



CRONOS

Periodico d'informazione semestrale della Banca del Tempo di Pistoia
Direttore Responsabile Francesca Bardelli

DICEMBRE 2008 - ANNO 8 - NUMERO 13

Banca del Tempo di Pistoia

LA BANCA DEL TEMPO

*Il canto, il teatro,
Il Qi gong
e le altre attività*

VISITE CULTURALI

**Il Museo di
Poggio a Caiano**

ALLA SCOPERTA DELLA SCOZIA

**LA CRUDELE LOGICA
DELL'ETICA**

ARTE E STORIA

**I tempi di
Masaniello**

RECENSIONI

**Libri: Il cammino della Sciamana
Film: Il miracolo di Sant'Anna**

La Banca
del Tempo si trova in Piazza Belvedere
presso la
Circoscrizione 3, è aperta al
pubblico il giovedì
dalle 15.30 alle 17.30.
Per informazioni è possibile chiamare il
numero: 0573-402174
o inviare una mail all'indirizzo:

LA "BANCA DEL TEMPO" A POGGIO A CAIANO

VISITA AL MUSEO DELLA NATURA MORTA E ALLA VILLA MEDICEA

Il Salone di Leone X fu poi completato in un secondo momento, nel 1583, regnante allora Francesco I, che incaricò Alessandro Allori di terminare la decorazione del Salone, rimasta interrotta nel 1521; il pittore non si limitò ad intervenire sulle pareti rimaste libere, ma volle intervenire anche sui riquadri dei suoi predecessori. Nonostante ciò non si colga a colpo d'occhio, ho mostrato ai visitatori presenti le differenze tra due stili diversi, usati in uno stesso affresco.

Nella visita di ogni sala della Villa, abbiamo potuto vedere il segno che ogni membro della famiglia de' Medici lasciò in quelle stanze, ereditando la villa di generazione in generazione. Margherite Louise d'Orleans per esempio fece adibire una stanza del pianterreno per l'attività teatrale; il teatrino che si può ammirare è un delizioso esempio di decorazione settecentesca. La Villa conserva l'appartamento della bella veneziana che rubò il cuore di Francesco I, con il bel camino dell'Ammannati o del Buontalenti e la scala a ballatoio su disegno di Giorgio Vasari (1548 circa), che nasconde una sorta di passaggio segreto; queste stanze sono state anche teatro della morte di Francesco I e di Bianca Cappello, i quali, a 420 anni dalla loro fine, fanno ancora discutere gli studiosi sulle cause del loro decesso - i due morirono a poche ore di distanza l'uno dall'altro - avvenuto per febbre malarica o per avvelenamento per mano del fratello di Francesco, l'allora cardinale Ferdinando.

Dopo la dinastia de' Medici, la Villa passò di mano ai Lorena, i quali eliminarono gran parte della decorazione secentesca precedente, tranne l'affresco del 1599, visibile sul soffitto della sala da pranzo, opera di Anton Domenico Gabbiani, pittore di corte sotto il

Gran Principe Ferdinando.

In seguito alla invasione delle truppe francesi, la Villa fu abitata da Maria Luisa di Borbone e da Elisa Bonaparte Baciocchi, granduchessa di Toscana a Lucca dal 1809. la quale apportò alcune importanti modifiche all'architettura della Villa, rimasta fino ad allora pressoché invariata, quali lo scalone interno in pietra serena per collegare i piani superiori, e le due scale in facciata, che in origine erano dritte e parallele tra loro - come testimoniato nella lunetta di Giusto Utens del 1599 - e che invece furono sostituite da due scale curve, cosiddette a "tenaglia", per permettere alle carrozze di circolare meglio e portare direttamente i signori sotto il portico del Sangallo.

Infine la villa è stata residenza autunnale preferita del Re Vittorio Emanuele II. Questo fa sì che l'arredamento attuale della villa sia in gran parte una pagina della storia umbertina dopo l'unificazione italiana, come attestano la Sala dei Biliardi, la camera da letto del Re, la stanza del Guardaroba e la camera da letto, nell'ala femminile, della "Bella Rosina", Rosa Vercellana, sua moglie morganatica.

Con l'uscita sulla terrazza della Villa, e una visione delle colline del Montalbano che circondano il paese, si è chiusa questa visita; mi auguro che la "Banca del Tempo" sia ancora ospite a Poggio a Calano, e spero che la "Cooperativa il Grappolo", che si occupa di servizi culturali, e presso la quale lavoro, possa essere di nuovo utile per qualsiasi altra visita nel territorio mediceo.

di Giulia Ballerini

C'era una volta...

Parlare di fiabe è sicuramente un'impresa azzardata, "perché il paese delle fate è pericoloso, pieno di trabocchetti per gli incauti e di tranelli per i temerari" come molti anni fa avvertiva Tolkien.

Si potrebbe intanto dire che le fiabe ...camminano, passano di bocca in bocca e superano nazioni e continenti.

Si tramandano da una generazione a un'altra, all'interno di una famiglia, di un paese, di una città.

Ancora oggi, nel frastuono della televisione, del cinema e dello spettacolo, le fiabe continuano a muoversi e a vivere, perché non c'è cosa che affascini i bambini e le bambine come quel fatidico "c'era una volta" che prelude alla narrazione.

Oggi ne abbiamo bisogno più che mai, perché purtroppo tanto di quello che ci circonda non è fiaba.

Il fascino delle fiabe deriva dall'essere connaturate alla storia e alla cultura delle genti, infatti senza fiabe perdiamo il senso della nostra identità e del nostro ricchissimo passato.

Le fiabe "sono una spiegazione generale della vita, nata in tempi remoti e serbata nel lento ruminio delle coscienze contadine fino a noi; sono il catalogo dei destini che possono darsi a un uomo e a una donna, soprattutto per la parte di vita che appunto è il farsi di un destino." Scrive Italo Calvino, scrittore famoso che ha raccolto le fiabe di tutte le regioni d'Italia.

Una caratteristica delle fiabe è di mutare la loro forma superficiale nel loro vagare nel tempo e nello spazio, nel passare da un narratore all'altro. Certe strutture profonde restano invariate, ma la creatività di narratori e narratrici si esercita e ricama un disegno particolare, che esalta le caratteristiche culturali di una certa regione e di un certo tempo.

