

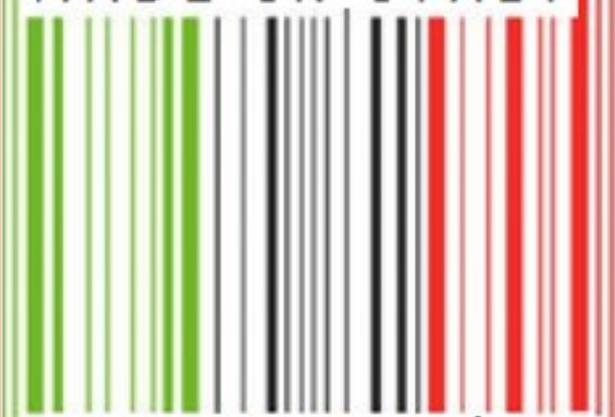


Arte
Poesia
Letteratura
Corpo Vegano
Ricette Veg
Sport
Musica
Adozioni
Animali

Numero 20

Febbraio/Maggio 2017

MADE IN ITALY



Indice

- 4 - Arti a confronto - A. Monaco
- 7 - Sguigno - C. Sinatra
- 8 - Molise - P. Di Stefano
- 9 - Io credo nel rosa
- 11- Angolo poesia
- 12- Bepi Show
- 15 -Raccontami di te - Alba&Nico
- 16 - Angolo Storia - E. Bellanova
- 18- Spazio Racconto -E. Ungini
- 19 - Luka j Master
- 20- Diandra elettra - I. Grasso
- 23 - Lucrezia daveri - S. Romito
- 25 - Laura Ficco
- 26 - l'Angolo Zen di Ren Zen
- 27 - Il libro - P. Pallotta
- 30 - Antonio di Matteo - L. Gorini
- 32 - USACLI - Antonella Lizza
- 36 - Corpo Vegano
- 41 -Torta cioccolato Veg - Ricetta
- 42 - Adozioni Amici di Fido
- 43 - Adozioni Animaliberi Onlus
- 44 - Adozioni dal giornalino di Rocca Priora - L. Luciani
- 47 - Chi siamo
- 48 - I nostri amici



Un Anno di noi!

IL REDAZIONALE

Ciao sono Agnese Monaco, l'ideatrice e la creatrice di ItalianaMente, il primo magazine on-line 100% italiano! Con me una folta schiera di amici e collaboratori. Questo progetto ricordo essere totalmente gratuito. Nasce dall'idea di promuovere la cultura. Essa è un diritto di tutti.

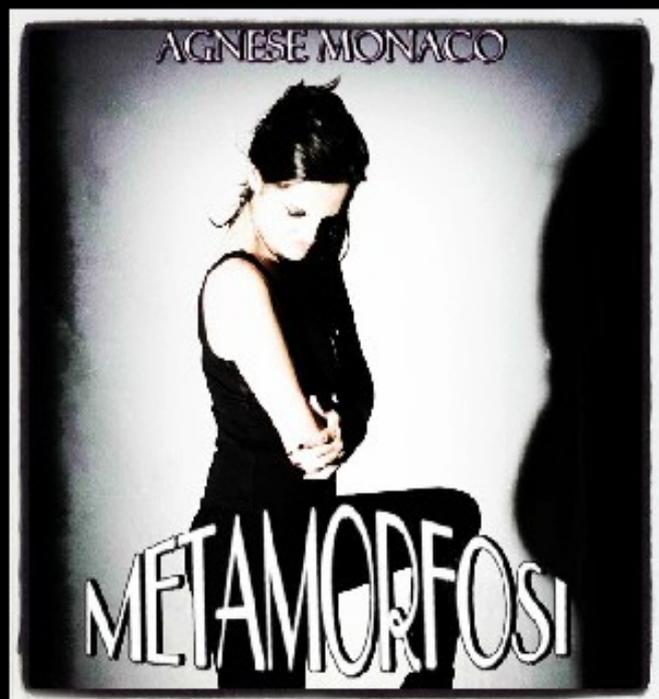
ITALIANAMENTE PERCHÉ?

Con il nome ho voluto giocare tra lo status di italiano e la creatività propria del nostro essere. La mente italiana, brillante, spesso vittima delle fughe di cervelli, ha la sua piena dignità. Come tale va rispettata e tutelata. Questo è ItalianaMente, la valorizzazione di tutto ciò che proviene da italiani, esperti in vari settori.

C'ERA BISOGNO?

Sì, proprio perchè collaboro con vari e-zine ed e-mag, mi rendo conto della necessità di concretizzare un progetto simile. Tutti possono apportare il loro contributo sempre e solo a titolo gratuito. Grazie.

A.M.



**DOVE TROVARE IL LIBRO
METAMORFOSI :**

- *Palestra ASD Natural - via Angelo Renna,17, Cervinara (AV),*
- *Caffè Letterario Mameli27 - Via Goffredo Mameli 27, Roma.*
- *Caffè Letterario Mangiaparole - via Manlio Capitolino 15, Roma.*
- *Gruppo Rinnovacasa - via Nicola Giangi, 41, Rimini.*
- *Edicola Cartoleria Peter Pan - Parma.*
- *Wine Bar Cherì - via Aldo Moro, 5, Cervinara (AV).*

Metamorfosi è una raccolta di poesie, haiku, ossimori, paradossi ed aforismi. Con prefazioni di Norman Zoia, Michele La Porta, Alessandro D'Agostini, Sileno Lavorini, Stefano Piccirillo, Marlene De Pigalle e Roberto Fiacco. Parte del ricavato della vendita sarà devoluto ad ANIMALIBERI Onlus a tutela degli animali più bisognosi.

Aiutami ad aiutare!

<http://agnesemonaco.altervista.org>

 [AgneseMonacoOfficial](#)

 [Agnese1979](#)

www.youtube.com/user/OnlyAgnese

<http://agnesemme.wix.com/agnesemonaco>

**METAMORFOSI È ACQUISTABILE
ANCHE NEI MIGLIORI STORE ON
LINE SIA IN VERSIONE CARTACEA
E SIA IN E-BOOK!**

ARTI A CONFRONTO

di AGNESE MONACO

Il 17 febbraio si è svolto dalle ore 21.00 presso Rockapelli Parrucchieri a Roma, un evento unico nel suo genere e totalmente gratuito. La serata si è aperta con l'accoglienza del padrone del locale Paolo Fuschini che ha offerto un aperitivo di benvenuto. A seguire Agnese Monaco ha introdotto il "Concept" di "Arti a Confronto". Afferma la poetessa e scrittrice : Arti a confronto è un filo conduttore per tutto ciò che viviamo. Ogni cambio tra le varie arti, provoca in noi una vibrazione, l'emozione di un tintinnio nel nostro subconscio. Ognuno di noi ha i propri gusti e sceglierà una o più discipline da seguire. Bene oggi lasciatevi andare, divertitevi ed emozionatevi tra le immagini, i suoni, le parole ed i sapori del "Bello" interiore, esteriore e fonetico! Gusterete piatti vegan e vegetariani, con me una tela bianca, insieme la dipingeremo ed una volta ultimata sarà venduta all'asta ed il ricavato, interamente donato alle vittime del terremoto del Centro Italia. La promessa è stata mantenuta, infatti potrete trovare il quadro direttamente su ebay a questo link : <http://www.ebay.it/itm/262864851419> , Paolo Fuschini una volta ultimata l'asta devolgerà l'intero ricavato alla Protezione Civile. La serata dopo l'ouverture della dottoressa Monaco, è proseguita con la prima arte analizzata, denominata : "**L'Arte del Capello**", in questo spazio Paolo Fuschini, mentre enunciava il suo lavoro di Hair Stylist ha creato davanti agli spettatori ed in diretta streaming su UserTv, sul canale youtube OnlyAgnese e 100 Thousand Poets for Change (in USA), una splendida acconciatura sulla presentatrice. A seguire il pubblico entusiasta ha osservato "**L'Arte del ballo**", la DOG DANCE, con Birba e Massimo La Camera . La cagnolina è una meticcina di nove anni, proveniente da una campagna romana. La loro coreografia è stata una serie di tricks a ritmo di musica. Dove si evinceva allegria, dolcezza, amore e piena sintonia. Per "**L'Arte della Musica**" ci sono stati vari intermezzi musicali del grande cantautore **Capodiluce**, Giuseppe Cataldi che ha deliziato il nostro udito con la sua incredibile voce ed i suoi testi. Una strepitosa **Asupta Gabriella Greco** ha declamato i suoi versi e ha introdotto "**L'Arte della "Scienza" Olistica**, immergendoci nella sua luce. Durante tutto l'evento, venivano offerte delizie Vegan e Vegetariane, mentre un carrellino passava di mano in mano con le brochure informative degli **Animalisti Italiani** e le petizioni contro il maltrattamento degli animali. Da sfondo nella sala la **Mostra Cino-Adottiva** con



[HTTP://ITALIANAME.WEEBLY.COM/](http://italianame.weebly.com/)



L'Associazione Mabello di Cervinara (AV), Animaliberi Onlus e Amici di Fido Roma. Per adozioni responsabili e consapevoli. La serata intanto volava proseguendo con **"L'Arte Letteraria e della Poesia"** presentando i libri: **"Discorsi sulla stupidità umana"** di Massimiliano Greco e Massimiliano Zaino, direttamente

da Sondrio per la serata, **"Metamorfosi"** di Agnese Monaco ed **"Il mercante d'acqua"** di Valerio Carbone. Si è poi giunti alla presentazione del **"L'Arte Pittorica"** con i quadri di **Tony Armenio, Futura Tittaferrante, Riccardo Magni** che è anche un grandissimo musicista ed Agnese Monaco. Gli artisti hanno parlato delle opere presentate durante l'evento. Per i grandi nomi della Poesia Contemporanea abbiamo avuto un dolcissimo **Lucio Melilli** che per l'occasione ha creato un sonetto dedicato ai capelli. **Renzo Maggiore** invece ha introdotto **"L'Arte Zen"**, coinvolgendo ulteriormente il pubblico. Dallo Zen si è poi giunti a **"L'Arte delle Sillabe"** con gli Haiku di un grandissimo esperto, **Massimo Baldi**, il quale ci ha parlato della nascita del genere "Haiku" la metrica, i kigo e la differenza tra pensiero Occidentale ed Orientale. Mentre il Prof. Baldi narrava queste distinzioni, Agnese Monaco, con un secondo carrellino passava con due suoi quadri, in tecnica mista, fatti con l'arte degli origami, ossia piegando la carta di riso originale giapponese. Baldi ha concluso poi rispondendo così: **"L'Occidentale è loquace, l'Orientale è silenzioso, ma nel silenzio germogliano le radici di infinite parole, sensazioni ed impressioni che scaturiscono dall'animo con immediatezza... antidescrittivo"**. A seguire **"L'Arte Teatrale"** con uno straordinario **Giovan Bartolo Botta**, dal verso pungente e selettivo, misto di comicità e genialità. Intanto mentre proseguivano le portate vegan (addirittura un piatto eritreo era nel menù, si è conclusa la diretta streaming con **"L'Arte del freestyle"** di Carmine R, una breve intervista al grande film-maker **Simone Bellanca** e per ultimi i saluti dei **Fratelli Ferrante** che ci hanno parlato de **"Le storie di Luna"**, in scena il prossimo 3 marzo e del loro nuovo programma in streaming ogni domenica **"Ci piace di più"**. Per ultimo, poi, il saluto della conduttrice Agnese agli



[HTTP://ITALIANAME.WEEBLY.COM/](http://italianame.weebly.com/)



amici che hanno pubblicizzato questo evento: Animalisti Italiani, Italianamente, Associazione Mabello, UserTv, 100 Thousand Poets for Change, Asd Natural, Caffè Letterario Mangiaparole, Gelateria Splash che ha offerto anche l'aperitivo vegetariano, Bi Dog, Animal Crazy s.r.l., Progetto Alfa, Animaliberi onlus, Amici di Fido Roma, Edizioni Haiku, Rockapelli e Slam Italia. **A Seguire l'open mic per il poetry slam, "Roma Crazy Slam"** condotto da Giovan Bartolo Botta, Valerio Carbone ed Agnese Monaco. **I Premi in palio sono stati donati dalla Palestra ASD Natural di Cervinara (AV).** La gara era valevole per la finale nazionale di Milano - **Slam Italia.** Andrà dunque, a rappresentarci a Milano **Debora Tomera**, che ha anche vinto la coppa color oro. Al secondo posto con la coppa color

argento M. Puglisi ed al terzo posto Federico Ferrante con la coppa ed il buono omaggio. La diretta streaming è attualmente visionabile sia su UserTv e sia su youtube sul canale "OnlyAgnese". Nei prossimi giorni sarà possibile guardare il video in alta risoluzione.

