

**IAMEZIA**  
e non solo

*Le interviste di  
Anna Maria Esposito*

**Camillo  
TRAPUZZANO**

**RADIO FM | STREAMING | APP**

radio  
**CRT**

**NETWORK**

**...SUONA LA VITA**

**SCANSIONA E SCARICA  
LA NOSTRA APP**



**LA TUA RADIO SEMPRE CONTE**



**@radiocrt**



**radiocrt.it**

# Camillo Trapuzzano



Anna Maria Esposito

*Con il libro “Il monastero greco di San Nicola di Gizzeria, tra tarda antichità e altomedioevo”, Camillo Trapuzzano ci accompagna alla scoperta di un luogo simbolo della Calabria medievale. Attraverso documenti e fonti antiche, il volume riporta alla luce il ruolo del monastero di San Nicola, restituendo alla comunità un tassello importante della propria memoria e identità. Ho rivolto all’autore alcune domande.*

**Professore come nasce l’idea di dedicare uno studio al monastero greco di San Nicola di Gizzeria? Qual è stato il momento o l’intuizione che l’ha spinto ad approfondire questo tema?**

L’idea di dedicare uno studio al monastero greco di San Nicola di Gizzeria nasce da una duplice esigenza: da un lato il desiderio di riportare alla luce un tassello significativo della nostra storia locale, troppo spesso trascurato o affidato alla sola tradizione orale; dall’altro la consapevolezza che quel monastero costituisce un nodo rilevante nella rete



dei centri basiliani che hanno plasmato la cultura e la spiritualità di Gizzeria e della piana lametina tra tarda antichità e altomedioevo. A ciò si aggiunge un doveroso omaggio al Prof. Filippo Burgarella che, in una sua lectio magistralis del febbraio 2013, ha “lumeggiato” — per usare una sua espressione — il Brebion, offrendo una lettura originale del San Nicola e del toponimo Gizzeria nel quadro degli sviluppi storici della piana lametina. Le sue riflessioni hanno rappresentato uno stimolo prezioso e un punto di partenza fondamentale per approfondire questo tema.

**Il suo libro è frutto di una ricerca rigorosa sulle fonti bizantine, normanne, latine e albanesi. Quali sono state le maggiori difficoltà nell’analisi e nel confronto di queste testimonianze?**



Le maggiori difficoltà sono derivate dalla natura stessa delle fonti. Le testimonianze bizantine, normanne, latine e albanesi appartengono infatti a tradizioni culturali differenti e rispondono a finalità eterogenee: alcune descrittive, altre con intenti fon-

dativi, altre ancora legate a esigenze amministrative o liturgiche. Ne deriva un mosaico documentario complesso, in cui ogni testimonianza adotta un proprio linguaggio, una propria prospettiva e, talvolta, un intento specifico. A questo lavoro si





è aggiunto il contributo di altri studiosi, come ricordato nei ringraziamenti del volume, che hanno offerto suggerimenti, confronti e verifiche utili a rafforzare l'impianto complessivo della ricerca. La sfida è stata dunque duplice: ricostruire un quadro coerente a partire da materiali spesso frammentari o lacunosi e, al tempo stesso, evitare letture anacronistiche, rispettando il contesto storico e culturale di ciascuna testimonianza. Solo un confronto critico e incrociato ha permesso di delineare una narrazione affidabile e, per quanto possibile, completa.

**Nel volume lei attribuisce particolare rilievo al “Brebion”. Può spiegare ai nostri lettori di cosa si tratta e perché è così importante per la ricostruzione storica del territorio?**

Il Brebion è un registro catastale (XI secolo) redatto in ambiente bizantino, una sorta di elenco sistematico dei beni, dei confini e delle pertinenze appartenenti a un monastero o a una comunità monastica, dipendente dalla Metropoli di Reggio Calabria. Non si tratta quindi di un semplice docu-

mento amministrativo, ma di una fotografia preziosa dell'organizzazione del territorio calabrese, delle sue risorse e dei rapporti giuridici che lo strutturavano. La sua importanza per la ricostruzione storica del nostro territorio è decisiva: il Brebion permette infatti di individuare antichi monasteri, toponimi scomparsi, vie di comunicazione, aree coltivate, proprietà monastiche e dinamiche insediative che altrimenti resterebbero invisibili. Nonostante ciò, il documento è stato finora poco studiato in relazione all'area lametina, e il suo potenziale conoscitivo rimane in larga parte inesplorato. È una fonte che,





storia del territorio gizzeroto tra tarda antichità e altomedioevo. Non fu soltanto un luogo di culto, ma un presidio culturale e amministrativo, inserito nel quadro della riforma bizantina dei themata, capace di orientare e strutturare la vita della comunità lametina. La presenza dei monaci basiliani contribuì alla diffusione di modelli spirituali, linguistici e giuridici di matrice bizantina, la cui impronta è riconoscibile, nonostante le sistematiche spoliazioni e il tempo abbiano lasciato

solo poche tracce materiali, e risulta ancora rinvenibile nella documentazione seicentesca. Accanto alla funzione religiosa, il monastero esercitava anche un ruolo economico e sociale: amministrava terre, risorse agricole, percorsi viari e rapporti giuridici con le famiglie del territorio; offriva assistenza, alfabetizzazione e punti di riferimento amministrativi in un'epoca segnata da instabilità politica. In questo senso, sì: possiamo ipotizzare un centro religioso dotato di una funzione amministrativa, economica e sociale, capace di strutturare il paesaggio e di influenzare la vita quotidiana



pur nella sua essenzialità, illumina la presenza basiliana e il ruolo che essa ha avuto nella formazione della Gizzeria medievale e della piana lametina. In questo senso, rappresenta uno dei pilastri documentari su cui si fonda buona parte dello studio.

**Che ruolo ha avuto il monastero di San Nicola nella storia del territorio gizzeroto tra tarda antichità e altomedioevo? Si può parlare di un centro religioso anche con una funzione economica e sociale?**

I pochi dati a nostra disposizione consentono soltanto di formulare alcune congetture, ma tutto lascia intendere che il monastero di San Nicola abbia svolto un ruolo centrale nella





della Gizzeria medievale e della piana lametina.  
**Quanto incideva la presenza bizantina in Calabria in quel periodo? Il monastero rappresenta un esempio significativo di quel contesto culturale?**

La presenza bizantina in Calabria, tra tarda antichità e altomedioevo, incideva in modo profondo e capillare. Non si trattava soltanto di un'influenza politica o militare, ma di un vero sistema culturale che modellava lingua, diritto, liturgia, organizzazione del territorio e forme della vita comunitaria. La Calabria era una delle regioni più "orientali" dell'Italia medievale, e questo si rifletteva nella diffusione dei monasteri basiliani, nella toponomastica, nelle pratiche agricole e persino nella struttura degli insediamenti. In questo contesto, il monastero di San Nicola rappresenta un esempio particolarmente significativo: esso incarna, in scala locale, i tratti distintivi della presenza bizantina — dalla spiritualità basiliana alla gestione organizzata delle terre, dalla funzione di presidio culturale e talvolta militare alla capacità di integrare dimensioni religiose, economiche e sociali.

**Dal suo studio emergono elementi nuovi o aspetti poco conosciuti rispetto alla storiografia precedente?**

Sì, dallo studio emergono diversi elementi nuovi e alcuni aspetti finora poco considerati dalla storiografia. In primo luogo, l'analisi incrociata del-





le fonti bizantine, normanne, latine e albanesi ha permesso di ricostruire con maggiore precisione la geografia monastica del territorio lametino, e di quello gizzeroto in particolare, mettendo in luce le connessioni e continuità finora non pienamente riconosciute. Un secondo elemento riguarda la funzione economica, sociale, religiosa e amministrativa del monastero di San Nicola. Le fonti catastali e i riferimenti giuridici delineano un ruolo più articolato di quanto finora ipotizzato, mostrando un controllo esercitato su diversi monasteri della piana lametina. Lo conferma anche il noto documento del

Guiscardo che, nel conferimento dei beni alla nascente abbazia benedettina, include una parte consistente del patrimonio indicato come Pago Orietano, un tempo facente capo a Gizzeria e al suo monastero. Ne emerge una gestione delle terre e delle risorse capace di incidere direttamente sulla vita delle comunità lametina. Infine, il confronto con la documentazione albanese — pur a distanza di alcuni secoli — evidenzia come il ritorno delle comunità arbëreshë abbia reintrodotta nel territorio elementi del rito bizantino, riattivando memorie liturgiche e culturali di lunga durata. Nel complesso, questi dati contribuiscono a definire un quadro più ricco e com-

piesso rispetto a quanto proposto dalla storiografia precedente.

**Quanto è importante, oggi, riscoprire e valorizzare la storia locale? Crede che la comunità di Gizzeria sia consapevole di questo patrimonio?**

Premesso che la riscoperta della storia locale rappresenta oggi un passaggio essenziale, in un tempo in cui i riferimenti culturali tendono a uniformarsi, conoscere le proprie radici significa rafforzare l'identità collettiva e comprendere il percorso che ha





Spero che il lettore, una volta terminato il libro, porti con sé innanzitutto una maggiore consapevolezza del valore storico e culturale del nostro territorio. Il monastero di San Nicola non è soltanto un frammento del passato, ma una chiave per comprendere come si sono formate la Gizzeria medievale e la piana lametina, quali influenze hanno modellato la nostra identità e quali eredità continuano a vivere ancora oggi. Mi auguro anche che il lettore percepisca l'importanza della ricerca storica come strumento di conoscenza e di responsabilità: conoscere le proprie radici significa riconoscere ciò che abbiamo ereditato e ciò che possiamo ancora valorizzare. Se il libro riuscirà a suscitare curiosità, a stimolare nuove domande o a rafforzare il senso di appartenenza alla comunità, allora avrà raggiunto il suo obiettivo più profondo.