Così quando i bambini ci richiedono una fiaba non desiderano ascoltare "scheletri" di trame, ma vogliono abbandonarsi ad una narrazione ricca e abbondante che trae nutrimento da un particolare mondo.

Il bravo narratore e la brava narratrice, modellano addirittura la storia sull'uditorio del momento, richiamando aneddoti, facendo esempi, usando nomi e modi di dire conosciuti da chi sta ascoltando.

Le fiabe contengono motivi simbolici universali, relativi alla sopravvivenza dell'uomo e così parlano al profondo di tutti noi e inoltre descrivono e fanno conoscere mondi che in tutti i casi non esistono più, ma che sono la nostra storia e il nostro passato.

Le fiabe ancora oggi parlano di boscaioli e contadini poverissimi, di boschi oscuri, di locande; questo mondo dipinto dalle fiabe, che fa da sfondo alle vicende degli eroi e delle eroine, è diverso per ogni

RACCONTI DI VIAGGIO

ALLA SCOPERTA DELLA SCOZIA

Da tempo sognavo di fare un viaggio in Scozia, ma per la mia incapacità di viaggiare da sola dovevo trovare una compagna che avesse il mio stesso desiderio, così quest'anno, avendone trovata una, abbiamo affrontato un tour dal titolo "Alla scoperta della Scozia"; tour piuttosto impegnativo per le molte tappe (ogni giorno cambiavamo città e di conseguenza albergo), ma senz'altro affascinante sotto il profilo paesaggistico e delle varie visite ai castelli di cui la Scozia è ben fornita.

Castelli (udite, udite) pieni di fantasmi di tutti i tipi (se non li abbiamo visti, peggio per noi, si vede, dicono le guide, che non siamo abbastanza sensibili!).

Comunque il nostro viaggio è iniziato con un aereo da Bologna, che ci ha depositati, dopo circa due ore e mezzo, a Edimburgo, capitale della Scozia; poi, tramite autobus, ci siamo trasferiti a Glasgow e il mattino dopo abbiamo visitato la cattedrale ed un illustre museo cittadino di nome "Burrel Collection": si tratta di uno spazioso edificio in vetro, inaugurato nel 1983. Proseguendo poi per Dundee abbiamo visitato il Castello di Glamis, dove la regina madre trascorse l'infanzia. Castello bellissimo, arricchito da uno spettacolare parco, con alberi rari ultracentenari. Abbiamo raggiunto poi Stonehaven, un tipico villaggio di pescatori e strada facendo ci siamo fermati alle rovine del castello di Dunottar e ad un maniero che sorge su una roccia a picco sul mare. Qui il regista Zeffirelli girò il film "Amleto".

Il terzo giorno di viaggio abbiamo raggiunto Aberdeen e visitato le Highlands (terre alte), abbiamo attraversato brughiere ricoperte di erica nelle regioni del Moray e Aberdeenshire e lungo il fiume Spey. Inoltre abbiamo visitato il castello di Balmoral, residenza estiva della famiglia reale inglese dal 1852, castello con un parco enorme e bellissimo, comprendente una serra stile Liberty per la produzione dei fiori necessari ad abbellire il castello.

Il quarto giorno partiamo per la cittadina di Inverness e dopo un giro panoramico seguiamo per una visita alle rovine del castello di Urquhart, situato sulle sponde del lago di Loch Ness, famoso per il mostro

"Nessie" e facciamo una breve crociera sul lago. Proseguendo per Elia Donan Castle visitiamo il castello di "Highlander" situato in un posto pittoresco e seguiamo ancora per l'isola di Skye, la più grande delle Ebridi interne. Qui abbiamo visitato Dunvegan Castle e Portree, il centro più grande dell'isola con il suo porticciolo. Più tardi abbiamo raggiunto Forte William e seguito per la graziosa cittadina di Inveraray, celebre per il suo castello, antica residenza dei duchi di Argyll. Abbiamo più tardi costeggiato le dolci sponde del "Loch Lomond".

L'ultimo giorno utile di viaggio è stato dedicato alla visita della capitale Edimburgo e della sua splendida roccaforte che domina la città dall'alto della sua roccia vulcanica. È davvero una bella città, comprende una parte vecchia con monumenti classici e una parte nuova con strade e palazzi molto eleganti.

L'ottavo giorno, infine, è stato utilizzato per imbarcarsi sull'aereo e tornare in Italia.

Viaggiare è sempre interessante, ma bisogna ammettere che la Scozia è davvero bella!

di Marisa Buffoni

C'era una volta... (segue da pag.2)

regione e per ogni paese: forse ogni singola famiglia ne possiede uno tutto suo tramandato di generazione in generazione o, piuttosto, ne possedeva!

Perché viene da chiedersi quante di queste fiabe regionali, o meglio quante di queste versioni regionali di fiabe, siano ancora conosciute e ricordate.

Quando per accontentare un bambino cerchiamo nella nostra memoria una fiaba tradizionale da raccontare, spesso, poco ci ritorna alla mente: qualche trama, qualche finale, ma di solito non riusciamo a ricostruire tutto intero l'intreccio di una fiaba, i suoi momenti cruciali, il suo procedere. Allora gli adulti, i nonni, ma soprattutto i giovani genitori, devono essere consapevoli di fare una cosa molto importante per i loro piccoli, quando narrano una fiaba e che perciò hanno il dovere di costruirsi, se non lo hanno, un piccolo patrimonio di storie, imparandole dai tanti testi in cui sono state raccolte, come ad esempio le "Fiabe italiane" di I. Calvino o le Fiabe Toscane di C. Lapucci.

Le fiabe infatti, come hanno trasmigrato da un secolo all'altro e da una terra all'altra, non hanno neanche problemi a passare dal mondo della narrazione orale al mondo della letteratura e viceversa.

Il rapporto tra i libri delle novelle e i narratori esiste da molto tempo ed è ricco e fecondo: non è sacrilegio re-imparare le novelle da un testo scritto.

Le storie saranno di nuovo vive quando le nuove generazioni le ri-narreranno e inizieranno di nuovo i loro vagabondaggi di bocca in bocca perché le fiabe si possono, anzi si devono narrare in modo libero e creativo.

"La novella un è bella se sopra un ci si rappella", la novella vale cioè per quel che su di essa tesse e ritesse ogni volta chi la racconta, per quel tanto di nuovo che ci s'aggiunge passando di bocca in bocca, come scrive Gherardo Nerucci, che raccolse tutte le fiabe della zona di Montale, rendendole famose in tutta l'Italia.

