

## La VOCE

### Riflessioni: le vacanze

Le vacanze sono diventate da alcuni decenni un'esigenza di massa, un fenomeno che tocca la larga parte della popolazione. Ma come ogni attività umana la vacanza è carica di ambiguità. C'è tempo per ogni cosa dice la scrittura: «C'è un tempo per piantare e un tempo per sradicare, c'è un tempo per demolire e un tempo per costruire».

Come saranno le nostre vacanze?  
Tempo perduto o guadagnato?

Intanto diciamo che la vacanza è oggi un bisogno e una necessità. Le occupazioni finiscono per dominarci, siamo presi da tanti impegni da non riuscire più a vederne il valore e il significato. Ben vengano quindi le vacanze e un meritato riposo.

Ma come riempirle? Come renderle veramente riposanti per non ritrovarci alla fine più stanchi e stressati di prima?

Le vacanze, brevi o lunghe che siano, possono essere un'occasione per riposare, con serenità, ma con verità, *alla nostra vita*, ai nostri impegni, ai nostri rapporti con gli altri. È come un fermarsi dal correre e dall'affannarsi per «riprendersi in mano», per pensare pacatamente. Liberi dalle attività usuali possiamo guardare dentro di noi e misurarci con le cose, che riacquistano la loro oggettività. Questo è già molto importante sul piano umano: certo assume pienezza se il «rivedersi»

è fatto sotto lo sguardo di Dio, di fronte al quale trovano giusta collocazione il nostro essere e il nostro agire. E non è vano intimismo. È un fermarsi per ripartire, per riprendere la strada con quel rinnovato vigore, che nasce dall'aver riscoperto il senso profondo della nostra vita. Le vacanze possono essere anche occasione favorevole per «ritrovare» gli altri.

I rapporti con chi ci vive intorno, proprio perchè molteplici e spesso convulsi, possono logararsi o divenire esclusivamente funzionali. Questo può avvenire anche con chi ci è più vicino e non è detto che gli affetti più profondi non vadano soggetti ad usura.

La pausa estiva, che ci permette un rapporto più disteso, è tempo propizio per parlare e per ascoltare, per chiarire e per comprendere. Spesso inoltre le ferie ci immergono in un ambiente differenziato e ci mettono a contatto – soprattutto oggi – con persone varie e anche molto diverse da quelle che incontriamo abitualmente. È anche questa occasione per capire, per valutare, per misurarci. La varietà, teoricamente accettata, si concretizza, il prossimo prende un volto, che può anche non essere come lo vorremmo, non fosse altro perchè spesso ci «costringe» a riflettere e ad essere coerenti.

Ed anche in estate ci può essere offerta l'occasione di esercitare di fatto una solidarietà ed accoglienza, nella consapevolezza di far parte, oltre che della famiglia umana, anche della grande famiglia dei figli di Dio.

Il «buon samaritano» non va mai in ferie, nel vocabolario della «carità» la parola «vacanza» non è ancora entrata.

**PERIODICO MENSILE  
MISSIONE CATTOLICA ITALIANA  
«ALBIS»**

**SEDE: HORGEN**

**COMUNITÀ:**

**Horgen - Thalwil - Richterswil -  
Hirzel - Oberrieden - Wädenswil - Adliswil -  
Kilchberg - Langnau a.A.**

**Luglio/Agosto 1997 Anno 23**

**Editore**

Missione Cattolica Italiana «ALBIS» Horgen

**Stampa** Enrico Negri AG, 8050 Zürich

**Spedizione**

Segretariato Missione Cattolica Italiana  
Alte Landstrasse 27, 8810 Horgen,  
Telefon 01 725 30 95

**Pubblicazione** 11 edizioni annuali

\*\*\*\*\*

**INDICE** Pagina

**LA VOCE** 1

- Riflessioni: Le vacanze

**LA MISSIONE  
A SERVIZIO DELLA COMUNITÀ** 2

- Battesimi  
- Matrimoni  
- Per chi suona la campana

**ATTUALITÀ DAL SIHLTAL AL LAGO** 5

- Solidarietà

**DIAMO LA VOCE A ...** 6

- Vacanze: dove, come, perchè

**MOSAICO a cura di R. Loddo** 8

- Il Trovatore di Verdi

**FAMIGLIA** 8

- Essere genitori oggi: il gioco

**LETTERATURA** 9

- Quando venni in Germania

**MUTI ... MA NON SEMPRE** 11

- La viggiaatrice cieca  
- Teatro a Bodio  
- Il libro: Elias Portolu

**APPUNTAMENTI** 12

**La Missione a servizio  
della comunità**

IL CENTRO DELLA MISSIONE DURANTE  
LE VACANZE ESTIVE RIMANE CHIUSO  
DAL 10 LUGLIO AL 17 AGOSTO.

IN QUESTO PERIODO SONO SOSPESA  
ANCHE LE MESSE IN LINGUA ITALIANA.  
CHI LO DESIDERA PUÒ FREQUENTARE  
LA MESSA IN LINGUA TEDESCA. DI  
SEGUITO COMUNICHIAMO GLI ORARI.