**Sta già lavorando a nuovi progetti di ricerca legati alla storia del territorio o al monachesimo medievale?**

Sì, sto già lavorando a nuovi progetti di ricerca che riguardano da vicino la storia del territorio gizzeroto. In particolare, mi sto concentrando su alcuni aspetti religiosi e

onomastici che, a mio avviso, meritano un approfondimento specifico. Si tratta di temi che possono offrire ulteriori spunti per comprendere il rapporto

modellato il territorio. Non è un semplice esercizio di memoria, ma uno strumento di consapevolezza e di coesione sociale. Per quanto riguarda Gizzeria, credo che la consapevolezza di questo patrimonio sia in crescita, anche se non ancora pienamente diffusa. Esistono realtà associative, studiosi e cittadini particolarmente attenti alla tutela della memoria storica, mentre altri aspetti del nostro passato restano ancora poco conosciuti o sottovalutati. Tuttavia, ogni iniziativa culturale, ogni ricerca e ogni occasione di divulgazione contribuisce a rendere la comunità più consapevole del valore della propria storia.

**Cosa spera che il lettore porti con sé dopo aver letto il suo libro?**





tra il passato bizantino, le successive stratificazioni storiche e l'identità attuale della comunità. Sono ambiti di studio che richiedono tempo, rigore e un lavoro accurato sulle fonti, ma credo possano offrire nuove chiavi di lettura e contribuire a una conoscenza più completa della nostra storia locale.

#### **Dove trovare il libro?**

Il libro è disponibile sia online, sui principali siti web dedicati alla vendita di volumi, sia in diversi punti del territorio. A Gizzeria lo si può trovare presso il Tabacchi Falvo e il Tabacchi Scalerio; a Lamezia Terme è disponibile presso la libreria -già Tavella- e l'edicola storica di Giuseppe Cerminara.



*“Ogni pietra racconta una storia”. Grazie al professor Camillo Trapuzzano, il monastero di San Nicola torna a parlarci, rivelando le radici profonde della Calabria medievale.*



## Nel silenzio del deserto, la forza della Parola

*Cronaca e significato della presentazione del libro*

*“Il deserto e la parola” di Don Emanuele Gigliotti*



stato indicato come chiave interpretativa: il “deserto” non solo come luogo fisico ma come simbolo del silenzio necessario perché la Parola possa essere accolta. In questa prospettiva, il tempo del Covid è stato presentato come uno spazio di sospensione in cui l’umanità è stata costretta a confrontarsi con il limite, la fragilità e il mistero della vita.

Secondo l’analisi proposta durante la serata, la pandemia ha agito su più piani: personale, familiare, sociale ed ecclesiale. Molti hanno sperimentato ansia e smarrimento; altri hanno invece riscoperto priorità dimenticate, come il valore del tempo, delle relazioni e della cura interiore. Anche le famiglie sono state attraversate da dinamiche opposte: rafforzamento dei legami per alcuni, tensioni e disuguaglianze per altri. A livello ecclesiale, la sospensione delle celebrazioni ha posto domande sulla liturgia ma nel contempo ha rafforzato la vicinanza spirituale e l’incontro intimo con Dio.

Il volume raccoglie le riflessioni che don Gigliotti inviava ai parrocchiani di Amato durante il *lockdown*, quando le chiese erano chiuse e la Messa veniva celebrata davanti allo schermo di un telefono, in un edificio comunale messo a disposizione dal sindaco Saverio Ruga. Non si tratta di un commento esegetico, ma di una lettura spirituale del testo biblico, in cui chi parla o scrive si pone in già in contesto di preghiera, e risponde, prima di comunicarne il messaggio, con la propria preghiera alla Parola. Ogni riflessione termina

Nella sala gremita del salone della parrocchia della Pietà di Lamezia Terme, sfidando il maltempo e la concorrenza di altri eventi culturali cittadini, si è svolta la presentazione di *Il deserto e la parola*, opera di Don Emanuele Gigliotti. Un incontro che è andato ben oltre la semplice promozione editoriale, trasformandosi in un momento di memoria collettiva e riflessione spirituale su uno dei periodi più traumatici della storia recente: la pandemia.

Don Vincenzo Lopasso, docente di Sacra Scrittura nell’Istituto Teologico di Catanzaro, ha guidato il pubblico in una lettura teologica e antropologica del testo. Il titolo stesso del volume è





con suggerimenti ed esortazioni su come vivere la situazione generata dal Covid. In pratica, siamo di fronte a meditazioni spirituali con applicazione pratica, costruite su tre direttrici:

- **la fede:** intesa non come un dato acquisito, ma come un dono che cresce e ci aiuta a vedere Gesù stesso nei sofferenti e nelle vittime del virus;
- **l'Eucaristia:** descritta come il centro della vita, capace di vincere la paura del contagio e della morte; anche quando non è possibile celebrarla in presenza.
- **la speranza,** la convinzione che anche un periodo di

privazione può trasformarsi in un tempo favorevole per riscoprire la bellezza della vita cristiana dell'essere comunità; essa è come forza capace di trasformare l'isolamento in occasione di maturazione interiore.

La fede, in queste pagine, non è presentata come dottrina astratta ma come dinamica viva capace di interpretare la crisi. Guardare alla croce di Cristo diventa chiave per comprendere la sofferenza collettiva; e riconoscimento del volto di Gesù nei malati e nei morenti. Essa è descritta come virtù in crescita, mai posseduta definitivamente.





Significativa, in tal senso, la sottolineatura che la prospettiva spirituale non esclude il valore della scienza e della responsabilità politica: la guarigione passa anche attraverso il lavoro di medici, ricercatori e governanti. Una visione integrale che unisce trascendenza e concretezza.

Don Vincenzo ha inoltre evidenziato il profilo del parroco e della sua comunità. Un parroco interessato a tutti e a ciascuno su un duplice livello: dottrinale e formativo. Basta leggere le conclusioni ad ogni riflessione per notare l'ansia del pastore che vuole che tutti imparino dal quel momento di prova e non perdano la

speranza.

Nell'intervento conclusivo, don Emanuele ha spiegato che il libro nasce da due motivi: gratitudine e memoria. Gratitudine verso Dio per la vicinanza sperimentata attraverso la Scrittura; memoria per evitare che l'esperienza vissuta venga cancellata dall'oblio. Ha ricordato, a questo proposito, la storica meditazione del 27 marzo 2020 di Papa Francesco sul sagrato deserto della Basilica di San Pietro, quando il pontefice denunciò la frenesia di un'umanità convinta di essere autosufficiente.





Il sacerdote ha sottolineato come, terminata l'emergenza, la società abbia ripreso a correre più veloce di prima, rischiando di perdere quanto imparato: il senso del limite, la solidarietà, l'attenzione ai più fragili.

Ha chiuso l'incontro Nella Fragale che, dopo aver ringraziato tutti ha sottolineato che la serata ha rispecchiato quasi il titolo del libro: i vari interventi sono stati seguiti dal numerosissimo pubblico presente (decine di persone hanno seguito la serata in piedi) in religioso silenzio.

Don Emanuele ha ringraziato tutti per aver contribuito a questa iniziativa, in particolare l'Editrice nella perso-

na di Nella Fragale; il relatore, don Vincenzo; Ferruccio Messinese per gli interventi musicali, Giuseppina Mascaro per le letture interpretative e Chiara Mazza per la digitalizzazione degli appunti originali; il giovane Vittorio Angelo Policreste per il disegno della chiesa di Amato in quarta di copertina.

Il clima finale è stato quello di una comunità raccolta, consapevole di aver condiviso non solo una presentazione editoriale ma un momento di rielaborazione collettiva e di formazione umana e spirituale. Il silenzio attento del pubblico — come è stato osservato in chiusura — ha incarnato perfettamente il senso del titolo: solo nel silenzio le parole acquistano peso e vita.

Il deserto e la parola si presenta come un memoriale spirituale di un tempo eccezionale, ma anche come un invito permanente: custodire ciò che la prova ha insegnato. Perché, come emerso più volte durante la serata, dimenticare sarebbe la vera sconfitta.

In un mondo che ha ripreso a correre freneticamente, queste pagine ci ricordano che è nel silenzio del deserto che Dio continua a parlarci e a rendersi presente.



# Dal dolore alla lotta: la giustizia negata di Doris Lo Moro”



Teresa Sinopoli

Che tipo di forza può essere quella paragonata al dolore per la perdita brutale di un padre e di un fratello? È questa la domanda che mi sono posta leggendo il titolo del libro “Forte come il dolore” di Doris Lo Moro, prima ancora di iniziarne la lettura.

Sin dalle prime pagine, questa forza prende consistenza, nasce da una ferita profonda e lacerante e si alimenta di essa per poi trasformare il dolore, disseppellendolo dal silenzio e dalla sofferenza privata per renderlo memoria condivisa. Una memoria che emerge in ogni pagina del racconto, nel riaffiorare delle figure familiari dell’autrice: i fratelli, il padre e soprattutto la madre, attorno alla cui vita i figli si stringono in un cerchio di affetti, protezione e resistenza.

La madre era maestra e lo rimase anche quando, dopo la tragedia, lasciò la scuola. Dalla cattedra alle mura di casa, dall’educazione pubblica a quella silenziosa e quotidiana fatta di presenza, cura e tenacia. Un insegnamento che continuò fino a quando il suo corpo, prematuramente, cedette sotto il peso di un dolore troppo grande per essere portato ancora a lungo, ma che non ne cancellò la presenza rimasta viva nella memoria quotidiana dei figli.

Nel racconto emerge con forza anche altro dolore sommato a quello della perdita, ossia il silenzio di una comunità da un lato e l’inefficacia della giustizia dall’altro. La mancata collaborazione del paese di Filadelfia attraversato dalla paura, dall’omertà e dall’intimidazione, alimenta una violenza mafiosa che non si esaurisce nell’atto criminale, ma continua a vivere nella rinuncia collettiva alla verità e alla libertà. Su questo silenzio si apre una ferita ancora più profonda, ossia quella della

giustizia mancata. I due gradi di giudizio conclusi con l’assoluzione degli imputati, e il rigetto della Cassazione, non rappresentano soltanto il semplice esito di un processo, ma il fallimento di un sistema vulnerabile alla corruzione, al favoreggiamento e alla collusione.