Tutti i genitori ed i nonni possono diventare dei narratori di storie e di fiabe, per aiutare i loro bambini a crescere felici.

Alga Giovannelli

MISERIA E NOBILTÀ AI TEMPI DI MASANIELLO

G. C. Capaccio, autore de "Il forestiere" (Napoli, 1634) annota che Napoli sopportava nel XVII secolo 400mila abitanti, attestati in modo schematico ma comprensibile in "nobili, popolani e plebei. I primi, di Piazza e fuori Piazza. I secondi, in migliori e di mezzana conditione. I terzi in gente bassa". Le differenze economiche e sociali fra di loro sono, a dir poco, abissali. La ricchezza è tenacemente stretta nelle mani di poche famiglie e la miseria è il solo universo degli strati plebei, amaramente ancorati da oneri feudali, succubi della rapacità di avidi baroni.

I Nobili

Benché non fossero numerosi, appaiono essere i veri padroni del Vice Regno. Controllavano l'economia, le istituzioni, la giustizia, cultura e scienze, anche se vigilati a loro volta dal potere centrale. Gli aristocratici napoletani erano ripartiti giuridicamente in Baroni titolati e non titolati. I primi erano membri di antiche famiglie con titolo e feudo posseduto da generazioni. Avevano l'obbligo di pagare il tributo per il proprio titolo nobiliare in cambio di esenzioni gabellari, immunità fiscale, diritto di amministrare la giustizia e di accedere alle cariche pubbliche.

I Baroni non titolati erano solo detentori di comunità di vassalli senza godere di diritti feudali.

Quando si parla di rango nobile, di quelle "chiare ed illustri stirpi", il Capaccio scrive che alla metà del '600 erano così suddivisi: 125 principi, 128 duchi, 185 marchesi, 62 conti residenti in città. Giova ricordare che le principali rendite derivavano dal feudo, il quale, come qualsiasi merce, si poteva comprare, vendere o scambiare, il tutto con lauti guadagni.

Sotto il dominio spagnolo un complicato sistema di "corpi feudali" riguardava proprio "le persone, le case, gli atti, i contratti, i prodotti, i lavori dell'uomo". In

sintesi, l'aristocrazia percepiva, dallo sfruttamento delle terre e dei contadini, il cosiddetto "terraggio" fissato in denaro e in quota di raccolto ad ogni quadrimestre dell'anno. Ne consegue che la nobiltà aveva un credito perenne nei confronti dei sudditi. Alla nobiltà spettava anche il titolo di "milites" per cui, a proprie spese, mantenevano compagnie di cavalieri, fanti, palafrenieri, stallieri ecc. ecc. con il diritto di mettere in campo forze e formazioni militari per combattere.

Anche se appartenenti al medesimo casato i nobili erano divisi fra di loro da molteplici fazioni e distinzioni, in special modo il ramo cadetto.

Per riscattarsi dai piccoli natali, le famiglie ricorrevano ai matrimoni d'interesse. Lo spozalizio era una questione delicatissima e soggetta ad infiniti cavilli. Vi erano quelli della medesima "schiatta" e altri, soprattutto gli emergenti "mercadanti", in cerca di titolo. Ogni piccolo gradi-

no nella gerarchia nobiliare determinava atteggiamenti sociali diversi in vista di un probabile futuro più prestigioso. Gli incontri prematrimoniali fra titolati erano impregnati da esasperate formalità, da conversazioni salottiere snervanti che angustiavano i contraenti. In queste occasioni era opportuno tenere a freno rancori, risentimento e disprezzo per poter arrivare ad una conclusione vantaggiosa o riparatoria, specialmente per quelle casate che di sostanzioso avevano solo il nome.

Il termometro della secentesca aristocrazia era quello di far risaltare in ogni circostanza, ufficiale o meno, la propria immensa ricchezza. Sfarzose le cerimonie, gli appartamenti, gli arredi, i mobili e le carrozze, gli orpelli, il vasellame, gli abiti ed i gioielli. Uno sfoggio quasi incontenente di vesti d'argento e d'oro. Se il primato del vestire apparteneva alla Francia, Napoli si offrì come contraltare.

Il più caratteristico accessorio era l'immane "gorgiera", quel particolare collo di tela a pieghe larghe continue, raggruppate in larghi cannoli che mettevano in risalto la regolarità della testa adornata da fili di perle e gemme colorate. La gorgiera era unisex. Gli uomini facevano concorrenza alle donne nella cura leziosa di ogni particolare relativo all'abito. Citiamo ad esempio le camicie ampie e plissettate, con polsini a "manichetti", i corpetti senza maniche, chiusi da una lunga fila di bottoni, le braghe gonfie sulle cosce, le calze sottili di rete (di lana, seta o cotone), gli stivali di camoscio svasati.

Ma è la scarpa che veramente stupisce! Ha il tacco alto come quello da donna, ornato di fiocchi a farfalla, con trine dorate, linguette sproporzionate e fibbie d'argento. Famosi rimangono ancora oggi i ventagli, ovviamente obbligatori, i fazzolettini ricamati, le tabacchiere finemente cesellate.

I pittori dell'epoca ci hanno lasciato una quadreria mirabilmente copiosa di ritratti di gentiluomini, mentre il gran maestro Micco Spadaro ci ha consegnato un'altra realtà dipingendo le lacere vesti della "gente

bassa", che dormiva nelle strade e molte nudità della plebe. Le notizie storiche indicano che alla metà del '600 Napoli contava 41 parrocchie, 250 chiese (senza calcolare le cappelle delle Confraternite delle Arti e

quelle private nei palazzi nobili), 400 conventi e 40 monasteri femminili. Praticamente una società nella società. Le monache avevano cura degli arredi religiosi e delle committenze di arredi e guardaroba da parte dell'aristocrazia.

Sovente l'adesione agli ordini religiosi non era del tutto spontanea, né ispirata da ideali di pietà e solidarietà cristiana. Diverse casate, per evitare il frazionamento dei beni, predestinavano i propri figli o figlie alla vita monastica. "L'apertura di porta", come si diceva allora, era un diritto (pagato bene) per essere ammessi al convento. Al suo interno il rango nobile conservava agi e privilegi al di sopra degli ideali di povertà imposti dalle regole dell'ordine monastico.