**Orario S.S. Messe**

**Horgen** **Tel. 725 43 22**

Sabato:  
ore 17.30 S. Messa in lingua tedesca

Domenica:  
ore 9.00/20.00 S. Messa in lingua tedesca

**Wädenswil** **Tel. 783 87 67**

Sabato:  
ore 18.30 S. Messa in lingua tedesca

Domenica:  
ore 10.00 S. Messa in lingua tedesca

**Thalwil** **Tel. 720 06 05**

Sabato: Rüschlikon  
ore 17.30 S. Messa in lingua tedesca

Domenica:  
ore 9.15 S. Messa in lingua tedesca

**Richterswil** **Tel. 784 01 57**

Sabato:  
ore 19.00 S. Messa in lingua tedesca

Domenica:  
ore 10.00 S. Messa in lingua tedesca

**Kilchberg** **Tel. 715 29 75**

Sabato:  
ore 18.00 S. Messa in lingua tedesca

Domenica:  
ore 10.30 S. Messa in lingua tedesca

**Adliswil** **Tel. 710 22 33**

Sabato:  
ore 17.30 S. Messa in lingua tedesca

Domenica:  
ore 10.30 S. Messa in lingua tedesca

**Langnau** **Tel. 713 22 22**

Sabato:  
ore 18.00 S. Messa in lingua tedesca

Domenica:  
ore 10.00 S. Messa in lingua tedesca



## Battesimi



li Santi Michael di Antonio e Sciré Maria,  
Horgen  
Toma Martina di Roberto e Mangia Anna,  
Adliswil  
Pagnotta Alessio di Vincenzo e Morreale  
Tiziana, Adliswil  
Napoli Serena di Francesco e Lovisi Anna,  
Horgen  
Gioia Chantal di Christian e Gallo Maria Luisa,  
Horgen  
Voci Valentina di Antonio e Cocciolo Patrizia,  
Thalwil  
Gasparini Giada di Roberto e Arquilla  
Giuseppina, Wädenswil  
Amato Gianmarco di Antonio e Adami Doris,  
Horgen  
Marcello Edera di Antimo e De Bortoli  
Donatella, Horgen  
Langone Marco di Carmine e Osterwalder  
Simona, Horgen  
Sartini Marco di Claudio e Giaccari Francesca,  
Chönenberg  
Giannini Angelo di Adolfo e Grandine Elisa,  
Horgen  
Sebben Brian Leandro di Roberto e Lopez  
Yocelin, Adliswil  
Ilardi Ivano di Vincenzo e Hotz Sibylle

## Per chi suona la campana

**Pegurri-Felet Assunta**  
1929 - 1997

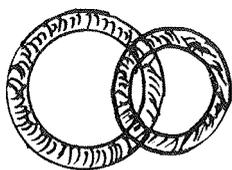
Mentre le campane annunciano l'ultimo saluto che la Comunità dei fedeli dà al credente che è stato chiamato alla vita eterna, molti si chiedono: Per chi suona la campana? È una domanda comprensibile ma che deve farci riflettere su una verità che spesso, senza cattiveria, dimentichiamo.

Quando una campana annuncia che una persona è stata chiamata all'altra vita, essa ci invita a riflettere che con la morte di quella cara persona muore una parte di noi stessi, perché tutti facciamo parte di quella grande famiglia che è l'umanità; nella luce della fede, muore un membro della grande famiglia cristiana, che si rivolge a Dio chiamandolo: Padre nostro.

Se Dio è nostro Padre, significa che un rapporto di fraternità ci lega: siamo tutti fratelli. Ed ogni membro che muore lascia alla famiglia umana una sua eredità morale, perché in ogni persona, Dio ha messo dei semi, una ricchezza straordinaria.



Anche in Assunta Dio aveva posto la sua ricchezza rappresentata da quel sentimento di amore per il quale ha donato se stessa alla famiglia: al marito, e ai figli Dario e Massimo. Un amore silenzioso, così come è stata silenziosa la sua presenza in mezzo a noi. Una presenza quasi nascosta. Sono le persone che brillano di quella luce fatta di cose ordinarie: fare ogni giorno il proprio dovere. Noi siamo spesso abbagliati dalla parola Santità e la circondiamo di fatti straordinari, perché ormai solo lo straordinario ci colpisce. Davanti a Dio è l'impegno a compiere bene il nostro dovere quello che conta, e Dio solo sa quanto a volte ci costa.



## Matrimoni

Pappone Marco e Vitale Rosa Maria, Pfäffikon  
Loiarro Francesco e Razzino Manuela,  
Wädenswil  
Brunelli Ivan e Fässler Priska, Horgen  
Lo Presti Gian Luca e Pecoraro Katia, Wollerau  
Laurito Gian Luca e D'Orsi Cinzia, Horgen  
Mellea Giuseppe e Requena Maria, Horgen  
Carnevale Natascha e Falbo Luigi, Adliswil  
Corchia Luana e Riggio Giovanni, Adliswil

Assunta era venuta in Svizzera nel lontano 1956, poi si era sposata nel 1962 con Peppino Pegurri e dal loro matrimonio sono nati Dario e Massimo.

Carattere schivo,, ma con un cuore grande per la sua famiglia.

Nel 1991 aveva accusato i sintomi di quella graduale malattia che ha distrutto il suo corpo.

Ma anche quando la malattia stava distruggendo il suo fragile corpo e il suo Beppino si trovava in ospedale, volle sempre farle visita, preoccupandosi più di lui che di se stessa.

Quando fu ricoverata in ospedale e poi nella casa di cura, non colsi mai sulle labra un lamento; pregammo insieme, mentre teneva ben stretta tra le mani la piccola coroncina che portava al collo.

Proprio nel silenzio e nel nascondimento, come la donna di Nazareth, Maria, Assunta è stata chiamata da Dio, assistita amorevolmente dal marito che ha raccolto il suo ultimo respiro.

Dio non può che averla accolta con le parole che si rivolgono a chi è stato fedele nelle cose di ogni giorno: «Entra nel luogo che ti ho preparato ...»

Al marito ai figli, Dario e Massimo la certezza che, lassù, un angelo li protegge con lo stesso amore che ha avuto per loro quando era su questa terra.

## RINGRAZIAMENTO

La famiglia Pegurri ringrazia quanti hanno partecipato al dolore per la scomparsa della carissima Assunta, sposa e madre affettuosa.

### **Maggio Salvatore** 1937 - 1997

Dopo quasi 35 anni di vita vissuta all'estero, Salvatore, rientra in Italia, nella sua Sicilia. La sua morte come ogni morte lascia sgomenti, soprattutto per la rapidità: un piccolo malore e una corsa inutile all'ospedale.

