsche Grammophon/Universal Music, "St. Carolyn by the Sea/There Will Be Blood", che vede protagonisti i due chitarristi delle band appena citate. Da una parte abbiamo Jonny Greenwood (nella foto) - violinista classico reinventatosi chitarrista una volta approdato nei Radiohead - che in una recente intervista ha puntato il dito contro le giovani guitar bands, accusandoli di suonare gli stessi strumenti dei loro nonni e per di più con le stesse tecniche esecutive. L'apporto di Greenwood all'album "St. Carolyn by the Sea/There Will Be Blood" è dato da una suite articolata in sei episodi e composta per il film "There Will Be Blood" (2007). Le influenze non mancano, dal tanto amato Ligeti al più presente Aaron Copland e trattandosi di una colonna sonora le musiche restano fortemente cucite alle immagini. Greenwood si mantiene in una posizione di sicurezza, ma i sei momenti che compongono la suite risultano estremamente raffinati: a partire dall'iniziale "Open Spaces" che vede l'entrata in scena degli strumenti in un continuo saliscendi fino alla tensione finale, alla reale tensione creata dagli archi nella successiva "Future Markets" e poi ripresa in "Proven Lands". Uno degli episodi maggiormente interessante dal punto di vista compositivo è "Henry Plainview" dove il passaggio glissato degli archi sembra dipingere strati di colore infiniti in una continua messa a fuoco. Se da una parte abbiamo un violinista per necessità diventato chitarrista, dall'altra abbiamo un musicista da sempre fedele alla sei corde. Bryce Dessner - così come Greenwood - non si è appassionato alla classica durante la sua esperienza in una rock band, ma ha da sempre amato, esplorato e studiato il genere. La sua è una formazione classica (laureato in musica all'università di Yale), che ha finito per influenzare anche la struttura compositiva degli ultimi album dei The National e che lo ha portato a collaborazioni significative, da Philip Glass ai Kronos Quartet. "St. Carolyn by the Sea/There Will Be Blood" non è un album a quattro mani di Greenwood e Dessner, ma un lavoro diviso in due parti non uguali: la suite "There Will Be Blood" del chitarrista dei Radiohead è infatti preceduta da tre suite di Dessner. "St. Caroline by the Sea" - titolo preso in prestito da "Big Sur" di Kerouac - è il brano iniziale, nel quale si può già mettere a fuoco l'intento creativo di Dessner, che senza ombra di dubbio cerca di andare oltre alcune zone comode tipiche della composizione classica. Se già di per se non è mai stato facile inserire uno strumento come la chitarra classica all'interno di un'orchestra, ancora più complesso diventa inserire in un contesto del genere una chitarra elettrica. Dessner nella title track prova a fondere una sezione di quattro chitarre elettriche con l'orchestra, costruendo un gioco timbrico molto raffinato dove le chitarre danno vita ad una marea che si alza e si abbassa con impeto crescente. In ambito compositivo Dessner tende sempre a prendere ispirazione da oggetti, elementi, letture, quasi come se con la musica ne volesse riplasmare l'essenza. Le suite "St. Carolyn by the Sea", "Lachrimae" e "Rapahael" sono esplorazioni che non nascondono una piccola punta di coraggio da parte del chitarrista dei The National. L'ottima intuizione commerciale da parte della casa discografica di unire i due musicisti, ne mette però in evidenza i due approcci opposti, lì dove uno percorre con grande eleganza un sentiero conosciuto, l'altro tenta di intraprendere un nuovo percorso ancora poco esplorato.

Architettura & altro: la casa in movimento - Raffaele Marone

Una casa costruita quasi quaranta anni fa, in una cittadina del nord del Portogallo. A guardare il disegno della pianta, la forma della casa non sembra la forma di una casa. Il volume che si piega su se stesso a formare una specie di improbabile U molto stretta, angoli acuti insieme a rotazioni dei muri che sembrano immotivate, un bow window, parti curve e interruzioni continue dei muri: porte? O finestre? La disposizione delle linee potrebbe far pensare ad un insieme che risulta formalmente eccessivo, e alla fine asfittico. Il lotto è piccolo, non piano, e di forma poligonale irregolare. Una composizione di piccoli volumi color ocra con poche finestre che aprono verso la strada, come un fortillio minuto cintato, riempie quasi completamente un lato del terreno disponibile; in qualche punto, manca lo spazio per passare tra la casa e il muro perimetrale; intorno restano solo frammenti di suolo in apparenza "avanzati", risulta, a quote diverse. Quel che rimane all'aperto, dall'altro lato, è come una grande stanza scoperta, a tutti gli effetti parte della casa. È un giardino dallo spazio fortemente orientato dalla direzione dei muri: quelli di cinta disposti a comporre forme in continuità con quelli che definiscono il volume abitato. E lo spazio reale della casa è un fluire continuo tra stanza e stanza, tra dentro e fuori, tra luce e ombre. Lo spazio invita continuamente a muoversi, a spostarsi da un ambiente all'altro, dagli interni agli esterni. Lo spazio "tira" da un punto all'altro della casa. Quelle interruzioni continue dei muri -porte e finestre- sono lì, disposte in modo da aprire canali visivi di grande potenza e dinamicità. È un