IL POPOLO (i mestieri e i bottegai)

Con la fine del vincolo giuridico di rimanere sotto il diretto controllo del demanio, i lavoratori della terra si trasferirono in città, aggirandosi intorno alle botteghe dei più accreditati artigiani della capitale. L'espressione "a regola d'arte", che ancora oggi resiste, è la testimonianza di un'epoca fondata sull'attività manuale. Il termine "artista" era sinonimo di artigiano o artiere e questa identificazione portò la categoria a produrre manufatti di altissimo livello. Il Magister della bottega a volte era il padrone, che solitamente abitava nei locali superiori. Lo spirito di massi-

UN PO' D'ARTE
E DI STORIA

Il concetto di "TEMPO" Dal "Koelet" - libro 3°

sima collaborazione fra "Artisti" favorì le Arti, distinte in due categorie.

Alla prima appartenevano fornai, macellai, calzolai, sarti, muratori, falegnami, fabbri, orefici. Ancora oggi i nomi di molte vie, vichi e piazze indicano i quartieri dove si svolgevano le varie attività (per es: Vico dei tintori, Via dei candelieri, Vico dei zappari, Via dei bottonari ecc.).

All'altra categoria erano ascritte le arti tessili, tintori, conciatori di pelle, bottai, ceramisti, funari, marmisti, pettinatori di canapa, campanari. Erano botteghe con un gran numero di operai e di apprendisti a contratto. La tradizione riferisce che ogni corporazione aveva un santo protettore esclusivo (S. Crispino per i calzolai, Sant'Agata per gli orefici, San Ciriaco per i macellai, Santa Rita delle lane ecc.).

Le attività delle altre categorie erano per lo più mirate alla rivendita di ogni genere alimentare affiancate dai banchi dei venditori ambulanti siti in zone urbane (piazze) ed extraurbane (vicino alle porte di accesso alla città).

Nel secolo di Masaniello il popolo non ha più i connotati dell'epoca angioina e aragonese. Il notevole inurbamento ha mischiato le carte, la "gente bassa" vive gomito a gomito con l'intolleranza dei nobili e tale convivenza alimenta nella massa diseredata la consapevolezza di dover riscattare una certa autonomia. La penuria di case riduceva molti a vivere sulla strade, nelle cantine, negli androni e nelle zone malsane, e quella di cibo costringeva ad elemosinare. La pressione fiscale sulle merci era insopportabile, i contratti daziari rigidissimi, la macchina militare - poliziesca era sempre pronta ad intervenire. Risultava difficile sedare gli animi contro il rincaro del pane e ancor più tentare di eliminare il brigantaggio e tanto meno fare guerra alle meretrici che si donavano per un risibile compenso.

La famosa eruzione del 1631 e la pestilenza del 1656 decimarono gran parte della popolazione, colpendo in maggioranza la gran massa dei disperati, i quali, affamati e malati, si depredevano fra loro. A fronte di questa recrudescenza sociale alcuni uomini divennero veri protagonisti di movimenti insurrezionali contro il malgoverno regnante. Nella genesi dei tumulti va ricordato il mitico capopopolo Masaniello. È il personaggio centrale di questo passato, è il popolano per eccellenza, un eroe romantico che si colloca nella metafora di un progetto sociale più civile. Una vittima della storia che per dieci giorni (luglio 1647) anticipò una prospettiva di amor patrio e di indipendenza senza l'aiuto di altre potenze esterne. Questo spaccato di vita napoletana lo si può ritrovare paradossalmente, mutato di poco, nelle tensioni socio-politiche contemporanee. Vi è ancora qualcosa di vivo e di connaturale con la tradizione storiografica del passato. Verrebbe da dire, perciò, che i nodi vengono sempre al pettina e "i frutti" sono ancora sotto i nostri occhi!

di Maria Grazia Consiglio

Per ogni cosa c'è il suo momento, il suo tempo per ogni faccenda sotto il cielo.

C'è un tempo per nascere e un tempo per morire, un tempo per piantare e un tempo per sradicare le piante.

Un tempo per uccidere e un tempo per guarire, un tempo per demolire e un tempo per costruire.

Un tempo per piangere e un tempo per ridere, un tempo per gemere e un tempo per ballare.

Un tempo per gettare sassi e un tempo per raccogliarli, un tempo per abbracciare e un tempo per astenersi dagli abbracci.

Un tempo per cercare e un tempo per perdere, un tempo per serbare e un tempo per buttar via.

Un tempo per stracciare e un tempo per cucire, un tempo per tacere e un tempo per parlare.

Un tempo per amare e un tempo per odiare, un tempo per la guerra e un tempo per la pace.

Che vantaggio ha chi si dà da fare con fatica?

Ho considerato l'occupazione che Dio ha dato agli uomini, perché si occupino in essa. Egli ha fatto bella ogni cosa a suo tempo, ma egli ha messo la nozione dell'eternità nel loro cuore, senza però che gli uomini possano capire l'opera compiuta da Dio dal principio alla fine.

Ho concluso che non c'è nulla di meglio per essi, che godere e agire bene nella loro vita; ma che un uomo mangi, beva e goda del suo lavoro è un dono di Dio. Riconosco che qualunque cosa Dio fa è immutabile; non c'è nulla da aggiungere, nulla da togliere. Dio agisce così perché si abbia timore di lui. Ciò che è, già è stato; ciò che sarà, già è; Dio ricerca ciò che è già passato.

Ma ho anche notato che sotto il sole al posto del diritto c'è l'iniquità e al posto della giustizia c'è l'empietà. Ho pensato: Dio giudicherà il giusto e l'empio, perché c'è un tempo per ogni cosa e per ogni azione. Poi riguardo ai figli dell'uomo mi son detto: Dio vuol provarli e mostrare che essi di per sé sono come bestie. Infatti la sorte degli uomini e quella delle bestie è la stessa; come muoiono queste muoiono quelli; c'è un solo soffio vitale per tutti. Non esiste superiorità dell'uomo rispetto alle bestie, perché tutto è vanità. Tutti sono diretti verso la medesima dimora: tutto è venuto dalla polvere e tutto ritorna nella polvere.

Chi sa se il soffio vitale dell'uomo salga in alto e se quello della bestia scenda in basso nella terra? Mi sono accorto che nulla c'è di meglio per l'uomo che godere delle sue opere, perché questa è la sua sorte. Chi potrà infatti condurlo a vedere ciò che avverrà dopo di lui?

