



BUONGIORNO NAPOLI



Chi vivrà, vedrà!

-Intanto lodiamo le responsabili propositive e fattive coscienze cittadine-

Buongiorno Napoli non ama le frasi fatte, neppure quelle che passano in proverbio come l'allusione al somaro mascherato. Quell'asino pretese di ottenere onore e stima dal mondo e si celò in un ammantato degno di un personaggio d'alto affare. Quella imponente esteriorità era così vistosa e impreziosita, da meritare lodi ammirative da chi, per deferenza all'apparire, gli rendeva onore per vantati e reclamizzati meriti immaginari. Quella bestia, che sempre tale resta, anche sprecando sapone e shampoo biologico e profumato per lavarle la testa, aveva almeno il buon gusto di tacere, dato che la voce ragliante avrebbe rivelato la sua incorreggibile natura. La fama acquisita a lungo andare lo insuperbì: si crogiolò, quindi, tra le lodi ammirative, crescenti ovunque si proponesse con il suo afono presenzialismo. Giubilava tra prati, monti, fertili corsi d'acqua e fu proprio una fonte, che sgorgava limpida e cristallina, a decretare il fallimento repentino di tanta superbia immeritata. Accade sempre e fatalmente a tutti quelli che, per vanità acquisita, e per il potere consacrato al rispetto, si ritengono arditamente impunibili. Quell'emerito e matricolato somaro si specchiò nelle linfe terse della fonte: si ammirò, si sentì realizzato; nel supponente delirio non contenne il suo giubilo e ragliò. Venne così scoperto e accompagnato da un folto corteo di fischi fino alla stalla del bastone e della carota. Morale della favola: nella nostra drammatica attualità ancora si suggerisce all'impudenza, illusa di

potere senza giusti meriti, di non eccedere. Si corre altrimenti il rischio di una corale indignazione. Anche se la tutela di casta, talvolta riverita e protetta, non consente l'applicazione delle leggi che dovrebbero essere uguali per tutti, resta comunque il bollo della civica riprovazione, che commenta e schernisce. Intanto nelle diatribe si esaltano i toni delle voci che dalle parole si involgariscono fino a transitare nei comportamenti aggressivi, non lodevoli esempi, soprattutto per chi non li considera onorevoli. C'è di peggio: se prudentemente si rintanano i protagonisti delle imprese scandalose, insorgono a gran voce i loro difensori, novelli santi protettori non certo abilitati ai miracoli. Non lo consentono la Somma Giustizia, la Pietà di Cristo e neppure il salvifico Spirito Santo. La pandemia, virale per sua natura e più mortale se prodotta in laboratorio come arma bellica, ha fatto aprire gli occhi agli assuefatti all'abitudine dei consensi e delle celebrazioni commemorate. Le contraddizioni palesi hanno ingenerato dubbi, la confusione ci ha fatto riflettere: siamo diventati più miserabili, certamente più poveri, ma molti hanno ritrovato i sentieri del buonsenso che fanno aprire gli occhi. Non valgono più gli osanna ai decretati diritti dell'uomo e dell'infanzia se è immensa la distanza dalla loro attuazione: i grandi progetti inattuati,

Chi ha avuto ha avuto, chi ha dato ha dato

Consento pienamente con le lodi meritate dalla nostra magnifica gente, con i riconoscimenti tributati ai nostri scienziati, che non sono secondi a nessuno, e non sto qui a dissertare sugli sprechi, sulle connivenze di poteri, su quello che potrà accadere, quando la voce della miseria si farà sentire in inevitabili assembramenti consentiti o addirittura vietati. Certo i polli nella stia non vanno a razzolare, ma quando varcano il pollaio, cercano i campi aperti e soprattutto il mais, se non trovano il grano. Mi rattristano gli esiliati, i condannati a far parte dell'Italia raminga e penso alle vigorose eccellenze che occupano all'estero posti di grandi responsabilità. In tempi di sventura trovo deprecabili le voci che si auto consolano, affermando che i mali comuni sono un mezzo gaudio, specie in tempi di crisi pandemiche. Non posso però consentirmi di sottovalutare la portata di scelte opportunistiche, imprevedenti e sconsiderate che hanno comportato tante fughe di cervelli di casa nostra, numeri chiusi alle facoltà impegnative, ripensamenti tardivi e deprecabili, per cui nell'incalzare dei bisogni, che sono tanti e diversificati, si sono risvegliate le nostalgie. Diciamolo chiaramente: avremmo voluto a casa tante menti elette che sono state costrette a emigrare e a farsi strada a costo di evitabili sacrifici. Tant'è; abbiamo intanto concesso agli appiedati di fornirsi di biciclette e qualche buontempone ha commentato: va bene così; i novelli possessori di due ruote quando cominceranno a far sentire la loro voce, si sentiranno rispondere: avete voluto la bicicletta? Pedalate! Diventiamo seri. Lasciamo perdere anche le versioni confuse, che abbiamo subito a iosa, le informazioni di disturbo, che ci sono state propinate senza risparmio, le accuse di parte per scelte sbagliate, le denunce di abusi che ci hanno costretti a ripensamenti. Ora conosciamo dove sono ubicati mega ospedali progettati da