A questa ingiustizia Doris Lo Moro non assiste solo come figlia e sorella del duplice omicidio, ma anche come magistrato, vivendo un’insanabile frattura tra l’ideale della legge come strumento di verità e l’incapacità dello Stato di rendere giustizia attraverso la condanna dei colpevoli.

Nel dialogo con Luciana De Luca, l’autrice adotta un linguaggio essenziale e profondo, mostrando una straordinaria capacità di dare forma all’indicibile, a ciò che talvolta la “lingua mortal” non riesce ad esprimere. Nel libro non ci sono risposte, ma esso spinge il lettore a interrogarsi su come la violenza mafiosa non uccida una sola volta, bensì continui a colpire ogni volta che genera paura, impone il silenzio e trasforma i tribunali in simulacri anziché in luoghi di verità e giustizia.

Inoltre, colpisce la capacità dell’autrice di trasformare il dolore in impegno. Prima come magistrato, poi nella sua attività politica nelle istituzioni comunali, regionali e parlamentari, e nel contributo decisivo alla nascita di associazioni come Libera e Avviso Pubblico. Ed è un impegno forte come quello del dolore smisurato, vertiginoso, impresso sul volto del padre che, poco prima di essere vittima, è testimone oculare dell’uccisione del suo ultimogenito figlio Giovanni. Una tragedia che viola l’ordine dell’esistenza, quello che vorrebbe i figli sopravvivere ai genitori. Doris racconta di vedere la scena attraverso gli occhi paterni e di sentirne una sofferenza indicibile. È un dolore che non appartiene più a una sola persona, ma si trasmette, si moltiplica e diventa eredità emotiva, facendosi spinta decisiva verso una scelta di responsabilità che è quella di non lasciarsi schiacciare dalla sofferenza, ma attraversarla con dignità, facendo della forza non una negazione del dolore, bensì la sua forma più alta di resistenza.

È per questo che Forte come il dolore è, prima di tutto, un impegno etico, la testimonianza di chi, privata non solo dei propri cari ma anche della verità giudiziaria, rifiuta l’oblio e affida alla memoria e alla parola il compito di realizzare ciò che lo Stato non è riuscito a compiere.

DORIS LO MORO

DORIS LO MORO

**FORTE COME IL DOLORE**  
UN CASO DI GIUSTIZIA NEGATA
INTERVISTA DI  
LUCIANA DE LUCA

Girato di allievi e docenti della Scuola Primaria di Gizzzeria attorno al dirigente scolastico Giuseppe Lo Moro. Anno 1973

I proventi dei diritti d'autore saranno interamente devoluti alla Scuola Primaria Statale "Giuseppe Lo Moro" di Gizzzeria (CZ) e ad altri istituti scolastici parimenti meritevoli.



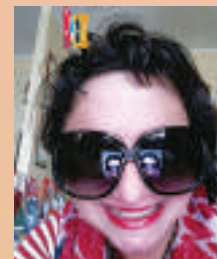
€ 12,00

FORTE COME IL DOLORE

PREFAZIONE DI  
LUCIANO VIOLANTE

# Sativellando

di Maria Palazzo



Di fronte a molte reazioni, prima che degli altri, di noi stessi, ci troviamo confusi, cedendo a discussioni senza fine, in cui finiamo per accusarci gli uni gli altri, senza motivo apparente.

Molti dicevano che fosse stata la TV ad esacerbare animi e dialoghi. Oggi, in tanti, accusano i *social*...

In realtà, forse (e dico *forse*), a volte, abbiamo solo bisogno di *sfogare* qualcosa che ci resta *misteriosamente* dentro o che ci fa star male, non accorgendoci di piombare in una spirale che si *avvolto* sempre di più ...

Riflettere? Pensare? Imporci una reazione?

Non credo.

Credo sia meglio ammettere che *siamo tutti nella stessa barca* e, anche se i toni, spesso, si accendono, non andrebbe *mai* persa la *speranza* di poter migliorare, non per l'ipocrisia del *politicamente corretto*, oggi tanto di moda, ma per non perderci nei meandri delle negatività continue e per sperare che ci si possa ancora rapportare con sguardo limpido, pur con le nostre *discrepanze*, i nostri *difetti*, le nostre piccole *debolezze* o *fragilità*: nessuno è *senza macchia*, ma, insieme, si può divenire, come si narra nell'antica Cavalleria, *senza macchia e senza paura*, di fronte ad una realtà generale o personale, a dir poco, *complessa*...

## BUON AUGURIO

*Che confusione!*

*Non c'è più religione!*

*Siamo contro le guerre,*

*ma parlando salta la "erre":*

*quella che ragionar sa,*

*ma la buttiamo là,*

*in mezzo all'arena,*

*senza lode e senza pena!*

*Ci lasciamo trascinare*

*dalla foga, senza pensare*

*che siamo tutti in salita,*

*in questa nostra "breve" vita!*

*Aver fiducia, però, ci tocca,*

*per non perdere "la brocca"*

*usando delle direttrici,*

*per non veder sempre nemici*

*e per non lasciarci prendere*

*da inutilità da difendere:*

*meglio una stretta di mano*

*che un urlo forte, insano*

*e meglio un abbraccio*

*che una presa al laccio...*

*Senza volerci rider su,*

*puntiamo sull'io e sul tu:*

*nessuno di noi è perfetto*

*e neppur sempre corretto!*

*Puntiamo sulla stima,*

*che difficile ha la rima,*

*ma se ci mettiam la faccia,*

*finiremo fra le braccia*

*di chi ci sta di fronte,*

*per creare un nuovo ponte.*

*Dite che è solo "buona creanza"?*

*No, io la chiamo... SPERANZA.*

Testata Giornalistica Di tutto un po' - lameziaenonsolo  
anno 34° - n. 130 - febr 2026

Iscrizione al Tribunale di Lamezia Terme dal 1993

n. 609/09 Rug. - 4/09 Reg. Stampa

**Direttore Responsabile:** Antonio Perri

**Edito da:** GrafichÉditore Perri

Lamezia Terme - Via del Progresso, 200

Tel. 0968.21844 - e.mail. perri16@gmail.com

**Stampa:** Michele Domenicano

**Redazione:** Pino Perri - Nella Fragale - Antonio Perri

Progetto grafico&impaginazione: GrafichÉ

Perri-0968.21844

Le iscrizioni, per i privati sono gratuite; così come sono gratuite le pubblicazioni di novelle, lettere, poesie, foto e quanto altro ci verrà inviato.

**Lamezia e non solo presso: GrafichÉ Perri -**

**Via del Progresso, 200 - 88046 Lamezia Terme (Cz)**

**oppure telefonare al numero 0968/21844.**

Per qualsiasi richiesta di pubblicazione, anche per

telefono, è obbligatorio fornire i propri dati alla redazione, e verranno pubblicati a discrezione del richiedente il servizio.

Le novelle o le poesie vanno presentate in cartelle dattiloscritte, non eccessivamente lunghe.

Gli operatori commerciali o coloro che desiderano la pubblicità sulle pagine di questo giornale possono telefonare allo 0968.21844 per informazioni dettagliate.

La direzione si riserva, a proprio insindacabile giudizio, il diritto di rifiutare di pubblicare le inserzioni o di modificarle, senza alterarne il messaggio, qualora dovessero ritenerle lesive per la società.

La direzione si dichiara non responsabile delle conseguenze derivanti dalle inserzioni pubblicate e dichiara invece responsabili gli inserzionisti stessi che dovranno rifondere i danni eventualmente causati per violazione di diritti, dichiarazioni malevoli o altro.

**Il materiale inviato non verrà restituito.**

# Un Libro per Amico

di Maria Palazzo



Carissimi lettori,

è nota a tutti la mia immensa passione per il teatro.

Adoro il teatro.

Per me è fondamentale.

E le emozioni che vivo, sempre *per me*, sono esattamente pari all'*innamoramento*, con la differenza che, quest'ultimo, avviene, a dir poco, *raramente*, nella vita, mentre le rappresentazioni sono un *dono* che possiamo ricevere spesso.

Mi piace anche *leggere teatro*. Ho letto molto del teatro classico, di quello più moderno e di quello contemporaneo: i dialoghi diretti ti immettono nella scena in maniera *subitanea* e senza filtri, ecco perché mi piace. I personaggi diventano *amici*, *se ti identifichi o prendi le loro parti o conoscenti, se li osservi da più lontano...*

Da molto tempo, desideravo leggere Ibsen. Immenso autore di teatro. Un giorno entro in libreria e scopro una delicata edizione della NEWTON COMPTON EDITORI, cartonata in rosa e con disegni stilizzati d'epoca. Mi innamoro all'istante, compro il libro. E inizia la lettura di *CASA DI BAMBOLA*.

Non voglio *spoilerare* la trama, peraltro nota, che si ispira ad una vicenda reale, accaduta ad un'amica dell'autore. Trama oltremodo moderna, se pensiamo



che il drammaturgo norvegese la scrisse nel 1879 (durante un suo soggiorno ad Amalfi) ... Voglio soffermarmi, piuttosto, sulla estrema attualità del narrato attraverso i dialoghi, che dovrebbe spingere alla lettura di Ibsen.

Tale è, ancora oggi, la sua *modernità*, da spingere, addirittura, nel 2017, il giovane drammaturgo america-





no Lucas Hnath (oggi ha circa 47 anni, nato in Florida), a cimentarsi nel *sequel* teatrale “*Casa di bambola: parte 2*”...

Nello stesso anno in cui fu scritta, questa nuova opera debuttò a Broadway e fu candidata a ben 8 *Tony Awards* (l’*Oscar per il Teatro Americano*), vincendo anche il *Premio Miglior Attrice Protagonista* per l’attrice Laurie Metcalf.

