

Il Giornalino della Unitre V.V.

GENNAIO 2019

BENVENUTO 2019

Com'era bella la sala da pranzo del Palace Hotel che, ci ha accolto per il nostro consueto scambio di auguri natalizi!



Siamo tornati all' "antico"

ristoratore Luca, che come sempre ha soddisfatto tutti, sia chi ama il pesce sia chi ama la carne!

Piatti da gran gourmet! Qui alcune foto ricordo:





parlano da sole!

Queste foto

L'anno solare che andiamo a cominciare è un anno molto importante dal punto di vista storico.

Ricorrono i 500 anni dalla morte di



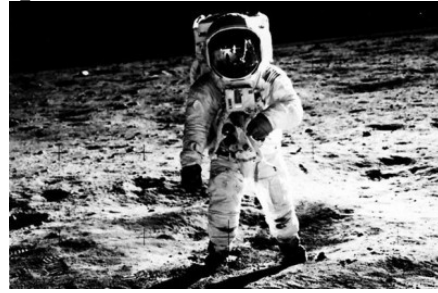
Leonardo.

Genio universalmente riconosciuto, sì, ma tante sono le dicerie che circolano sul grande Leonardo (15 aprile 1452 – 2 maggio **1519**).

Sul genio vinciano sono state spese milioni di parole, idee e supposizioni. Considerato per la vastità dei suoi interessi la massima e irripetibile manifestazione del Rinascimento, Leonardo, non legato a nessuna città, Stato o Principe, è il primo esempio del cosmopolitismo degli intellettuali italiani, unico in Europa, espressione di una frattura fra cultura e popolo destinata a prolungarsi fino ai nostri giorni.

Leonardo è simbolo e archetipo dell'uomo universale caratteristico del Rinascimento, descritto dal biografo Giorgio Vasari come avente qualità trascendenti la stessa Natura e di essere 'meravigliosamente dotato di bellezza, grazia e talento in abbondanza'.

1969 - 50 anni sono passati da quando l'uomo è ..."allunato".



Un

grande passo verso la modernità! La Cina proprio in questi giorni ha lanciato una sonda sulla parte buia!

1989 -30 anni fa la caduta del muro di Berlino



con la

fine delle dittature dell'Est e la frantumazione dell'Unione Sovietica...

Lo stesso anno **1989**-tre decenni fa nasceva Internet quei tre "cww"



che ci fanno andare per il mondo, stando seduti ad una scrivania!

Questi i tempi moderni che abbiamo vissuto e che stiamo vivendo:

Buon 2019!

DICEMBRE IN DIARIO

MARTEDI' 4 – DANIELA DINI -MEDICINA OLISTICA:

“RIFLESSOLOGIA PLANTARE”

Una “new entry” a tutto tondo! Nuova insegnante e nuova materia.

È qui con noi, oggi, per la prima volta Daniela Dini, esperta operatrice in riflessologia plantare, ramo tutto particolare della medicina olistica.

Placebo? Forse la medicina cosiddetta alternativa lo è, ma ci ricorda Massimo Minerva (medico che crede fermamente nella medicina alternativa), nel presentarci la nostra conferenziera, che tutti i medicinali frutto di ricerca scientifica, vengono testati con placebo ed almeno nel 7% hanno successo.

Medicina e medicina olistica,

Olos significa in greco, “ tutto – unità”; in inglese Holistic - Wholistic ” da whole che significa integro.

È un modo di vedere l'essere umano in relazione con tutto il suo insieme, la sua essenza: Mente, Corpo, Anima.

Tutta la medicina olistica ha come obiettivo di mantenere in equilibrio bio-fisico e spirituale il nostro stato di salute. Se questo manca o è instabile la medicina olistica cerca. sia adopra per il riequilibrio.

È un sistema di riequilibrio

Daniela ci dice che tremila anni fa in Cina, chi studiava la medicina era chiamato filosofo naturalista. Il medico veniva pagato per i giorni in cui il paziente si trovava in buona salute e non quando si ammalava!

Un po' di cenni storici sono necessari per comprendere meglio la medicina olistica: in Oriente abbiamo la medicina tradizionale cinese, indiana (ayurvedica), tibetana (filosofia buddista), dove l'uomo viene visto nella sua totalità;

in Occidente, con Ippocrate, l'individuo viene visto come una unità fisica e mentale.

Con Aristotele si ribadisce che l'intero è maggiore della somma delle parti.

Per Leonardo, i sentimenti sono visti come moti dell'anima, sono gli spiriti vitali.

Oriente ed Occidente cominciano a prendersi per mano.!

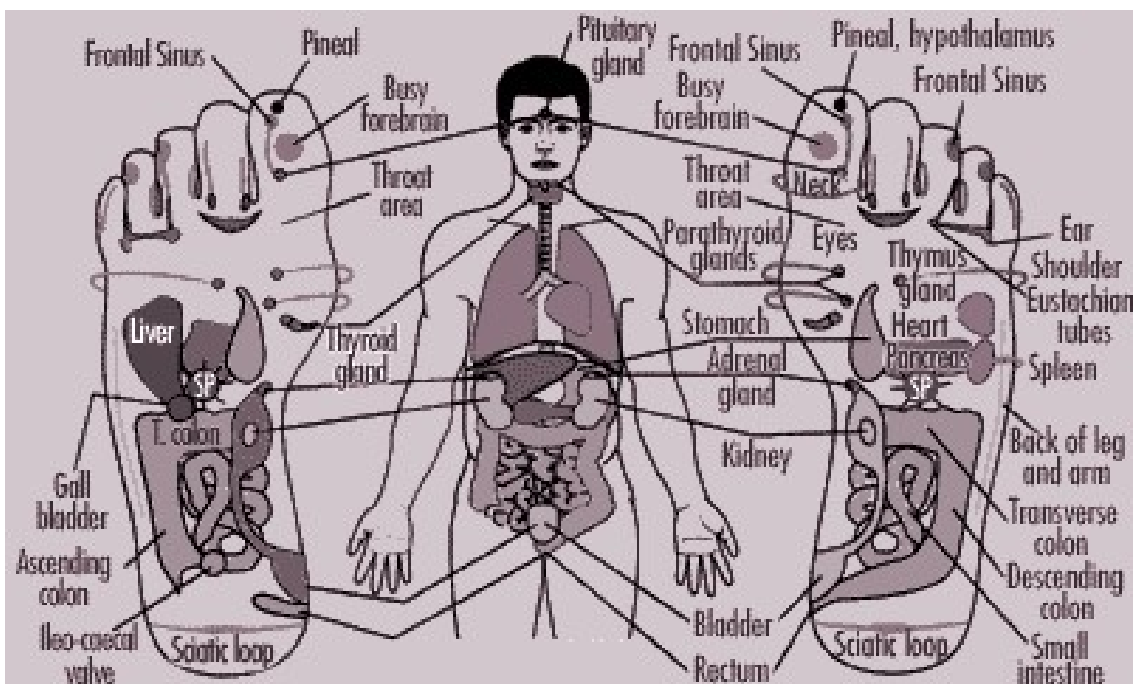


Si entra nel merito della riflessologia

plantare.