Continua a pag. 2

Continua a pag. 2

Chi vivrà...

quelli che restano e resistono sulla carta stampata, vanno realizzati, avviati ad una pratica che abbia almeno un orientamento di senso, se non il profumo di conquista democratica. Il virus corona ci ha costretti alle mascherine, ma ha smascherato tantissime incongruenze. Ha demarcato confini, ha separato i familiari, ha costretto a scegliere tra chi sottrarre il prossimo alla morte senza campane e senza esequie. Ha decretato nuovi eroi in corsia, nuovi modelli di solidarietà liberamente e spontaneamente vissuta e ci ha anche fatto riflettere che in una futura commemorazione non dovrebbero mancare monumenti più duraturi del bronzo, celebrativi dei responsabili dei tagli economici "elargiti" per la Scuola e la Sanità. Gli italiani che hanno riscoperto la loro bandiera e l'inno nazionale, dovrebbero tassarsi per i monumenti meritati da chi ha escogitato nel recente passato rimedi peggiori dei mali. Quando alla mai cessata paura, agli incubi che hanno trasformato l'esistenza si sostituirà la non rassegnazione ai beni perduti, ci auguriamo che cambi veramente qualcosa, anche nei riscoperti campanilismi che denunciano mai risolte fratture. Vale la pena, a questo punto, ricordare Pasquale Altavilla, nostro saggio e forte autore teatrale che, nella prima metà dell'Ottocento, scrisse una "presunta" anticipazione dell'opera di Scarpetta: *Miseria e nobiltà*. Pasquale Altavilla nella sua commedia: *No sviluppo de nobiltà e no sviluppo de miseria* separa i ricchi, al secondo piano di uno stabile, dai poveri che abitano più in basso. La lezione dell'autore consiste nel chiarire il coinvolgimento dei coinquilini che potrebbe incorrere in un decisivo capovolgimento. Accogliamo le parole di Marianna pensosa protagonista dell'opera: "Sventura! Qua sventura? Tutto se supera, tutto è illusione a stu munno: l'ommo se ha da adattà a lo bene e a lo male. L'ommo ha da essere soggetto a li dispiacere e a li piacere: vene lo bene, se l'acchiappa: vene lo male, se l'acchiappa; lo bene se riceve co n'anemo allegro, co no core largo... lo male se riceve co no core scuro, co na stretta de diente... Le malatie, le miseie, le tribolazione, li diune, li diebbete li sequestre, li carcerazione so fatte pe nuie; li ricchezze, li festine... lo magnà, lo bere, lo spassià so fatte pe nuie. S'abbracceno li primme, s'abbracceno li seconde; co freddezza li primme, co freddezza li seconde; accossì li primme e li seconde, pigliannose a sangue friddo nun te compromettono, non t'allarmano non te sgomentano, non t'avveliscono...". Alle prudenti parole di Marianna seguiva la filastrocca di Cicerenella che aveva una botte, *metteva pe*

coppa e asceva pe sotto. Come a dire: cuofano saglie e cuofano scenne. Noi siamo più civili, più attenti ai valori umani, più vulnerabili, più tecnologici e impotenti e senza certezza di quel LAVORO in nome del quale i nostri padri della Costituzione più bella al mondo sognarono e ci fecero sognare. La pandemia voluta, se è vero, e preferiremmo non crederci, da menti disumane, ci ha messi a tappeto. Sconteremo, malediremo forse, ce ne faremo una ragione o non ci accontenteremo di facili soluzioni? Chi vivrà, vedrà. Intanto rendiamo degni e doverosi meriti alle Autorevoli Autorità di casa nostra, a quelle coscienze d'umanità impegnata ai fatti che hanno smentito le pessime previsioni che altre regioni fregiate di migliori stelle e fortune temevano, o vaticinavano per noi, sperando di distanziarci nel confronto. Non è accaduto ed il merito va a tutte le eccellenze della medicina che con l'impegno professionalmente e generosamente prodigato hanno abbracciato con fraternità concreta i loro fratelli concittadini. Hanno verificato appieno il senso della canzone *Abbracciamme* di Andrea Sannino e Napoli si è confermata città del sapere scientifico. Ci dispiace solo che le circostanze e i divieti non ci abbiano consentito di rendere il doveroso estremo omaggio al mai troppo