Propongo questo brano tratto dall'Antico Testamento, alla comune riflessione riguardo non solo il senso del tempo e di quante cose, spesso anche in contraddizione fra di loro, facciamo lungo il TEMPO della nostra vita; il segreto sta nel riuscire ad accordare il tempo a ciò che vogliamo fare e che ci è dato di fare. Ma è interessante, nella parte finale, anche la riflessione sugli uomini e gli animali; possiamo notare come l'autore del brano non dia né a sé né ai lettori, risposte certe; invece sceglie di aprire con il lettore un dialogo quasi a chiedergli aiuto per trovare delle risposte-proposta. È sicuramente una pagina che sollecita al dibattito sul valore del TEMPO e sul valore di tutte le creature nel creato, un dibattito che può essere anche al di là dei riferimenti religiosi per chi non crede, e quindi un dibattito laico, addirittura alla ricerca di una possibile "spiritualità" laica riguardo questi argomenti. Lascio ed auguro a tutte le socie una riflessione al riguardo, ma poi forse vogliamo o possiamo parlarne insieme, magari in preparazione del decennale della nostra banca del tempo?

di Rita Corrieri Becherucci

SCAMBIO CASA!

Il titolo è esatto: non cambio casa, cioè non trasloco, ma "scambio casa" con qualcuno che vive magari agli antipodi e che vuol visitare la Toscana, mentre io ho una voglia matta di vedere l'Australia.

E' questo il risultato della possibilità di scambiare casa: un sistema molto diffuso nel mondo anglofono, ma in espansione anche in altri paesi.

L'idea mi è piaciuta: mi sembra che sia attinente al nostro concetto di scambio: in questo caso non si tratta di scambiare tempo, capacità, saperi, conoscenze, ma addirittura la propria casa, con la possibilità, quindi, di poter viaggiare senza dover spendere per l'albergo o per costosi affitti.

Di questa possibilità di andare in vacanza in modo "diverso" ho avuto notizie leggendo un articolo su una rivista, nel quale veniva indicato anche un sito internet specializzato (www.scambiocasa.it; che è la sezione italiana di un sito internazionale).

Sono andata sul sito, perché ovviamente ero curiosa di saperne di più, ed effettivamente mi è sembrato che il mondo si potesse raggiungere senza alcuno sforzo o problema.

In pratica se si è disposti a "scambiare", ci si può spostare nei cinque continenti al solo costo del biglietto per il viaggio e del vitto.

Naturalmente c'è tutta una procedura da seguire (bene illustrata sul sito) per non correre rischi inutili, però leggendo le testimonianze inviate da chi ha già fatto questa esperienza mi sembra che i risultati siano più che positivi. Penso che fare il primo passo sia la cosa più difficile: pensare alla nostra casa non come a uno scrigno intoccabile, luogo inviolabile da esterni in quanto simbolo di tutto ciò che ci è più caro al mondo, ma come uno spazio che accoglie noi ed i nostri cari, ma che può essere offerto ad altri che a loro volta ci offrono il loro "scrigno".

Senz'altro occorre fare un bel salto di "mentalità", però i risultati possono andare oltre ogni aspettativa.

Normalmente ci si scambia la casa o l'appartamento in un periodo che conviene ad entrambi gli "scambisti". Ma ci sono anche altri tipi di scambi. Sul sito di cui parlavo sopra ho potuto vedere che, per esempio, uno statunitense ha scambiato casa sua per una barca di 40 piedi, mentre una coppia ha scambiato la propria villa in Italia per un camper in Oregon perché il loro sogno era sempre stato quello di vedere gli Stati Uniti on-the-road.

Ovviamente non è necessario possedere ville e yacht per entrare nel mondo dello "scambiocasa", anche perché i vantaggi per chi lo pratica sono vari e non sempre viene cercato il lusso o l'immobile di prestigio.

Spesso chi "scambia" vuole semplicemente dare uno sguardo molto più da vicino ad altre culture, cerca maggior flessibilità e libertà, desidera potersi preparare i pasti a casa, andare e venire quando vuole, avere più privacy che in un albergo.. e spesso dallo scambio nascono anche delle belle amicizie.

Sul sito ho potuto vedere che ci sono dei veri e propri habitué di questo sistema: addirittura persone che ogni mese si spostano in paesi lontani (Cina, Australia, Usa ecc) con la massima tranquillità, come un pistoiese che va a Viareggio!

Non pretenderei di arrivare a tanto, però..... che voglia di provare!!

di Diana Gavioli

n ascensore con un ammanettato e tre guardie carcerarie

Una bella mattina di settembre, per motivi professionali, mi reco nel tribunale della città. Raggiungo l'atrio del Palazzo di giustizia e mentre mi avvicino all'ascensore vedo arrivare un detenuto con tre guardie carcerarie.

Il detenuto è ammanettato, ha lo sguardo fisso e distaccato, ma un atteggiamento fiero.

Saliamo tutti quanti nell'ascensore. Le tre guardie sono sorridenti, accomodanti nei modi, quasi a scusarsi di avermi messo in mezzo a loro, portano guanti di pelle e si stringono attorno al detenuto.

Sembrano solo preoccupati del fatto che il vecchio ascensore tardi a muoversi.

Una di loro fa una battuta spiritosa, di finta paura, le altre due si stringono sempre più all'ammanettato.

Io sono mortificata per il modo in cui cinque persone stanno insieme, sia pure nell'arco di pochi minuti, interminabili per le molteplici sensazioni che provo, e per il modo in cui si rapportano fra loro, fingendo di voler accettare certe regole, ma intimamente convinti che quella non è la maniera giusta.

Finalmente scendo al primo piano e gli altri proseguono per il terzo.