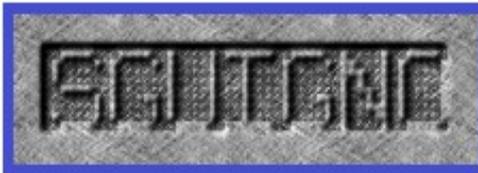
Grazie a tutti per la vostra presenza.

Agnese Monaco

Facebook: AgneseMonacoOfficial
<http://agnesemonaco.altervista.org>



[HTTP://ITALIANAME.WEEBLY.COM/](http://italianame.weebly.com/)



di Carmen Sinagra

Come hai conosciuto la cultura rap?

Da bambino mi piacevano i giradischi, ho iniziato la passione per lo scratch, quindi mi sono avvicinato alla musica rap.. ascoltavo Il cool j.....public enemy anni 8788.

Quanto influisce nella tua vita?

Adesso nella mia vita è fondamentale ,perchè scrivo tutto quello che vivo, dalle parole tiro fuori la melodia ,poi provo a legare tutto insieme, spesso succede qualcosa di buono.

Da dove nasce il nome?

Il nome sguigno ,nasce dal modo di scratchare che avevo ,il suono si infilava in ogni parte del brano.....lo scratch riempiva le parti mancanti di ogni brano.

Qual è la traccia a cui sei più legato?

Il brano che ascolto di più è l'ultima occasione.....racconto un po tutto quello che ho attraversato dalla mia adolescenza.....la prima strofa è eloquente.....sono stato allevato dove i guardiani sono vestiti di blu...infatti.

Le tue canzoni descrivono aspetti della tua vita personale?

Le mie canzoni raccontano tutto quello che ho vissuto di molto personale.

Hai qualche progetto già in mente per il futuro?

Per i progetti del futuro...attendo che qualcuno si accorga di me ..per un eventuale contratto discografico. DOVE POSSIAMO SEGUIRE TE E LA TUA MUSICA?
La mia musica si può ascoltare nella pagina ufficiale di youtube.....il nome è sguigno.

**Vuoi collaborare con noi?
Inviaci articoli, poesie, racconti
brevi, opinioni,ecc. Le migliori
usciranno nel prossimo numero!**

- <http://italianame.weebly.com/>



[HTTP://ITALIANAME.WEEBLY.COM/](http://italianame.weebly.com/)



Molise

Fra cultura e storia

Patrizia Di Stefano

In questo articolo, voglio dare maggiore luce ad una piccola regione, piena di

vita, piena di gente meravigliosa, piena di posti magnifici, di una natura stupenda, di borghi dal fascino indescrivibile, dove il tempo sembra fermarsi, tradizioni che portano la firma della storia antica, da molisana posso dire di aver vissuto e di vivere il mio piccolo paradiso in terra. Partiamo da quella che fu la sua "nascita" per così dire, vi cito qualcosa per quanto riguarda la separazione del Molise dall'Abruzzo, eh si! In passato prima che il Molise ottenesse l'autonomia, le due regioni erano un tutt'uno, vi lascio ad alcuni dati riguardanti tale storica situazione: [Fu una delle regioni previste dall'articolo 131 della costituzione italiana nella sua stesura originale. La regione, che si estendeva per circa 15.191 km², comprendendo gli attuali Abruzzo e Molise, restò inattuata, poiché, con l'articolo 1 della legge costituzionale n. 3 del 27 dicembre 1963, il testo costituzionale fu modificato, tornando, di fatto, a separare i territori di Abruzzo e Molise. Gli Abruzzi e il Molise hanno subito, nel corso dei secoli, diverse variazioni territoriali, anche importanti. Nel 1806, in particolare, la struttura periferica dello stato napoletano fu oggetto di una riforma amministrativa, che portò all'introduzione di un sistema di enti locali di tipo moderno e organizzato su quattro livelli. In seguito alla riforma, il Molise, otteneva l'autonomia amministrativa, ma la definizione dei confini provinciali comportò rilevanti mutamenti territoriali.] Eh già! Il Molise parte da una legge, la cosa che mi stupisce maggiormente è una: "l'aver sentito di persone che ignorano completamente l'esistenza della regione Molise", non so se si tratta di una presa in giro, o di una totale ignoranza geografica, il che potrebbe essere, molto probabilmente, il secondo caso. Ma non mi dispiace solo per il Molise, che non è vittima esclusivamente dell'ignoranza del popolo italiano, non si tratta nemmeno di ignoranza, quanto di menofregismo collettivo che incide negativamente sulla cultura dei singoli; si tratta anche della persino la parola (sottomessi) dai romani, personalmente posso assicurare che se ci fosse stata la totale sottomissione ai romani, molte tradizioni tutt'ora in voga, sarebbero scomparse, poiché soggette all'influenza romana, ma dato che ciò non è accaduto, penso di poter avere il pieno diritto di difendere il mio popolo, si! Popolo, perchè è il popolo che dopo l'assedio romano ha portato avanti, nonostante tutto, le proprie tradizioni, tramandandole di generazione in generazione, senza l'influenza romana. Cosa volete, dopotutto siamo sanniti e siamo fieri di esserlo, certo per quei pochi che rimangono, che sanno la propria storia e la propria geografia. Permettetemi di dirlo, essere italiani e non conoscere nemmeno la geografia del proprio paese che sia nord, centro o sud, è a dir poco imbarazzante. Arrivare a non sapere le regioni è proprio grave... qui andiamo verso un analfabetismo popolare tutto all'italiana, ricordiamoci che i potenti traggono potere dall'ignoranza del popolo.



Io credo nel rosa

Salve a tutte, ragazze, e benvenute a questo secondo appuntamento con la rubrica "Io Credo nel Rosa"!

Oggi vi parlerò di un argomento che mi sta molto a cuore e che, credo, abbia costituito, o costituisca tuttora, un annoso problema per molte di voi: l'uomo zecca.

L'uomo zecca è un esemplare del genere umano maschile, che deve il suo nome alla strabiliante somiglianza con il fastidioso insetto. Egli, di fatto, tende ad appiccicarsi alla povera malcapitata e, lentamente ma inesorabilmente, finisce per succhiarle ogni goccia di energia, fino a lasciarla completamente svuotata.

L'uomo zecca, inoltre, sa essere incredibilmente subdolo ed è campione nella disciplina della manipolazione.

S'insidia nelle nostre vite, facendoci facilmente credere di essere quello giusto e noi, soventi, ci caschiamo, finendo per innamorarcene perdutamente e sviluppando una sorta di dipendenza insana nei suoi confronti. Ed è proprio allora, quando sa di tenerci in pugno, che si manifesta per quello che è: nient'altro che un omuncolo incapace di ricambiare i nostri sentimenti, repellente a ogni forma di responsabilità, immaturo e tendenzialmente anaffettivo. Ma noi, nel frattempo, ci siamo dentro fino al collo e, continuare ad annaspire in quel mare di incertezze, che sono l'unica cosa di cui ci fa dono, per qualche incomprensibile ragione, ci sembra l'unica strada possibile da percorrere.

Ebbene, care ragazze, va subito messo in chiaro che stiamo sbagliando tutto! L'uomo zecca non è, e non diventerà mai, l'uomo giusto. Le possibilità che cambi – in meglio – sono pari a quelle di vedere Kim Kardashian con un vestito accollato. Quindi, mollatelo. Mollatelo immediatamente! Non protraete oltre, quello che già sta assumendo tutte le caratteristiche di un immane, immenso disastro. Non importa quanto voi lo amiate o pensiate di amarlo, l'amore non è eterno, almeno l'amore non ricambiato non lo è sicuramente, e, comunque, in questi casi non basta, non può bastare. Mollatelo con un sonoro calcio nel sedere e non voltatevi più indietro, non cedete a nessuna forma di ricaduta, che potrebbe risultare oltremodo deleteria; non rispondetegli più al telefono; ignorate i suoi sms di scuse – sono sempre finte, lui vuole solo tornare ad avere il controllo su di voi – e non visualizzate i suoi messaggi su Whatsapp, anzi visualizzateli e non rispondete – quante volte l'ha fatto lui con voi?! -.

In fine ricordate, per quanto scontato e banale potrà sembrarvi, è sempre meglio essere "sole", che poi sole non sarete mai, che mal accompagnate!

Un bacio a tutte, girls, e al prossimo appuntamento con "Io Credo nel Rosa".

Francesca

di Francesca D'Isidoro



[HTTP://ITALIANAME.WEEBLY.COM/](http://italianame.weebly.com/)



Arriva l'estate 2017 e non puo' mancare il nuovo singolo del dj e producer siciliano Luka j master, il single in collaborazione con Carlo Musumeci anche lui siciliano e cantato da Karlon urbano di Cuba , Eres mia è un single reggaetone moombathon un po' diverso dai precedenti. Infatti Luka j master da questo anno è entrato anche a far parte di una radio molto importante in Sicilia, Radio Studio Centrale con il programma: "Buoni o cattivi". Ricordiamo i suoi single precedenti nel 2014 "Shake your body" insieme a Tobix, nel 2015 "Aloha" cantato da Marcela Ocampo e Karlon e "Let me try" cantato da Silvia Urbani, nel 2016 "Perdoname" cantato da Karlon che ha avuto anche la licenza spagnola ed è stato inserito in diverse compilation importanti come Fiesta Latina e m2o compilation. Luka j master e Carlo Musumeci questa volta hanno deciso di unire i due generi musicali, con gran successo in simbiosi, dando vita al singolo "Eres mia", cantato dal cubano Karlos Urbano, che uscirà il primo giugno su Executiva music...
Buon ascolto

Luka j master



[HTTP://ITALIANAMEWEEKLY.COM/](http://italianameweekly.com/)

Edilizia

FANTASIA, FUTURO O ATTUALITÀ?

L'abitazione da un punto di vista differente

L'edilizia oggi si trova in una fase di passaggio tra un modo di pensare e fare costruzione tradizionale e una mentalità invece più aperta all'innovazione, pertanto possiamo definirlo un periodo delicato e cruciale per il prossimo futuro.