Già nel 2000 a.C. a Saqqara in Egitto un affresco ci mostra la digito terapia del Piede. Questa è la riflessologia plantare: digitando, premendo le palme dei piedi IN DETERMINATI PUNTI CHE HANNO UNA SPECIFICA CORRIPONDENZA CON GLI ORGANI DEL NOSTRO CORPO, fa sì che questo produca endorfine che nutrono i nostri organi anziché istamine che intossicano i nostri tessuti.

E si inizia il riequilibrio bio-fisico



È come una trasformazione: i nostri 5 sensi tatto, olfatto, gusto, vista, udito ci conducono alle nostre emozioni che si riflettono sui nostri ormoni che, se ci sentiamo in uno stato di benessere producono endorfine che nutrono in nostri organi, altrimenti si generano istamine che intossicano i tessuti.

La medicina tradizionale Cinese (**MTC**) ha preso come riferimento 5 elementi naturali, con le loro caratteristiche e funzioni peculiari che hanno in natura,

prendendoli come modello, e descrive il nostro corpo come l'insieme di questi elementi che tra loro interagiscono proprio come succede in natura.

Questi elementi sono il **LEGNO**, il **FUOCO**, la **TERRA**, il **METALLO** e l'**ACQUA**.

A questi elementi sono stati associati i **5 Organi Principali**, ovvero il **Fegato** rappresenta il movimento del **Legno**, il **Cuore** rappresenta il movimento del **Fuoco**, la **Milza-Pancreas** la **Terra**, il **Polmone** il **Metallo** e il **Rene** l'**acqua**.



Ricordiamoci che noi siamo i primi responsabili del nostro benessere, l'approccio mentale deve essere questo:

Curare le relazioni socioaffettive, curare le passioni e gli hobby, essere positivi e motivati, gestire lo stress.

“La salute è uno stato mentale di completo benessere, fisico, mentale e sociale e non è semplicemente l'assenza di malattia o infermità”.

Così ci diceva nell'ormai lontano 1948, l'OMS (l'organizzazione mondiale della sanità). Ricordiamolo sempre.

Conclude così la nostra conferenziera, con questa saggia riflessione:”

“Il mondo che abbiamo creato è il prodotto del nostro pensiero, dunque non può cambiare se prima non cambiamo il nostro modo di pensare” Albert Einstein.

Grazie Daniela, che interessante lezione! Usciamo arricchiti di conoscenza.

GIOVEDÌ 6- PROF.FRANCESCO GASPA:" L'IPERTENSIONE SINTOMO O MALATTIA".

L'ipertensione arteriosa, questa condizione della nostra salute che scandisce il nostro vivere, è la rappresentazione alterata della forza esercitata dal sangue sulle pareti arteriose, che lo contengono.

La pressione arteriosa ideale, perfetta dovrebbe essere su questi valori 120/70. Ma viene accettata anche 140/90!

Il cuore è una pompa nient'altro, sempre attiva, giorno e notte, che fa circolare il sangue nel nostro corpo.

La quantità di sangue pompato da un ventricolo forma la gittata sistolica del sangue.

Le pareti delle arterie devono essere elastiche, altrimenti si hanno le resistenze cosiddette periferiche.

Il volume ematico presente nell'albero arterioso deve rientrare entro giusti meccanismi di regolazione, tra i quali il rene gioca un ruolo di primo piano.

Perché la P.A. aumenta? Quali sono le cause?

Cause note: le cosiddette forme di ipertensione arteriosa in cui è possibile dimostrare una causa precisa, cioè organica, legata a specifiche malattie di un organo, sono definite **secondarie**.

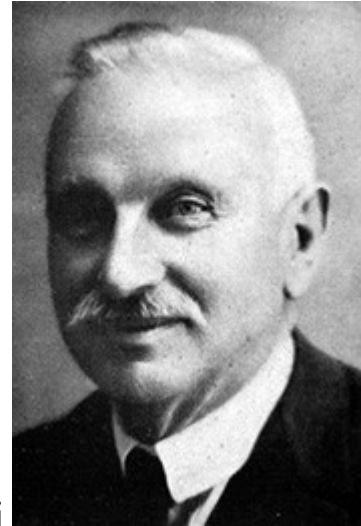
In molti casi la causa di ipertensione è una malattia del rene, conseguente a precedenti nefriti pielonefriti o infezioni delle vie urinarie particolarmente frequenti.

Talora sono in gioco malattie dell'apparato endocrino come la sindrome di Cushing, l'iperaldosteronismo e il feocromocitoma. In altri casi ancora la causa dell'ipertensione è ascrivibile a restringimenti localizzati delle arterie.

Si tratta, però, di casi relativamente isolati: solo in un paziente iperteso su 10 è possibile individuare una causa specifica dell'ipertensione, mentre nella grande maggioranza dei casi gli accertamenti diagnostici utilizzati più comunemente non evidenziano alcuna malattia che possa essere considerata responsabile dell'ipertensione: casi in cui, l'ipertensione arteriosa viene definita **essenziale o primaria**.

Esistono anche sostanze e farmaci che possono favorire un incremento della pressione: la liquirizia, i contraccettivi orali, gli steroidi, gli antinfiammatori non steroidei, la cocaina e le anfetamine, l'eritropoietina, la ciclosporina.

Oltre ai reni, bersaglio dell'ipertensione, sono gli occhi: è la retinopatia ipertensiva.



Dobbiamo ringraziare il medico Scipione Riva-Rocci se oggi abbiamo lo sfigmomanometro, apparecchio che con tanta semplicità misura la nostra pressione: infiliamo un manicotto e... via tutto è fatto. E' dal 1896, anno della sua invenzione.

I danni che l'ipertensione arteriosa provoca sono tanti, al cuore, al cervello, alla retina, ai reni.

Fortunatamente tante sono le terapie possibili: Ace inibitori, sartori,¹ vasodilatatori, beta bloccanti, diuretici.