Ogni morte diventa motivo di riflessione sulla fragilità umana.

Quella vita che ci illudiamo spesso che sia nelle nostre mani.

Proprio la certezza della fragilità della vita, così, come oggi ci appare in Salvatore, deve portarci ad un rapporto di familiarità con la morte stessa.

Sì, perchè la morte appartiene alla vita.

Solo la nostra idea di morte ci porta talvolta a pensare alla morte in termini di paura.

La morte è come una porta, noi l'attraversiamo ed entriamo in un mondo nuovo nel quale il

nostro cuore che si sentiva insoddisfatto si riempie della luce di Dio.

Impropriamente noi parliamo dei nostri «cari morti».

Essi sono gli eterni viventi.

Salvatore ci ha lasciato.

Il suo mondo è stato un mondo di solitudine morale e di sofferenza che nessuno di noi probabilmente ha capito. «Salvatore, ora ci sei più vicino, perchè sei entrato nel mondo di Dio, dove non ci sono più distanze di tempo e di luogo. Ora ci vedi e ci comprendi tutti.

Tu hai superato morendo tutte le frontiere.

Ti accorgi meglio, ora, che tutti gli uomini hanno delle buone qualità e che solo i pregiudizi che abbiamo l'un l'altro ci impediscono di amarci e stimarci».

Ogni uomo che vive su questa terra offre sempre un suo contributo di lavoro e di sofferenza.

Anche Salvatore nei suoi 35 anni di emigrazione ha dato il suo contributo per questo mondo con il suo lavoro e con la sua fatica, con la sofferenza, lontano dalla sua amata terra.

Grazie, Salvatore per quello che hai fatto con il tuo lavoro.

Ognuno di noi è l'anello di una grande catena, senza del quale non esiste la catena stessa, simbolo della Comunità.

## RINGRAZIAMENTO

L'amica di Salvatore, Maria, i parenti tutti ringraziano la Comunità di Richterswil per la solidarietà espressa.

### **Marinelli Rocco** 1942 - 1997

Rocco che è presente attraverso il suo spirito, simboleggiato da questa candela, ci dice:

«Avete ricevuto il mio congedo. Ho rinunciato ad ogni mio diritto.

Vi chiedo solo parole gentili.

Per molto siamo stati vicini. Ora la mia lampada che rischiarava la mia vita, si è spenta. Sono giunto alla porta di Dio, sull'orlo dell'eternità a cui nulla può svanire: nè la speranza, nè la visione dei volti pieni di lacrime dei miei cari.»

Tu, o signore, immergi la mia anima nell'oceano del tuo amore, e lasciami, per una volta, sentire la tua dolce carezza».

Forse noi, ma soprattutto i suoi cari si chiedono: «perchè te ne sei andato così?»

Potrebbe essere questa la risposta di Rocco:

L'angelo della morte ha bussato alla porta.

Ho attraversato un mare sconosciuto. Ho preso il mio lume. La morte è il messaggero di Dio.

Assolto il suo compito ha lasciato un'ombra sul mio mattino nella mia casa desolata. Solo il mio corpo abbandonato resta come mia ultima offerta.

★ ★ ★ ★ ★

Da tempo Rocco soffriva di depressioni, che sembrava avesse apparentemente superato. Ma chissà che cosa nasconde la mente di una persona. Una verità è certa, Rocco si portava dentro di sé il dramma. Un dramma che forse non riusciva a comunicare o non voleva comunicare per non far soffrire o per paura di essere frainteso.



Pensieri che a lungo andare hanno sorpassato il mio muro di guardia del suo io, ed è allora che succede l'irreparabile.

La vita appare un tunnel buio, una forza strana oscura la mente, non vediamo più nulla ... ed è la fine.

E noi che assistiamo attenti alla tragedia, ci chiediamo, perchè? ed è nella ricerca di una risposta a questo perchè che non possiamo fare a meno di sentirci responsabili.

Responsabili di che? del nostro individualismo, del nostro passare accanto agli altri, fasciati da un incomprensibile individualismo quotidiano. Poi quando la tragedia si è consumata, restiamo attoniti.

Sono i momenti nei quali, ognuno di noi, iniziando da me, deve piangere su se stesso.

★ ★ ★ ★ ★

Nato ad Abriola nel 1942, nel 1966 si sposa con Sarafina, che lo, raggiunge in Svizzera nel 1968. Dalla loro unione sono nati Filomena, Isabella, Gina, Claudia e Giuseppe.

Aveva sofferto da bambino, costretto a guadagnarsi il pane quotidiano, e questa sua esperienza non voleva che toccasse i suoi figli. Ultimamente, quando non ebbe, subito, un altro

posto di lavoro, andò incontro ad una forma di depressione, forse ingigantita dal pensiero di non poter offrire quanto desiderava ai suoi figli. Suoi veri momenti di gioia, anche in questo periodo difficile, fu la presenza dei cari nipotini. A voi che rimanete dico:

Malgrado tutto ciò che potete sentire o provare, con la tristezza e con il pianto, occorre convincersi che la vita deve andare avanti.

Se il dolore della vita  
o l'angoscia della morte  
accecassero i nostri occhi,  
O Dio, splenda anche per noi  
il bagliore della tua luce  
come ora splende per tutti i fratelli che hai  
chiamato a te.

### **RINGRAZIAMENTO**

La famiglia Marinelli ringrazia quanti hanno espresso la loro solidarietà nel dolore che l'ha colpita.

### **SOLIDARIETÀ**

*THALWIL HORGEN*  
*WÄDENSWIL RICHTERSWIL*

Missione Cattolica Italiana  
Don Franco Besenzoni  
Alte Landstrasse 27  
Postfach 420  
8810 Horgen

Zürich, 30.4.97

Sehr geehrte Damen und Herren

Ihre Spende im Betrage von sFr. 2853.- wurde unserem Konto am 21.4.97 gutgeschrieben.