Le ultime scoperte in termini di nuove costruzioni e riqualificazione dell'esistente spingono in maniera importante, anche attraverso una pressione da parte dell'unione Europea e di tutti gli organi mondiali che operano in funzione di una tutela necessaria nei confronti del nostro pianeta, verso un approccio di risparmio soprattutto energetico degli edifici attraverso varie tecniche che rappresentano l'avanguardia:

Possiamo considerare avanguardia, ad esempio, i sistemi costruttivi prefabbricati, sia in laterizio che in legno, perché ottimizzano i tempi di posa e si può avere, grazie ad uno studio approfondito progettuale dal punto di vista della trasmittanza dei materiali utilizzati quindi delle pareti, dei solai, degli infissi e via dicendo, la certezza di un risultato ben definito in termini di comfort energetico. Ci si proietta quindi, stando a queste ultime considerazioni, verso una percezione differente di operare in edilizia ragionando un'ottimizzazione energetica non solo con l'apporto di macchine e impianti alimentati da fonti rinnovabili ma partendo già da un involucro costruttivo a bassissimo consumo. Tutto questo ci porta a riconsiderare e bisognerà farlo già nell'immediato per via di alcune normative in merito al consumo energetico degli edifici che saranno in vigore già nel 2019, il modo di interpretare l'edilizia in maniera radicale. Se pensiamo ai passi da gigante fatti dalla tecnologia negli ultimi 20 anni dal Pc a internet agli smartphone ai tablet alla fibra ottica ecc.. e li paragoniamo all'evoluzione invece nel settore dell'edilizia in termini di tecniche costruttive utilizzate, ci accorgiamo di uno squilibrio quasi sconcertante; non c'è stata la stessa velocità di innovazione forse per difficoltà oggettive, forse per pigrizia o per paura ma certamente è un dato di fatto.

L'opportunità che abbiamo oggi è quella di provare a oltrepassare quel confine rappresentato dal convenzionale e iniziare ad esplorare nuove realtà che rappresentano una prospettiva intelligente, ottimizzata, flessibile e di lunga durata. Aldilà delle nuove tecniche che oggi esistono sul mercato e su questo invito chiunque a iniziare una ricerca perché dalla curiosità e dalla conoscenza bisogna partire, il mio vuole soltanto essere in maniera umile e costruttiva un invito a sedersi per terra di fronte al divano e iniziare a pensare l'abitazione da un punto di vista differente.

Geom. Stefano Perilli



[HTTP://ITALIANAMEWEEKLY.COM/](http://italianameweekly.com/)



ERICH RAEDER IL GRANDE AMMIRAGLIO TEDESCO DELLE NAVI DA SUPERFICIE

Per Erich Raeder Hitler era "eine Landratte", un topo di terraferma, una caratteristica che limitò il pensiero del dittatore tedesco di fronte ai nuovi concetti di guerra moderna.

Tuttavia l'ammirazione di Hitler si estende all'aeronautica, corpo nel quale il Maresciallo dell'aria Göring si distingue per l'obbedienza al Reich, per l'imponente mole fisica e per la renitenza a collaborare con la Marina. Al Maresciallo dell'aria è affidato l'arruotamento della RAF successivamente alla campagna di

Francia, compito che egli assolve dapprima egregiamente e poi in modo criticabile, entrando in contrasto con Adolf Galland ed Alfred Jodl e quindi con altri esponenti della nomenclatura nazista. Per Erich Raeder, Göring è un elemento pericoloso, che antepone la gloria personale all'affermazione della nazione tedesca. Göring è una creatura nazista. Raeder è un uomo di mare e, come tutti gli uomini di mare, ha un pensiero libero, che non lo vincola all'obbedienza cieca ed assoluta al nazismo ed al suo capo. Lo dimostrerà quando sosterrà l'importanza di una flotta di superficie che potesse competere con quella inglese, ovvero con quella Regina dei Mari che dal secolo XVII solcava, sovrana, gli Oceani. Lo dimostrerà quando sarà sostituito da Doenitz, occasione nella quale implorerà Hitler di non demolire le ultime unità di superficie sopravvissute agli scontri navali. Hitler è però un caporale divenuto comandante di un'imponente macchina bellica e, come tutti i parvenus, è depositario di una presunzione che trasuda da tutti i pori. Reagisce, sbraita, architetta piani inconsistenti, mette a tacere Keitel, Jodl, Von Brauchitsch, Guderian, Von Manstein e batte i pugni in presenza di Von Rundstedt, di cui teme la personalità, il prestigio ed il carisma. Non ascolta i consigli dei suoi militari che propendono per iniziare la guerra nel 1944 o nel 1945, quando la Germania avrebbe potuto disporre di un Esercito più potente e di una Marina più agguerrita.

Erich Raeder proviene dalla scuola della Marina Imperiale, quella stessa che in un rogo funebre si era estinta a Scapa Flow con l'autoaffondamento per non essere consegnata ai vincitori. Nella Germania del dopoguerra si affermerà la Repubblica di Weimar, il cui Presidente è il socialdemocratico Ebert, che saluterà le truppe invitate tornate dal fronte. Guiderà una Germania affamata e preda di un'insostenibile inflazione, in cui un'esosa, quanto incontrollabile politica dei prezzi, farà maturare quei sentimenti di rivincita che condurranno ad un'altra catastrofe. In questo clima si forgia la classe militare tedesca. E Raeder è un esponente di primo piano, che reciterà un ruolo preminente fino al 1945, allorché passerà il testimone a Karl Doenitz, fin allora Comandante della Flotta sottomarina, che dissemina ottocento unità nei mari avidi di prede nelle loro tempestose acque di fuoco.

Brevi note biografiche

24 aprile 1876: Erich Johann Albert Raeder nasce a Wandsbeck, vicino ad Amburgo. La famiglia appartiene alla piccola borghesia. Non ha tradizioni militari. Il padre è funzionario di Stato e preside.

1894: accede nell'Accademia della Marina Imperiale.

1910: è nominato Ufficiale di rotta sullo yacht Hohenzollern dell'Imperatore Guglielmo II.

1912: fa parte dello staff di Franz Von Hipper, divenendone poco dopo il capo.

1914: scoppia la Prima Guerra Mondiale. Vi prende parte nello staff di Von Hipper.

1915: prende parte alla Battaglia di Dogger Bank nel Mar del Nord.

Maggio 1916: partecipa alla celebre Battaglia dello Jutland o Skagerrak come Capo di Stato Maggiore di Hipper, che comanda la Flotta dei cacciatorpedinieri.

21 novembre 1918: la Germania firma la resa. Raeder fa parte degli Ufficiali delusi per l'esito della guerra.

1919: ha inizio la Repubblica di Weimar.

1928: è Comandante in capo della Marina tedesca. Crede nel riarmo della Germania voluto da Hindenburg e Lüdendorff.

1933: Hitler è Cancelliere della Repubblica tedesca.

1934: è sulla Deutschland con Hitler, che gli chiede il sostegno per la successione a Hindenburg (ormai vecchio e in declino). Raeder accetta il "baratto" in cambio della libertà della Marina dai controlli del nazionalsocialismo.

Novembre 1937: approva i piani di Hitler per l'invasione di Cecoslovacchia, Austria e Polonia, preludio alla II Guerra Mondiale.

1940: con Rosenberg e Quisling è artefice del piano di invasione della Norvegia.

1940 - 1941 - 1942: è il più importante artefice della guerra tedesca sui mari. Nel 1941 elabora con il suo Stato Maggiore la "Operazione Rheinübung" contro il traffico mercantile Alleato e che condurrà all'impiego di unità di superficie su vasta scala.

1943: gravi contrasti con Hitler. Il 30 gennaio è destituito e sostituito con Doenitz.

16 maggio 1945: è scovato dai russi a Potsdam-Babelsberg.

30 settembre 1946: il Tribunale di Norimberga lo condanna all'ergastolo, dopo avere sfiorato la condanna a morte. È internato nel carcere di Spandau.

26 settembre 1955: per motivi di salute è rimesso in libertà vigilata.

6 novembre 1960: all'età di 84 anni muore a Kiel nell'Ospedale della Marina.

Erich Raeder, inflessibile Ufficiale di Marina, era uomo dalla tempra forte, ostinata e caparbia. Poco incline ad ammettere gli errori, era il tipico militare tedesco di scuola prussiana, che non si poneva problemi di ordine politico mondiale. La Marina era la sua patria ed in essa il suo animo si era forgiato al di sopra di ogni sensibilità umana. Per lui la guerra era un "mestiere" e, come tale, doveva essere

esercitata. Nel 1939, unico dopo

Von Tirpitz, è insignito del grado di "Grossadmiral",

mentre la guerra incombe

con tutto il suo assurdo

scenario. La famiglia

appartiene alla piccola

borghesia, a quella che oggi

si chiamerebbe "ceto medio".

Ciò non gli preclude di entrare nel

1894 nella Kaiserliche Marine (Marina Imperiale).

Nel 1912 è Capo di Stato Maggiore di Von Hipper. In questa veste partecipa alla

Prima Guerra Mondiale, che lo vede presente nelle battaglie navali di Dogger Bank

(1915) e dello Jutland (1916). Raeder - "soldat bis zum letzten Tag" (soldato tutto

ITALIANAMENTE
Magazine



L'ARABA FENICE EDIZIONI MAGNA GRECIA ELIANO BELLANOVA
 IL GRANDE AMMIRAGLIO TEDESCO DELLE NAVI DA SUPERFICIE



Erich Raeder

d'un pezzo) secondo Kesselring – doveva reggere per quindici anni le sorti della Marina, vivendo come maestro dell'attacco navale, il Secondo Conflitto fino agli inizi del 1945, quando i rovesci subiti nell'Oceano Atlantico facevano presagire la sconfitta. Nell'ottobre 1928 succede a Zenker, il famoso propugnatore delle corazzate tascabili, quale Oberbefehlshaber der Reichsmarine (Comandante in Capo della Marina). E siamo ancora negli anni della debole Repubblica di Weimar. Le Marine hanno un comune denominatore: fermezza, spirito epico, disciplina, silenzio, condivisione delle "cattiverie" e delle meravigliose

bellezze del mare. Tutto ciò pone l'uomo di mare in una condizione diversa da quella del soldato di terraferma e dell'aviatore. Queste caratteristiche peculiari sono tanto presenti nella Marina tedesca quanto in quella inglese, quanto nelle altre che vantano una tradizione gloriosa o importante. Raeder non era un dio nibelungico dal punto di vista fisico. Di statura regolare, ben "complexionato", asciutto, bruno, dai lineamenti regolari, che avevano un non so che di mediterraneo, dai capelli corti, teneva in particolar modo alla cura della persona e dell'uniforme, stabilmente abbottonata ed impeccabile. Guglielmo II lo aveva avuto a bordo dell'Hoenzollern e ne aveva apprezzato le doti. Raeder, a quell'epoca, aveva solo trentaquattro anni. La stima si estende all'Ammiraglio Hipper, celebre protagonista con Scheer allo Jutland. Tale stima è confermata da Hitler, che nel 1936 lo promuove Ammiraglio Generale. A questo periodo risalgono i primi contrasti con Hermann Göring, sostenuto da Hitler dapprima silenziosamente, quindi palesemente. Ciò tuttavia non impedisce la promozione al maggiore grado nel 1939. In questa veste suggerisce l'Operazione Weserübung considerato che il dittatore ha mandati a morte tanti valenti alti Ufficiali destituendone altri per essere inviati in Siberia. Invece Stalin reagisce. Nomina a gradi superiori Ufficiali inferiori, ricostruisce l'Armata Rossa, riempie i vuoti dovuti ai colpi inferti dalle truppe tedesche. Von Rundstedt, Guderian, Von Brauchitsch, Von Manstein, Von Kleist, Speidel, Von Kluge, Von Witzleben, Von Paulus, prodigano le loro immense risorse strategiche. I loro colpi sono terrificanti, ma non abbattano "il leone rosso". La Russia ha risorse immense, i rifornimenti alleati la sostengono in modo tale da riprendersi e contrattaccare.