La causa principale di questo "Killer silenzioso", come comunemente viene chiamata l'ipertensione arteriosa dai medici di tutto il mondo, è lo stress della vita moderna.

Pensiamo che i popoli africani diventano ipertesi a contatto con il nostro "modus vivendi".

Non sarebbe il momento che ci dessimo una regolata?

¹ Gli antagonisti dei recettori dell'angiotensina II più comunemente noti come Sartani (losartan, valsartan, irbesartan, candesartan e telmisartan) rappresentano una classe di farmaci ad azione antiipertensiva che agiscono sul sistema renina angiotensina con meccanismo diverso rispetto agli ace inibitori. Gli ACE inibitori pur rappresentando una classe di composti dotati di grande efficacia e maneggevolezza presentano alcuni inconvenienti, il primo dei quali riguarda la scarsa specificità della loro azione. L'altro riguarda l'esistenza di possibili vie alternative alla formazione di angiotensina II, diversi enzimi infatti possono convertire l'angiotensina I o direttamente l'angiotensinogeno indipendentemente dall'ACE. Sulla base di queste considerazioni è nato l'interesse per gli antagonisti recettoriali dell'angiotensina II che bloccano direttamente il recettore all'Angiotensina II, indipendentemente dalla via metabolica di formazione del peptide. La elevata specificità di questi composti dovrebbe superare i problemi conseguenti all'accumulo di peptidi bioattivi che possono manifestarsi con gli ACE inibitori

MARTEDI' 11- SALVATI ALESSANDRO, DERMATOLOGO: “CUTE E PSICHE”

Pelle e psiche, gemelle da sempre, così esordisce il nostro affezionato docente di dermatologia che, da diversi anni, ci parla di quali e quanti problemi riguardino la nostra cute.

Alcuni anni fa un luminare della dermatologia, in un congresso internazionale, ci regalò un'affermazione lapidaria:

“Cute e sistema nervoso sono due gemelli che si separano prima della nascita e si cercano poi per tutta la vita”

Rimane, quindi un fortissimo legame “di sangue” tra questi tessuti, che la medicina tradizionale, però, ha dimenticato.

La **Medicina Integrata** ci permette di recuperare questo delicato contatto e sfruttare questa sinergia d'azione per ridurre sia i tempi di guarigione che l'utilizzo di farmaci.

Cute e sistema nervoso originano dall'ectoderma, cioè da cellule madri identiche, che nel feto si differenziano per dare origine ai suddetti organi al momento della nascita.

Questo stretto grado di parentela spiega le evidenti correlazioni tra patologie cutanee e nervose: lo stress emotivo peggiora sensibilmente le patologie cutanee e allo stesso modo le malattie della pelle possono rappresentare una notevole fonte di stress per l'individuo.

Numerose malattie cutanee peggiorano sotto stress, innescando un deleterio circolo vizioso: dermatite - >stress->dermatite “che si morde la coda come un serpente, autoalimentandosi.

Un meccanismo simile è ritrovabile nell'asma in cui le influenze nervose svolgono un ruolo importante sul piano generale della malattia. Lo stress, le forti emozioni e in generale tutte le interferenze nervose condizionano sia negativamente, sia positivamente l'andamento dell'asma stessa.

D'altra parte, se la pelle è il nostro biglietto da visita che mostriamo agli altri (e a noi stessi quando ci guardiamo e ci specchiamo) come può non influenzare e non essere influenzato dal nostro stato d'animo?

Si ripropone l'eterno dilemma dell'uovo e della gallina: è la dermatite che peggiora lo stato d'animo? O sono i conflitti mentali che peggiorano la cute?

A mio parere la risposta è irrilevante: ciò che importa è considerare entrambe come gemelle e curarle contemporaneamente, proprio come i gemelli omozigoti, che soffrono in modo inspiegabile del dolore patito dal fratello.

E sono sempre più convinto che per ogni malattia della pelle esista un corrispettivo disturbo psicologico-emozionale o affettivo, per cui la cura

consiste nell'invertire la direzione e creare un circolo virtuoso" relax->guarigione->relax ", mettendo in pratica il vecchio ma sempre attuale adagio

"mens sana in corpore sano",

che è stato spesso considerato solo nella sua seconda parte, tralasciando la prima.

Ciò che i Romani ci hanno tramandato, invece, è uno dei primi messaggi "psicosomatici": libera la mente starai bene, vivrai in buona salute e i tuoi organi funzioneranno meglio, cute compresa.

Se così non fosse, le spese per l'estetica non andrebbero di pari passo con le spese di psicofarmaci più aumenta il ritmo di lavoro e di vita nei nostri paesi (e quindi lo stress), più aumenta la spesa per farmaci ipnoinducenti (contro l'insonnia), ansiolitici, antidepressivi, parallelamente alle spese di medicina e chirurgia estetica.

Se si ammala un gemello, l'altro ne soffre, inevitabilmente. Da qui la necessità di non trascurare mai questo importante gemellaggio, anzi, di sfruttarlo favorevolmente per ottenere un duplice beneficio: diagnostico e terapeutico.

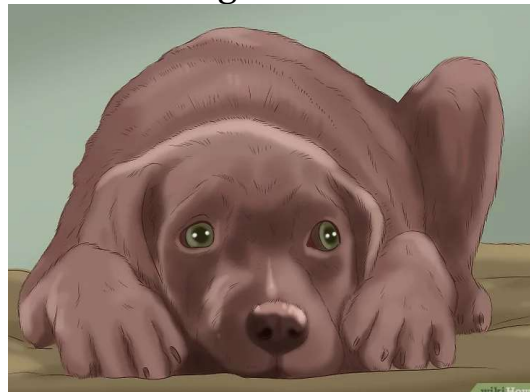
Impariamo quindi a leggere la pelle per conoscere così anche lo stato di salute di sorella psiche; per curarle entrambe, insieme, e sfruttare una sinergia d'azione che riduca sia i tempi di guarigione che l'utilizzo di farmaci.

Grazie dott. Salvati per questa bella lezione di medicina integrata.
Ne faremo tesoro!

GIOVEDÌ 13- MONICA ANTONI -VETERINARIA:" SENTI CHI PARLA: GALATEO DI COMUNICAZIONE CON GLI ANIMALI"

Di nuovo una new entry" in toto", docente e argomento!

Quest'anno accademico è veramente ricco di novità, Monica Antoni, veterinaria comportamentista ci intrattiene su un argomento che tratta i nostri rapporti con i nostri amici più cari il cane ed il gatto.



La prima domanda che ci facciamo insieme è questa: per i cani si può parlare di domesticazione o di coevoluzione?