In Italia, l’opera, per la regia di Claudio Zanelli, è stata rappresentata, per la prima volta a Milano, presso il Teatro Factory32, nel 2024 e, il 6 febbraio 2026, rappresentata a Roma, presso il *Teatro Spazio Diamante*, in via *Prenestina*, con costumi meravigliosamente realizzati dall’*ACCADEMIA COSTUME&MODA*: alla prima assoluta romana ero presente. Nel *foyer* del Teatro era possibile realmente *toccare con mano* i tempi, i modi e i passaggi della realizzazione dei *costumi*, attraverso *album*, *bozzetti*, *modelli* e *frammenti* delle stoffe usate. Un’esperienza visiva, ma anche tattile, che allarga notevolmente l’esperienza teatrale stessa.

Seduta in primissima fila: il *Teatro Spazio Diamante* multisala, perché ex cinema, per questo spettacolo, non prevedeva posti numerati, ma ognuno poteva scegliersi il suo, dopo aver acquistato il biglietto. Nessuno aveva occupato la prima fila e ho chiesto se fosse riservata. Alla risposta negativa, eccomi esattamente quasi in scena: è stato come vivere lo spettacolo in prima persona, cosa che ho testimoniato anche in un’intervista che mi hanno fatto.

*Casa di Bambola: parte 2*, altro non è se non la conti-

nuazione dell’opera di Ibsen. Nora ritorna a casa dopo 15 anni, dopo anni di affermazione personale e successi, per ottenere il divorzio: l’opera di Ibsen si concludeva col l’addio volontario, ma non formale, alla sua casa e alla sua vita di *moglie perfetta e perfettibile*.

Del libro di Hnath pare non esista una traduzione italiana al momento, ma, tramite web è facilmente reperi-





bile quella in lingua originale.

I confronti fra Ibsen e Hnath sono inevitabili e raramente succede che il secondo sembri *incarnarsi* nel primo, senza stravolgere nulla della storia e dei personaggi, come se... Ibsen *redivivo* avesse scritto il *sequito* in italiano! Nulla si perde, del *dramma* familiare, pur se incentrato sulla *ribellione* della protagonista *Nora*, che fugge da una cosiddetta *gabbia dorata*, in cui non è quasi padrona di nulla, se non di ciò che il marito o, ancor più, la società dell'epoca, sono in grado di *permetterle!*

Il *sequel* di Hnath narra quanto sia complessa l'affer-



mazione di *Nora*, in un mondo non propenso a favorire le donne *sole*. Ma narra anche il dramma del marito, lasciato da solo, con due bimbi e quello della governante, *antieroina* contrapposta a *Nora* nella narrazione teatrale e perfino, della figlia di *Nora* e di *Torvald Helmer*.

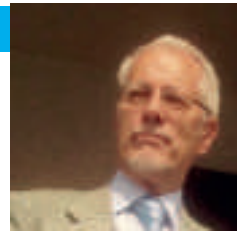
Nei costumi di *eroina e figlia, antieroina e padrone di casa*, nella versione che ho visto presso il Teatro Spazio Diamante, i colori giocano un ruolo fondamentale. *Rosso cremisi* (che spicca fra gli arredi chiari) della ribellione, per *Nora*; *nero* tradizionale, per *Torvald*; *grigio*, per la governante; altro *grigio*, ma anche *color crema*, per *Emmy*, a rappresentare proprio la *zona grigia* dei due personaggi non protagonisti. Straordinari gli attori: *Alice Mistrone/Nora*, *Simone Leonardi/Torvald*, *Erica Sani/Emmy* (figlia di *Nora* e *Torvald*) e *Antonia Di Francesco/Anne Marie* (la governante), che ho incontrato, insieme al regista: *Claudio Zanelli*.

La scrittura che incontra il teatro e viceversa ha un fascino ancora più profondo della scrittura e della letteratura in prosa: si situa, infatti, fra prosa e poesia, mantenendo la *maestosità* della prima e la *schiettezza diretta* della seconda...

E così vi lascio, cari lettori, *sospesi fra mondi letterari complementari*, a curiosare, ad approfondire, a lasciarvi trasportare: come vedete, da un libro letto o da leggere, nascono tante cose, tante vibrazioni, tanti orizzonti da scoprire...

Buona lettura e buon teatro, sua propaggine diretta e buona vita, attraverso le emozioni (toglietemi tutto, ma non quelle)...

# Disordini...



Alberto Volpe

Proseguendo nel solco delle “parole”, con cui ci siamo soffermati nel numero del mese scorso, cerchiamo di richiamare l’attenzione del nostro lettore su una sorta di “disorientamento” nel quale piombiamo alla luce delle notizie che la cronaca ci propone quasi quotidianamente. E vorremmo precisare che già quella “parola” ci sembra eufemistica e meno pesante rispetto alla cruda realtà che ci circonda. Dai “massimi sistemi”, per dirla con Galilei, alle vicende di quartiere, non ci lascia indifferenti quanto va accadendo, e che in qualche modo turba il nostro vivere tranquilli, mettendo, appunto e anche spesso a dura prova, il nostro stile di vita, credenze e acquisizioni culturali. Senza tema di essere smentiti, né volendo perseguire forme di terrorismo psicologico di maniera, dobbiamo convenire che sempre più nella

nostra quotidianità veniamo “turbati” da fatti, comportamenti, eventi e prospettive che sembrano andare nella direzione di creare paure, inquietudini, confondere, preoccupare. E’ una forma sempre più sistemica di “disordine mentale” quella di una volontà sovranazionale di pensare a investire montagne di denaro pubblico in armamenti, per presunti e verosimilmente prossimi conflitti armati. Non che non ci siano guerre in atto, per via di aggressioni unilaterali, o altri teatri di guerra dove si consuma un vero e proprio genocidio, e con buona pace e silenzio di Stati il cui atteggiamento diplomatico finisce per farli piombare in evidente complicità. Né meno rassicurante va rivelandosi la minaccia del Trump americano di voler inseguire macro interessi finanziari personali mascherati dal benessere di un popolo. La imposizione di



dazi commerciali unilaterali, con sottintese minacce di interventi militari, altro non sono che sovvertire un “ordine” di pacifica convivenza tra popoli già oggetto di sfruttamento interno. E ciò per via di una strategia sempre più sfrenatamente plutocratica, a danno di popolazioni sfruttate e sottomesse. Un quadro, questo, nel quale va facendosi strada l’affermazione della ragione prevalente della forza, dove non trova sede e motivo una forza della ragione, per cui un bene comune va usato nella prospettiva di permettere alla comunità e ai singoli membri di raggiungere il proprio pieno sviluppo. Né meno tranquillizzante si coglie quanto avviene nell’ambito e in uno scenario della convivenza democratica e della garanzia dei diritti, sanciti in una Carta costituzionale. Non è raro il caso di dover ammettere che provvedimenti legislativi, non meno che affermazioni di esponenti di Governo, attentino alla “Democrazia”, o che la democrazia è morta. Un “disordine” democratico sempre più preoccupante che si annida nelle facili e frequenti strumentalizzazioni di fatti di cronaca e conseguenti amplificati sdoganamenti di ideologie bocciate dalla Storia e dalla Costituzione. Da qui le nuove e preoccupanti categorie politiche dei sovranismi, che portano diritti al culto della violenza. E appunto l’uso o la minaccia della forza (con coltelli, con armi proprie ed improprie e lo stesso mercato e spaccio di droga) ci conduce e ci riporta ai fatti di cronaca sopra accennati, che possono andare dalle rapine, alle risse, ai femminicidi : un trend che è preoccupante fenomeno tra adolescenti e non. Cui, certo, non va trovata la soluzione con un decreto di inasprimento di pene, bensì con la ricerca

di un dialogo e con la prevenzione che include non certo lo sdoganamento di un linguaggio scurrile, con effetto di produrre “disordine”, con lutti e drammi familiari, devianze e via dicendo. Favorisce un quadro del genere la strategia di individuare un “nemico”, piuttosto che un avversario col quale cercare un confronto e un dialogo. Molto in termini di prevenzione, in tal senso, va attribuita e riconosciuta alla istituzione Scuola dalla quale ripartire per tornare ad educare allo spirito critico, ed a quella Legalità che assicura uno stare insieme, rispettandosi. Ci sembra l’ottica giusta per uno Stato che tiene la barra dritta verso la inclusione sociale, la promozione delle classi meno abbienti, con una solidale gestione del bene comune, piuttosto che puntare ad una repressione fatta di inasprimento di pene che genera violenza.