È l'inizio della fine. In Nordafrica, dopo i successi di Rommel, ad El Alamein, sulla via di Alessandria d'Egitto, le truppe italo-tedesche sono dapprima fermate e poi volte in fuga, in una ritirata lenta, ma inesorabile. Contemporaneamente gli inglesi riescono a rifornire Malta, spina nel fianco dei rifornimenti italiani alla quarta sponda. L'attacco alle coste italiane della Sicilia è questione di mesi e si

concretizzerà dopo la resa in Tunisia. Intanto la Marina tedesca è pressappoco scomparsa dall'Atlantico. La Scharnhorst non è più, la Gneisenau è ridotta ad un ponte inutilizzabile in alto mare. Gli incrociatori non sono in grado di sostenere la soverchiante Flotta nemica, cui danno man forte le navi statunitensi, dopo l'attacco a Pearl Harbour da parte nipponica. I contrasti fra Hitler e Raeder diventano sempre più continui. Il 30 gennaio Raeder è costretto alle dimissioni. Lo sostituisce Karl Doenitz, maestro della guerra sottomarina. Gli U-boote continueranno nelle loro incursioni e saranno il simbolo della guerra navale tedesca. Il 20 luglio fallisce l'attentato al Nido d'Aquila. Seguiranno condanne a morte, che coinvolgeranno anche Rommel. Raeder fin dal maggio 1945 si è ritirato dalla Marina. Due anni dopo, il 26 maggio 1945 è catturato dai russi a Potsdam-Babelsberg. Sarà processato per crimini di guerra a Norimberga. Gli sarà comminato l'ergastolo da quel Tribunale che agì sulla base del Diritto Internazionale e di guerra, generando strascichi polemici e dissensi. Raeder è condotto a Spandau. È liberato il 26 settembre 1955 per motivi di salute. Ha compiuto 79 anni, soffre di cuore, artrosi, sciatalgia e bronchite cronica, ma dichiara sempre di stare "benissimo". È operato di ernia da un chirurgo statunitense e supera egregiamente l'intervento. È con lui la moglie, che lo crede un "angelo" e non lo abbandona. Vive modestamente con la pensione di Ammiraglio (550 dollari al mese, equivalenti a circa quattromilacinquecento euro attuali) ed un anno prima della fine perde la moglie Erika, mentre in lui fa capolino la demenza senile. Abbandonerà la terra il sei novembre 1960, all'età di 84 anni, nell'Ospedale della Marina di Kiel. Doentiz, il suo successore, pronuncerà il discorso funebre, nel corso del quale dirà, fra l'altro: "Raeder era un uomo senza macchia. Era un pio, un cristiano. Di fronte ai giudici di Norimberga egli riconobbe che la sua colpa fu quella di essere unicamente un soldato e non uomo politico. La tragedia dei buoni soldati in Germania fu appunto di essere indifesi contro il demoniaco dittatore". Di lui ci restano gli scritti: "Der Kreuzerkrieg", "I Miei Rapporti con Adolf Hitler e con il partito", "Mein Leben" (La Mia Vita - 1957 - autobiografico). Raeder aveva creduto nella guerra? Citiamo una frase di riflessione: "Potranno dimostrare soltanto di morire da eroi", scritta quando denunciò la debolezza della Marina tedesca. In quella debolezza Raeder credette, Hitler no.

ELIANO BELLANOVA

insieme a:



IL FARO ITALIANO

*** NOTA BENE ***

Ricordiamo che tutti i contenuti inseriti su Italianamente magazine sono di piena ed esclusiva proprietà del firmatario dell'articolo. E che ogni firmatario manleva da ogni responsabilità penale e civile italianamente.



Ed era stato così: appena giunto in Italia era stato messo su una lunga macchina marrone, caricato, insieme ad altri tre bambini più o meno della sua età, sul sedile di dietro, dove aveva dormito per diverse ore, fino a giungere a un luogo chiamato Brescia. Non sapeva dove si trovasse; non ne aveva la più pallida idea. Aveva studiato a scuola che si trovava in Italia, ma non ne sapeva di più. In fondo, aveva appena finito le scuole elementari.

Era rimasto abbagliato da quella grande città: luci, colori, macchine che sfrecciavano veloci. Nessuno che aveva tempo di badare a lui, un povero bambino strappato all'affetto di sua madre e dei suoi fratelli per essere portato proprio lì, in quello strano posto, con gente che non conosceva e che non aveva certo l'intenzione di affidarlo a qualche famiglia per bene.

Era stato portato in una fabbrica vuota e abbandonata, polverosa, con alte finestre dai vetri rotti, attraverso le quali un vento gelido entrava fischiando e faceva dondolare lunghe ragnatele grigie che pendevano dal soffitto. Qui, lui e gli altri bambini, insieme a Carlo, l'uomo che li accompagnava da quando erano sbarcati, erano scesi in silenzio in una specie di catacomba, un tunnel sotterraneo, che si apriva in una stanza buia, senza finestre, sottoterra. Qui c'erano molti altri bimbi, dai cinque ai dieci anni circa. Daniel aveva potuto vederli tutti solo in quell'occasione perché, quando Carlo entrò nella stanza, un altro uomo accese la luce e squadrò uno a uno i quattro nuovi arrivati. I due uomini si erano scambiati qualche parola in italiano. Daniel non aveva capito nulla, a parte il nome del suo

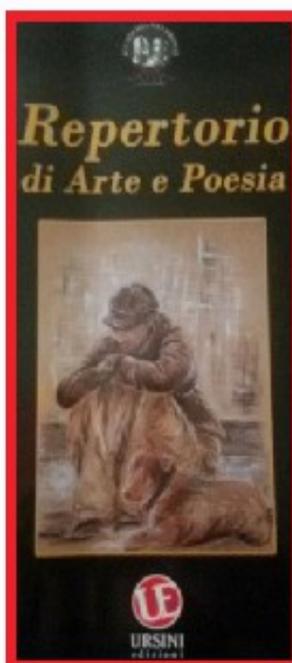
nuovo carceriere: non conosceva l'italiano. Poi l'altro uomo, Rodolfo, aveva dato dei soldi a Carlo e quello se ne era andato, lasciandoli lì, in quella specie di budello sotterraneo. Da allora era iniziato un vero inferno: Daniel era stato messo a dormire sopra un materasso buttato per terra, con solo una coperta addosso. Non c'era riscaldamento e faceva un freddo cane, là sotto. Ma il peggio arrivava durante il giorno: tutte le mattine la sveglia era all'alba e i bambini venivano mandati a chiedere l'elemosina per le strade. Ogni sera, dovevano portare a casa almeno cinquanta euro. Se ne portavano meno, erano botte. Daniel aveva capito alla svelta che non conveniva andarsene a zozzo per la città senza far nulla: doveva raccogliere il denaro necessario, o avrebbe preso un sacco di botte. Botte che toglievano il fiato. Gli era capitato qualche volta, in due anni, di tornare senza i soldi necessari. Ne aveva prese tante che gli era sanguinato il naso per ore. E forse gli avevano rotto anche qualche costola, ma lui sapeva solo che gli faceva male a respirare, per dei giorni interi, dopo quei pestaggi.

Cercò di scacciare quel pensiero dalla mente: doveva alzarsi, o sarebbero venuti a tirarlo giù dal letto a forza. Si alzò, già completamente vestito. Aveva imparato che non conveniva togliersi gli abiti di dosso, neppure d'estate, quando il caldo si faceva insopportabile, là sotto: infatti, troppo spesso gli abiti sparivano durante la notte. I bambini più grandi e prepotenti li rubavano agli altri più deboli, per poi rivenderglieli. Si era formata una specie di cosca, un gruppo di ragazzi che picchiava gli altri e gli estorceva dei soldi, per raggiungere le centomila lire senza lavorare. Daniel aveva capito presto che doveva stare alla larga da loro: nascondeva i soldi guadagnati anche nelle mutande, se necessario; lavorava lontano da loro, sempre.



Laura Ficco

Per info :
Sia per l'ambito artistico e sia per
quello letterario.
www.lauraficco.it



L'articolo
inerente al
quadro della
Dott.ssa
Ficco è preso
dal volume
ritratto in
foto.

Un autoritratto, volto impresso su masonite, occhi profondi comunicativi, identificazione attraverso lo specchio; vedersi riflessi presuppone l'uscire da sé per provare ciò che è fuori di sé. Essenzialità di un gesto per lasciare qualcosa che di noi possa rimanere, esperienza visiva con l'incontro del proprio riflesso, con l'idea cioè che abbiamo di noi stessi. Il dipinto suscita molte ipotesi, la principale è forse il bisogno di fermare la propria immagine affinché non si dissolva, il volto così ben rappresentato mostra un'anima di grande sensibilità.



[HTTP://ITALIANAME.WEELY.COM/](http://italianameweekly.com/)

Diandra Elettra Moscogiuri

di Anna Gnesso

INTERVISTA A DIANDRA ELETTRA MOSCOGIURI CHE HA MOSTRATO LE SUE CICATRICI A "THE REAL"

Abbiamo incontrato l'artista poliedrica Diandra Elettra Moscogiuri, attrice, scrittrice, fotomodella, ballerina di burlesque e personaggio televisivo, che ha recentemente mostrato le cicatrici del suo volot a "The Real".

Ciao carissima Diandra, ben trovata su ItalianaMente, scrittrice, attrice e personaggio televisivo: sei, quella che potremmo definire, un'artista a 360 gradi... Grazie, per me è un piacere partecipare a questa intervista. Non mi sento ancora un'artista a 360 gradi ma mi piacerebbe tanto diventarlo un giorno. Penso che ogni artista debba scegliere cosa gli piace di più, ma debba anche cercare di



cimentarsi in altri campi, perché tutte le arti sono in qualche modo legate tra loro. Non esiste la recitazione senza il canto, non esiste il canto senza la danza, e la danza non esiste senza la musica. Voglio saperne più che posso, per riuscire a dare il meglio di me. Non bisogna mai smettere di essere curiosi e affamati di conoscenza.

Se ti chiedessero di scegliere, dentro quale di questi settori artistico continueresti, perché non riusciresti a farne a meno? Indubbiamente la recitazione. Penso che sia la forma di espressione in cui mi identifico meglio, che sento più mia rispetto a qualsiasi altra. Ma non è stata la mia prima scelta quando ero piccola. Tutto è nato con la danza, quando avevo dodici anni. Ciò che più amavo del balletto era l'interpretazione che potevo dare a ogni passo, il significato che poteva avere ogni coreografia. Ero affascinata da come l'espressione del viso di una ballerina potesse cambiare l'intera performance e donare ogni volta una profondità unica ai gesti, così scoprii il teatro-danza e poi la recitazione. Una cosa mi dava molta insicurezza: la mia voce. Non pensavo che fosse adatta, così ho iniziato a prendere qualche lezione di canto. Unendo tutto questo, studiando bene movimenti, voce, e interpretazione, sono riuscita a trovare la mia strada.

La tua esperienza televisiva, quando e come è iniziata? Tutto è iniziato con la partecipazione a Ciao Darwin l'anno scorso. Sono rimasta affascinata da come tutto ciò che prima avevo visto attraverso uno schermo potesse sembrare improvvisamente così reale e palpabile, la televisione mi ha rapita con le sue luci e le sue musiche. Così mi sono buttata in questo mondo e ho avuto la mia grande occasione a Take me out poco più di un mese dopo. Poi sono arrivate tante nuove esperienze, quelle che ricordo con più piacere sono Furore su Rai 2 e The Real su Canale 8. Raccontaci della tua esperienza a The Real: come mai hai deciso di mostrare al mondo le tue cicatrici? Credo che sia stata la più



[HTTP://ITALIANAMEWEEKLY.COM/](http://italianameweekly.com/)

grande sfida della mia vita. Il mio viso scalfito dai segni è sempre stato un problema grave, ha sempre minato la mia autostima, fino a convincermi che sarebbe stato il più grande ostacolo alla realizzazione dei miei sogni. Poi ho capito che dovevo fare solo una cosa per sbloccarmi: smettere di nascondermi. Parlare a The Real del mio problema mi ha aiutata tantissimo ad affrontare le mie paure. Ringrazio davvero chi mi ha permesso di parlarne in tv, le conduttrici, e la dottoressa Delia Colombo.