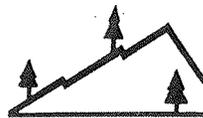
Unser Vorstand hat von Ihrer grosszügigen Zuwendung Kenntnis genommen und dankt Ihnen sehr herzlich für diese Hilfe. Ihr Beitrag wird im Sinne unseres Stiftungsreglementes eingesetzt und kommt somit vollumfänglich aidsbetroffenen Kindern zugute.

Ihre Unterstützung ist um so sinnvoller, als auch die Notrufe aus der Schweiz leider weiterhinzunehmen. Sollten sie sich gelegentlich über den Verlauf unserer Stiftungsaktivitäten informieren wollen, stehen wir Ihnen selbstverständlich gerne zur Verfügung. Wir danken Ihnen nochmals für Ihre Solidarität und verbleiben mit freundlichen Grüßen  
AIDS & KIND

Linus G. Jauslin  
Vorstand  
Vorsitzender

Pierre-A. Lemaître  
Vorstand, Fachausschuss  
Koordination +  
Rechnungswesen

diamo la voce  
a...



*Problemi e vantaggi  
delle alte quote*

## VACANZE: COME, DOVE E PERCHÈ

**MARE, MONTAGNA, LAGO O COLLINA?  
È IL CLASSICO PROBLEMA CHE DI QUESTI TEMPI  
ASSILLA UN PÒ TUTTI: LA SCELTA DEL LUOGO  
OVE TRASCORRERE LE IMMINENTI VACANZE**

Siamo ormai sempre più vicini al tempo delle vacanze; il periodo estivo in cui tante persone staccano per circa un mese la «spina» dalla corrente delle attività abituali che occupano durante l'anno.

Le vacanze rappresentano oggi un'esigenza fondamentale per chiunque: scolari, professori, operai, impiegati, casalinghe, pensionati. Ma ciò che colpisce in maniera particolare è che sempre più, per tutti, questo tempo viene desiderato in modo differente da una volta. Non più la ricerca della «vacanza-riposo-ozio», ma della «vacanza-divertimento-salute». Ognuno di noi, sia prima che durante le vacanze, osserva una maggiore cura nei confronti del proprio corpo e dedica tempo ed attenzione attraverso la dieta, l'abbronzatura, la pratica dello sport. Tutto ciò accade, ovviamente, più per le giovani generazioni, ma, da qualche tempo a questa parte, anche i quarantenni e gli ultraquarantenni tendono a ricercare vacanze particolarmente salutari, sotto il profilo sia fisico che psicologico. Questo non può che essere un bene per la nostra salute, anche se è importante tener conto che non ci si può mai improvvisare di colpo aiuti e atletici, magari nel tentativo di emulare, sotto gli occhi della moglie, il prestante vicino di ombrellone in spiaggia.

Oggi, chi desidera praticare un'attività sportiva o dedicare più attenzione alla propria salute, durante le vacanze, deve prima conoscere molto bene le possibilità ed i limiti del proprio organismo; a partire già dalla scelta del luogo in cui è preferibile trascorrere il periodo di ferie. Esaminiamo dunque, in questo articolo, i vantaggi e gli svantaggi che possono derivare da un soggiorno al mare o in montagna.

In breve, se proprio in famiglia è necessario discutere e magari litigare su questa scelta, è almeno consigliabile farlo sulla base di argomentazioni che riguardano da vicino la cura del nostro corpo.

Diciamo subito che un rifugio ad alta quota, a 3-4000 metri di altitudine, non è per tutti. Chi ama le alte vette non può operare una scelta di vacanza di questo genere, senza prima aver consultato il proprio medico o, meglio, un cardiologo, per effettuare una serie di controlli del sistema cardiorespiratorio e del sangue. Anzitutto dobbiamo ricordare che, aumentando l'altitudine, aumenta la rarefazione dell'aria e quindi diminuisce, percentualmente, la concentrazione dell'ossigeno.

Ciò in tutte le persone, anche sane, provoca disturbi collegati alla diminuita ossigenazione. Inoltre il freddo tipico delle alte quote, provoca un restringimento dei vasi per cui la circolazione è ipertesa, con ulteriore diminuzione degli scambi dei gas tra sangue e tessuti (cessione di ossigeno e asportazione di anidride carbonica e scorie varie).

Sono queste le cause che provocano le tipiche vertigini, i ronzii alle orecchie, le sensazioni di euforia o depressione: tutti segnali precisi di una sofferenza cerebrale.

Nell'organismo sano, a differenza di quello malato, entrano a questo punto in funzione; o meno rapidamente, dei meccanismi di compenso. Per mantenere attiva la circolazione, il cuore aumenta il numero delle pulsazioni (tachicardia per compenso rapido), poi aumenta il suo volume per aumentare la capacità e la forza di contrazione, per tale processo occorrono parecchi giorni.

È evidente, dunque, che chi sceglie la montagna deve avere un cuore senza gravi problemi.

Anche la respirazione diventa più difficoltosa (dispnea), così che nei polmoni entra aria meno ossigenata, ma ne entra di più, in modo da consentire il quantitativo di ossigeno adeguato alle esigenze. Gli organi che producono globuli rossi vengono stimolati anch'essi a produrne un maggior numero, tanto che la minor percentuale di ossigeno trasportato da ogni globulo, viene bilanciato dal maggior numero di globuli stessi. Fin qui le caratteristiche più evidenti su un organismo, procurate da un soggiorno in alta montagna.

Vediamo ora i benefici ricavabili da un soggiorno montano.

L'alpinismo può rivelarsi un ottimo strumento per combattere lo stress e la nevrosi, soprattutto perché l'impegno fisico nell'ambiente naturale

tende ad annullare le tensioni psichiche; ciò naturalmente vale anche per le semplici camminate lungo i boschi o per i sentieri, senza contare il contatto con un'aria molto più pura e meno inquinata di quella che siamo abituati a respirare nei centri abitati.