All'improvviso mi sento libera e sicura, in un ambiente consueto, profondamente convinta però di essere stata imprigionata da certe regole e formalità che dovrebbero essere rivedute per vari motivi, come quello del rispetto della privacy o anche solo della riservatezza, ma soprattutto del rispetto dei diritti della persona.

di Anna Mancini

La crudele logica dell'etica

(Raccontato da Claudio Giraldi e scritto da Gloria Biondi)

Il profumo d'arrosto che proveniva dalla porta accanto mi faceva venire l'acquolina in bocca. Seduto sullo scalino, gomiti sui ginocchi, il mento nelle mani, ad occhi chiusi, immaginavo quella bella anatra grossa e dorata alla quale IO avevo tirato il collo! Nelle torride giornate d'estate in campagna, a dieci anni s'inganna male la solitudine e la calura può spingere a vagabondare sulle rive del ruscello che offre un sollievo notevole se t'immergi nella sua frescura, lontano dalle case dove nessuno ti vede In questo frangente, una bella anatrina sperduta può sembrare una occasione da non perdere, una sorpresa per la mamma, un vanto per la caccia riuscita Per dire la verità un'ombra leggera mi era passata per la mente ma l'avevo subito tolta di mezzo mentre correvo con il collo dell'anatra che ciondolava fuori dal mio camiciotto (ma perché la nascondevo?).

Senza fiato per la corsa, guardai mia madre con occhi trionfanti, reggendo in alto l'animale per il collo, ma persi l'allegria nello sguardo di mia madre tutt'altro che soddisfatto.

"Chi te l'ha data? Noi non abbiamo anatre!"

L'ombra che poco prima mi aveva sfiorato la mente si concretizzò all'improvviso in quelle parole.

E' incredibile come si possa passare in un attimo dallo stato gassoso, leggero, a quello solido, pesante! Ci guardavamo in silenzio e nel mio piccolo cuore cercai di trasformare la vergogna in qualcosa di più meritevole e meno cocente. "La Marietta non ha mai niente posso portarla a lei?"

Erano vecchi e anche un po' egoisti i nostri poverissimi vicini di casa. Ma il profumo, quello no, nessuno poteva negarmelo!



IL QI GONG

“Il Qi gong è un insieme di attività con cui si educano le nostre capacità per condurre e guidare il Qi (la spinta vitale) per coltivarlo svilupparlo e accumularlo...”

Non è nella forma esterna che noi miglioriamo, ma è imparando ad apprezzare i propri limiti sia negativi che positivi: questo significa esplorarsi, imparare a crescere nella nostra consapevolezza.” **M° A. Albiani**

Il Qi Gong è considerato come la base di tutte le pratiche terapeutiche e marziali perché, nella sua forma originaria, non prevede alcun tipo d'azione o di movimento. La tecnica primitiva consiste esclusivamente in un lavoro sull'**attenzione**, sulla **postura** e sulla **respirazione**.

Il lavoro sull'**attenzione** consiste nel liberare la mente da ogni tipo di pensiero, da quel “rimuginare” quotidiano che troppo spesso ci pervade, e ciò si consegue riempiendola della sensazione fisica della propria presenza nel mondo, con un ascolto consapevole rivolto alla propria struttura ossea, articolare, muscolare.

Il lavoro sulla **postura**, conseguenza del lavoro di ascolto, consiste nel rilasciare gran parte della muscolatura superficiale, e anche quella profonda, che non sia utile al “semplice stare in piedi”, risultato che si ottiene mediante l'ottimizzazione dell'appoggio osseo, cioè facendo compiere allo scheletro e alla muscolatura posturale il dovuto lavoro di sostegno, evitando così inutili affaticamenti e sprechi di energia.

Il lavoro sulla **respirazione** consiste nell'irradiare attraverso gli organi e i tessuti, così ammorbiditi, l'ondulazione ritmica che la respirazione trasmette ai fluidi organici, come il sangue e la linfa, e a portare un nutrimento sostanziale e, appunto, capillare ai tessuti, ossigenando ogni distretto dell'organismo.

Gli antichi sostenevano che con questi tre tipi di lavoro si guariscono le malattie del corpo e dello spirito e si conseguono la forza, la gentilezza e la saggezza.

Il Qi Gong che noi proponiamo nei nostri corsi è rivolto al ripristino e mantenimento di una buona salute dell'individuo, attraverso semplici esercizi fisici abbinati ad una respirazione particolare e all'ascolto completo del nostro organismo durante lo svolgimento. Si tratta spesso di sequenze di otto movimenti, facilmente memorizzabili, che vengono studiati e ripetuti nel corso dell'anno, e questo seguendo le esigenze fisiche del gruppo e il clima dei vari momenti stagionali, ma tutto il lavoro è fatto in modo che ogni praticante possa ripetere anche a casa gli esercizi, laddove si appassioni alla pratica, e secondo alcune indicazioni possa usare qualche movimento per attenuare o risolvere molte di quelle piccole problematiche fisiche che durante le diverse stagioni della vita possono insorgere, senza doversi per forza affidare al sistema farmacologico o, almeno, non in prima istanza, come purtroppo ci siamo troppo abituati a fare, arrivando spesso ad un'assuefazione farmacologia che rischia di far svanire anche gli effetti dei medicinali.

La pratica del Qi Gong è utilissima anche per coloro che amiamo definire i “Ragazzi over 60”, in quanto offre l'opportunità a questa categoria di riscoprire la propria fisicità, rivitalizzando i tessuti, rieducando ad una corretta alimentazione e al respiro consapevole come fonti inesauribili di nutrimento, favorendo inoltre quella socializzazione e partecipazione attiva, in primis alla propria vita e poi, conseguentemente, anche alla vita cittadina, che crediamo requisito fondamentale dello stato di salute.

E' insomma una “ginnastica” molto attenta alle articolazioni, all'equilibrio in movimento, alla postura, ed insieme con l'insegnamento anche di piccole regole quotidiane è rivolta e fruibile da chiunque, a prescindere dall'attuale stato di salute, perché adattiva alle singole problematiche, sebbene eseguita in gruppo.

Ma è anche qualcosa di più: noi siamo convinti che la salute del nostro pianeta sia in stretta relazione con la salute degli stati, che sono fatti dai cittadini che li popolano e, quindi, nel percorso inverso, crediamo essenziale rieducare alla salute ogni singolo individuo come se fosse una cellula di questo grande organismo che è il pianeta terra.

di Alessio Tanturli

EROI MODERNI

Oggi non ci sono eroi con destrieri veloci e lucenti armature,

il loro posto è stato preso dei divi e dalle star.

Ma voglio parlare di quegli eroi invisibili e silenziosi, che, senza nessuna ricompensa, si prestano al servizio degli altri.

Persone che offrono la cosa più preziosa che l'uomo ha: il **tempo**.

Tempo che è sempre troppo veloce e non sempre ben utilizzato.