Il processo di domesticazione è lunghissimo, infatti il cane è il primo animale che è stato domesticato dall'uomo, contemporaneamente e in più occasioni in varie aree geografiche.

Il legame tra uomo e cane è esclusivo perché è un legame biologico, basato su strutture sociali estremamente simili.

La domesticazione del cane, ci porta a parlare dei suoi predecessori. Senza ombra di dubbio il lupo, ma forse anche altre specie come Sciacallo, Coyote. Inizialmente le due specie umana e canina erano in competizione. Poi nasce un patto di alleanza indissolubile. Le organizzazioni sociali sono affini (abbiamo una struttura subordinata in cui i subordinati cercano un'integrazione sociale amichevole e collaborativa), entrambe le società si fondano su: gruppo familiare (procacciamento del cibo e allevamento dei piccoli).

Se si pensa che la domesticazione del cane, attraverso l'allevamento e la selezione compiuta dall'uomo, avvenuta già in tempi antichissimi e in parti diverse del mondo, ha portato la differenziazione di oltre 400 razze, con modificazioni scheletriche importanti ...viene proprio da riflettere profondamente!

Si passa ad esaminare lo stile di vita del cane. Il cane è onnivoro e cacciatore di branco. Si è adattato ad affrontare lunghi periodi di digiuno alternati a pochi grandi pasti, È molto meno selettivo del gatto. Sempre in movimento alla ricerca di cibo. Il cane si è adattato anche ad ingerire feci di erbivori e organismi in decomposizione.

Il cane ha uno stile di vita sociale: l'isolamento è una delle peggiori forme di maltrattamento, poiché è solo nel gruppo che l'animale può esprimere la sua individualità. È un corridore, ha una forte resistenza che lo induce ad avere grande bisogno di attività fisica, camminare trottare, è inoltre inquieto, curioso sempre pronto a girovagare. La ridotta attività motoria li porta ad essere eccitabili e irascibili.

Come comunica il cane? Il suo senso maggiormente sviluppato è l'olfatto, è orientato olfattivamente: ha una capacità di discriminazione olfattiva un milione di volte superiore alla nostra. La sua eventuale riduzione dell'olfatto è una menomazione invalidante, udito e vista sono meno importanti.

Durante la passeggiata il cane non compie soltanto esercizio fisico, ma anche un esercizio mentale, utilizzando l'olfatto. È dunque importantissimo che al cane venga permesso di compiere questa attività ogni giorno!

La comunicazione acustica, il suo bau, bau non è il tipo di comunicazione più sfruttata dal cane. Ci sono differenze razziali notevoli.

La comunicazione acustica avviene mediante abbaio, latrato, ululato, lamento, guaito, uggolio, tutti toni acuti che indicano insicurezza e inferiorità. Al contrario ringhio a bocca chiusa e ringhio a denti scoperti sono toni bassi che indicano minaccia. Woof e brontolio indicano saluto e richiesta.

A sua volta l'abbaio può essere di difesa, sorveglianza, gioco, saluto, richiesta di attenzione. L'ululato, nel lupo serve a localizzare il resto del branco, mentre i cani ululano quando rimangono soli, ma anche in risposta a suoni come la sirena.

La comunicazione tattile è molto importante ci sono contatti di rassicurazione, finalizzati alla gerarchia.

I cani hanno una ottima visione degli oggetti in movimento, anche a grande distanza (fino a 1000 metri!!!), ma hanno una visione del mondo bicolore in blu e verde. Il loro campo visivo è molto ampio.

Il cane ha diverse posture corporee che vanno dalla dominanza alla sottomissione: più il cane è sicuro di sé, più si metterà in evidenza tronco, collo, orecchie in avanti, coda alta, zampe rigide -> segno di dominanza. Più l'insicurezza aumenta più il corpo tende a farsi piccolo: si incurva, coda e orecchie basse, zampe flesse-> fino ad ottenere la postura di sottomissione attiva.

Si passa ad esaminare l'aggressività del cane. Non è una malattia, è indispensabile, permette l'autoprotezione e lo svolgimento delle funzioni vitali, ossia avere cibo, marcare il proprio territorio, riprodursi, avere prole.

Si passa a parlare del gatto: il gatto selvatico europeo (*Felis Silvestris Silvestris*) e il gatto selvatico africano (*Felis Silvestris Lybica*).

Il secondo è il più predisposto a stringere legami con l'essere umano, di indole più socievole e mite, si attacca spontaneamente all'uomo ed anche agli altri animali di casa.

Per il nostro felino è più corretto parlare di antropizzazione² piuttosto che domesticazione in quanto l'uomo non ha mai avuto un totale controllo sulla sua riproduzione e sull'organizzazione del territorio del gatto. Inoltre, il tempo che il gatto è accanto all'uomo è relativamente breve, rispetto alle altre specie domestiche.

Molte sono le teorie sulla domesticazione del gatto:

Ai fini alimentari (improbabile perché gli scheletri rinvenuti sono articolati e non dati da piccoli frammenti o porzioni).

Per compagnia (forse in un secondo tempo).

Per motivi religiosi (in realtà in Egitto il culto religioso del gatto, inteso come animale sacro, non inizia prima del 935 a. C)

Per controllare i roditori o altri animali pericolosi (È l'ipotesi più accreditata valevole per tutte le popolazioni che lo accolsero Egizi, Greci, Romani, Popoli Islamici.)

Queste le origini, oggi il gatto ha un enorme successo come animale da compagnia. Sta superando il cane come diffusione, anche grazie alle diverse esigenze di gestione. È più libero e autonomo, continua a suscitare sentimenti

• ² • Opera di trasformazione dell'ambiente naturale attuata dall'uomo per soddisfare le proprie esigenze e migliorare la qualità della vita, spesso, però, a scapito dell'equilibrio ecologico

contrastanti negli uomini. Sa vivere solitario, in piccoli gruppi in ambienti rurali, in città con risorse alimentari abbondanti e raggruppate vive in colonie.

Il gatto è una SPECIE in EVOLUZIONE essendo passato da una condizione di vita solitaria ad una sociale.

Il gatto tende a vivere in gruppi che occupano un territorio comune. Questo è possibile perché il territorio del gatto va considerato in termini Spazio - Temporalì, quasi una multiproprietà!

Ricordiamoci poi la tridimensionalità dello spazio: gatti su armadi, alberi e tetti!

Essendo un felino, il suo legame è fondato sull'aggregazione di femmine imparentate, la madre non scaccia le femmine quando crescono, madri e figlie convivono nello stesso territorio e vi allevano la prole. E' un matriarcato.