# Vivi la vita a colori



di Antonella Caruso



I colori hanno un effetto psicologico sulle persone e ne scatenano emozioni e stati d'animo: possono calmare o stimolare, favorire la concentrazione o contribuire al nostro orientamento. Ogni colore ha un effetto diverso, perché ogni tonalità ha una propria lunghezza d'onda ed energia che vengono trasmesse al nostro corpo, al nostro pensiero, al nostro sentire e alle nostre azioni. Secondo gli psicologi del colore, la nostra percezione individuale del colore, dipende dal nostro background culturale, dalle esperienze e dai modelli di pensiero, nonché dagli istinti e dall'archetipo che è in noi. Nella cromoterapia ad esempio, l'effetto dei colori viene sfruttato attraverso bagni di colore, l'agopuntura a colori, radiazioni a colori e trattamenti estetici a colori per ottenere effetti positivi sulla nostra salute e sulla nostra bellezza. Questa psicologia fa riferimento a un numero di colori compreso tra quattro e sei, i cosiddetti "colori di base", secondo il sistema europeo dei colori. Tuttavia, il loro significato simbolico varia da una cultura all'altra. Il Rosso ha un significato in ogni cultura

e nella teoria dei colori è sinonimo di energia, amore, fuoco, potere e sensualità. In base all'intensità è al contesto, il rosso può anche essere percepito come "aggressivo". In natura questo colore è sinonimo sia di avvertimento che di attrazione. Ha un effetto stimolante e dominante, aumenta l'autostima e dona vitalità. Per noi umani il Verde è simbolo di vita e di naturalezza. Spesso associamo il verde alla fortuna, alla speranza e alla contentezza. Il verde ha un effetto rilassante riequilibrante sulla psiche e si ritiene armonizzi corpo e anima. Identificato con il colore della natura, il verde ha un effetto particolarmente rilassante sull'occhio umano. Secondo la teoria dei colori di Goethe il Giallo, invece, possiede "un carattere luminoso, allegro, delicatamente affascinante". A livello psicologico ha un effetto stimolante sulle persone e si dice favorisca lo scambio e la comunicazione interpersonale. Soprattutto al buio, il giallo è particolarmente efficace ed è quindi utilizzato come colore di avvertimento (I gilet gialli ad alta visibilità, i taxi, ad esempio). Come colore simbolico il Blu è sinonimo di fiducia, armonia e coerenza ed è spesso associato alla calma e alla concentrazione. Il blu è altresì il colore più popolare in Germania in quanto implica obiettività e moderazione. Dal punto di vista psicologico ha un effetto rilassante e antistress e si ritiene stimoli l'inconscio e l'intuizione. Se in passato per





a usare come terapia la luce e il colore. Dalle piramidi di Giza Un sentiero sacro conduceva Ai “templi di cura solare” dove venivano eseguiti I trattamenti di cromoterapia. Gli antichi Greci associavano I quattro principali organi del corpo (milza, cuore, fegato e cervello) con i quattro colori dei fluidi corporei : la bile gialla, il sangue rosso, l’animo bianco e la bile nera e usavano la cromoterapia per cercare di conservare l’equilibrio di questi elementi. Secondo la cromoterapia quando si espone una parte del corpo ad una luce colorata, avviene un’assorbimento di onde elettromagnetiche, la cui frequenza varia a seconda del colore. Quindi irradiando con

l’applicazione della cromoterapia si ricorreva a bagni di acqua colorata o pezze di tessuto, oggi questa tecnica utilizza bagni di luce filtrata generale o localizzata. Delle vere e proprie docce di colore che possono applicare diversi programmi come quello tonificante con colori caldi: quello rilassante, invece, che utilizza luce dal blu fino al colore neutro. La cromoterapia viene molto utilizzata come metodo di sostegno per disturbi psichici quali depressione, nevrosi e ansia. I colori maggiormente sfruttati in questo caso sono il giallo, il verde e il blu. Grandi benefici in questi ambiti sono stati riscontrati dalla cromoterapia pediatrica per curare l’iperattività, Mal di testa, insonnia e disordini emotivi. Gli Egizi furono i primi

un determinato colore una parte del corpo si trasmette energia con caratteristiche ben definite all’organo corrispondente. La luce colorata può perciò rilassare, stimolare, energizzare, ecc. Negli ultimi anni numerosi studi hanno confermato l’idea che i colori possano aiutare il corpo e la mente a ritrovare il proprio



equilibrio. La pelle non fa eccezione : i colori di cosmetici, trattamenti estetici e alimenti è una spia utile per comprenderne proprietà e funzioni aiutando a scegliere il presidio di bellezza più adeguato alle proprie esigenze. Le tonalità sono interruttori emotivi. La cromoterapia può aiutarci a ritrovare l’armonia psicofisica in modo rispettoso, perché agisce sui nostri centri energetici. Inoltre si può giocare sulle nuances per creare emozioni diverse: “Le tonalità di ogni colore influiscono come interruttori emotivi”. Il Rosso potenzia la memoria. È il colore della gioia e della passione. Ci ricarica. Il Giallo stimola l’autostima. È il colore più caldo, rassicurante e allegro. È legato al nostro potere personale e alla fiducia in noi stessi.



Esprime lealtà, senso pratico ed è propizio per il lavoro intellettuale. Più il giallo vira verso l'arancio, più si trasforma nel colore della gioia e incoraggia la comunicazione. L'Azzurro combatte lo stress. È dimostrato scientificamente che il Blu diminuisce la pressione arteriosa e il ritmo cardiaco e respiratorio. Regala chiarezza di vedute e potenzia la fantasia, quindi è adatto ai creativi. Ne bastano pochi tocchi per alleviare lo stress :una trapunta blu aiuta a migliorare il sonno, ma anche un tappeto o un divano incoraggiano il relax. Il Verde disintossica e rilassa. Simboleggia la natura e la linfa vitale di alberi e piante. Una parete verde menta in cucina rilassa e aiuta anche che tende a mangiare troppo. È neutro: nello spettro cromatico si posiziona Al centro tra i colori freddi e quelli caldi. Per questo se ne usiamo troppo, potremmo avere un calo di energia. Il Rosa sviluppa l'empatia. Esprime amore e gentilezza, è la tonalità della compassione. Sull'organismo provoca gli stessi effetti rilassanti del blu. Essendo una tinta calda quando è in eccesso può diventare troppo eccitante come il rosso. Il rosa più efficace ha i toni del pesca, perfetti per le lenzuola o per un'armadio.

Il Viola simboleggia potere e autorevolezza, ma anche la capacità di concentrazione. Si addice agli spiriti artistici ed è ideale in una stanza dedicata al relax secondo gli architetti. Una tonalità glicine o lavanda induce il riposo in una camera da letto ed è perfetto sia sulle

pareti sia su cuscini e copriletti. Bastano due candele viola accese per creare un clima sereno. Ma anche un arazzo o un batik nella tonalità del glicine sono indicati per avere un'atmosfera serena e armoniosa. In estetica il Rosso brucia i grassi, stimola il metabolismo e, quindi, l'utilizzo di energia immagazzinata negli adipociti (le cellule del grasso). Trattamenti estetici che utilizzano la luce rossa, come le saune a infrarossi, stimolano l'eliminazione dei grassi. Sul viso possiamo applicare maschere rosse per attenuare le rughe e stimolare

l'apporto di energia e ossigeno attraverso il sangue. A tavola scegliamo alimenti di colore rosso, come pomodori, melograno, anguria da usare anche come ingredienti di coloratissime ricette di bellezza fai da te (maschere per il viso e fanghi per il corpo). L'Arancione è drenante. È un colore yang, quindi caldo e stimolante. Favorisce il drenaggio dei tessuti e l'idratazione profonda. Il circuito linfatico viene stimolato dall'uso di questa tonalità, applicata nei trattamenti anticellulite e nella stimolazione dell'idratazione dermica. Il ristagno dei liquidi, il gonfiore dell'addome e delle gambe possono essere trattati con luce arancione o attraverso l'applicazione di un fango direttamente sulla parte da ridurre. La cura cromoterapica continua anche a tavola se ci alimentiamo con pietanze che esprimono la vivacità di questa frequenza luminosa: carote, arance, mandarini, zucca, melone. Il Verde è riequilibrante. L'utilizzo di maschere e fanghi di colore verde viene associato alla ricerca di equilibrio sia interno che esterno. È un colore che aiuta nei trat-





re violaceo: frutto di bosco, melograno, pericarpio del mangostano. Nei centri benessere le luci viola e indaco vengono utilizzate nei trattamenti rilassanti oppure nelle maschere per il viso, per esempio in presenza di un'acne virulenta. Potremmo mai immaginare un'esistenza in bianco e nero? I colori sono parte integrante del nostro essere tanto che è davvero difficile immaginare il mondo senza di essi. Curare il nostro benessere mentale e quindi interiore con la cromoterapia è possibile sin dall'antichità. Non solo sono piacevoli alla vista ma possono essere sfruttati per dare benefici fisici, mentali ed emotivi. La terapia del colore ha una lunga tradizione soprattutto in oriente. In Egitto si praticava l'elioterapia, ovvero l'esposizione alla luce solare diretta. In India la medicina ha sempre tenuto conto dell'influenza dei colori sull'equilibrio dei chakra e i cinesi affidavano il proprio benessere all'azione dei vari colori.



tamenti di dimagrimento e ossigenazione dei tessuti, oltre che nella riduzione della pelle untuosa, perché riequilibra la secrezione delle ghiandole sebacee. Le alghe, essendo per natura di colore verde, trasferiscono alla cute un'informazione cromatica oltre ai principi attivi caratteristici del mare (oligoelementi, aminoacidi). I cataplasmi alle alghe hanno un elevato potere drenante, anticellulite e dimagrante, soprattutto se associati ad apparecchiature di pressoterapia e strumenti riscaldanti come la termocoperta. Il Blu emana frequenze calmanti e tranquillizzanti, è utilizzato soprattutto per lenire e decongestionare, per esempio in caso di couperose o ipersensibilità cutanea, ma anche per rassodare i tessuti atoni del viso del corpo (addome, interno coscia, seno). Se sulle gambe sono presenti capillari fragili e disturbi venosi, il Blu è un ottimo rimedio per ottenere la decongestione del microcircolo soprattutto se il fango blu viene abbinato all'olio essenziale di camomilla. Il Viola è antiossidante. Viola e indaco sfiammano e leniscono, riducono il rossore e sono antiossidanti. Non a caso i frutti che hanno un elevato potere antiradicali liberi sono di colo-



## “Amor che move il sole e l’altre stelle”:

### un viaggio filosofico nel cuore dell’amore al Chiostro di Lamezia

#### “Amor che move il sole e l’altre stelle”: un viaggio filosofico nel cuore dell’amore al Chiostro di Lamezia

Nel giorno che precede San Valentino, il Chiostro Caffè Letterario di Lamezia Terme si è trasformato in un’agorà moderna dove l’amore è stato esplorato come “percorso corale, fatto di attenzione e presenza, partendo dall’amore per se stessi” secondo le parole della presidente FIDAPA Teresa Notte. L’incontro del 13 febbraio, intitolato dantescoemente “Amor che move il sole e l’altre stelle”, ha offerto una prospettiva inedita su un tema apparentemente inflazionato, trasformandolo in un’occasione di riflessione profonda che ha coinvolto diverse generazioni.