Tu e il teatro: cosa rappresenta la recitazione per te, ed il rapporto diretto con il pubblico? Il teatro è un esame continuo. I tuoi errori sul palco non possono essere tagliati, o corretti. Non ci sono i dettagli o i primi piani ad aiutarti nell'espressività, devi crearli da sola con il tuo talento. Penso che non smetterò mai di studiare recitazione: come il cantante intona le scale, e il ballerino gli esercizi alla sbarra, l'attore deve arricchirsi ogni giorno di qualcosa che prima non aveva. Quest'anno ho interpretato Marilyn Monroe al Teatro Pime nella commedia Le Folli Notti del Dottor Gerrill, ed è stato davvero difficile cimentarmi in un ruolo comico di questo calibro. La differenza col cinema è essenzialmente questa: sei tu a guidare la tua immagine durante la performance, a correggerti da solo e a guidare lo spettatore, che fa parte dello spettacolo quanto l'interprete. Tu e la scrittura: dopo Tequila Suicide, che ha avuto un ottimo riscontro di critica e di pubblico, a quale progetto stai

lavorando, e cosa rappresenta scrivere, per te, quali sono le sue gioie e i suoi dolori? Dopo Tequila Suicide non penso che scriverò altri libri. Il mio sogno non era quello di diventare una scrittrice, ma di pubblicare proprio quella storia. Una storia che sembra scritta dalla parte più privata e nascosta della mia anima, che si scinde tra fatti accaduti, ascoltati o semplicemente inventati, una storia che rimane imprigionata nel suo anno di pubblicazione e allo stesso tempo fa parte di me più di qualsiasi altro progetto. Pubblicizzare questa storia mi serve ancora, anche a tre anni dall'uscita del libro. La sento ancora attuale, ancora mia, e se scrivessi altro mi sembrerebbe di tradire Tequila Suicide, su cui ho ancora davvero tanto da dire, tanto su cui riflettere e da condividere.

Progetti artistici per il futuro prossimo... Ci sono molti progetti in arrivo, due sono targati Demodami Factory, la produzione indipendente che sto fondando con David Milesi e Davide Franco, e altri sono esterni e riguardano il mondo delle serie web. La Demodami si occuperà principalmente di video musicali e film indipendenti, ma per adesso abbiamo annunciato solo il videoclip musicale della mia band, le Black Summer. Le riprese sono iniziate da poco e termineranno in estate. Nello stesso periodo sarò molto impegnata a livello recitativo in un nuovo ruolo drammatico per il web e nella produzione di un progetto Demodami davvero molto molto complesso.

Come è nata l'idea di una girlband? Ho sempre voluto formarne una, concentrandomi più sulla danza che sul canto. L'idea nasce dalla concezione che esistono tanti tipi di donna e che ognuna di esse è speciale nella sua diversità, infatti ognuna di noi ha uno stile e



[HTTP://ITALIANAMEWEEKLY.COM/](http://italianameweekly.com/)

una personalità particolari. Il marchio delle Black Summer è proprio la varietà. Il nostro primo prodotto sarà la cover di una canzone giapponese, volevo sperimentare un po' con la musica e vedere come sarebbe stato cantare in una lingua di cui conosco davvero poco. Quando si superano i limiti possono uscire fuori delle cose davvero interessanti e nuove, spero che il pubblico apprezzi. A gestire il progetto con me è la ballerina Silvia Marletta, anche coreografa ufficiale del gruppo. Lei ha uno stile raffinato e sensuale che si compensa perfettamente col mio, che invece è angelico e un po' onirico. Il terzo membro è Angelica Campanale, che tutti conosciamo per il personaggio di Crudelia a Take me out e per i suoi book fotografici, che si distingue sempre per la sua predilezione per il colore nero. Poi non poteva mancare Stefania Marangio, o meglio come la conosciamo tutti sul Web Stefania – La Tarantage, che con un look sportivo porta luce e simpatia nel gruppo. La new entry è una ragazza davvero particolare che al casting mi ha colpito con uno stile vintage e retro davvero unico. Un abito con le frange, dei lunghi orecchini colorati, insomma era proprio il tassello mancante per creare un equilibrio perfetto. Il suo nome d'arte è Sve.

Come facciamo a seguirvi? Chi mi conosce sa che adoro i social, in particolare Facebook e Instagram. Vi invito sulla pagina ufficiale Diandra Elettra Moscogiuri e sul profilo Instagram diandra_elettra! Ho anche un canale Youtube ma verrà attivato in futuro, sempre per uno dei miei progetti misteriosi.

Lascia un messaggio ai nostri lettori...

State molto attenti a chi dice di essere un grande talento ma non può dimostrarlo.

ILARIA GRASSO



Vuoi collaborare con noi?
Inviaci articoli, poesie, racconti brevi, opinioni, ecc. Le migliori usciranno nel prossimo numero!

- <http://italianame.weebly.com/>



[HTTP://ITALIANAME.WEEBLY.COM/](http://italianame.weebly.com/)

L'Angolo Zen di Ren Zen

L'ENERGIA ALIMENTA I "PER" ED I "CONTRO" di Renzo Ren Zen Maggiore

Perché occorre lavorare per costruire più che per eliminare qualcosa

Nell'ascoltare le posizioni di alcune comunità e movimenti di opinione e d'azione, anche di quelli nati a favore di Diritti Civili o per la cura delle dipendenze, noto spesso un "errore" linguistico che denota ignoranza (nel senso di "non sapere") in termini linguistici, spirituali ed energetici: si usa facilmente la preposizione "contro" per posizionarsi in una parte che si mette in antitesi ad un'altra o per condannare le droghe, l'omofobia, le guerre,



平常之道

l'inquinamento, il fumo... La preposizione "contro" non fa che riconoscere e dare importanza all'oggetto pronunciato! E' sempre uno sbaglio "essere contro", dividere una realtà che non è affatto divisa. Finché il pensiero, o addirittura la filosofia di fondo della propria azione sarà questa, proseguiranno i conflitti, le comunità di cura e i centri di accoglienza continueranno a riempirsi di tossicodipendenti, alcolisti, piccoli criminali, poveri, immigrati... L'impostazione corretta a livello linguistico si basa sul

"per": costruiamo qualcosa di buono e costruttivo per curare e soprattutto per prevenire i danni che la debolezza umana si autoinfligge usando il primo mezzo che gli capita a disposizione (depressione, droghe, pratiche masochistiche, aggressività, isolamento... suicidio). Al livello spirituale vale l'Amore, non l'odio: l'Essere consapevole e illuminato non è "contro" niente e nessuno, perché sa che l'Universo è Uno e indivisibile. A livello energetico, nominare un avversario lo rende reale e semmai più forte. L'energia va perciò focalizzata sul fare qualcosa di positivo al fine di ottenere un risultato utile per sé e per la comunità di riferimento, non per combattere qualsivoglia persona, gruppo di persone, oggetto, mezzo. Gli alcolici sono disponibili ovunque, eppure non è affatto necessario berli. Le sigarette si trovano ovunque, eppure nessuno ci impone di fumarle. Si può giocare d'azzardo ad ogni angolo delle città, eppure non serve buttare i soldi per giocare. Si può perdersi davanti alla televisione o a internet, ma sono soltanto mezzi da utilizzare per uno scopo. Si può tifare per una squadra insultando gli avversari, ma bisogna imparare ad ammirare piuttosto la bellezza dei gesti e delle parole, a prescindere dalle maglie che si indossano, dai colori che si difendono, dai partiti che si votano. Dobbiamo perciò rinunciare ad "essere contro" e cominciare a pensare sempre "per": la sanità mentale, la consapevolezza, il saper

comunicare e condividere, il rispetto di ogni singola Persona e della Natura. Aiuta molto in questo percorso il fatto di avere uno Scopo che motivi e dia un senso a questa esistenza.
www.renzen.it



Vuoi collaborare con noi?
Inviaci articoli, poesie, racconti brevi, opinioni, ecc. Le migliori usciranno nel prossimo numero!

- <http://italianame.weebly.com/>

[HTTP://ITALIANAME.WEEBLY.COM/](http://italianame.weebly.com/)

IL LIBRO : PRODUZIONE E DIFFUSIONE FRA IL DUECENTO E TRECENTO di Patrizia Pallotta



La diffusione della cultura ha un elemento essenziale, il libro.

L'estendersi dell'alfabetizzazione e il formarsi di un pubblico di lettori in ambito

cittadino fa sì che la circolazione del libro sia più vasta di quanto non fosse nell'ambito della cultura ecclesiastica dell'Alto Medio Evo.

Allora i luoghi di produzione del libro erano fatti nelle abbazie, monaci detti

amanuensi erano impegnati a copiare libri antichi e moderni e i prodotti erano

diffusi nella cerchia delle stesse abbazie.

Nella civiltà urbana si formano, invece, delle vere e proprie botteghe di copisti

professionali, che producono libri dietro pagamento.

La produzione è più organizzata, più rapida e più abbondante, ma i limiti della

copiatura a mano, sono insuperabili e le copie sono ancora di poca necessità,

quindi il prezzo è altissimo.

Anche il materiale, che è sempre la pergamena, continua ad essere molto

costoso.

Solo lentamente comincia ad affacciarsi l'uso della carta ricavata dagli stracci,

che è meno cara, ma molto meno resistente.

Spesso poi i libri sono spesso impreziositi da miniature colorate, opere di

squisiti artisti (

Si ricordi

l'Oderisi da

Gubbio

menzionato da

Dante nell'XI

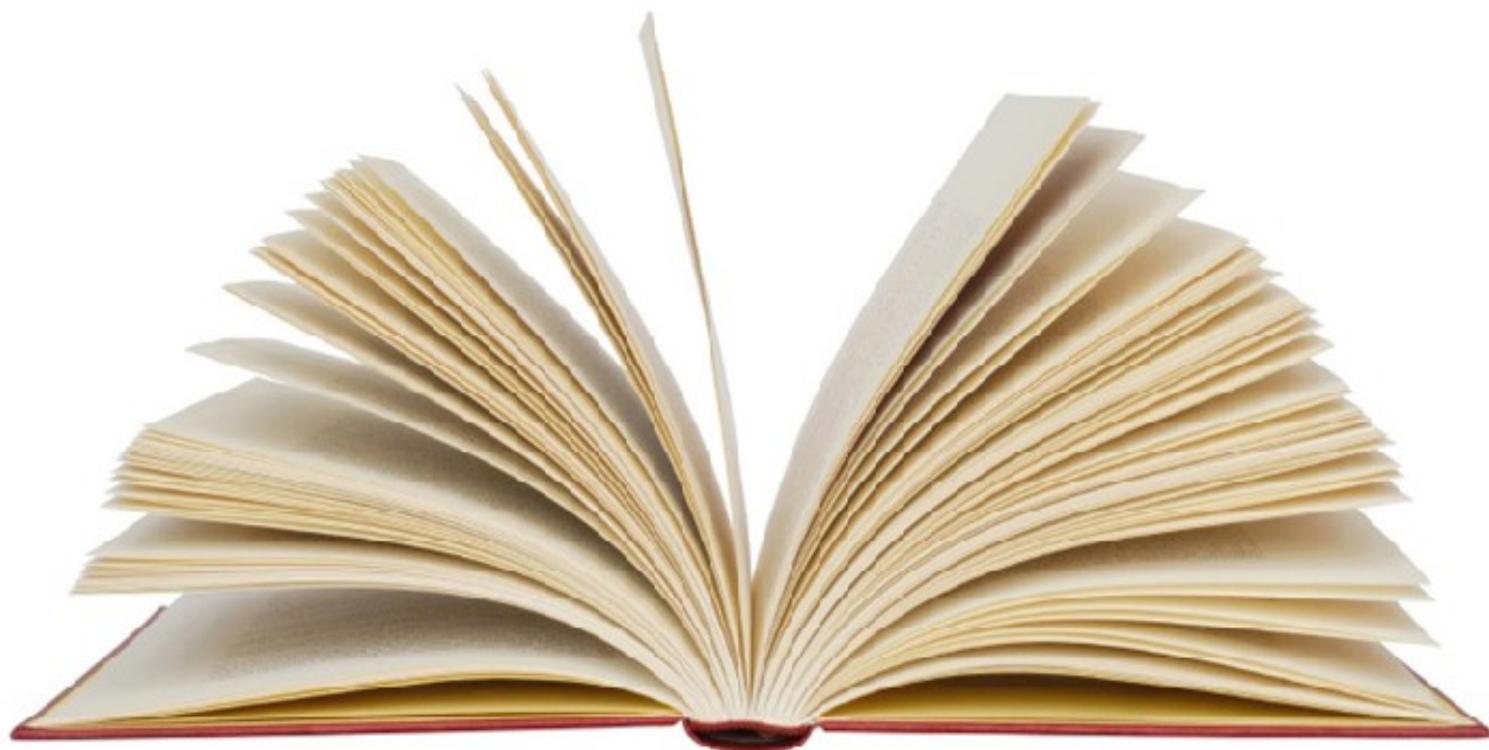
canto

Vuoi collaborare con noi?
Inviaci articoli, poesie, racconti brevi, opinioni, ecc. Le migliori usciranno nel prossimo numero!