La gerarchia sociale è relativa: il gatto dominante non allontana un subordinato che è arrivato prima di lui in un posto comune. Il gatto più forte non diventa un tiranno.... ha precedenza chi arriva prima!

I gruppi familiari vanno d'accordo, ma se si costringono a vivere insieme individui adulti non imparentati, la pacifica conoscenza è difficile.

La percezione del gatto è tattile, acustica, visiva e olfattiva. Il tatto è importantissimo per i gattini. La "Vibresse"³, quei lunghi baffi-peli sensori



di cui sono dotati riescono a captare tanti stimoli tattili, è un delitto tagliarli! Ugualmente le zampe sono sensibilissime.

La percezione acustica è molto sviluppata: la preda viene localizzata inizialmente tramite l'udito e poi, in un secondo momento con la vista.

Percepisce gli ultrasuoni, il padiglione auricolare è un amplificatore mobile.

Il caratteristico "miao", è il raggruppamento di almeno 30 vocalizzazioni diverse, tutti suoni che insieme al "trillo" sono segnali amichevoli.

Le fusa è il tipico suono emesso dalla madre nei confronti dei suoi piccoli, un segno di saluto per i "vecchi amici", o quando il gatto ritrova un ambiente a lui noto. Può essere emesso anche per rassicurarsi!

La vista, poi, è favolosa (non per nulla si dice a chi ha una buona vista: "occhi di gatto"!), 3-8 volte superiore alla nostra. L'occhio ha una terza palpebra che lo protegge. La pupilla si dilata e restringe molto, ma non può mettere a fuoco a meno di cm.25: ecco l'importanza dei "vibrisse"! La sua visione è in blu e verde. Quando incontra qualcuno il gatto assume col suo corpo posture

³ Di solito ci sono 12 baffi per ogni lato del muso (anche se alcuni gatti ne hanno di più); queste sono più lunghi rispetto a quelli sopra gli occhi e sulle zampe. A differenza dei peli umani, le vibrisse sono profondamente collegate al sistema nervoso.

diverse, quando si azzuffa con rivali tende ad apparire di dimensioni corporee maggiori, rizza i peli, si erge sulle zampe...quando fugge si appiattisce si accovaccia ...vorrebbe sparire.

Le comunicazioni olfattive hanno il vantaggio di poter fornire informazioni sull'emittente anche dopo molto tempo ed avvengono tramite l'urina e le feci. Ecco le marcature urinarie: spruzzi di urina per i maschi, mentre le femmine tendono a marcare durante l'estro. L'urina, oltre l'annusamento, sollecita il flehem⁴ che serve per recepire i feromoni.

Questi possono essere amichevoli o di appagamento, prodotti nella zona facciale, d'allarme prodotti a livello dei cuscinetti plantari o delle ghiandole perianali, sessuali e territoriali, prodotti dall'apparato genito-urinario.

Infine, per concludere, le marcature amichevoli: i gatti cercano di strusciarsi, reciprocamente con i fianchi, la testa e con la coda e lo fanno anche a noi!



Quindi abbiamo il rubbing, scratching, cioè il graffiamento, il rolling ossia il rotolamento...quante mosse birichine!

Grazie per questa bella lezione dott. Antoni: cani e gatti non hanno più segreti per noi!

⁴ La **smorfia del Flehmen**, anche chiamata **posizione del Flehmen** o **reazione del Flehmen** (dal verbo tedesco *flehmen*, traducibile in "mostrare l'arcata superiore dei denti"), consiste nell'incurvare il labbro superiore in un modo caratteristico degli [ungulati](#), [felidi](#) e altri [mammiferi](#), ed è una manifestazione comportamentale associata ad una serie di contrazioni dovute all'attivazione del sistema circolatorio di un organo speciale dell'animale, dove un'arteria centrale si rigonfia mentre le vene circostanti consentono il deflusso del sangue, al fine di aspirare feromoni dai canali nasopalatini (o *di Stenson*), che a seconda delle specie sboccano sia nel naso che nella bocca o solo in uno di questi. Questo meccanismo si alterna in cicli secondo un effetto peristaltico dell'organo stesso, il che facilita appunto l'ingresso di [feromoni](#) nell'[organo vomero-nasale](#), chiamato anche organo di Jacobson. È importante sottolineare che questo comportamento non si verifica in genere con altri segnali biochimici, come i semplici odori, ma solo con i feromoni.

**MARTEDI' 18- MONS-PROF: GIOVANNI SACARABELLI:
 "STORIA DELLA CHIESA" 2° PARTE**

Oggi dovevamo avere il nostro Presidente che ci avrebbe dovuto parlare della lingua italiana ed invece... cambio di programma per improrogabili impegni di mons. Scarabelli e così terminiamo la storia della Chiesa.

Veniamo a parlare delle cause della persecuzione. Ci domandiamo se esiste, sul piano storico, un motivo che spieghi il fatto delle persecuzioni.

Registriamo alcune posizioni:

- Odio del male contro il bene. E' la tesi tradizionale fondata sulle parole di Gesù: "se hanno perseguitato me, perseguiteranno anche voi" (Gv 15,20) e "sarete odiati da tutti a causa del mio nome" (Mt 10,12). In questo ambito interpretativo si registrano alcune sottolineature particolari: la propaganda dei giudei contro i cristiani, l'esempio trascinante di Nerone (l'opinione pubblica si conforma a quella di chi governa).
- Il patriottismo o ragion di stato dettato dall'entusiasmo per la potenza dell'Impero Romano che vede nel Cristianesimo una potenza corrosiva dell'impero stesso.
- La politica religiosa che si seguiva nel mondo antico: i popoli antichi concepivano la religione come fonte di nazionalità (in questo caso la persecuzione nascerebbe non dal fatto religioso in sé stesso, ma dal "disturbo arrecato nell'ambito politico")
- Vigilanza contro la superstizione in quanto i superstiziosi erano considerati come pazzi, fanatici e quindi bisognava tenerli d'occhio perché non avessero influenze "negative" sugli altri.

Osservazione: una causa unica od esclusiva delle persecuzioni non c'è e non la si trova. Il che induce a considerare tutte una serie di concause aggiungendo anche l'opportunismo dei vari imperatori.

Possiamo aggiungere una ulteriore osservazione relativa al fatto che una storiografia legata al materialismo ed al determinismo sostiene che le persecuzioni sono un caso di lotta di classe: del povero contro il ricco, del debole contro il forte, del suddito contro il dominatore. degli schiavi contro i padroni. Non possiamo concordare. Pur non negando che la maggior parte dei cristiani fossero delle classi meno abbienti, è certo che il cristianesimo si diffuse già dai primissimi tempi tra tutti i ceti di persone e che la Chiesa non sostenne mai la lotta di classe, ma la carità e la sottomissione ai padroni

“etiam discolis) ” (S. Paolo), proibendo conversioni che presupponessero il riscatto dalla schiavitù.