Tuttavia è bene ricordare ancora che l'andar per monti, in tutti i casi, richiede un'adeguata preparazione di base; ciascuno deve ossia «dosarsi» l'altitudine a seconda del proprio fisico, dell'età, dell'esperienza, dell'allenamento e dell'acclimatazione all'altitudine.

E poi, prudenza, prudenza ed ancora prudenza! In caso di lunga escursione:

- 1) l'itinerario deve essere preparato prima con particolare attenzione.
- 2) rinunciare sempre al proseguimento dell'escursione se le condizioni atmosferiche diventano proibitive o impossibili.
- 3) Non azzardare deviazioni di percorso.
- 4) Nelle arrampicate indossare sempre il casco: possono cadere sassi dall'alto.
- 5) Nel sacco va tenuta sempre una piccola farmacia: lacci emostatici, bende, cerotti e prodotti per il pronto soccorso.
- 6) I temporali in montagna sono pericolosi, a causa dei fulmini; in caso di mal tempo è necessario tenere momentaneamente lontano da sé gli oggetti metallici (picozze, moschettoni, chiodi ecc.) e allontanarsi da creste, vette ed alberi, cercando se possibile ripiani.

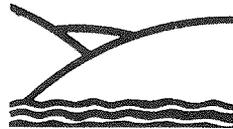


*Le proprietà salutari del Mare*

Che l'ambiente marino sia salutare, in genere, è cosa risaputa. Ma non tutti sanno che questo tipo di clima possiede, in alcune località, delle proprietà sedative, legate alla uniformità di pressione atmosferica. La temperatura e il grado di umidità, ovviamente variabili, hanno invece la proprietà tonico-stimolanti sulla ematopoiesi (aumento del numero dei globuli rossi), sull'appetito e sul sistema neurovegetativo.

Dunque, il soggiorno al mare è indicato in alcuni stati patologici, sui quali opera un effetto terapeutico positivo, come il linfatismo, le sindromi allergiche, il rachitismo, l'osteoporosi, la Tbc, alcune forme ghiandolari. Oltre a ciò, una vacanza al mare è senz'altro consigliabile per chi abbia subito lesioni ossee anche traumatiche e comunque per le convalescenze in genere, così come per chi è «intossicato» dallo stress e dalla ripetibilità tipica dell'ambiente urbano. Una delle caratteristiche di tale clima è l'abbondanza di periodi soleggiati, che

favoriscono, ad esempio, la diminuzione della glicemia (ottima dunque per i diabetici); in più l'aria marina è ricca di cloruro di sodio, bromo, iodio; è cioè un vero e proprio aerosol. Oltre alle malattie cutanee, quali acne, brufoli, eczemi di varia origine, il mare opera un giovamento alle malattie croniche dell'apparato respiratorio ed alle artropatie croniche: artrosi, gotta ecc. Altre indicazioni possono essere l'insufficienza tiroidea e, particolarmente nel periodo invernale, alcune patologie cardiovascolari, esiti di infarto ed arteriosclerosi.



*Il clima mite*

*di lago e collina*

Nel caso nostro, non vale molto la pena soffermarci a lungo su questo specifico argomento, in quanto siamo già residenti in questa realtà e ne conosciamo bene i vantaggi e gli svantaggi.

Lago e collina, con il loro clima particolarmente mite, sono ottimi per tutti i soggetti delicati come i neonati, le persone molto anziane ed i convalescenti da qualsiasi malattia: per loro il soggiorno tra il verde, a temperatura senza grossi sbalzi, con poco vento, è veramente molto indicato.

Questo tipo di soggiorno è particolarmente favorevole a coloro che soffrono di nevrosi, di insonnia, di sindromi ansiose ed inoltre a tutti quelli che non possono andare in montagna a causa della rarefazione dell'aria e quindi della minore ossigenazione del sangue che ne deriva, come, in genere i cardiopatici di ogni tipo.



*Le terme:*

*Una scelta per tutti i gusti*

Le terme sono esistite fin dai tempi più antichi. In Italia abbiamo stabilimenti termali presenti in località di montagna, collina e mare ove i singoli trattamenti sono abbinati all'azione specifica del clima. Va dunque sottolineato che avendo tale ampia opportunità di scelta, è praticamente possibile per ciascuno trovare il posto più adatto alla sue esigenze salutistiche. Dalla risoluzione di problemi respiratori (naso, gola, bronchi, polmoni) a quelli della pelle,

del fegato o renali, di carattere ginecologico, sino alle patologie artromuscolari legate allo stress, all'invecchiamento, alla perdita di forma fisica, agli esiti di incidenti.

Un'altro aspetto positivo del soggiorno in una località termale consiste nella possibilità di affrontare alcuni problemi, pur non essendo veramente ammalati, ma con finalità molto spesso solo di efficienza fisica o, quanto meno di prevenzione a ipotetiche future patologie che purtroppo il tempo e l'usura possono sopraggiungere a minare la nostra salute.

Al di fuori ed al di sopra di tutto quanto sopra esposto, le vacanze devono servire, oltre che alle giuste attenzioni delle esigenze del nostro corpo, peraltro caduche, anche a quelle ben più durature dello spirito, perchè, appunto vivendo tra le bellezze ed i doni della natura, quest'ultimo possa ricevere un benefico effetto ed un riordino morale di se stesso.



*a cura di Rosy Loddo*

## IL BEL CANTO

### Il Trovatore

La vicenda ha luogo, parte in Biscaglia, parte in Aragona.

Nel palazzo di Aliaferia, il vecchio Ferrando narra agli armigeri del Conte di Luna la tremenda storia del fratello di lui, rapito in culla dalla figlia di una strega, e ritrovato carbonizzato nel rogo al quale la strega era stata condannata. Nei giardini, Leonora, principessa d'Aragona, racconta alla fedele Ines del canto di un misterioso trovatore che non ha potuto dimenticare.