- <http://italianame.weebly.com/>



[HTTP://ITALIANAME.WEELY.COM/](http://italianame.weebly.com/)



del Purgatorio).

Il libro resta perciò un oggetto di lusso che pochi possono permettersi.

Una circolazione più diffusa è quella dei testi universitari : vi erano delle botteghe

particolari, legate alle università che producevano delle specie di dispense dette

“peciae” che venivano vendute a fascicoli.

Ma spesso il lettore provvedeva egli stesso a copiare il libro, per poterlo

possedere.

Di un'opera di grande successo presso il pubblico borghese, come il “Decamerone”

noi possediamo manoscritti non di pregio, cioè non prodotti dalle grandi botteghe

specializzate, ma copiati dai lettori stessi, nella grafia propria del ceto mercantile,

“ la mercantesca”.

Persino gli scrittori copiavano le opere personalmente che ad essi interessavano :

noi possediamo codici scritti di pugno da Petrarca e Boccaccio.

Non esiste nulla in questo periodo che sia paragonabile alle biblioteche pubbliche

moderne.

Grandi centri di raccolta e conservazione dei libri restano i Monasteri, o le Biblio-

Teche Vescovili.

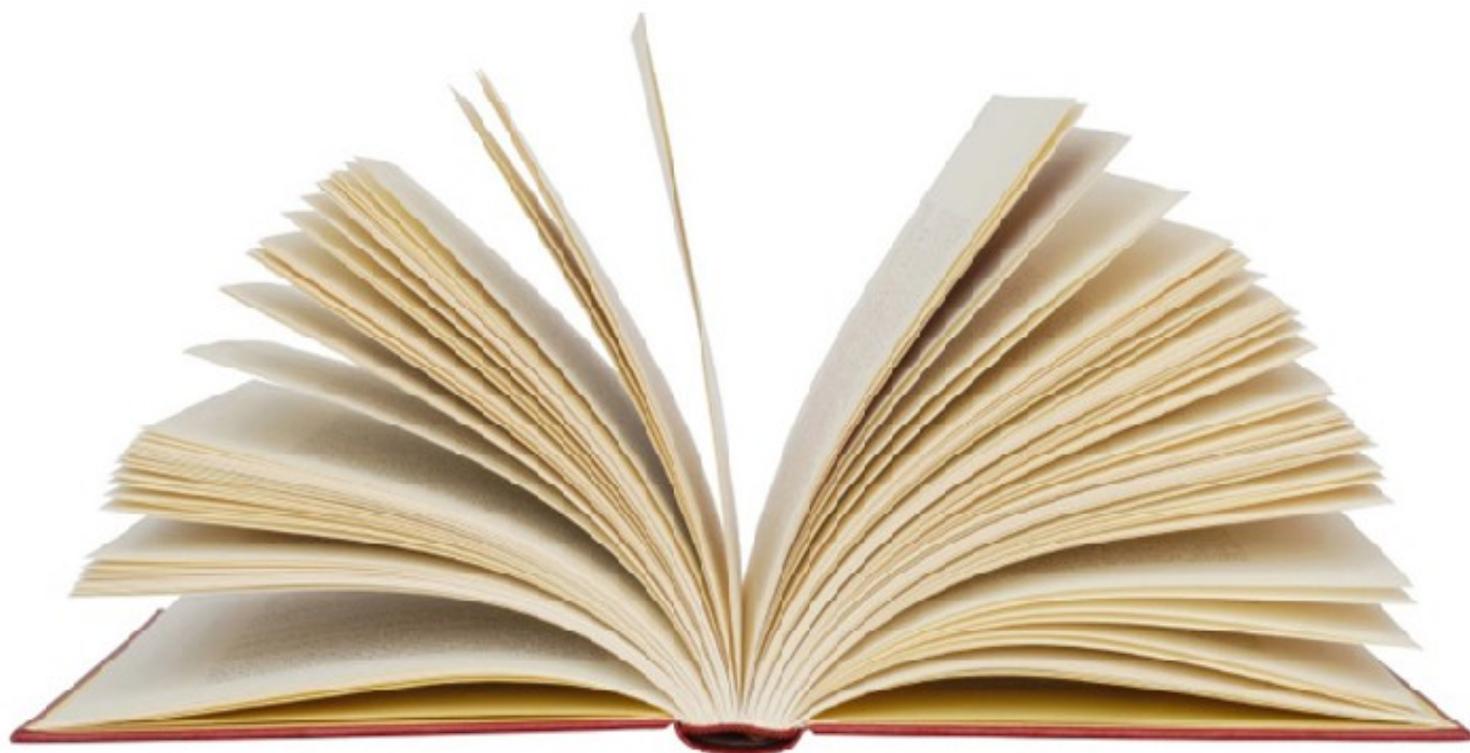
Nel '400, gli Umanisti (seguendo l'esempio del precursore

Vuoi collaborare con noi?
Inviaci articoli, poesie, racconti brevi, opinioni, ecc. Le migliori usciranno nel prossimo numero!

- <http://italianame.weebly.com/>



[HTTP://ITALIANAME.WEEBLY.COM/](http://italianame.weebly.com/)



Petrarca) andranno in

cerca di quei testi antichi che il Medio Evo non aveva più letto, e di cui si erano

perse le tracce.

Ma, accanto alle Biblioteche Ecclesiastiche, si vanno formando quelle delle Università, dei grandi signori o dei grandi intellettuali, come Petrarca, abbastanza

ricchi da potersi permettere di accumulare libri.

Il Petrarca fu assiduamente in cerca di libri : l'amore che egli aveva per i classici

antichi si trasferiva anche agli oggetti materiali che ne trasmettevano la parola.

Perciò la sua biblioteca era composta solo da testi latini (unica eccezione la Commedia di Dante).

Vuoi collaborare con noi?
Inviaci articoli, poesie, racconti brevi, opinioni, ecc. Le migliori usciranno nel prossimo numero!

- <http://italianame.weebly.com/>

Per quei tempi era un patrimonio immenso, oltre duecento testi (è una cifra che oggi farebbe quasi sorridere, quando la biblioteca personale di un intellettuale

può contare diverse migliaia di titoli).

Di questo patrimonio Petrarca era orgoglioso; e, con idea davvero lungimirante

pensò di renderlo pubblico, lasciandolo in eredità alla Repubblica di Venezia che

lo aveva ospitato negli ultimi anni.

Il progetto non si realizzò : alla sua morte i libri passarono ai Signori Da Carrara

e in seguito dispersi.

Molti codici sono stati però rintracciati tra cui quello in

parte autografo, contenente la stesura definitiva de "Canzoniere" (il Vaticano .



[HTTP://ITALIANAME.WEEBLY.COM/](http://italianame.weebly.com/)



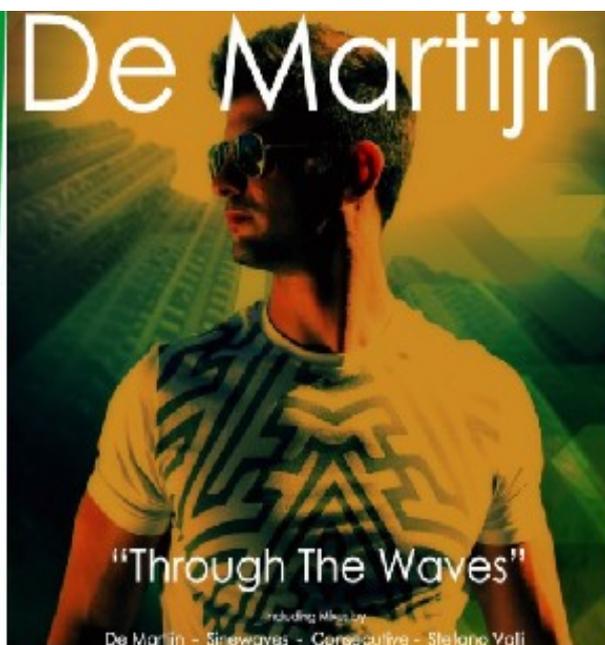
Violence not Love è un progetto sociale di Laura Gorini, Diplomata al liceo classico e laureata in Scienze e Tecnologie delle Arti e dello Spettacolo all'Università Cattolica del Sacro Cuore di Brescia, la scrittrice e poetessa ha ideato e realizzato un lavoro interamente dedicato al tema della violenza psicologica sulle donne. Nota al grande pubblico come addetto stampa dei vip, Laura Gorini si era già dedicata nel recente passato al delicato tema della violenza sulle donne insieme con la manager, produttrice televisiva e conduttrice tv Manila Gorio. Questa volta è ideatrice e anche protagonista degli scatti fotografici che la ritraggono con il bellissimo deejay e producer Antonio Dimartino, "E' un mio progetto contro la violenza sulle donne – ha dichiarato l'addetto stampa dei personaggi famosi – Un paio di anni fa circa di vip, nonché mia grande amica, Manila Gorio, da te sovente intervistata, che è anche stata la prima a credere in me, coinvolgendo numerose donne dello spettacolo, truccatrici e fotografi professionisti. Ma allora avevamo toccato entrambe le violenze, ovvero sia quella fisica sia quella psicologica. Ora, invece, ho voluto camminare da sola, ovviamente in accordo con Manila, e di creare un lavoro che toccasse solamente quest'ultimo tipo di violenza che è certamente meno evidente di quella corporale ma che lascia ferite e piaghe nell'anima davvero enormi. Una violenza che io conosco molto da vicino visto che l'ho vissuta in prima persona sia in passato sia in periodi ben più recenti. L'ho intitolato così – ha proseguito – perché se un uomo compie tale violenza nei tuoi confronti significa che non ti ama: quindi la sua è solo violenza, non amore". La scrittrice e poetessa bresciana ha poi aggiunto: "Tale lavoro è stato realizzato presso la Palestra California di Mazzano, in provincia di Brescia, e ha visto come protagonisti di alcuni scatti me e il dj e producer Antonio Dimartino: abbiamo impersonato una coppia. In sostanza io sono la donna che subisce violenza psicologica da lui. Gli scatti recano le firme di Flavia Ghergurovich e Dean Lakic e sono ispirati alle poesie delle quali ti ho accennato nella prima risposta. La supervisione del progetto è a cura invece di Denis Prandin che ha anche realizzato una meravigliosa brochure. Hair Fashion di Barbara Chiari di Brescia si è occupato del trucco e parrucco. Abbiamo inoltre una meravigliosa colonna sonora che è a cura di Nicole Cesareo che reputo un vero talento canoro".

di Laura Gorini



[HTTP://ITALIANAME.WEEBLY.COM/](http://italianame.weebly.com/)

De Martijn



Antonio Dimartino dj e producer Italiano, sulla scena musicale da diversi anni.