Prassi Penale

Diamo un rapido sguardo a questo settore, partendo dallo svolgimento del processo, molto diverso da quello odierno. Infatti il magistrato era contemporaneamente accusatore e giudice, in quanto toccava a lui sostenere l'accusa e poi emettere la sentenza: un sistema che si prestava a molti abusi, anche se si tentava di dare un minimo di oggettività, quando, concluso l'interrogatorio, il giudice si ritirava dietro ad una tenda (*se recipere intra velum*) per dettare una sintetica sentenza allo scriba.

Il diritto penale era fondato sul principio del *vindicare iniuras*, quindi *sine pietate*, con una serie articolata di pene di diversa gravità.

a) Pene capitali. Era contemplata la pena di morte che, sostituita nel periodo repubblicano dall'esilio perpetuo (morte civile), era stata pienamente reintrodotta da Augusto per tutti i delitti pubblici. Erano previste diverse forme: la crocefissione, pena infamante anche per la famiglia; la decapitazione, solitamente riservata ai cittadini romani: il rogo, anche nella forma di “torce umane”; la *damnatio ad bestias* realizzata durante i giochi pubblici negli anfiteatri.

b) Pene equiparate a quelle capitali erano l'esilio perpetuo e la *damnatio ad metalla*, cioè al lavoro di scavo nelle miniere, soprattutto quelle di zolfo e di piombo che erano alla fin fine esiziali. Solo l'imperatore poteva graziare e commutare queste due pene.

c) Pena inferiori: la degradazione dallo *status* nobile: un patrizio o un ufficiale erano ridotti al rango di plebei e i sottoufficiali e soldati perdevano i diritti di veterani. Da notare che la flagellazione era ritenuta più una tortura che una pena vera e propria ed il carcere non aveva le caratteristiche penali che oggi svolge.

Figura e numero dei martiri

Il termine martire deriva dal greco e significa semplicemente testimone. Designò gradualmente chi attestava la verità del Cristianesimo fino alla morte violenta (effusione del sangue). Per chi, invece, testimoniava la fede non subendo la morte, c'era il titolo di Confessore.

Il martirio era la più alta espressione di fede in quanto imitazione della passione e morte di Cristo. Per questo i martiri fin dalle origini ebbero speciali onori, le loro tombe gradualmente trasformate in luoghi di culto, la loro memoria celebrata nel *dies natalis*, cioè nel giorno della loro morte agli occhi del mondo e l'inizio della vita di beatitudine.

Quanto al loro numero, possiamo registrare due posizioni agli antipodi: un estremismo positivo consistente nell'esagerazione fino all'impossibile, un

estremismo negativo, consistente in una riduzione numerica fino all'insignificanza o addirittura alla negazione dell'esistenza dei martiri. Possiamo tracciare un limite massimo ed uno minimo basandoci sul metodo topo-geografico e statistico proposto da Harnac nella sua opera "Missione propagazione del Cristianesimo". Si individuano 4 Chiese maggiori (Roma, Cartagine, Alessandria, Antiochia) e 1800 minori. Possiamo supporre l'esistenza di un centinaio di martiri per ogni Chiesa minore e 5000 per ogni Chiesa maggiore. Si arriva complessivamente a 200.000; questa può essere ritenuta la cifra massima. Se invece si computano 5 martiri per ogni Chiesa minore e 1000 per ogni Chiesa maggiore si arriva al totale di 13 000: questa può considerarsi la cifra minima.

Fine delle persecuzioni nell'Impero Romano.

Ultimo argomento: con la grande persecuzione di Diocleziano dal 303 al 305, proseguita da Galerio fino al 311, ha termine *l'Era Martirum* -eccettuando il breve intermezzo dell'imperatore Giuliano detto l'Apostata. Diocleziano, colpito da malattia mortale nel 305 insieme ai co-reggenti dell'impero - Costanzo Cloro, Severo e Massimino - a Sardica, emana un editto di tolleranza. In esso mentre si riconosceva il fallimento della persecuzione, viene dichiarata permessa la religione cristiana con le pratiche relative, basta che non siano .. *contra disciplinam* .

Infine, i cristiani vengono esortati a pregare per l'imperatore e per l'impero! Ora ci soffermiamo a parlare di Costantino, data l'importanza del suo ruolo storico. Nato in Dacia a Naissa, il 22 febbraio del 280, figlio di Costanzo Cloro e di Elena. Muore a Nicomedia il 27 maggio del 327. Educato alla Corte di Diocleziano, e Galerio, seguendo la scuola di Lattanzio, pedagogo di Corte , nel 305 lascia la corte e si trasferisce nelle Gallie. L'anno dopo alla morte del padre viene acclamato Augusto dalle legioni. Sposa Fausta figlia di Massimiano. Nel 312 vince contro Massenzio (battaglia di ponte Milvio) che gli consente di divenire effettivamente imperatore di Occidente.

Nel 324 sconfitto anche Licino, diventa l'unico imperatore, mettendo fine alla tetrarchia instaurata da Diocleziano.

Nel 326, inizia la costruzione sul Bosforo della "nuova Roma", cioè Costantinopoli.

Verrà battezzato sul letto di morte dal vescovo di Nicodemia, Eusebio.

Costantino supera l'impostazione dell'editto di Galerio, emanando l'Editto di Milano nel 313.

Questi gli elementi caratterizzanti:

- I cristiani possono seguire la loro religione, come tutti gli altri sudditi dell'impero.
- Le leggi ed i decreti precedentemente emanati contro i cristiani vengono aboliti.

- I luoghi di culto confiscati vengono restituiti alle comunità cristiane.

A tutto questo che era una conferma di ciò che già esiste vanno aggiunti interventi legislativi veramente innovativi, questi:

- Esenzione delle Chiese Cristiane da tutte le leggi generali che imponevano contributi a favore dello stato.
- Esenzione dei chierici dall'obbligo di prestarsi *ai munera publica*⁵(imposto da Diocleziano)
- Dichiarazione della domenica-ricordo della Resurrezione di Cristo_ come giornata festiva.
- Riconoscimento come enti pubblici delle Chiese, capaci quindi di ricevere lasciti ed avere beni propri.
- Riconoscimento dell'autorità giudiziaria ai Vescovi anche in foro civile, rendendo le loro sentenze inappellabili, salvo il ricorso all'imperatore.
- Donazioni di terre, elargizioni di molte sovvenzioni, sostegno ad opere assistenziali della chiesa, soprattutto in aiuto ai poveri.
- Intervento diretto nel toglier eresie e scismi talora efficacemente e talora improvvidamente (vedi Concilio di Nicea convocato dalla Chiesa).