Quella notte ode ancora il canto, ma quando fa per incontrarsi con trovatore, interviene il Conte di Luna e lo sconosciuto deve rivelare la sua identità: è il proscritto Manrico.

I due uomini si allontanano per battersi, ma quando Manrico sta per avere il sopravvento, l'impulso di risparmiarlo il Conte è irresistibile e preferisce quindi fuggire.

È ciò che racconta alla madre, la zingara Azucena nel covo tra le montagne di Biscaglia. Azucena racconta l'orribile morte della madre e la narra a Manrico, confessandogli che, stravolta dal dolore, invece del nobile bimbo rapito gettò nelle fiamme il proprio figlio.

Manrico vorrebbe sapere che egli sia, ma Azucena afferma di aver dimostrato nei fatti di essere sua madre.

Giunge la notizia che Leonora sta per ritirarsi in convento e che i ribelli hanno preso la fortezza di Castellor.

Manrico corre dalla fanciulla, la strappa al Conte di Luna, che pure l'ama, e la conduce nella fortezza dove si appresta a sposarla.

Gli uomini del Conte assediano Castellor e catturano Azucena, che riconosciuta da Ferrando, è condannata al rogo.

Manrico tenta di salvarla ma è anch'egli catturato e rinchiuso con lei in una torre del palazzo di Aliaferia.

Leonora il cui pensiero è rivolto all'amato, si offre al conte in cambio della libertà di Manrico, il quale credendosi tradito, rifiuta di fuggire, mentre Leonora si è avvelenata e spira tra le sue braccia.

Il Conte fa decapitare Manrico sotto gli occhi di Azucena, e a questo punto la zingara gli rivela che ha ucciso il fratello.

La madre è vendicata.

## FAMIGLIA

### ESSERE GENITORE, OGGI:

#### Il gioco

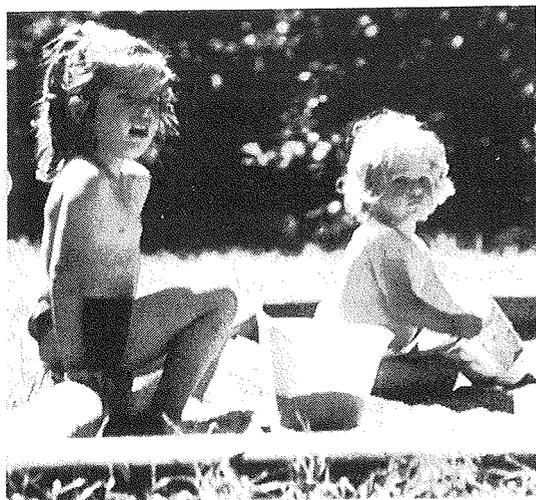
Spesse volte manca «la confidenza» tra adolescenti e genitori e ci chiediamo il perchè; attraverso un'analisi attenta scopriamo che è mancato tra genitori e bambino il momento del gioco. La confidenza di cui abbiamo bisogno nell'età della preadolescenza, cioè la possibilità di avere modelli di riferimento ai quali partecipare i nostri stati d'animo, si costruisce fin dall'infanzia anche attraverso il gioco.

Se in famiglia si gioca, si educa.

Si può giocare con materiale grezzo, con i burattini, con l'acqua e giocando si può favorire e sviluppare la creatività. Il gioco della poesia, delle filastrocche e delle fiabe, favorisce la creatività e la relazione genitore-figlio.

La mamma che comincia una filastrocca sollecita gli interventi del bambino che «inventando» e «creando» tira fuori da sé aspettative e paure che dalle risposte della mamma possono essere curate e ridimensionate. La mamma blocca le iniziative, ma lascia procedere liberamente il bambino nella sua espressione così che egli si sente partecipe

presentando la vita come un gioco, in modo che lo aiuterà poi a «mettersi in gioco» nella vita. Noi genitori educiamo attraverso la relazione che è in funzione dell'apprendimento. Il bambino appena percepisce qualcosa di sé, se è in buona relazione con la persona che glielo trasmette, apprende, diversamente no. C'è poi il gioco come processo per far assimilare alcuni schemi di funzionamento. Ad esempio mostrando il libro delle fiabe il bambino guarda la figura indicata, ma segue la comunicazione emotiva che l'educatore fa passare anche attraverso il tono della voce. Inoltre girare pagina e sottoporre alla sua attenzione nuove immagini, commentando, fa nascere l'intuizione del prima e del dopo favorendo il formarsi del concetto di tempo. Quando l'educatore mostra poi l'immagine sotto e sopra, introduce il concetto di spazio. I concetti di tempo e di spazio sono alla base della logica e trovano la loro origine attraverso queste forme di gioco che nascono dallo scambio che costituisce la relazione tra genitori o educatori e bambini.



Nel prendere in braccio il bambino, metterlo sulle ginocchia, tenerlo vicino, il genitore entra in relazione diretta, mentre se lo si mette davanti al televisore il bambino può sentirsi isolato; egli vede delle immagini, ma non c'è il coinvolgimento emotivo che permette lo scambio domanda - risposta adeguato al suo mondo e alle sue aspettative. Quindi o stare insieme rimanendo vicini davanti alla televisione che ormai c'è, o ritornare all'uso dei libri, delle favole, delle filastrocche per stabilire un rapporto più vivo. Come dobbiamo intendere il gioco? Come un'occasione che viene offerta al bambino per definirsi

progressivamente, capire cosa è capace di fare accettando anche i limiti e gli errori conseguenti. «Sbagliando si Impara», una frase per dire che se io riesco ad accettare l'errore e ad andare a cercare le cause, a poco a poco divento padrone di me stesso e sono in grado di cambiare il mondo intorno a me; almeno quando sono presente io e sono in grado di affrontare il problema serenamente. Così il gioco è prova di sé nel definire alcune competenze, accettando via via (perché tanto è un gioco) di sbagliare e sbagliando scoprire nuove soluzioni ai problemi. Più tardi il bambino impara il gioco competitivo che è necessario per entrare con la propria identità nelle relazioni di gruppo per potersi proporre nel gruppo. Il gioco competitivo comprende la sfida e la sfida fa parte della vita. La competitività deve essere intesa come modo per misurarsi con gli altri e non per schiacciarli, per entrare in relazione e non per estraniarsi. Anche la competitività va educata. L'ideale è la competizione di squadra nel senso di «emergere insieme», perché se un bambino tende a emergere da solo corre il rischio dell'illusione di sentirsi il «migliore del mondo» a cui tutto è dovuto. Quindi educare al gioco di squadra significa aiutare ciascuno a trovare il suo ruolo che messo assieme a quello degli altri permette di raggiungere un obiettivo comune.