Parte dalle consolle dei più importanti club milanesi come Just Cavalli, Hollywood, Byblos, Magazzini Generali, The Club, Old Fashion, Nepentha, per approdare in molti locali di tutta Italia ed Europa quali:

le Rotonde del Valentino, il Millionaire Club (Piemonte); Decò, Villa Pigalle (Veneto), Il Ruscello (Alghero), Sottovento (Sardegna Porto Cervo), Le Ciel, Crystal, Blu Martini, Sky Club (Svizzera), Tower Ushuaia (Ibiza).

proponendo le sue produzioni progressive and deep house con varie contaminazioni musicali.

di Laura Gorini

le sue produzioni hanno fatto parte delle più importanti compilation come "Pacha Ibiza", "Ibiza Sensation" "FG radio france" "110 Dance 2017". Nell'inverno del 2010

è il dj testimonial del WMC (Winter Music Conference) con oltre 15 tappe in Italia, il boat party a Berna (Svizzera) fino alle aperture a Ushuaia (Ibiza) per poi terminare a Marrakech. Tra le sue produzioni musicali: "Lady Chick" (Sound Management Corporation) . "It's You" Ft. Dr. Feelx (Blu & Blu Music) - Colonna sonora spot 2014 contro la violenza sulle donne - "out of my all" (Subside Record & Do It Yourself), "youth" (Dance and Love & Do Not Record), "Only chance is Love" feat Orlando Johnson (Astral Music), "Through the waves" (North Town - Future Play), "It's a fine day" (North Town -Future Play- Sony Scandinavia)

Dall'ottobre 2014 conduce il programma radiofonico "Music on the Road" su Radio Project ed è il dj ufficiale del Magazine MAXIM. Oltre ad essere Dj e Producer, principali attività dell'artista, Antonio Dimartino è noto al grande pubblico per la sua carriera televisiva:

- 2010 vincitore del concorso Nazionale "Il più bello d'Italia" (Rai 2) - 2012 protagonista dello spot Mediaset Premium - 2012 modello per Philipp Plein (Milano Fashion Week)
- 2013 inviato di "Domenica Live" condotto da Barbara D'urso nei ruoli del suo angelo protettore, (Canale 5)- 2014 è tra gli attori protagonisti il film "The Lady" di Lory del Santo
- 2014 attore protagonista degli sketch comici di Ale & Franz (Italia 1) - 2014 attore protagonista degli sketch comici delle Iene Show (Italia 1) - 2014 attore protagonista della telenovela brasiliana "Leandra" - 2014 è nel cast del reality "La Fazenda" (Sky) .



USACLI UNIONE SPORTIVA



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI



Comitato Italiano Paralimpico

ALTA FORMAZIONE FITNESS



ARRIVA IL FITNESS VILLAGE US ACLI - PESCARA DAL 1 AL 4 GIUGNO 2017 - ALLE NAIADI

Una grande novità per l'Evento nazionale Sport In Tour dell'Us Acli: quest'anno arriva il FITNESS VILLAGE - a Pescara presso il centro sportivo le Naiadi dal 1 al 4 giugno - per unire sport, divertimento, benessere, mare, formazione, amicizie, campionati, fitness.

SPORT IN TOUR 2017 è 'un viaggio nello sport dove l'USACLI vuole promuovere le sue proposte di attività sportiva per tutti. Questi 4 giorni prevedono la partecipazione di oltre 2.500 atleti, oltre ad accompagnatori, dirigenti di associazioni, tecnici e gruppi familiari.

Quattro giorni di : - SEMINARI - CORSI PER ISTRUTTORI - LEZIONI, MASTER CLASS, WORKSHOP PER TUTTI, DIMOSTRAZIONI - GARA DI BOOTCAMP MASC «SUMMER CUP US ACLI»

Il ricco programma prevede: lezioni free: AEROKICK BOXING - ACQUAGYM - AUTOMASSAGGIO PLANTARE - BODYBUILDING (allenamenti assistiti) - CROSSOUT FUNCTIONAL TRAINING - DIMOSTRAZIONE PARKOUR - LOCA DANCE FITNESS - MOBILITY E STRETCHING - FREE TRAINING PARKOUR - PILATES MATWORK - HATHA YOGA.
corsi e workshop : BODYBUILDING SPECIALIST: tecniche - BREVETTO INSEGNANTI DI GINNASTICA SUI TACCHI - HARD TONIC STEP - GINNASTICA POSTURALE SCHIENA - LEZIONE PER TUTTI GINNASTICA SUI TACCHI - MASSAGGIO SPORTIVO DEFATICANTE ARTI INFERIORI - NOZIONI AUTODIFESA E PRIMO SOCCORSO - WORKSHOP CROSSOUT MACEBELL - WORKSHOP CROSSOUT CLUBBEL - WORKSHOP BOOTCAMP MASC SUSPENSION TRAINING - PARKOUR: PRIMITIVE TRAINING, BLIND TRAINING, COOPERATION TRAINING - QUALIFICA E AGGIORNAMENTO ISTRUTTORE PARKOUR - HATHA YOGA - YOGA DINAMICO - PILATES MATWORK
Seminari : COME DIVENTARE TECNICO NAZIONALE ALTA FORMAZIONE FITNESS: qualifiche riconosciute, livelli, riconoscimenti diplomazionali e europei - La GESTIONE DELLA ASD: ASPETTI FISCALI E NORMATIVI - NUTRIZIONE: MAGRI, FORTI, BELLI... Inoltre sabato 3 giugno si disputa la SUMMER CUP BOOTCAMP MASC US ACLI una competizione volta al divertimento e allo stesso tempo alla cooperazione tra atleti. Categorie di gara: - squadra maschile (4 elementi) - squadra femminile (4 elementi) - squadra mista (4 elementi ambosessi a piacere) - singolo maschile - singolo femminile. MOLTO IMPORTANTE PER GLI ISTRUTTORI: la partecipazione ai corsi, seminari e workshop del Fitness Village Us Acli è valida come "aggiornamento tecnico annuale" (come noto obbligatorio, anche in virtù dell'ultima delibera CONI del febbraio 2017). Inoltre possono richiedere iscrizione all'Albo nazionale Alta Formazione Fitness: i tecnici nazionali già affiliati per l'anno in corso; i tecnici Us Acli in possesso di qualifiche rilasciate a livello regionale (verrà valutato il livello di equivalenza a livello di qualifiche nazionali); i tecnici con qualifiche di altri EPS e Federazioni che desiderano affidarsi all'abo nazionale tecnici fitnessUs Acli per il nuovo anno. L'evento è stato progettato e coordinato dalla Campionessa di BB Antonella Lizza, attuale resp. Nazionale fitness della Us Acli e direttrice della scuola AltaFormazioneFitness. Antonella stessa sarà tra i presenter dell'evento con: workshop su tecniche del Bodybuilding, la lezione di Ginnastica sui Tacchi e il seminario su nutrizione "Magri - Forti - Belli"

CONTATTI www.usacli.org * www.fitness-factory.it

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI CORSI:

tel. 06 5840569 cell. 391 4566239 (Antonella Lizza)

Mail sportintour.usacli@gmail.com - info@fitness-factory.it

ITALIANAMENTE
Magazine

[HTTP://ITALIANAMENTE.WEB3LY.COM/](http://ITALIANAMENTE.WEB3LY.COM/)

PESCARA
1/4 giugno
2017



Sport in tour 2017
in gara per la solidarietà

FITNESS VILLAGE

- LEZIONI, MASTER CLASS, WORKSHOP PER TUTTI
- DIMOSTRAZIONI
- SEMINARI
- CORSI PER ISTRUTTORI
- GARA DI BOOTCAMP MASC «SUMMER CUP US ACLI»

AEROKICK BOXING, BODYBUILDING, BOOT CAMP MASC FITNESS, FITNESS MUSICALE, FUNCTIONAL TRAINING, GIMNASTICA PROFES E STRETCHING, PARKOUR, PILATES, YOGA, NUTRIZIONE SPORTIVA, PESO ESPORT, INSECTORE BLS2, SPECIALIZZAZIONE TECNICI MASTER TRAINER



UNIONE SPORTIVA
USaclì
ALTA FORMAZIONE FITNESS
CORSI



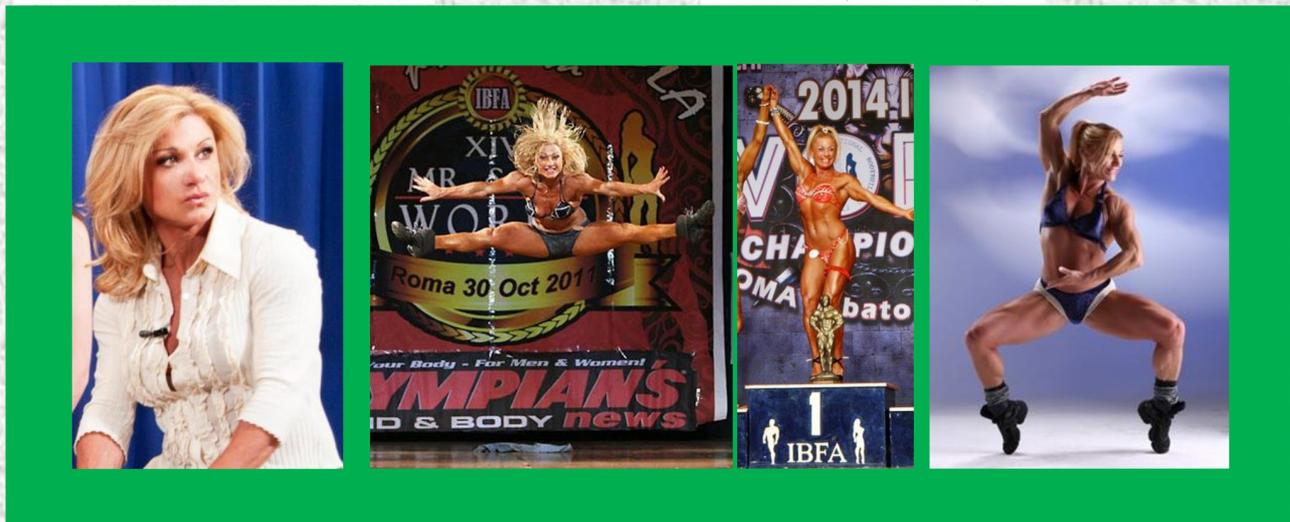
Antonella Lizza – IBFA World Champion

Pescara 1- 4 giugno 2017

MAGRI, FORTI, BELLI...

COME NUTRIRSI E

ALLENARSI



DALLA TEORIA ALLA PRATICA

Dimagrire o ingrassare non dipende solo dalle calorie ma anche dalla qualità nutrizionale dei cibi: In base al tipo di attività fisica che fai cambia come utilizzi ciò che mangi.

Un atleta, un ballerino, uno sportivo amatoriale, una persona sedentaria cosa hanno in comune e cosa cambia per avere più energia, recupero, forza?

CONTENUTI:

composizione corporea, energia e calorie, equilibrio calorico, metabolismo basale, elementi nutritivi essenziali, indice glicemico, alimenti e energia, termogenesi, ATP e energia muscolare, sistemi energetici: meccanismo aerobico e anaerobico, ciclo di krebs

INFO:

mail : fitwoman@hotmail.it
cell 347 6245749

ANTONELLA LIZZA - Responsabile Nazione del Settore Fitness US ACLI. 12 titoli mondiali per il Bodybuilding e il Fitness. Oltre 30 anni di carriera nel settore con eventi di: moda, spettacolo, TV, radio, cinema, articoli, libri, eventi. Formatrice professionista e trainer, TROVI I SUOI LIBRI ON LINE con gli e-book di www.ebooksitalia.com

VEGAN: LA VOCE DELL'ANIMA



"LA VITA È FATTA DI SCELTE.