celebrato nostro filosofo, il novantasettenne Aldo Masullo, uomo di libertà e passione, nobile cantore dell'individuo consapevole dei privilegi sociali, del tempo e delle umane responsabilità. Sarà nostra onorarlo come modello esemplare di sapienza, scienza e coscienza. Napoli è stata e resta generosa e gentile, tollerante e generosa: denigrarla significa sottovalutare e offendere il suo popolo. Non dimentichiamo che Luciano De Crescenzo affermava: "A volte penso addirittura che Napoli possa essere l'ultima speranza che resti alla razza umana". Lo sarà finché avrà il merito di non separare la ragione dal cuore. L'hanno confermato le Forze dell'Ordine, sempre in prima linea, il nostro Governatore non imbrigliabile e saldo nei suoi principi di rispetto del buonsenso e delle regole che valgono a salvare le vite a rischio, il nostro Sindaco con i suoi innegabili meriti, le nostre Municipalità solerti e solidali senza risparmio di energie. Qualche giovanile intemperanza per voglia d'aria libera? Merita adeguati rimproveri, ma comporta danni minori di quelli dovuti alla supponenza, ai pessimi esempi e alla scarsa riflessione sui valori umani e sulla dignità, che è consapevolezza del proprio ruolo.

Ornella Romano

Chi ha avuto...

grandi architetti, arredati da esperti del settore, reclamizzati come punte avanzate d'accoglienza e poi abbandonati al loro destino. I commenti televisivi non hanno lasciato dubbi e le acquisite consapevolezza non ci hanno certo tranquillizzato nel panico e nell'affanno. Diciamolo chiaro: quelle erano prove di scelte sbagliate e di tradimenti alle cittadinanze. Ci siamo resi conto che nulla potrà andare bene finché le lentezze burocratiche e le incurie andranno a braccetto: le demolizioni costano più delle nuove costruzioni cui si dovrà porre mano e diventeranno redditizie solo per pochi eletti. Non ci riguardano neppure le eruzioni degli scandali che proliferano nelle pandemie. Guardiamo al futuro, che ci sarà, se sarà assicurato il lavoro a chi esige di vivere dignitosamente. Purtroppo anche nelle più virali delle situazioni, i vivi si rassegnano, gli speculatori esigono giustizia e rimborsi, i lutti subiti lasciano ferite insanabili: qualcuno le porterà per tutta la vita. Qualche altro erediterà e migliorerà la propria posizione. I già ricchi scialeranno, tutto sarà più bello nella facciata e per non offendere le altre religioni non si canterà neppure un Te Deum di ringraziamento. I forzati alle quarantene alzando gli occhi al cielo notturno si sono stupiti di ritrovare lo stellato, nel sole la vista si è estesa su panorami dimenticati, proprio come quei barboni che hanno lasciato le loro spoglie nelle dimore di cartone. Intanto continuano a sfoltrirsi le presenze dei vecchi con grande sollievo degli istituti di previdenza e con la disperazione dei figli disoccupati, esclusi per età dalla possibilità lavorative, che attingevano alle pensioni dei genitori, augurandosi che vivessero a lungo, perché fonti dei loro temporanei sostentamenti. Insomma solo gli incoscienti non son frastornati. In tanta confusione mentale mi riconcilio con la saggezza della mia città che dopo l'inesorabile nebbia la mente secondo la tradizione. Lode quindi a Valente e a Fiorelli autori di quella canzone in cui s'affirma che a nulla vale rivangare il passato. Il mondo è una ruota, nel giro c'è chi sale e chi scende. Se la pandemia si rarefa, si smorzano anche i toni delle miserabili guerre in atto. La formula risolutiva resta comunque quella racchiusa nei versi della canzone *Simmo 'e Napule...*, *paisà* che nessuno canta più e si dovrà riscoprire per ritrovare il gusto e la passione per la vita: chi ha avuto, ha avuto, chi ha dato ha dato; basta che spunti il sole, che non manchi il mare, che sia appassionato l'amore e tutto si può sopportare, senza

Continua a pag. 3

Conosco un tale...