Emanuela Milesi

## Letteratura

**«Quando venni in Germania»: in un libro, gli emigrati raccontano il loro arrivo in Germania**

«Quando venni in Germania». Alla conferenza stampa, presieduta dal direttore generale della «Migrantes» mons. Lino Belotti, parteciperanno mons. Luigi Betelli, delegato nazionale delle missioni cattoliche italiane in Germania, che tratterà gli aspetti sociopolitici cui sono interessati i connazionali; il prof. Massimo vedovelli della Cisl, che sottolineerà le caratteristiche della lingua italiana in Germania in rapporto a quella parlata in Germania; la dott.ssa Luisa Pavesio, reggente dell'istituto italiano di cultura di Stoccarda, che affronterà il tema «Istituti di cultura ed emigrazione: realtà e prospettive». Come è nata l'idea del libro e come si è realizzata? Lo spiega il «Corriere d'Italia» di Francoforte in una nota redazionale.

Nel dicembre 1995 fu firmato un accordo bilaterale tra i governi italiano e tedesco per il reclutamento di manodopera italiana. Quell'accordo viene tuttora considerato come l'atto ufficiale di nascita del flusso migratorio verso la Germania, dove oggi risiedono quasi 600 mila italiani. Per ricordare l'avvenimento, 40 anni dopo, il settimanale italiano di Francoforte «Corriere d'Italia» propose ai propri lettori di narrare in prima persona la storia del loro arrivo in Germania. Il successo fu rilevante. L'idea nacque in redazione, anche per superare l'odore stantio delle celebrazioni ufficiali, peraltro poche e non molto significative. Le lettere che arrivarono furono invece tante. La gente sentì l'autenticità dell'iniziativa:

essa partiva dal posto ed era promossa da chi conosceva le situazioni dell'emigrazione per averle vissute. La risposta positiva convinse i promotori a cercare un sostegno per la pubblicazione completa di quelle pagine in un volume. Ora, un anno dopo, il libro appare, finanziato in parti uguali dalla delegazione nazionale delle missioni cattoliche in Germania, dall'istituto di cultura di Stoccarda e dalla «Migrantes».

Il volume ha due facce: la prima è di analisi linguistica, coordinata da Massimo Vedovelli dell'università per stranieri di Siena, perchè era importante sapere quale lingua italiana si è sviluppata tra i connazionali in Germania in questi 40 anni di emigrazione.

La seconda faccia è per tutti coloro che vivono all'estero. Quelle storie dolorose ma di grande coraggio, rivissute sulla carta con consapevolezza, fanno il punto di un malessere non ancora placato. Oggi chi vive in emigrazione sente fortemente la propria solitudine come gruppo e sente che il solco con la cultura di origine va approfondendosi. Il disinteresse della società italiana è quasi assoluto: gli italiani in Italia non amano ricordare che sono stati poveri, rimuovono le immagini che chi vive all'estero vuole ricordare loro. Il boicottaggio dell'esercizio del voto all'estero testimonia anche questo.

Gli italiani in Italia guardano all'emigrazione controvoglia. Preferiscono disquisire sui nuovi equilibri che in Parlamento si avrebbero con gli eventuali 12-20 deputati e 10-6 senatori eletti all'estero, piuttosto che accorgersi della potenzialità che la presenza di milioni di italiani nel mondo offre sul piano dell'immagine, della diffusione della lingua, anche del commercio. Eppure, se per la Germania il nostro paese ha conservato un'immagine complessivamente positiva è proprio grazie all'apporto quarantennale dei connazionali che vi risiedono.

Questa «invisibilità» politica ha reso più acuti i problemi degli italiani emigrati. Intendiamoci: molti di loro hanno saputo nonostante ciò inserirsi, e questo parla a favore della forza creativa della comunità. La piccola imprenditoria, ad esempio, è vivacissima. Però, di fronte ai molti – forse un terzo – che hanno utilizzato con successo le potenzialità del tessuto produttivo tedesco, rimane una larghissima fetta di persone che vivono lontano dai centri della società civile. Delle difficoltà di molti italiani nella scuola tedesca si è parlato spesso: essi detengono il record (negativo) della frequenza delle scuole differenziali e sono i minori frequentatori in assoluto dei licei. Ciò significa anche per il futuro un quadro poco incoraggiante sul piano dell'occupazione e che la futura classe dirigente tedesca sarà solo in minima parte di origine italiana. Già adesso gli italiani come gruppo hanno il record assoluto della disoccupazione, anche in confronto con gli altri cittadini dell'Unione europea residenti in Germania: il 18% del settembre '96, contro il 17,8% dei greci, il 13,2% dei portoghesi, l'11,7% di spagnoli e circa il 10,3% complessivo delle forze di lavoro.



Di fronte a questa «invisibilità politica» era importante dar voce direttamente alle persone, ai protagonisti stessi dell'avventura della emigrazione perchè narrassero direttamente la loro storia. Il successo della proposta del «Corriere d'Italia» fu straordinario anche considerata la difficoltà, da parte di molti lettori, di prendere in mano una penna e di rimettersi a scrivere.