complesso meccanismo di tensioni, di ascendenza modernista, che riesce a generare anche quel senso di domesticità delle corti strette e assolate di tante piccole e semplici case dell'Europa meridionale.

Repubblica - 10.3.14

[Il fotoreporter nel campo profughi di Za'atari](#)

Addio a Paolo Filo Della Torre, da Londra con nobiltà - Enrico Franceschini

LONDRA - L'avevo sentito l'altro giorno, dopo che avevamo fatto insieme il servizio su David Cameron che vorrebbe ripristinare in Inghilterra la caccia alla volpe: io l'articolo di cronaca, lui un delizioso amarcord sulla passione della famiglia reale per questo sport che ad altri appare un crudele passatempo. Come sempre, era capace di rivelare in poche righe un qualcosa in più che noi corrispondenti da Londra non potevamo sapere, perché non si trova sui giornali, non si impara dalla Bbc e spesso nemmeno da libri e fonti autorevoli: la vera ragione per cui la regina Elisabetta non aveva invitato l'ex-premier laburista Tony Blair alle nozze di suo nipote William con Kate Middleton, un paio d'anni or sono, era che fu proprio Blair a mettere il bando alla caccia alla volpe, decisione che la sovrana non gli ha mai perdonato. Paolo Filo della Torre, scomparso ieri all'età di 80 anni dopo una lunga malattia, conosceva quelle che potevano apparire minuzie nella vita della Gran Bretagna ma che la illuminavano meglio di saggi pomposi. E le conosceva perché in mezzo secolo trascorso a Londra aveva avuto l'opportunità di frequentare e sovente diventare amico di personaggi a cui normalmente i giornalisti stranieri non hanno accesso, incluse Sua Maestà, con cui condivideva l'amore per le corse dei cavalli (a cui andava anche lui, ad Ascot per esempio, nel palco riservato ai reali, indossando il tight con la disinvoltura con cui un bambino mette una maglietta), e Margaret Thatcher, che intervistò più volte per il nostro giornale. Per questo, nella comunità dei cronisti italiani dal Regno Unito, ma pure nei circoli diplomatici e degli affari, Paolo era considerato il decano e il veterano: unico per i suoi contatti, per i suoi aneddoti, per le esperienze che aveva fatto. Io lo soprannominavo Big Ben, non solo perché era imponente come la torre dell'orologio che sovrasta il parlamento di Westminster, ma anche perché, allo stesso modo, era il simbolo del giornalismo italiano in Inghilterra - e per estensione, per qualche generazione di italiani, è stato il simbolo della nostra visione di tutto ciò che è inglese. Due articoli di Paolo Filo della Torre: [L'ultimo saluto a Margaret Thatcher](#) - [E nei Club per gentiluomini non entra nemmeno la Regina](#). Certo, un po' dei suoi contatti con la famiglia reale e l'aristocrazia derivavano anche dal fatto che il "conte Filo della Torre", come si leggeva sugli inviti che gli arrivavano o sulle targhette deposte davanti a lui alle conferenze (in questo paese i titoli vengono presi molto seriamente, forse perché comportano, insieme agli onori, anche responsabilità), era a sua volta un nobiluomo. Ma la sua, per come l'ho conosciuto, era soprattutto nobiltà d'animo: gentilezza, generosità, simpatia, calore umano. Ricordo un pranzo al suo gentlemen's club, molti anni or sono, quando ero ancora corrispondente da Mosca e capitai a Londra al seguito del capo del Cremlino: insieme a me, al tavolo di Paolo, c'erano l'allora ambasciatore italiano a Londra Boris Bianchieri e il fondatore di Repubblica Eugenio Scalfari, che si trovava per caso nella capitale britannica negli stessi giorni. Al desco di Paolo non ci si annoiava mai, che fosse il suo club o la casa che ha avuto per tanti anni insieme all'adorata moglie inglese ad Hampstead, il quartiere londinese degli intellettuali di sinistra (non lontano abitava la premio Nobel per la letteratura Doris Lessing), una residenza sormontata da una torretta da cui Paolo si sporgeva per salutare gli ospiti, finita poi sulle riviste di architettura perché era una casa speciale come era speciale il suo inquilino. La nobiltà di Paolo consisteva in questi ultimi anni anche in un'altra caratteristica: quando il giornale pubblicava un suo articolo, non più come corrispondente poiché era da tempo andato in pensione, ma come prestigioso collaboratore, mi telefonava dicendo "ti voglio ringraziare". Ringraziare di cosa, rispondevo, non ho fatto niente - ma Paolo era grato che Repubblica, di cui è stato una colonna dal primo giorno nel 1976 e poi per decenni - si ricordasse di lui e non volendo disturbare il direttore o un redattore capo allora diceva grazie a me. Eravamo noi, naturalmente, a dovergli dire grazie, per essere sempre disponibile, come se fosse ancora in servizio a tempo pieno, non importa se raggiunto mentre era fuori a cena o sotto la doccia, magari all'ultimo momento come capita sempre nei giornali: "Paolo, scusa, vogliamo fare una pagina sulla caccia alla volpe, hai qualcosa di carino da raccontarci, ma in fretta eh?". Nell'ultima telefonata, pochi giorni fa, gli ho chiesto come stava, pur sapendo cosa mi avrebbe risposto. Ho cercato di incoraggiarlo. Per confortarlo, abbiamo parlato un po' del giornale e del mestiere, gli ho ripetuto quello che gli ho detto tante volte, che lui aveva vissuto gli anni migliori dell'Inghilterra, i mitici anni Sessanta della Swinging London, e forse anche gli anni migliori del giornalismo, quando non c'erano transizioni al digitale e crisi economica ad angustiarlo. Quanto ti sei divertito, Paolo, gli ho detto. "Sì è vero", ha risposto, "mi sono molto divertito". Ho ripetuto un'altra esortazione che gli facevo ogni volta che ci parlavamo: di scrivere le sue memorie, un'autobiografia, quante cose avrebbe potuto raccontare. "Eh sì, dovrei farlo", ha risposto, "speriamo". Ma non ne ha avuto il tempo e le forze. E ora che non c'è più mi rammarico di non aver potuto fargli io da segretario, redigerle io per lui tutte le storie che Paolo Filo della Torre conosceva e raccontava; così come mi rammarico di non essergli stato più vicino in questi suoi ultimi anni difficili. Vorrei chiedergli scusa di questo, ma è troppo tardi per le scuse. Posso solo dirgli questo: goodbye, dear Paolo, and thank you di cuore, da tutti noi di Repubblica, per tutto quello che ci hai dato.