L'ho incontrato dall'ortopedico, che non riusciva a crederci: l'estenuante, incessante, ostinato zapping, prolungato per vari mesi, aveva reso elefantico il pollice destro del suo paziente, venuto a consultarlo per un rimedio che ripristinasse le funzioni di quel dito che gli era carissimo dalla prima infanzia, perché sostitutivo del ciuccio, quando gli veniva sottratto. Nell'inerzia forzata degli imposti, epidemici domiciliari arresti, quel malcapitato, insofferente alla pletora delle informazioni a valanghe, sempre contrastanti, canalizzate da opposte emittenti e ai noiosissimi e stantii programmi di scelte imposte con repliche, libere d'essere solo esasperanti e

Chi ha avuto...

rancori che comportano tumori. Basta qualche sterzata, qualche sferzata, se messi alle strette, e si ricomincia. Spetta a chi è deputato a farlo, progettare le giuste soluzioni ed essere convincenti, perché, napoletanamente, potremmo anche essere disposti a dimenticare, ma è tempo di non inventarsi soluzioni che non hanno costruito. La politica che subisce l'attentato endemico della prepotenza partitica deve rendersi conto che le libertà civili non si fondano sulle massificazioni acquiescenti, specie se vacilla l'economia e quest'incubo diventa più inclemente per gli effetti della disoccupazione. I mali comuni non sono gaudi a metà. Queste riflessioni non hanno conclusioni e, intanto, vorrebbero sottrarsi all'ammasso delle promesse, di cui non è facile fidarsi. Su quelle, comunque condite, il buonsenso non riesce a fare affidamento per venir fuori dalle urgenze drammatiche. Mi piace a questo punto proporre un aneddoto, annotato da Decio Carli nel primo volume dell'Enciclopedia del Centenario della vita nazionale, in cui si celebrano i napoletani che a quella parteciparono attivamente. Durante un'epidemia, l'attore Moreno aveva l'incarico di segretario della Croce Verde. Squillò il telefono. Moreno dormiva: il telefono incalzava. Moreno dovette necessariamente strofinarsi gli occhi e rispondere.

- Pronto, pronto, chi parla?
- Sezione Porto; che volete?
- Quanti casi oggi?
- Tredici.
- E quanti morti?
- Diciotto
- E com'è possibile cinque morti in più?
- So' chille che v'aggio fatt'io, quanno m'avite scetato 'a din' 'o suonno!

Angelo Calabrese

punitiva, aveva cercato vanamente di trovare qualche comunicazione visiva di un certo interesse. La rabbia lo aveva invaso e quel vano pigiare sui tasti, sperando che i numeri a due e a tre cifre, tentati a iosa, sortissero qualche effetto miracoloso per effetti visivi e culturali veramente per uomini d'impegno civile e progressivo, aveva sortito un effetto disastroso. Quel pollicione mostruoso, se tanto mi da tanto chiariva in quali condizioni dovesse essere ridotto il fegato di quel malcapitato che aveva reagito con un lodevole ritrovato. Si era armato di carte e penne e aveva cominciato ad ironizzare su tutto ciò che subiva dagli impatti televisivi che gli davano la nausea. Nello studio medico eravamo in tre: lo imponevano le giuste ordinanze in progress, sempre in mascherina e potei quindi, in virtù dell'amicizia che mi legava all'esperto "conciaossa", partecipare alle esternazioni di quel possessore di pollice fenomenale, da circo equestre, che cavò fuori da una borsa verde, idealmente intonata con la sua bile, prima costretta e poi in qualche modo liberata, un corposo faldone, ricco di fogli scritti a mano. Mi colpì la constatazione che quella pagine presentassero solo minimi segni di ripensamenti. Aveva intitolato *Scremature* quella raccolta che definiva di insipienze senza conservanti, rimedi a debellare gli eccessi di biliosa accidia. Visto il mio evidente interesse, comincio a scegliere dei fogli nei quali si alternavano la lingua italiana e quella napoletana in sintesi eloquenti. Quel tale che continua a parlare con me attraverso il "raddrizza ossa" e di cui conoscerò il nome solo quando avrò espresso un giudizio sul contenuto dei suoi antichi e sempre validi rimedi, aveva fatto oggetto dei suoi strali le frasi ammorbanti della pubblicità insopportabile, delle opinioni reiterate ad oltranza, e aveva mixato un po' tutto con effetti invidiabili per un enigmista. Tra incubi virulenti e dentifrici portentosi aveva infatti ironizzato: "Alito cattivo: a lito cattivo la distanza è benefica e salutare". Aveva anagrammato CORONA VIRUS, che era così diventato ROVINA CORUS e CONOR VARIUS; si era chiesto se in ortopedia le compenetrazioni tra culture valessero quanto le compeneculture tra trazioni, e per quella rimpianta moneta di cinquanta lire d'argento, inserita in un orologio che fa riflettere su come il tempo fugga e inganni, aveva annotato: "Da ragazzi in tasca poche lire, ma...da vecchi, molto stanchi e malandati, pochissimi euro, senza se e senza ma". Che dire poi di quest'altro ritrovato: Grattacieli, se il celeste prurito insorge e incalza, non grattateli, se non dopo aver accuratamente lavato le mani. Non sussistono raccomandazioni per le unghie comunque listate e impreziosite da funghi". Gli era inoltre giovato scambiare di posto qualche