Questa fatica dal libro si vede. I testi sono stati fotografati così come sono arrivati, proprio perchè nulla andasse perduto e perchè essi assumessero anche sul piano strettamente grafico valore di testimonianza nei confronti di chi legge.

Se il libro restituirà agli emigrati un pò di memoria, perchè possano accorgersi meglio di quanto simile al loro sia il disagio di chi, oggi - dalla ex-Jugoslavia, dall'Est europeo, dall'Africa, dall'Asia, dal Sud America - riprende i percorsi migratori, un altro tassello di solidarietà sarà stato posto.

## Muti, ... ma non sempre!

a cura del gruppo teatrale «Tutti Muti» Nr. 7/8 '97

### La viaggiatrice cieca

*A te viaggiatrice cieca:  
Tanti saluti da New York.  
Tanti saluti da Vienna.  
Tanti saluti da Roma.  
Tanti saluti dalla Florida.  
Tanti saluti da Stoccolma,  
io ti rimando.*

*Se tanto ci tenevi a far sapere  
che viaggi per tutto il mondo -  
ebbene eccoti accontentata.  
Nel mio mondo, che tu hai  
disprezzato, non viaggerai mai.  
Io non dò biglietti scontati!*

Lino D'Amelio

### Teatro a Bodio

Il 24 maggio siamo stati in trasferta a Bodio. Abbiamo trascorso un bel weekend tra di noi. E ci siamo pure divertiti, tra di noi s'intende, perchè effettivamente i Ticinesi ci hanno semplicemente ignorato. Spesso ce la prendiamo con la nostra gente che non si muove per assistere ad un avvenimento culturale, ma a Bodio non sono bastati gli annunci sui giornali e uno alla radio per farla uscire dalle loro tane. Il bel tempo non era un argomento perchè quella sera pioveva. Insomma, mettiamoci una lapide e guardiamo avanti. Ringraziamo i nostri sostenitori più cari che ci hanno seguito fino in Ticino e la bella signora del bar di Bodio, postsessantottina doc, per i complimenti ricevuti.

TuTTi MuTi

## IL LIBRO

### Elias Portolu

Elias Portolu, giovane sardo di Nuoro, ritorna a casa dopo aver scontato una pena in un carcere del continente. A casa tutti erano felici per il ritorno del figlio che avrebbe completato e rafforzato di nuovo la famiglia. Una famiglia di contadini e pastori, un clan benestante e ben radicato nelle tradizioni del luogo. Al suo clan dunque si ricongiunge Elias dopo tre anni di continente, dove ha imparato a leggere e scrivere e dove ha conosciuto nuove realtà. Tutto si svolge tranquillamente, Elias ritrova il suo mondo, la sua famiglia, i parenti, il paese e il lavoro. Senonchè presto avverrà qualcosa di nuovo per la famiglia Portolu. Pietro, il fratello maggiore, sposerà Maria Maddalena Scada, una accattivante ragazza del paese, naturalmente di buona famiglia. Maddalena viene a vivere insieme con il marito nella casa dei suoceri. La vita continua e anche Elias promette bene. Ma un giorno Elias, Elias l'ex-galeotto, decide di diventare prete. Perchè mai? Leggete **Elias Portolu** di Grazia Deledda (Premio Nobel 1926).



**AZB**

**8810 Horgen 1**

**APPUNTAMENTI**

**HORGEN**

Sabato 30 agosto 1997

**GRANDE FESTA ALL'HUMANITAS**

*dal pomeriggio alla sera*

★★★★★

«Partecipare a questa festa è un gesto di solidarietà verso quelli meno fortunati di noi»

★★★★★

**TUTTI SONO CORDIALMENTE INVITATI**

«Gruppo di Base, Horgen»  
«Gruppo Giovani «Amici di Tutti»

**ATTENZIONE:**

**DURANTE LE VACANZE ESTIVE  
LA MISSIONE RESTA CHIUSA DAL  
10 LUGLIO AL 17 AGOSTO**

CHI RESTA AVRÀ LA POSSIBILITÀ  
DI FREQUENTARE ALLA DOMENICA  
IL SERVIZIO RELIGIOSO IN LINGUA  
TEDESCA.

PER CASI URGENTI RIVOLGERSI ALLA  
PARROCCHIA DI LINGUA TEDESCA,  
IL CUI NUMERO TELEFONICO  
È RIPORTATO NELLA RUBRICA  
«LA MISSIONE A SERVIZIO DELLA  
COMUNITÀ».

Le Sante Messe in lingua italiana  
riprenderanno regolarmente

**DOMENICA 24 AGOSTO**  
all'orario abituale.

LICEO LINGUISTICO leg. ric.  
**"PIER MARTIRE VERMIGLI"**  
Siewerdstrasse 9 - 8050 Zürich

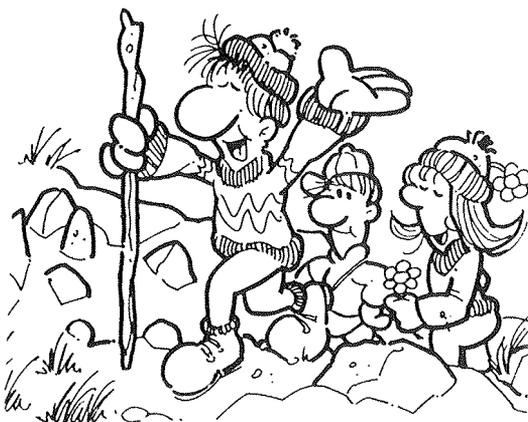


**SONO APERTE LE ISCRIZIONI  
ALL'ANNO SCOLASTICO 97/98**

- si accede con Diploma di Licenza media o equivalente titolo svizzero
- senza esami di ammissione
- durata di cinque anni
- Diploma finale riconosciuto a tutti gli effetti

Per informazioni: 01 / 312 50 52

LH848



**A tutti i suoi lettori**

**«incontro»**

**augura**

**buone e felici vacanze**