Nasce così la questione del cesaropapismo, posizione che si fonda sul principio per cui il sovrano è ritenuto capo di diritto anche sulla Chiesa. Vediamone lo sviluppo:

- Depone i vescovi.
- Indice concili
- Esilia membri del Clero.

Esorbitando chiaramente dalla sfera delle sue competenze.

La giustificazione va ricercata nella sua sincera volontà di mantenere l'unità della chiesa, ritenendola necessaria o funzionale all'unità dell'impero.

Inoltre, i vescovi stessi spesso richiedevano il suo intervento ed aiuto.

Costantino ben volentieri accetta. Per la verità il cesaropapismo di Costantino ha un sapore domestico: saranno i suoi successori a premere fortemente la mano a proprio favore o a favore dello stato.

Considerazioni generali e finali.

La linea tenuta in questa narrazione, è quella quasi esclusivamente fenomenologica, in una prospettiva di rapporto cristianesimo- stato.

⁵ Con questo termine furono designati nel mondo romano, genericamente, gli oneri addossati al cittadino in base al principio che una parte della sua attività e del suo patrimonio era dovuta allo stato.

Non si è parlato di organizzazione di vita interna, dello sviluppo del dogma, del sorgere di eresie, con i relativi dibattiti e soluzioni, degli scritti apostolici, e subapostolici della trattistica apologetica e dell'altra letteratura cristiana che da origine all'epoca dei Padri della Chiesa.

**Questi potrebbero essere argomenti oggetto di prossime lezioni.
Che ne pensate?**

**GIOVEDÌ 20 - PROF. CARLO ALBERTO DI GRAZIA –
LETTERATURA ITALIANA:
"LA LINGUA ITALIANA DALLE ORIGINI A OGGI (II PARTE) "**

L'ultima lezione del 2018 è tutta per la nostra bella lingua italiana.
Tanto bella e altrettanto difficile.

Ah, congiuntivo, congiuntivo ormai o ti storpiano o ti usano quando non si deve o non ti usano proprio...! Piano, piano sparirà...!

Comunque, noi, invece parliamo delle origini dell'italiano.

L'italiano è nato più tardi rispetto alla Francia in quanto eravamo troppo influenzati dal latino che fu usato da letterati e poeti per molti anni, dopo la caduta dell'Impero Romano. Fino al 1600. Con qualche eccezione.

La prima vera opera letteraria datata 1226, in "volgare" è il meraviglioso e santo "Cantico delle Creature"



scritto da S. Francesco,
che esprime la forza della religione nel medioevo e tutta l'immensa umiltà del
santo.

S. Francesco, il santo protettore dell'Italia, non certo per caso!
E così salutiamo il vecchio anno con il nostro Presidente che legge questi
bellissimi versi:

Altissimu, onnipotente, bon Signore, tue so' le laude, la gloria e 'honore et onne benedictione.

Ad te solo, Altissimo, se konfàno et nullu homo ène dignu te mentovare.

Laudato sie mi' Signore, cum tucte le tue creature, spetialmente messor lo frate sole, lo qual è iorno, et allumini noi per lui. Et ellu è bellu e radiante cum grande splendore, de te, Altissimo, porta significatione.

Laudato si', mi' Signore, per sora luna e le stelle, in celu l'ài formate clarite et pretiose et belle.

Laudato si', mi' Signore, per frate vento et per aere et nubilo et sereno et onne tempo, per lo quale a le tue creature d'ài sustentamento.

Laudato si', mi' Signore, per sor'acqua, la quale è multo utile et humile et pretiosa et casta.

Laudato si', mi' Signore, per frate focu, per lo quale ennallumini la nocte, et ello è bello et iocundo et robustoso et forte.

Laudato si', mi' Signore, per sora nostra matre terra, la quale ne sustenta et governa, et produce diversi fructi con coloriti flori et herba.

Laudato si', mi' Signore, per quelli ke perdonano per lo tuo amore, et sostengo infirmitate et tribulatione.

Beati quelli che 'l sosterrano in pace, ca da te, Altissimo, sirano incoronati.

Laudato si' mi' Signore per sora nostra morte corporale, da la quale nullu homo vivente pò scappare: guai a quelli che morrano ne le peccata mortali;

beati quelli che trovarà ne le tue santissime voluntati, ka la morte secunda no 'l farrà male.

Laudate et benedicete mi' Signore' et ringratiate et serviateli cum grande humilitate

Altissimo, Onnipotente Buon Signore, tue sono le lodi, la gloria, l'onore e ogni benedizione.

A te solo, Altissimo, si addicono e nessun uomo è degno di menzionare il tuo nome.

Lodato sii, che tu sia lodato, o mio Signore, insieme a tutte le creature, specialmente il fratello sole, la luce del giorno, tu ci illumini tramite lui. Il sole è bello, radioso, e splendendo simboleggia la tua importanza, o Altissimo, Sommo Signore.

Lodato sii o mio Signore, per sorella luna e le stelle: in cielo le hai create, lucenti, preziose e belle.

Lodato sii, o mio Signore, per fratello vento, per l'aria, per il cielo; quello nuvoloso e quello sereno, rendo grazie per ogni tempo tramite il quale mantieni in vita le tue creature. Che tu sia lodato, mio Signore, per sorella acqua, la quale è tanto utile e umile, preziosa e pura.

Lodato sii mio Signore, per fratello fuoco, tramite il quale illumini la notte. Il fuoco è bello, giocondo, vigoroso e forte.

Lodato sii, mio Signore, per nostra sorella madre terra, la quale ci nutre e ci mantiene: produce frutti colorati, fiori ed erba.

Lodato sii, o mio Signore, per coloro che perdonano in nome del tuo amore e sopportano infermità e sofferenze.

Beati quelli che sopporteranno tutto questo con serenità, perché saranno ricompensati da te, o Altissimo.

Lodato sii mio Signore per la morte del corpo, dalla quale nessun essere umano può fuggire, guai a quelli che moriranno nel peccato mortale. Beati quelli che troveranno la morte mentre stanno rispettando le tue volontà. La seconda morte non farà loro alcun male. Lodate e benedite il mio Signore, rendete grazie e servitelo con grande umiltà.