#### Dalla filosofia antica alla contemporaneità: un filo rosso che attraversa i secoli

Il cuore pulsante dell’evento è stato l’intervento di Elisabetta Minervini, docente di Filosofia e Storia del Polo Liceale Campanella Fiorentino, che ha guidato il pubblico in un affascinante percorso “Dall’Eros fino all’Agape”. Un viaggio che ha preso le mosse da Empedocle di Agrigento, secondo cui l’amore è quell’energia che unisce le diversità e tiene saldo tutto ciò che esiste, per attraversare il pensiero di Socrate,

Platone, Sant’Agostino, Dante, Cartesio, Spinoza e John Stuart Mill.

Particolarmente significativa è stata la riflessione sulla natura duplice dell’amore e dell’odio secondo Empedocle: mentre l’amore unisce le diversità, l’odio tende invece ad assemblare ciò che è simile, marginalizzando chi è diverso da noi. Una chiave di lettura sorprendentemente attuale per comprendere molte dinamiche sociali contemporanee.

#### Il dialogo intergenerazionale: la voce degli studenti

Ciò che ha reso speciale questo incontro è stata la partecipazione attiva di giovani studenti - Matteo Tai Sesto, Annarita Torchia, Francesco Serratore, Alberto Sabatino e Cristina Posa - che hanno contribuito al dibattito con interventi appassionati. Un dialogo autentico tra generazioni che ha dimostrato come la filosofia non sia un sapere polveroso ma uno strumento vivissimo per leggere la contemporaneità.

#### L’amore come antidoto a un’epoca “appiattita”

La professoressa Minervini non ha evitato di affrontare le contraddizioni del presente. Ha parlato di un’epoca appiattita in cui “non c’è tanto amore in giro” e in cui “l’amore come l’amicizia si riducono a





belle parole. Di fronte a questo scenario, ha lanciato una provocazione inquietante: davvero il migliore dei mondi possibili è quello privo di ogni sentimento? Davvero la cultura dell'amore deve essere vista come un peso che grava economicamente perché non produce nell'immediato qualcosa di quantificabile?

La risposta proposta è stata chiara e impegnativa: l'amore richiede allenamento, va implementato, non è qualcosa che accade ma qualcosa che si impara. Citando Erich Fromm, la docente ha sottolineato come

l'amore debba diventare "arte", un modo di esistere e stare al mondo in tutte le sue forme.

### **La dimensione poetica e il brindisi all'amore**

L'incontro non si è limitato alla sola riflessione filosofica. Giancarlo Davoli ha arricchito l'evento con la lettura di poesie dedicate all'amore di Angela De Sensi e Ines Pugliese, aggiungendo quella dimensione emotiva e lirica che completa il discorso razionale. La serata si è conclusa con un gesto simbolico quanto significativo: un brindisi augurale all'amore con bollicine e delizie, a testimoniare che la riflessione sull'amore non può prescindere dalla sua celebrazione concreta.

### **L'impegno della FIDAPA per la cultura del territorio**

Nelle parole conclusive, Teresa Notte ha rivolto agli studenti presenti un augurio che racchiude la filosofia di un'associazione sempre più protagonista della vita culturale lamezina: "Vi auguro di rimanere sempre amanti della cultura e affamati di conoscenza". Un messaggio che trova coerenza nell'intensa attività della sezione FIDAPA di Lamezia Terme che, sotto la guida della presidente Notte, sta moltiplicando le occasioni di incontro e riflessione su temi che intrecciano diritti, salute, cultura e impegno sociale.

L'evento del 13 febbraio al Chiostro dimostra come sia possibile coniugare rigore intellettuale e partecipazione popolare, filosofia e vita quotidiana, tradizione e contemporaneità. In un momento storico che sembra privilegiare la velocità e la superficialità, fermarsi a riflettere sull'amore - non come sentimentalismo ma come pratica consapevole di relazione con sé e con gli altri - rappresenta un atto di resistenza culturale quanto mai necessario.



**A Lamezia Terme si è tenuto di recente un interessante incontro dedicato alla menopausa, promosso dalla sezione locale della Fidapa (Federazione Italiana Donne Arti Professioni Affari).**



mentari.

Ad aprire i lavori è stata la presidente della Fidapa Lamezia, la dottoressa Teresa Notte, che ha sottolineato come la menopausa rappresenti una fase naturale e di profonda trasformazione nella vita femminile. Ha invitato le presenti a considerarla non come una perdita,



A Lamezia Terme si è tenuto di recente un interessante incontro dedicato alla menopausa, promosso dalla sezione locale della Fidapa (Federazione Italiana Donne Arti Professioni Affari). L'evento, intitolato "Menopausa, un equilibrio di benessere, mente, nutrizione e bellezza", ha avuto luogo nella Sala del Seminario Vescovile e ha visto la partecipazione di diverse esperte che hanno esplorato il tema da prospettive comple-





ma come un'opportunità: il momento in cui una donna smette di dedicare tutte le energie agli altri e inizia a valorizzare se stessa, lasciando emergere la propria luce interiore.

Tra le relatrici, la ginecologa Maria Patrizia Muzzi ha affrontato l'argomento dal punto di vista medico, intitolando il suo intervento "Menopausa: non una fine, ma una nuova stagione". Ha evidenziato come il linguaggio stesso – con la radice "meno" – tenda a trasmettere un'idea di privazione, mentre in realtà si tratta di un'evoluzione naturale che porta con sé nuove qualità e risorse. La dottoressa ha insistito sull'importanza di accettare questo passaggio con serenità, superando paure e tabù. Ha ricordato che esistono molteplici strategie per gestire al meglio i sintomi e i cambiamenti: non solo terapie farmacologiche, ma anche modifiche nello stile di vita, nell'alimentazione e nell'attività fisica. Il ginecologo resta spesso la prima figura di riferimento per le donne, che devono poter affrontare con fiducia e supporto scientifico aspetti intimi e personali che mutano in questa fase.

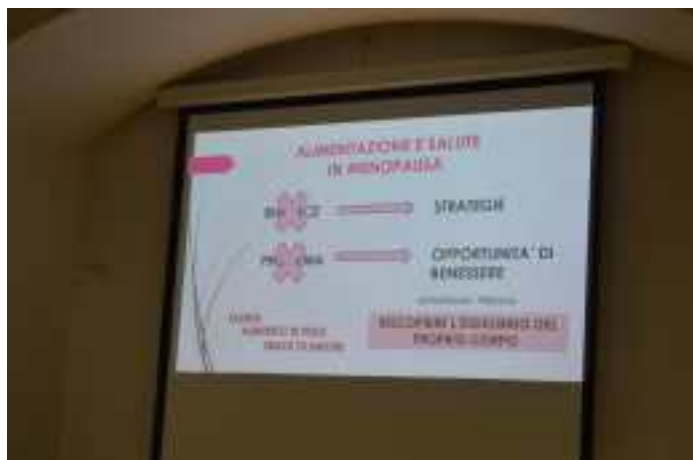
Sul versante psicologico è intervenuta la dottoressa Innocenza Longo, psicologa e socia Young della Fidapa, con la relazione "Menopausa: implicazioni psicologiche". Ha descritto la menopausa come un vero e pro-

prio cambio di prospettiva, un transito verso una nuova identità. Tra i temi toccati: l'impatto sull'autostima, la ridefinizione del sé, la sessualità nella coppia. La chiave per viverla positivamente, secondo la relatrice, sta nell'accoglienza: accogliere significa abbracciare sia i lati luminosi che quelli più complessi – emozioni difficili, pensieri negativi – senza rassegnazione, ma con uno sguardo rinnovato. Ha concluso invitando a tenere saldi i valori profondi della propria esistenza, per non smarrire la rotta durante questo cambiamento.

La parte dedicata alla nutrizione è stata curata dalla biologa nutrizionista Valeria Incarbona, dottoranda in Scienze applicate al benessere e alla sostenibilità e anch'essa socia Young. Ha definito l'alimentazione "un pilastro fondamentale" per la salute in menopausa, capace di sostenere il fisico, la mente, il controllo del peso e la prevenzione di patologie croniche. Tra i consigli pratici: garantire un adeguato introito proteico per preservare la massa muscolare, non demonizzare i carboidrati (per evitare stress metabolico e craving), integrare micronutrienti spesso carenti in questa fase (vitamine e minerali), e abbinare sempre movimento regolare. Tutto questo contribuisce a un benessere complessivo, fisico e psichico.

Al termine del convegno, per concludere in modo concreto e piacevole, sono state proposte tisane appositamente studiate per questa fase della vita, accompagnate da piccoli assaggi di frutta secca, frutti rossi e cioccolato fondente. Un gesto semplice ma significativo, per ricordare che anche piccoli cambiamenti quotidiani possono fare la differenza nel sentirsi meglio e prendersi cura di sé.

L'iniziativa ha confermato l'impegno della Fidapa Lamezia nel promuovere il benessere femminile a 360 gradi, offrendo informazioni utili, spunti di riflessione e un messaggio positivo: la menopausa non è una chiusura, ma l'inizio di una stagione ricca di possibilità.