Correre fa "ringiovanire" il nostro cervello

OMA - Correre aiuta a "ringiovanire" il cervello. E' questo il risultato dei test condotti dai ricercatori italiani sui topi nell'Istituto di biologia cellulare e neurobiologia del Consiglio nazionale delle ricerche (Ibcn-Cnr), i cui risultati sono pubblicati sulla rivista Stem Cells. Secondo i ricercatori, i nuovi dati aprono nuove prospettive nell'ambito della medicina rigenerativa del sistema nervoso centrale. Finora era noto che l'esercizio fisico porti benefici anche al cervello, favorendo la produzione di nuovi neuroni. Adesso per la prima volta si dimostra che correre può stimolare la

produzione di nuove cellule staminali, rallentando in questo modo il processo di invecchiamento del cervello e favorendo capacità fondamentali, come la memoria. "Questa ricerca ha scardinato un dogma della neurobiologia", osserva il coordinatore della ricerca, Stefano Farioli-Vecchioli. "Finora - prosegue - si pensava che il declino della neurogenesi nell'età adulta fosse irreversibile". I test sono stati condotti su topi privi del gene chiamato Btg1, che in condizioni normali agisce come un freno alla proliferazione delle cellule staminali. Osservando gli effetti prodotti su questi topi dalla corsa, i ricercatori hanno osservato che "nel cervello adulto un esercizio fisico aerobico come la corsa blocca il processo di invecchiamento e stimola una massiccia produzione di nuove cellule staminali nervose nell'ippocampo, aumentando le prestazioni mnemoniche". Lo studio è stato condotto nel laboratorio diretto da Felice Tirone, che da anni studia alcuni meccanismi molecolari che regolano i processi di proliferazione e differenziamento dei neuroni nel cervello adulto, in collaborazione con Vincenzo Cestari dell'università Sapienza di Roma. Per Farioli-Vecchioli "la scoperta pone le basi per ulteriori ricerche mirate ad aumentare la proliferazione delle staminali adulte" nel cervello e su topi modello di malattie come Alzheimer e Parkinson. I risultati - rileva - avranno delle implicazioni molto importanti per la prevenzione dell'invecchiamento e della perdita di memorie ipocampo-dipendenti".