IO HO SCELTO

DI COSTRUIRE I MIEI MUSCOLI

SENZA CRUDELTÀ."

ALBERTO RUSCIANO

CORPO VEGANO
VALLENAMENTO V INTEGRAZIONE VALIMENTAZIONE

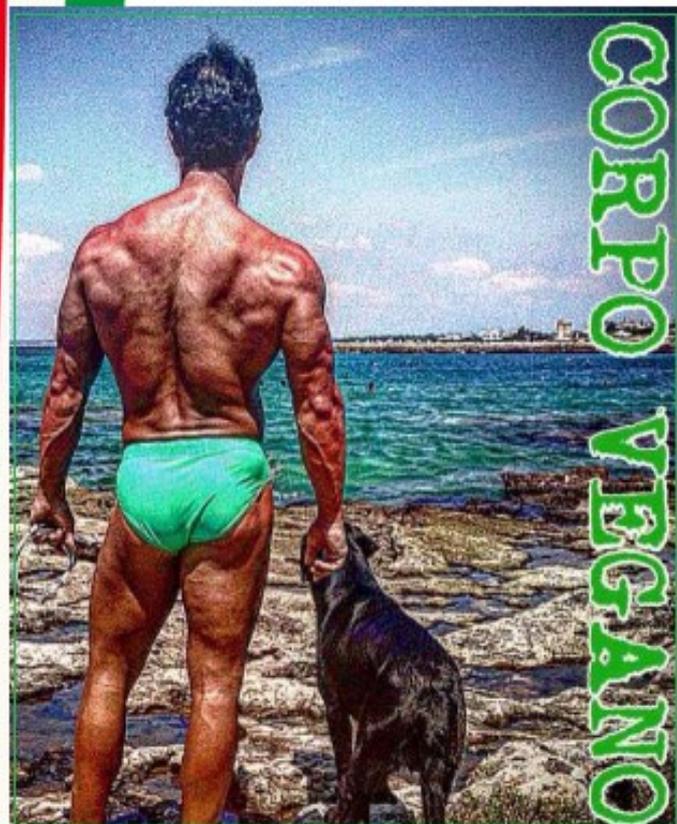
Mangio carne macinata di vitello cruda e ne vado pazzo. Questa era la mia risposta a chi 4 anni fa mi chiedeva cosa mangiassi. Stentavano a crederci così gliela mangiavo davanti mostrando loro il mio pieno appagamento per quello che facevo. 4 anni fa mi allenavo 3 volte al giorno (2 Bodybuilding + 1 cardio) ero in preparazione per la gara di Bodybuilding italiana più importante: il grand prix due torri. Pesavo 90kg al 8% di massa grassa e vivevo nella palestra di mia proprietà, ci vivevo nel vero senso della parola: avevo una camera dentro la struttura in cui dormivo, cucinavo e mangiavo, accanto a me la mia inseparabile Triumph speed triple 1.050. Sì, dormivo con la moto affianco al letto. Più che onnivoro, ero carnivoro. Nonostante ciò mi ritenevo un amante degli animali: ero contro la caccia, aiutavo qualsiasi animale in difficoltà e adoravo ogni specie animale. Ero l'uomo più felice del mondo: facevo della mia passione

di Alberto Rusciano

il mio lavoro, avevo una palestra tutta mia che per me era come una figlia, una moto che era la mia fidanzata e un corpo di cui andavo fiero. Questi erano i miei valori, questo era ciò che mi rendeva felice nel 2012. Poi venne il giorno in cui il "giocattolo" si ruppe e fu uno dei giorni più brutti della mia vita: a 2 mesi dalla gara mi dovetti fermare completamente con gli allenamenti per essere sottoposto a 4 operazioni chirurgiche, tra spalla, ernia e ginocchia mi rifecero daccapo e mi vietarono assolutamente ogni tipo di sforzo fisico per circa 2 anni. Da

ITALIANAMENTE
Magazine

[HTTP://ITALIANAME.WEEBLY.COM/](http://italianame.weebly.com/)



VUOI PORRE QUALCHE DOMANDA AD ALBERTO? SCRIVICI!

<http://italianame.weebly.com/contatti.html>

quando ero onnivoro, ma la voglia di mangiare animali sopravviveva. E Oggi? Non ho vergogna ad ammetterlo pubblicamente: la salute è passata in secondo piano (ma forse anche terzo!). Oggi vivo esclusivamente per aiutare gli animali in difficoltà, il solo pensare di poter semplicemente annusare carne mi fa vomitare. Cosa è successo? È successo che quando inizi a "viaggiare nel mondo vegan" seppur per motivi salutistici non puoi fare a meno di "impattarti" con quello che succede "dietro le quinte". Tutta questa premessa sul mio passato da bodybuilder carnivoro è necessaria per far capire agli "amici onnivori" che 1) posso capirvi benissimo poiché sono stato come voi e per molti versi anche peggio di tanti 2) non appartengo a nessuna setta 3) nessuno mi ha imposto di frequentare certi ambienti 4) nessuno mi ha fatto il lavaggio del cervello o ipnotizzato

5) non accuso nessun onnivoro di cattiveria o di essere colpevole chissà di cosa, non potrei visto il mio passato 6) ho più amici onnivori che vegani 7) non ho mai (e mai lo farò) cercato di convincere nessun onnivoro a voler diventare vegano. Perché non posso accusarvi di nulla? Perché non è colpa vostra se non riuscite a provare pietà fino al punto da rinunciare a mangiare cadaveri. Non è colpa vostra.

IL VERO MOTIVO È NEL VOSTRO INCONSCIO.

Ed io non potrei mai accusare nessuno di essere un assassino se in realtà non sa nemmeno di esserlo. Ed ora mi spiego. Quando mangiavo carne cruda mi ritenevo addirittura un animalista. Per quanto mi riguardava le immagini degli animali sgozzati, torturati, massacrati mi indisponevano, mi disgustavano ma me ne facevo una ragione. Potevo piangere davanti allo sgozzamento di un maiale e dopo 10 minuti mangiarmelo alla piastra. Quando tutto ciò accade nell'inconscio sei fottuto amico mio. Cosa è che ti sta addormentando l'anima? Il cibo. Il cibo che stai mangiando da 30-40-50-60 anni ti sta spegnendo l'anima. Non lo dico io. Lo dicono le milioni di persone (e vi garantisco che ne conosco a centinaia) che da quando hanno tolto gli animali dalla propria tavola hanno iniziato a sviluppare una sensibilità non comune e che precedentemente non gli apparteneva. In tutti (chi più chi meno) comincia



[HTTP://ITALIANAME.WEEBLY.COM/](http://italianame.weebly.com/)

a manifestarsi una rivoluzione interna assolutamente inaspettata. Una rivoluzione d'amore. Nella mia vita sono stato un violento, ho fatto il buttafuori nei locali più rischiosi di Napoli per più di 10 anni, da ragazzo tornavo a casa "struppiato" un giorno sì e uno pure. Spero che qualche amico dell'epoca possa leggere quanto sto scrivendo e testimoniare quello che ero. Cattivo? Non lo so. Certamente ingestibile. Violento. E mi fermo qui. Pochi mesi senza carne nel mio corpo (vi ricordo che poco prima ero un carnivoro convinto) e tornai a sentire il mio cuore "battere". Mi ricordo ancora la prima volta che piansi davanti alla mia fidanzata per la scena finale di un film. Impensabile? Più passava il tempo senza cadaveri nel mio corpo e più il mio animo si elevava. Diventai un uomo nuovo. Migliore? Lo lascio giudicare a chi mi sta accanto. Io mi limito a dire "nuovo". Con un animo del genere vi lascio immaginare come sia stato



facile innamorarmi degli animali in difficoltà e dedicare loro tutta la mia vita. Ero felicissimo di tutto quanto mi stava accadendo e decisi di indagare su questo fenomeno d'amore improvviso. Iniziai a confrontarmi con conoscenti (non sette vegane!?) vegani da molti più anni di me e tutti mi confermavano di aver avuto la stessa esperienza: la rinascita dell'amore è inevitabile. Non starò qui a dilungarmi su questa cosa perché è un Mondo vastissimo ma sappiate che la cosa è alla base di chi dedica la propria vita all'elevazione dell'anima. Cosa voglio dire con tutto questo? Voglio dire che se sei pieno zeppo del dolore e della sofferenza di altri esseri viventi dentro il tuo corpo resterai sordo alla voce dell'anima. Non è colpa tua se resti insensibile alle urla dei maialini sgozzati vivi, non è colpa tua se dici di amare gli animali ma che per comodità sei "costretto" a mangiarli, non è colpa tua se giudichi i vegani come membri di sette di esagitati (vero che quelli ci sono ovunque!) e non è colpa tua se anche dopo aver letto tutto questo non avrai capito un ca**o. Credimi amico mio, non possono esserci altri motivi se non quello di restare sordi alla voce dell'anima. Perché nessun altro motivo potrebbe mai giustificare la tua macabra scelta: per l'appagamento del tratto digestivo che va dalla tua lingua all'esofago (parliamo di pochi centimetri di piacere) sei disposto a far soffrire miliardi di animali innocenti uccisi ad 1/5 del loro

"È bello vivere nel corpo
che hai sempre desiderato.

Ma ancor più bello è ottenerlo
senza far soffrire alcun essere vivente".

alberto rusciano



marginale vitale. Tutto solo per il gusto? Sì. Assisto a tanti onnivori fare discorsi lunghissimi pieni di belle parole, ricchi di nobili intenti... e tutto col solito finale "ma li mangio lo stesso". Un finale scontato per quanto mi riguarda. Io 4 anni fa avrei risposto nella stessa maniera. Perciò non sentirti giudicato nè accusato, almeno non da me. Ma sarebbe già un gran passo da parte tua se iniziassi a valutare l'idea che forse, dico forse, c'è un altro "te" che ancora non conosci e che è una persona bellissima. Ti auguro con tutto il cuore che tu possa un giorno incontrarla. Se sei arrivato a leggere fin qui vuol dire che forse uno spiraglio di luce è ancora vivo o semplicemente che hai avuto la pazienza di sopportare le allucinazioni di un vegano. Comunque sia grazie. Grazie di tutto. ♥

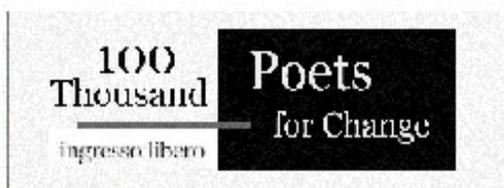
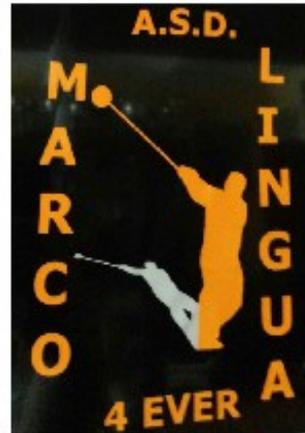
di Alberto Rusciano



Per collaborare con ItalianaMente, come si può fare?

Basta scrivere nel form nel sito :

[HTTP://ITALIANAMENTE.WEEBLY.COM/](http://italianamente.weebly.com/)



ITALIANAMENTE CHI SIAMO?

[HTTP://ITALIANAME.WEEBLY.COM/](http://italianame.weebly.com/)



WWW.FACEBOOK.COM/ITALIANAMENTEZINE

Citazione del mese

Tutto è vero , fino a che lo crediamo tale.

cit. Agnese Monaco

Grazie!