*“Rinnovamento ecclesiale e impegno cristiano nel mondo”  
di Filippo D’Andrea*



Giovedì 29 gennaio 2026 nel salone “Don Azio Davoli” della parrocchia della B.M.V. Adolorata (Pietà) guidata con significativi risultati pastorali da don Emanuele Gigliotti si è svolto il convegno, di presentazione del volume di Filippo D’Andrea, teologo laico e filosofo, dal titolo “Rinnovamento ecclesiale e impegno

cristiano nel mondo”. Un’opera teologica con la prefazione di Mons. Francesco Savino, vicepresidente della Conferenza Episcopale Italiana e vescovo di Cassano allo Jonio, la premessa del prof. Carmine Matarazzo, professore e direttore del Biennio di Teologia Pastorale alla Pontificia Facoltà Teologica dell’Italia Meridionale, sez. san Tommaso, e la postfazione di mons. Giovanni Mazzillo, teologo e già direttore dell’Istituto Teologico Calabro “San Pio X” oggi intitolato a “San Francesco di Paola”. Dopo il saluto del Parroco ha ringraziato il relatore mons. Salvino Cognetti, vicario generale dell’arcidiocesi di Catanzaro-Squillace e professore alla Scuola di Teologia “Mons. Antonio Cantisani”, il moderatore don Roberto Corapi, cappellano del Campus dell’Università “Magna Graecia” e parroco di Amaroni, e l’Autore. Egli ha sottolineato che il convegno ha goduto del Patrocinio della Pontificia Accademia di Teologia di cui il prof. D’Andrea è interlocutore-referente. Don Corapi ha introdotto i lavori evidenziando che il libro tratta il percorso della chiesa calabrese dal Concilio Vaticano Ecumenico II ad oggi attraverso i pronunciamenti dei Pontefici rivolti alla Calabria, i Vescovi che hanno espresso grande

lavori evidenziando che il libro tratta il percorso della chiesa calabrese dal Concilio Vaticano Ecumenico II ad oggi attraverso i pronunciamenti dei Pontefici rivolti alla Calabria, i Vescovi che hanno espresso grande





personalità segnando tappe importanti della Chiesa calabrese, ed i convegni ecclesiali regionali dal 1978 in poi, in cui il prof. D'Andrea è stato diretto testimone e impegnato in gran parte. Il Vicario generale nel suo

denso intervento è partito dalle ferite aperte delle nuove realtà sociali di fronte alle quali la chiesa è chiamata a prendere maggiore conoscenza ed attrezzarsi sia culturalmente che organizzativamente per rispondere con efficienza pastorale. Egli ha ricordato alcuni impegni comuni negli anni '90 con il prof. D'Andrea, ambedue responsabili delle Scuole diocesane di formazione sociale e politica, una a Catanzaro e l'altro a Lamezia e con scambi culturali.

La conclusione dell'Autore ha rilevato che l'opera ha evidenziato, con le realistiche articolazioni e difficoltà, una crescita della consapevolezza storica della chiesa e dei cristiani ponendola come patrimonio di profezia per l'edificazione ulteriore della coscienza umana e cristiana della comunità calabrese, meridionale ed

oltre. A supporto della diffusione della conoscenza del libro è stato messo in rete anche una presentazione corposa e interessante del prof. Carmine Matarazzo.





# RE CARLO III È GIUNTA L'ORA DELL'ADDIO

Daily Mail

**ESCLUSIVO** L'email dimostra che Carlo era stato avvisato degli "accordi segreti" di suo fratello: un informatore ha detto a Palazzo che il nome della famiglia reale veniva "abusato" da Andrea

**HOW WHISTLEBLOWER RAISED THE ALARM TO KING**

18 August 2019  
Your Royal Highness the Prince of Wales,  
I apologise for the breach of protocol, which is a very flammable subject, avoided.  
With the Duke of York's actions suggest that His Royal Highness consider his relationship with David Rowland more important than that of his family.

18 September 2019  
To David Rowland  
Cc: Olivia Attwood, Mark Bridger, David,  
Regarding the email that I sent you on the Prince of Wales on 18 August 2019 (copied below), the evidence provided unequivocally proves that you have abused the Royal Family's name.  
Your family's bank, which remains under your control (Barclays Bank PLC), exists because you paid with the Duke of York to procure a Luxembourg Banking Licence.  
With the Duke of York has concealed his commercial relationship with you with a company incorporated in the British Virgin Islands called ... from which you make payments into the Duke of York's account at ...



## CHARLES WAS WARNED

In un'e-mail bomba, un informatore ha riferito a Palazzo che l'ex Duca aveva legami finanziari segreti con il controverso finanziere milionario David Rowland (nella foto a destra con Andrea), che stava abusando dei suoi legami reali. Il messaggio ricevuto da questo giornale settimana scorsa rivelò che Andrea - arrestato giovedì in modo clamoroso per sospetti di cattiva condotta in una carica pubblica - ha permesso a Rowland di partecipare di fatto ai suoi doveri ufficiali. La serie di e-mail minaccia di trascinare Carlo ulteriormente nella crisi, innescata dai legami di Andrea con Jeffrey Epstein e dalle accuse di aver passato documenti potenzialmente riservati e sensibili ai pedofili condannati. Andrea una volta disse a Epstein che Rowland era il suo "uomo di fiducia per il denaro". Il banchiere e suo figlio Jonathan hanno accompagnato Andrea nei viaggi che ha compiuto nella sua veste ufficiale di inviato commerciale finanziato dai contribuenti tra il 2001 e il 2011, visitando luoghi come la Cina e gli ex stati sovietici.

I vertici inglesi, a cominciare da Sua Maestà il Re, hanno perso il prezzo dell'onore o prezzo del volto e, secondo l'antica legge celtica Brehon law, sono aria che cammina, il loro valore è zero. un titolo e una fotografia che fanno tremare il palazzo reale e l'insieme dei vertici inglesi, il Daily Mail ha scritto che già nel 2019, re Carlo era stato avvertito che il nome della famiglia reale veniva "abusato" dalle associazioni imprenditoriali di Andrew Mount-

batten-Windsor.

In una e-mail bomba, un informatore ha detto al Palazzo che l'ex Duca aveva legami finanziari segreti con il controverso finanziere milionario David Rowland, che stava abusando dei suoi legami reali. La Casa reale ha perso il prezzo dell'onore e del volto e con essa i servizi segreti. I vertici inglesi, da quanto si apprende dalla stampa

del Regno Unito, secondo l'antica legge celtica, la Brehon law, hanno perso il *lóg n-enech*, letteralmente “prezzo del volto” o “prezzo dell'onore”, il quale rifletteva una cultura dell'onore e della vergogna.

Senza onore non eri più pienamente “persona” nel senso giuridico e relazionale. Perdevi la tua essenza. Eri aria che cammina.

**Re Carlo III, secondo questa legge antica, che trae origine dalla cultura druidica, è aria che cammina e, se volesse fare un servizio ai suoi sudditi – i cittadini inglesi si chiamano così – si toglierebbe di mezzo.**

Perdere la faccia, secondo l'antica legge druidica, significava perdere status, capacità contrattuale, diritto a testimoniare o a fare da garante. Una persona non poteva stipulare contratti superiori al proprio *lóg n-enech*.

Il prezzo dell'onore non era solo denaro; era il valore pubblico della persona, il suo “volto” sociale; era il valore giuridico e sociale attribuito a una persona libera in base al suo rango, status, professione, ricchezza e reputazione nella comunità.

Non era un semplice “prezzo” economico, ma una misura dell'onore e della dignità di un individuo. Offendere o danneggiare qualcuno significava ledere il suo onore, e quindi si doveva pagare una compensazione proporzionale al suo valore sociale.

Più alto era lo status, più alto era il prezzo dell'onore. Del diritto celtico si occupa il saggio storico giuridico di Matteo Passeri, illustre avvocato e, a pieno titolo, *Brithen* o *Brehon*, ossia giurista di professione. Il testo costituisce un quadro sinottico del diritto gaelico irlandese, con puntuali riferimenti alle fonti e alla bibliografia e significative indicazioni di ricerca.

Il saggio di Matteo Passeri non si limita ad essere una guida e uno stimolo ad affrontare una pagina della storia del diritto europeo di eccezionale importanza, ma è anche il recupero, fatto con lo spirito di un *Brithen*, di un “modello alternativo”, basato, come scrive l'autore, sulla “responsabilità personale”, sul “merito, sugli “ideali di libertà, solidarietà e giustizia”.

Un modello alternativo, aggiungo, che, collocato storicamente e opportunamente visitato, offre elementi di significativa modernità, che andrebbero tenuti in grande considerazione dalla cultura giuridica italiana ed europea.

Di grande interesse ed attualità, ad esempio, le regole riguardanti i giudici, implicanti che ogni giudice sia responsabile dei propri errori, pagandone le conseguenze.

Il testo rende conto, sinteticamente, ma con grande chiarezza, della struttura sociale gaelica irlandese e

delle norme che la regolavano e che davano ad ogni uomo la possibilità di elevarsi personalmente e socialmente: “un uomo è migliore della sua nascita”.

Un concetto che rende comprensibile quello, centrale, nel contesto del corpo normativo, di “prezzo dell'onore”.

Da solo, il concetto di “prezzo dell'onore” avrebbe ingessato la società in rigidi ruoli, ma accompagnato a quello per cui “un uomo è migliore della sua nascita”, rappresentava uno stimolo al merito e alla responsabilità personale.

Un uomo era “migliore della sua nascita” in quanto poteva aumentare il proprio “prezzo dell'onore”, ossia il suo status, aumentando il proprio patrimonio economico, intellettuale (nuove arti e tecniche) o manuale.

Il concetto di “prezzo dell'onore” non era un semplice risarcimento economico, ma la misura del valore sociale, del prestigio e della dignità di una persona libera nella gerarchica società celtica irlandese.

L'onore era strettamente legato allo status (*re*, nobile, poeta, contadino libero, artigiano, ecc.), e violare l'onore di qualcuno significava pagare un prezzo proporzionale alla sua posizione.

Nel diritto *brehon*, per offese gravi – omicidio, lesioni, satira ingiuriosa, rifiuto di ospitalità, seduzione indebita, ecc. . la compensazione si divideva tipicamente in due parti principali:

*Éraic* (o *cró / coirpdíre*), la multa fissa per il “corpo” o per l'atto materiale (una sorta di *wergild* simile a quello germanico), proporzionale alla gravità del danno.