Corsera - 10.3.14

Campana di Cortazar e palla avvelenata Clarence Seedorf - Luca Mastrantonio

Nulla per gioco, tutto col gioco. Era il motto del fondatore degli scout, Robert Baden-Powell (il libro *Scouting Games* è del 1910). Vedevo nelle attività ludiche un momento di crescita e formazione fondamentale; per fare squadra, coltivare il rispetto delle regole e sviluppare abilità fisiche e psicologiche. La massima si adatta bene a tutti i giochi, da quelli più antichi a quelli postmoderni, che hanno ispirato scrittori, cantautori, allenatori. **L'altalena.** Volare un po', per non morire. L'altalena, uno dei giochi più antichi e spensierati, secondo la mitologia greca è nata per esorcizzare un'epidemia di suicidi. Erigone, disperata per la morte del padre, si toglie la vita impiccandosi; altre ragazze, sconvolte, emulano il gesto. L'oracolo di Apollo offre la soluzione: costruire altalene dove le ragazze possano dondolarsi, restando vive. Da lì - come ha analizzato Ernesto De Martino in *La Terra del rimorso* (1961) - nascono le Feste dell'altalena, dove il volo è anche un inno alla fertilità. Echi moderni del mito risuonano nella canzone di Fabrizio De Andrè *Ho visto Nina volare* («tra le corde di un'altalena/ un giorno la prenderò/ come fa il vento alla schiena»). **Calcio Balilla.** Anche il calcetto ha un'origine compensativa. Almeno, nella versione per cui l'inventore è il galiziano Alejandro Campos Ramírez, noto come Finisterre (morto nel 2007 a 87 anni). Fu poeta, filosofo, editore e ballerino di tip tap. Ferito durante la Guerra civile spagnola, dove combatté contro i franchisti, in ospedale resta colpito dalla quantità di ragazzi senza arti inferiori. Niente più calcio, per loro. Così, ispirandosi al tennistavolo, fa costruire un «futbolín»; a differenza del precedente prototipo del tedesco Broto Watcher, ha le sagome dei calciatori. Nel secondo dopoguerra, in tutta Europa, si diffonde come gioco per la riabilitazione psicomotoria dei reduci (in Italia è noto come biliardino o «calcio Balilla», dal soprannome di un ragazzino che a Genova ispirò una rivolta anti-austriaca lanciando un sasso; divenne eroe del Risorgimento, celebrato poi dal Fascismo). Poche regole, universali. La principale si dichiara in genere dopo che qualcuno l'ha infranta: «Non si rulla!». Cioè non si fa girare su di sé l'omino. **Campana.** Gioco di salto il cui nome deriva dalla forma della torre che si disegna a terra tracciando caselle numerate che conducono ad una mezzaluna. Ha ispirato il capolavoro dell'argentino Julio Cortázar del 1963, *Rayuela* (che significa «campana»), noto anche come *Il gioco del mondo*. Libro che può essere letto saltando da un capitolo all'altro. Protagonista è Horacio, studente argentino che da Buenos Aires a Parigi cerca la sua Maga, Lucía. Ingredienti del gioco: un marciapiedi, un sassolino da spingere con la punta del piede, una scarpa e un gesso, possibilmente colorato, per disegnare le caselle, cioè la Terra, e la mezzaluna in cima, il Cielo. È molto difficile far arrivare il sassolino al Cielo, quasi sempre si calcola male e il sassolino esce dal disegno. Poco a poco, si impara, ma giusto in quel momento - scrive Cortázar - finisce di colpo l'infanzia e si cade nei romanzi, nell'angoscia da due soldi, nella speculazione dell'altro Cielo cui si vuole arrivare. E a causa della fine dell'infanzia, «si dimentica che per arrivare al Cielo, gli ingredienti sono un sassolino e la punta di una scarpa». **Ce l'hai.** Si può scrivere anche «Celai», tutto attaccato, come il verbo «celo, celo, manca» delle figurine dei calciatori. In «Celai», però, avercela non è buono: è qualcosa di simile ad una malattia, tanto che in alcune regioni italiane si chiama «rognà». Il giocatore che «sta sotto» è una specie di «untore che può guarire solo toccando qualcun altro e passandogli la malattia, gridando a scampo di equivoci «ce l'hai!», come scrivono Andrea Angiolino e Beniamino Sidoti nel *Dizionario dei giochi* edito da Zanichelli (2010). A Venezia il gioco dell'appestato è noto come «ghé» o «darsela e torsela» o «el gha che tuti lo sa». Un altro gioco a rincorrersi è «Rialzo», che permette di salvarsi mettendosi su una qualsiasi piattaforma sopraelevata. **Palla prigioniera.** È uno dei pezzi forti degli scout, un must degli oratori. Le squadre, divise in due campi, hanno alle proprie spalle la prigione dove mettono gli avversari catturati, colpendoli con la palla o intercettando al volo il loro lancio. Cementa l'appartenenza al gruppo, fomenta sogni di gloria per liberare i propri compagni, scambiandosi al volo la palla. Una variante, spesso a tutto campo, è «palla avvelenata», dove l'avversario colpito è fatto fuori. Il gioco è stato riadattato dall'allenatore del Milan Clarence Seedorf per i suoi allenamenti. **Schicchera.** Non è proprio un gioco, ma il gesto necessario ai giochi in cui bisogna colpire oggetti tondi o pattinanti, come noci (per gli antichi romani), biglie (nel romanzo *I ragazzi della Via Pál* del 1906), tappi a corona o monete. Come? Lo racconta Francesco Guccini nel libro *Vacca d'un cane* (1993): caricando a molla, grazie al pollice, la punta dell'indice o del medio, «impaziente di fuggirsene» e colpire l'oggetto da lanciare - o l'orecchio del malcapitato. Nella catena evolutiva, la schicchera sta tra il pollice opponibile dei primati e l'indice toccatutto dei nativi digitali.