E' stando al contatto con le persone più deboli, più bisognose,

con un reddito al limite della sopravvivenza, che ci rendiamo conto

di chi sono i nuovi eroi, riuscire ad arrivare in fondo al mese, senza

chiedere niente a nessuno è una battaglia deprimente e impari.

Allora non osanniamo i falsi eroi, non cerchiamo di passare il tempo

davanti alla televisione, a discutere sui calciatori e le veline, a cadere in depressione, annoiando tutti con i dettagli delle

nostre malattie, ma viviamo pienamente questo tempo che il Signore

ci ha donato, aiutando chi è meno fortunato di noi.

Il tempo è come l'acqua che cade goccia a goccia, può andare persa scorrendo inutilmente, oppure, sapendo utilizzarla bene, può portare vita, gioia, felicità.

Marisa Gerini

“Il cammino della sciamana”

Il libro "Il cammino della sciamana" di Corine Sombrum (2008 Ed. Piemme) è particolarmente interessante perché indica uno *"strano e particolare percorso"* per affrontare il lacerante dolore che si può presentare nella vita di ciascuno, dolore che può essere rappresentato da un abbandono affettivo, da una pesante delusione in qualcosa per noi di vitale importanza, da una grave malattia o da altro, ma che talora coincide con la morte di una persona cara.

Corine, pianista e compositrice, è una donna perfettamente integrata nella realtà moderna che vive a Parigi. Piombata nel silenzio interiore a causa della perdita del suo compagno, non accetta la perdita totale del suo amore e si ripromette di ritrovarlo in un qualche modo perché solo così potrà ritrovare anche la sua armonia e il contatto con la sua *"musica"* interiore. Cercando una strada per un nuovo incontro con la persona perduta, segue uno sciamano peruviano fino in Argentina ed inizia così un viaggio degli sciamani sudamericani che la porta ad un linguaggio della natura iniziando così ad entrare in sintonia con la musica del creato. Questo primo viaggio nel mondo, successivamente la porterà anche in Mongolia, dove purifica la sua mente e il suo spirito in contatto non solo con una natura quasi incontaminata, ma anche con il rapporto personale con gli esseri viventi facenti parte della natura stessa: le stelle, gli animali, i monti, il paesaggio etc. ivi compresi gli indigeni di quella realtà che conducono una vita semplice e spartana, ma molto ricca di rapporti interpersonali schietti e quasi del tutto privi dei condizionamenti indotti da sovrastrutture economico-sociali. Così Corine, entrando in perfetta sintonia con la voce e la musica dell'universo, riesce a superare la soglia del proprio dolore e a rincontrare il proprio amore perduto nella propria interiorità recuperata.

Corine Sombrun, 40 anni, è pianista e compositrice. Quando non è in viaggio per continuare il suo percorso sciamanico, vive a Parigi. Dalle sue esperienze iniziatiche in Amazzonia e Mongolia, ha realizzato dei reportage per la BBC che hanno avuto un buon successo di pubblico.

Il testo è un invito a trovare in noi stessi, attraverso la consapevolezza e la sperimentata verifica che il nostro essere è in perfetta armonia con l'amore e la vita che pervade l'universo e con il linguaggio dell'universo stesso, la forza e il coraggio di percepire il dolore come una grande porta di conoscenza del nostro stesso io, che è in sé una copia perfetta dello stesso universo e quindi parla lo stesso linguaggio e comprende il linguaggio di tutte le altre creature.

Purtroppo la nostra realtà è spesso sfasata, inquinata dai condizionamenti dell'organizzazione economico sociale in cui viviamo, oppure da un eccessivo razionalismo o da un'istintiva superstizione di difesa, ma se ci abbandoniamo ad una fiducia nella spiritualità, religiosa o laica che sia, di tutto l'universo, un giorno scopriremo di comprendere il linguaggio di tutte le creature dell'universo.

Corine Sombrun ci incoraggia in questo cammino che racconta talora con molta poesia, talora, da moderna parigina qual è, quasi con autoironico scetticismo subito superato dal bisogno di entrare nel mistero per salvare la sua vita e la sua capacità di amare la vita al di là del dolore e al di là della morte.

È un libro interessante ed affascinante con una visione positiva riguardo la possibilità della soluzione delle nostre problematiche attraverso la semplicità di un contatto diretto con la natura, cosa che peraltro nella società attuale non è facile, anzi forse può essere addirittura più difficile che diventare sciamane. Sicuramente il libro rappresenta ci invita tutte a guardare con amore tutto ciò che ci circonda, ad amare e a rispettare maggiormente la natura e tutto l'universo.

di Rita Corrieri Becherucci

Cantare ... Che passione!

Apri l'anima, aggrega, distende. Sì, il canto è una delle discipline più praticate e più amate da sempre e da tutti. Anche la nostra Banca del Tempo in occasione dei festeggiamenti del decennale, ha voluto far nascere un piccolo coro. E' ancora in embrione, ma vi invitiamo a partecipare numerose per ridere insieme sulle nostre note stonate, per cercare gradatamente di migliorarci, per scoprire ancora una volta che la musica unisce ed arricchisce interiormente.

Oltre alla "Ballata delle ore", che sarà il nostro biglietto da visita canoro, stiamo provando, con l'aiuto del maestro alla tastiera e l'accompagnamento di una chitarra, altre nuove canzoni scritte appositamente per questa importante ricorrenza.

E' piacevole ritrovarci, magari attente ad orecchiare un difficile ritornello, mentre gli occhi brillano di gioia nell'allegria di stare insieme. I toni acuti o sommessi delle voci assomigliano a piccoli strumenti da suonare, alla ricerca di un'intesa non solo musicale.

La nostra voce è unica ed irripetibile, è ambasciatrice delle nostre intime ambizioni, è risonanza del nostro essere sensibili, talvolta fragili, è simbolo di forza per lottare modulando sillabe dolci e spesso amare. Impariamo a far vibrare le corde del nostro strumento vocale e saremo, sarete, più consapevoli del grande dono che la natura ci ha elargito.