*Lóg n-enech*, il prezzo dell'onore vero e proprio, pagato alla vittima o (in caso di morte) alla sua *derbfine* (parentela stretta). Questo variava enormemente in base al rango.

Chi commetteva certi reati poteva perdere temporaneamente o permanentemente parte del proprio onore (e quindi del proprio *lóg n-enech*), riducendo il proprio valore legale futuro.

Per un *re* (*rí*), l'onore era il più alto. Le leggi *Brehon* specificavano casi in cui un *re* poteva perdere (in tutto o in parte) il suo *honour price*, con gravi ripercussioni sul suo status, legittimità e capacità di governare.

Tra le cause principali la codardia in battaglia (fuga dal campo o viltà dimostrata) era considerata una delle offese più gravi per un *re*, il cui ruolo includeva la protezione e la guida militare della tribù (*tuath*). Questo poteva costargli l'intero o gran parte del suo onore.

In una società in cui il *re* doveva essere “l'uomo più nobile, saggio, coraggioso e popolare” (come descrit-

to in testi antichi), un re “senza onore” perdeva legittimità: la tribù poteva eleggere un successore o rifiutare la sua autorità.

Non c'era un meccanismo formale di “impeachment”, ma la pressione sociale, la satira dei poeti (che poteva “marchiare” pubblicamente) e la necessità di mantenere l'equilibrio della tuath portavano spesso alla rimozione.

In sintesi, nella legge Brehon la perdita dell'onore di un re era una catastrofe: minava il suo ruolo di protettore, riduceva il suo valore legale e poteva portare alla fine del suo regno.

In casi estremi, una persona senza onore (o con onore azzerato) diventava di fatto un fuori casta, privo di protezione legale piena, quasi “inesistente” dal punto di vista della società clanica.

In una cultura basata sulla vergogna, come quella gaelica, l'identità personale era profondamente intrecciata con il riconoscimento pubblico e il rispetto del gruppo. Perdere l'onore era una diminuzione dell'essere sociale, una specie di “morte civile” o di cancellazione parziale della propria esistenza nella comunità. Senza onore non eri più pienamente “persona” nel senso giuridico e relazionale irlandese antico.

Nella mentalità Brehon, la perdita dell'onore coincideva davvero con una perdita del proprio essere (almeno di quello sociale e giuridico, che era l'unico che contava davvero).

Per Carlo III è arrivato il momento di lasciare la corona, in quanto il suo prezzo dell'onore è azzerato, ma con lui hanno perso il prezzo dell'onore tutti quelli che sapevano e hanno coperto.

Come sempre accade, la nemesi storica pretende di essere soddisfatta.

L'occupazione della Britannia celtica da parte delle popolazioni germaniche ebbe inizio nel V secolo d.C., in seguito al ritiro delle legioni romane. Secondo la tradizione, il re britanno Vortigern, il traditore del quale narrano le leggende relative a Merlino, assoldò Angli, Sassoni e Iuti come mercenari per difendere l'isola.

Questi, crescendo di numero, si ribellarono trasformando il loro ruolo da protettori in occupanti, dando vita a diversi regni che segnarono la fine della Britannia romana.

Comunque la si voglia vedere, sempre di mercenari si tratta e di traditori. La storia non consente di essere cancellata.

La leggenda di Merlino e Vortigern (o Vortigerno) è uno degli episodi più antichi e famosi del ciclo arturiano. La versione più influente si trova nell'*Historia Regum Britanniae* (Storia dei Re di Britannia) di Gof-

fredo di Monmouth (scritto intorno al 1136), che unisce e rielabora tradizioni precedenti (come l'*Historia Brittonum* di Nennio, IX secolo).

Nel V secolo, dopo il ritiro dei Romani dalla Britannia, il regno è in crisi. Vortigern è un re (o usurpatore) britanno che, secondo la tradizione, invita i sassoni (guidati da Hengist e Horsa) come mercenari per combattere i Pitti e gli Scoti. Questa decisione si rivelerà disastrosa, portando all'invasione sassone.

Per consolidare il suo potere, Vortigern decide di costruire una fortezza inespugnabile sulle montagne del Galles settentrionale, nel luogo chiamato Dinas Emrys (la “Città di Emrys/Ambrogio”).

Ogni volta che i muratori finiscono le mura o la torre, durante la notte tutto crolla misteriosamente. Gli operai ricostruiscono, ma il giorno dopo le fondamenta sono di nuovo sprofondate o le mura cadute.

Vortigern consulta i suoi maghi e indovini. Questi gli dicono che l'unico modo per stabilizzare la fortezza è sacrificare un ragazzo nato senza padre e mescolare il suo sangue nelle fondamenta (un'antica credenza di fondazione sacrificale). Strane assonanze con l'attualità.

Vortigern manda i suoi uomini a cercare un fanciullo senza padre. Lo trovano a Carmarthen (Caerfyrddin in gallese, da cui deriva il nome Myrddin/Merlino), dove una fanciulla nobile (spesso una principessa o una monaca/novizia) ha dato alla luce un bambino sostenendo di non aver conosciuto uomo.

Il ragazzo viene portato davanti a Vortigern per essere sacrificato. Ma Merlino (allora giovanissimo, chiamato Myrddin Emrys o Ambrosius) parla con autorità e smaschera gli indovini del re come ciarlatani.

Merlino rivela il vero motivo dei crolli. Sotto le fondamenta c'è un lago sotterraneo nascosto, dove dormono due draghi giganteschi che ogni notte si svegliano e combattono ferocemente tra loro, facendo tremare la terra e distruggendo le costruzioni sopra.

Vortigern ordina di scavare. Viene effettivamente scoperto un lago, e i due draghi emergono: uno rosso e uno bianco.

I due draghi riprendono la lotta. Alla fine il drago rosso, simbolo dei Britanni, sconfigge il drago bianco, simbolo dei Sassoni invasori.

Merlino allora pronuncia la famosa profezia: il drago bianco rappresenta i Sassoni che stanno invadendo e opprimendo la Britannia. Il drago rosso rappresenta il popolo britanno e, in particolare, la stirpe che darà origine a Uther Pendragon e poi ad Artù.

Il popolo britanno soffrirà a lungo sotto gli invasori, ma alla fine il drago rosso prevarrà e la Britannia sarà liberata.

## Generazione Z: tra comunicazione digitale, nuovi linguaggi e scrittura a mano.



di Sina Mazzei

*Nuove abitudini, vecchie competenze da non perdere. Un cambiamento che parte dal linguaggio.*

La **Generazione Z** si chiama così perché segue l'ordine alfabetico delle generazioni, dopo la Generazione X e la Generazione Y, ed è formata dai ragazzi nati dalla fine degli anni '90 in poi. È una generazione cresciuta con internet, smartphone e social network, e questo ha cambiato profondamente il modo di comunicare. La lettera Z è anche associata simbolicamente a una nuova fase: essendo l'ultima lettera dell'alfabeto, rappresenta una generazione che segna un grande cambiamento, soprattutto nel modo di comunicare, vivere e usare la tecnologia.

Dopo la Generazione Z, infatti, si è ricominciato dall'inizio dell'alfabeto con la **Generazione Alpha**, formata dai bambini nati dal 2010 in poi.

La comunicazione della Gen Z è **rapida e informale**. Si scrive molto, ma quasi sempre attraverso telefoni e computer. I messaggi sono brevi e diretti e spesso non rispettano tutte le regole grammaticali, perché l'obiettivo principale è comunicare velocemente.

L'uso continuo di tastiere e schermi ha portato a **scrivere sempre meno a mano**, riducendo l'abitudine alla scrittura manuale e causando un peggioramento della calligrafia. Per molti ragazzi scrivere a mano risulta più faticoso e lento rispetto a digitare, e viene fatto quasi solo a scuola, durante verifiche o compiti.

Nel linguaggio quotidiano sono molto usate **abbreviazioni, parole in inglese, emoji, GIF e meme**, che aiutano a esprimere emozioni e rendono i messaggi più immediati. Spesso si preferiscono anche messaggi vocali o video al posto di testi lunghi.

Per la Generazione Z è fondamentale l'**autenticità**: i messaggi troppo formali o costruiti non funzionano, perché sembrano poco veri. I social network diventano così spazi in cui i giovani **esprimono sé stessi**, condi-

videndo pensieri, emozioni e opinioni su temi importanti come l'inclusione, l'ambiente e la salute mentale. Tuttavia, questa esposizione continua può creare ansia e paura del giudizio degli altri.

Nonostante il minor uso della scrittura manuale, **scrivere a mano ha ancora molti vantaggi**. Aiuta a ricordare meglio ciò che si studia, migliora la concentrazione e permette di organizzare meglio le idee, perché scrivendo più lentamente si riflette di più. Inoltre, contribuisce a rendere i testi più leggibili e a migliorare la calligrafia.

Per questo motivo la **scuola può intervenire** con alcuni rimedi semplici ma utili: scrivere più spesso a mano in classe, dedicare tempo a brevi esercizi di scrittura e trovare un **equilibrio tra digitale e manuale**, senza sostituire completamente quaderni e penna con computer e tablet. Anche valorizzare una scrittura ordinata aiuta a far capire l'importanza di comunicare in modo chiaro.

Un confronto con le **generazioni precedenti** rende ancora più evidente il cambiamento: **in passato si comunicava soprattutto di persona o attraverso**

**la scrittura a mano, come lettere, appunti e diari**, mentre oggi la comunicazione è quasi sempre digitale, più veloce e immediata. Questo passaggio ha avuto effetti anche sulla scuola, dove molti studenti fanno più fatica a scrivere testi lunghi, ma sono più abituati a imparare attraverso immagini, video e contenuti multimediali.

In conclusione, la Generazione Z ha trasformato il modo di comunicare e di scrivere: la comunicazione è sempre più digitale, veloce e informale, mentre la scrittura a mano viene usata meno. Trovare un equilibrio tra tecnologia e scrittura manuale è fondamentale per non perdere una competenza importante e affrontare al meglio il futuro.