L'abominio libertario della pedofilia - Emanuele Trevi

Come tutti i servizi che pescano nel passato più lontano, anche le recenti accuse mosse dal «Daily Mail» contro alcuni importanti esponenti del Partito laburista inglese, presunti colpevoli di complicità politica con una vera e propria lobby

pedofila, meritano di essere considerate con il massimo sospetto. La creazione di potenziali mostri dovrebbe essere sempre libera da finalità spicciole e contingenti, come quella di seminare imbarazzo nel quadro politico. Chi si erge a paladino del dolore delle vittime, prima che le scuse dei presunti colpevoli dovrebbe esigere da se stesso una purezza d'intenti diametralmente opposta alla filosofia del cecchino. Ci sono anche moventi che in apparenza possono sembrare più nobili e filosofici: ed ecco che la pedofilia, questa orribile piaga dell'umanità, fino a ieri impiegata come formidabile arma anticlericale, oggi serve a centrare un bersaglio diametralmente opposto: quello della stagione, ahimè lontanissima, della controcultura, della liberazione sessuale, della battaglia per le libertà civili. Ma mettendo in campo delle generalità, si finisce sempre con l'oscurare ciò che è più importante: l'unicità e l'irripetibilità di chi subisce una violenza, unicità e irripetibilità che fanno del suo caso particolare qualcosa di diverso da ogni altro. Ogni volta che si fa ricorso ai famosi «contesti», non importa se per accusare o difendere, percepisco un'intollerabile svalutazione della vittima, un'incapacità, intellettualmente gravissima, di ragionare dal suo punto di vista. Per fare l'esempio più ovvio, se le centinaia di morti ammazzati sotto casa da questo o quel gruppo terroristico potessero parlare, ci direbbero che a loro, del «contesto storico» che li ha spazzati via dal mondo, non importa un fico secco. Ciò che è importante del loro destino è l'aver lasciato solo chi li amava, il non poter crescere i propri figli, l'essere privati della loro storia individuale. I «contesti storici» sono comodi per tutti: non uccidono e non proteggono. Semmai, la triste vicenda inglese, come tante altre, ci riporta a una verità universale: i malvagi sono sempre in agguato, aspettano il loro momento, e si aprono i loro varchi in qualunque situazione. La pedofilia è l'esempio più lampante di questa semplice e brutale considerazione: si adatta perfettamente alle società più autoritarie, sia quelle clericali che quelle più libertarie. Corrompe ogni tipo di organismo. Ed ecco che scopriamo che nell'Inghilterra degli anni Settanta, nel fiorire di tante splendide utopie e sperimentazioni, esisteva un'organizzazione dal nome sinistro, come se ne trovano in un romanzo di Thomas Pynchon: Pie, Paedophile Information Exchange. E questa setta aveva un rapporto ufficiale con l'organizzazione laburista che si occupava di diritti umani e civili, ovvero il National Council for Civil Liberties. Qual era lo scopo principale del Pie? Si stenta a crederci, e ci si vergogna anche solo al riferirlo: abbassare a dieci anni l'età che permettesse legalmente di avere rapporti sessuali con un bambino «consenziente». Cosa poi significhi esattamente questo «consenso» ai desideri di un adulto da parte di un essere umano di dieci anni, nessuno lo ha mai spiegato chiaramente. Viene allegata, in totale malafede, la presenza di desideri sessuali che precedono l'età puberale. Non c'è dubbio che questa è una verità, non