**“ Accadeva esattamente
100 anni fa ”(Gennaio 1919)**

5 genn. Nasce **Severino Gazzelloni**, uno dei primi pionieri della riscoperta moderna in Italia del flauto (in virtù delle peculiari caratteristiche di agilità e bellezza del suono dello strumento e delle sue larghe possibilità d'uso nell'impiego solistico).

17 genn. **Don Luigi Sturzo**, sacerdote siciliano, stila a Roma la bozza del discorso che avrebbe letto, l'indomani, per comunicare alla stampa la sua intenzione di dar vita al **Partito Popolare Italiano**, (il movimento politico cattolico dalle cui ceneri, 24 anni dopo, sarebbe nata la Democrazia Cristiana).



18 genn. Si apre la **Conferenza di pace di Parigi**, organizzata dai paesi usciti vincitori dalla Prima Guerra Mondiale, impegnati a delineare una nuova situazione geopolitica in Europa e a stilare i trattati di pace con le Potenze Centrali uscite sconfitte dalla guerra (La conferenza durerà, con intervalli, fino al gennaio dell'anno successivo).

26 genn. Nasce **Valentino Mazzola**, che fu capitano e simbolo del “Grande Torino” (la squadra riconosciuta come una delle più forti al mondo nella seconda metà degli anni '40) e capitano della Nazionale Italiana. Morirà all'età di trent'anni nella tragedia aerea di Superga.

“ Accadeva esattamente 50 anni fa ” (Gennaio 1969)

3 genn. Nasce **Michael Schumacher**, ex pilota automobilistico tedesco, il più vincente campione della Formula 1 (7 titoli mondiali).



16 genn. A Praga, per protestare contro l'invasione sovietica della Cecoslovacchia, il ventenne **Jan Palach** si dà fuoco; morirà tre giorni dopo (a sinistra, il Monumento a Jan Palach a Praga)

24 genn. Nelle sfilate di alta moda a Roma, compare il “**nude-look**”

stile nudo (una rivoluzione per quel tempo!)

30 genn. A Londra la banda Rock dei Beatles si esibisce sul tetto dell'Apple Corps; questo concerto improvvisato (detto anche “**Rooftop Concert**”) sorprese la città.

30 genn. A Sanremo inizia la 19^a edizione del **Festival della canzone italiana**, condotto da Nuccio Costa. Vincitori del Festival saranno Bobby Solo ed Iva Zanicchi, con la canzone “Zingara” (divenuta poi una “evergreen” della musica italiana).



31 genn. Una fine anno tragica per Viareggio: viene rapito un ragazzo di 12 anni, **Ermanno Lavorini**, che poi verrà trovato ucciso.

Non poteva mancare la rubrica culinaria, anche se veniamo da giorni di abbondanti libagioni. Sì, mangiar bene questo è un vizio che ci perseguita ...sempre!



APPUNTI
semplificate
De Santi



di CUCINA - Ricette
e adattate, a cura di Daniela

“Bavettine all’Amatriciana” – *un primo veloce e saporito.*

Ingredienti per 3 persone: 2 etti e mezzo / 3 etti di bavettine; una fetta di “mezzina bassa” (guanciale) del peso di circa 80 grammi, tagliata a dadolini; un quarto di cipolla tritata (preferibilmente della specie “Tropea”); 210 grammi circa di polpa finissima di pomodoro; 1 bicchiere di vino bianco; olio di semi. Preparazione: mettere in un tegame basso un po’ di olio di semi; aggiungervi la “mezzina” tagliata a dadolini e far soffriggere per 2/3 minuti. Quindi aggiungere la cipolla tritata, il vino bianco, far imbiondire la cipolla ed evaporare un po’ il vino. Versarvi poi la polpa di pomodoro ed amalgamare bene il tutto (volendo, potete aggiungere un po’ di sale fine ed un pizzico di peperoncino tritato). Nel frattempo, cuocere le bavette, scolarle (lasciando da parte un po’ di acqua di cottura, per eventuale necessità nella fase successiva) e “saltarle” bene nel tegame contenente il sugo (ben caldo). Servire prontamente.

“Minestra di pomodoro e riso” – *un primo da assaporare ben caldo.*

Ingredienti per 3 persone: 300 grammi di polpa di pomodoro fine; 40 grammi di cipolla fresca

(preferibilmente della specie “Tropea”) tritata grossolanamente; 70 grammi di riso; 35 grammi circa di burro; una manciata di prezzemolo tritato; brodo di dado classico; olio di semi.

Preparazione: sciogliere in una casseruola il burro e aggiungervi un po’ di olio; gettarvi la cipolla tritata. Appena la cipolla è imbiondita, aggiungere la polpa di pomodoro, mescolare bene, quindi condire con poco sale ed un pizzico di peperoncino tritato. Aggiungere uno/due ramaioli di brodo ed il riso. Durante la cottura del riso, mescolare spesso ed aggiungere via via il brodo caldo, in modo da ottenere la consistenza voluta. A circa metà della cottura, aggiungere il prezzemolo. Far cuocere bene il riso, quindi servire la minestra ben calda.

“Gnocchi di cioccolato” – *un dolce di tradizione “trentina”, che permette di usare del pane raffermo (indurito, del giorno o di più giorni avanti).*

Ingredienti: pane raffermo; 1 uovo; latte; zucchero; pane grattugiato; cacao in polvere zuccherato; burro ed olio di semi. Tagliare la mollica del pane raffermo in pezzetti, grosso modo equivalenti ad uno gnocco piuttosto grosso (considerare 3 gnocchi a persona). Sbattere l’uovo con un po’ di latte ed un po’ di zucchero; passarvi velocemente gli gnocchi (2/3 per volta), quindi rotolarli bene nel pane grattugiato. Friggerli in olio e un po’ di burro. Infine, ben caldi, passarli nel cacao in polvere avendo cura di ricoprirli bene.

“Pesche allo sciroppo, in bellavista” – *un “dessert” velocissimo da preparare.*

Procuratevi: un barattolo di pesche allo sciroppo (ovviamente, senza nocciolo, divise in due e nel proprio liquido); della panna montata (va bene quella venduta dalle gelaterie); un barattolino di frutti di bosco misti (fragoline e/o mirtili e/o ribes).

Preparazione (un piattino per ogni persona): ponete nel piattino due mezze pesche, con l’incavo rivolto verso l’alto; riempite gli incavi con la panna; disponete sopra la panna alcuni frutti di bosco.



Con questo caravaggesco centro tavola⁶ vi diciamo:
gustate le nostre ricette!

⁶ Foto di Alice