La musica è espressione dell'animo umano, il coro appena nato sarà espressione del nostro divertimento, specchio della nostra partecipazione ed impegno in questa organizzazione, qualità che denotano il generale affiatamento e la forte complicità che esistono fra tutte le socie attive nella Banca del Tempo.

di Giovanna Carradori

Un film da non vedere:

"Il Miracolo di Sant'Anna" di Spike Lee

Al centro della narrazione ci sono due stragi tedesche, di cui una reale, quella di Sant'Anna di Stazzema, la cui storia è rivisitata secondo la trama di un romanzo scritto su questo argomento, romanzo che si incentra su un ipotetico miracolo che si sarebbe verificato in quel tragico periodo storico. C'è quindi nel film un intrecciarsi di storia e invenzione fantastica, che è il difetto di fondo dell'opera stessa perché fa sì che risulti priva di fedeltà storica. Caratterizzato da un linguaggio talora molto lento (dura 144 minuti), talora troppo frenetico e superficiale, il film, mancando soprattutto di un serio approfondimento riguardo un fatto storico così grave e lacerante per l'Italia e per la popolazione di Sant'Anna di Stazzema, non risulta attendibile.

Lo si avverte come un'offesa, magari inconsapevole da parte del regista, per chi ha vissuto quei momenti di tragico dolore. Tuttavia fatti storici così forti e tragici, andrebbero narrati con immagini più rispettose della realtà. Inoltre vi sono delle incongruenze che potevano essere evitate e che appaiono veramente irrispettose per la superficialità che le hanno provocate, come la ritrovata testa di marmo della primavera di Ponte Santa Trinita di Firenze che ciondola dalla cintura del soldato come fosse di carta e che, sempre come se fosse leggerissima, pur essendo di marmo, è sollevata con tanta facilità dal bambino-protagonista piccolo e ferito; inoltre potevano non essere ripresi i volti delle piccole comparse prima della sparatoria nella strage di Sant'Anna di Stazzema che, vedendosi ripresi, ridacchiano guardandosi l'un l'altro.

Dunque il regista ha narrato un tragico fatto della storia italiana, riveduto e corretto seguendo una sceneggiatura romanizzata, senza verificare la realtà storica confrontandosi con storici italiani che la conoscevano o con i testimoni che da quella tragedia sono sopravvissuti. Se voleva trasformare quella tragedia, inserendoci sopra quel miracolo, offensivo direi anche per la religione perché banale, oltre che rappresentato e recitato peggio che in una scenetta degli scout o dell'associazione cattolica, poteva inventarsi una storia ambientata altrove ed in altra realtà, oppure voleva fare del revisionismo???

No, i film sulle tragedie storiche è meglio lasciarli fare a chi ha maggiore conoscenza della storia e del dolore attraversato dalla popolazione e maggiore rispetto e sensibilità per il dolore dei sopravvissuti, oppure è meglio non farli. Perciò *Miracolo a Sant'Anna di Stazzema* è un film che non merita di essere visto se non per documentarsi sulla cattiva cine-

La Ballata delle ore

Unite tutte quante in girotondo

viviamo in allegria il nostro tempo,
se ad una ad una ci donate un fiore
balleremo la danza delle ore
con salti, balzi e canti popolari
tra risa, grida e schiamazzi vari.

Rit.

Della Banca del Tempo siamo le donne
e corriamo gioiose incontro al mondo
anche quando ci girano le gonne,
perché con un sorriso superiamo
ogni tristezza che condividiamo...

"Scambiar" per noi significa giocare
con matasse d'idee da dipanare,
ogni giorno ne ingarbugliamo una
ma su di noi ognor veglia la luna
che fa sognare, ridere, sperare
in un futuro ancora e ancor migliore.

Rit.

Della Banca del Tempo siamo le donne
e corriamo gioiose incontro al mondo
anche quando ci girano le gonne,
perché con un sorriso superiamo
ogni tristezza che condividiamo...

di Rita Corrieri Becherucci

Che meraviglia far teatro
.....con queste attrici !!!

Il gruppo teatrale della Banca del Tempo "La
Clessidra" ha messo in scena il testo originale "C)



L'ORGANIZZAZIONE DELLA BANCA

I SOCI E LE ATTIVITA'

I soci della banca del tempo, quindici all'inizio, sono adesso circa cinquanta compresi in una fascia di età che va dai trentacinque ai settant'anni. Nel corso dei nostri anni di vita sono stati scambiati oltre una trentina di tipologie di servizi.

Inoltre vengono svolte presso la nostra sede le seguenti attività culturali e informative:

- Corso di diritto di Famiglia
- Corso di Reiki
- Corso di Scrittura Creativa
- Corso di pittura sul vetro
- Corso di ginnastica
- Corso di danze popolari
- Visite culturali
- Corso di yoga
- Corso di Psicomotricità
- Tavole rotonde su argomenti di attualità
- Costituzione di una biblioteca
- Realizzazione di una compagnia teatrale

La docenza di ogni corso è stata tenuta dai soci, talvolta le lezioni e i dibattiti si sono aperti anche al pubblico esterno, invitato a partecipare tramite volantini e comunicati stampa.

GLI ORGANI DIRETTIVI

Presidente
Vicepresidente

Anna Mancini
Lia Ricci

LE INIZIATIVE IMPORTANTI

Abbiamo avuto costantemente scambi con le altre Banche del Tempo presenti in Italia, delle quali abbiamo visitato le sedi e accolto presso di noi i loro rappresentanti. Inoltre non abbiamo mancato di partecipare a qualsiasi convegno organizzato sul territorio nazionale e riguardante il tema del Tempo. Collaboriamo attivamente e costantemente con gli organi della pubblica amministrazione.

LE NOSTRE FESTE

Ogni anno, nel mese di maggio, in occasione dell'anniversario della nascita della banca, si svolge presso la sede, una grande festa allestita grazie alla collaborazione della Circostrizione n.3. Fra musica, canto, buffet, la partecipazione delle autorità comunali e la presenza dei media, trascorre una serata interamente dedicata a tutti coloro che hanno contribuito a far crescere l'associazione nel corso degli anni.

Anche in occasione del Natale non manca il consueto scambio degli auguri e dei doni, rigorosamente realizzati grazie all'estro artistico e alle capacità manuali dei soci. Non mancano infatti fra noi pittrici, fotografi, scrittrici, ricamatrici e notevoli altri talenti.

COME CONTATTARCI

L'indirizzo della Banca del Tempo di Pistoia è: Piazza Belvedere c/o Circostrizione 3

Tel. 0573/402174 Fax. 0573/340814 E-mail. Circ3@comune.pistoia.it

La segreteria è aperta il giovedì dalle 15,30 alle 17,30 e il primo lunedì del mese dalle 10,00 alle 12,00.