solo al livello dei desideri, ma anche a quello delle esperienze più concrete. Si potrebbe definire tutta quanta l'infanzia come l'età dell'esperimento. Ma a questo punto del ragionamento, si apre un bivio. Tutto ciò che fanno i bambini tra loro, ben difficilmente lascia tracce negative. È pura vita: qualcosa che si impara come un gioco, e come un gioco ha i suoi scacchi e le sue soddisfazioni. L'atteggiamento più saggio, da parte degli adulti, è quello di chiudere un occhio, vegliando attentamente con l'altro affinché non ne nascano conseguenze spiacevoli. Ma ora consideriamo l'intrusione di un adulto in questo gioco: il clima cambia irrimediabilmente. Si determina qualcosa che in genere è troppo doloroso da ricordare, ma che la rimozione rende anche più dannoso. E quando né la memoria né l'oblio danno un soccorso, non si può che rimanere imprigionati nella ferita che si è subita. C'è qualcuno che potrebbe smentire con sicurezza questo ragionamento? Già immagino chi si balocca col più cretino degli argomenti: i Greci. Tutte le vittime della pedofilia nel mondo occidentale hanno dovuto subire l'onta supplementare di questa balordaggine: ed ecco i Socrati e gli Alcibiadi e soprattutto la supposta «naturalità» dei nostri più illustri antenati in fatto di rapporti con i bambini e gli adolescenti. Davvero non se ne può più di questa turpitudine ammantata di luoghi comuni da liceali. Lo chiedo agli esperti, ai filologi: a fronte di tutto quello che avevano da dichiarare gli adulti, esiste nella letteratura greca la testimonianza di un efebo felice di essere stuprato? Quanto all'altro mezzuccio dialettico, quello della «naturalità», non c'è bisogno d'aver letto Leopardi per sapere che dalla natura provengono cose come la peste, i terremoti, le eruzioni dei vulcani. Possiamo amare quanto vogliamo la natura, ma lei non è fatta per ricambiarci necessariamente. Tra i suoi scopi manca del tutto la garanzia della felicità dei singoli esseri viventi. Ovviamente, non ero lì, ma ci metterei la mano sul fuoco: nessuno era troppo contento di soddisfare i desideri di Socrate e Alcibiade. Più logico pensare che, diventati adulti, infliggesse agli altri ciò che avevano subito, in una catena di ingiustizie che si è perpetuata nei secoli, ed è arrivata fino a noi servendosi di ogni forma possibile di mala educación, come l'ha definita il grande Pedro Almodóvar. Dovremmo cercare, in fin dei conti, di sottrarre questa tristissima storia al regno del desiderio, perché il desiderio, in questo caso, non è la sostanza, ma la maschera del peggiore peccato umano, che è sempre, e sempre resterà, la volontà di potenza. Per dirlo in sintesi, la pedofilia è uno degli innumerevoli tentacoli di quel mostro tenace e polimorfo che è il fascismo. Presuppone l'uso di una forza, non importa se brutale o melliflua, che riduce chi la subisce a un oggetto inerte. E per colmo d'infamia, attribuisce a quell'oggetto un «consenso» che esiste solo nella mente dell'adulto, perché nella mente infantile non esiste nulla che assomigli al «consenso». Che il virus del potere non si insinui solo all'interno di un'organizzazione gerarchica com'è una Chiesa, ma anche in una cultura progressista e libertaria, è un fatto che non può che confermare la necessità di sorvegliare con la massima intensità il significato delle parole che usiamo, e dei gesti che ne derivano. Lasciando in pace, una buona volta, i Greci.