parola per dare novello senso alle raccomandazioni asfissianti: *Con la bocca ed il naso monouso coprite i fazzoletti quando tossiscono e starnutiscono; con garbo e buone maniere persuadeteli a non comportarsi sconsideratamente*"; altrove aveva consigliato: "Nessun avviso ai naviganti. Agli appiedati nuotanti: vi raccomandiamo di farvi raccomandare prima di..." ed era stato perentorio con gli scienziati: "Fisici! Evitate i contatti anche nei saluti. Chimici!, salutate con tatti intermittenti e le mani aperte nei pugni chiusi. Ragionieri! Ragionate sull'utilità della salute che i cagionevoli salutano senza remissione e senza potersi rifiutare". L'amaro nonsense continua: "Giocatori compulsivi, ma vale anche per quelli di voi senza compulsione, giocate al lotto i numeri regionali che, per essere perennemente occupati, passeranno alla storia degli innumerevoli verdi costipati". La rabbia suggerisce espressioni surreali di un'accorata sorprendente voglia di azione: *Chi raggiira i pollici non sfugge all'Indice degli indici: faccia la media dei medi, inanelli gli anulari e usi come auriculares i mignoli mignon*. Riferendosi inoltre ad un non meglio identificato opinionista intervenuto in una trasmissione di scarso senso, magari di una emittente di Vattelapesca, gli ha attribuito il nome di veloce. Troppo veloce e smemorato del messaggio da portare: *Lode sia data al celere Espedito/ che obbedi anzi d'esser comandato/ e ancora pria che il duca alzasse il dito,/ balzò in arcioni: eccolo già partito./ Fu in un baleno nel campo nemico,/ senza dispaccio, ma lo salvò/ la sua bandiera bianca,/ s'inclinò al capitano ch'era impettito/ e gli sorrise; poi con voce franca:/ "sono in missione come ben vedete,/ ma se avete un'idea o da voi è già saputo,/ aiutatemi a capire perché son qui venuto".* Ogni tanto accade di imbattersi in espressioni toccanti come questa: *Bussai alla porta del cuore: ero certissimo che fosse in casa, ma preferì fingere d'essere uscito per faccende. Oltre quella porta blindata era in ascolto, in silenzio assorto, e da fachiro esperto tacitava i battiti cardiaci. Per abitudine mi tastai il polso: era lento. Cito a questo punto dei versi in lingua nostra che danno senso alla pseudo insensatezza determinata dalla ira ventosa e persistente.* Mi sembra attuale questo libero sfogo: DICEVA MIMI REA *E nu delitto si stammo a scole affitto,/ è nu vero delitto ca nisciuno mai sconta/ o ha mai scuntato, ma fa 'mpressione/ ca o stato adda pava' 'o pesone./ Campa 'e stiente 'o cavallo./ Ll'evera ch'è crisciuta se l'hanno già mangiata:/ chesto è succieso pe megaspitale,*

/che chine comm'a 'n'uovo d"e macchinari tutte strapavate, /mai so' state 'ngignate: strumiente, liette sale operatorie, /cursie appripate, /segge p"e trasfusione se songo arruvinate./ 'E mariuole po hanno fatto 'o riesto/ scassanno tutte 'e cose, sceppanno 'a faccia 'e mmure tubbe e chiummo,/ fil' 'e ramme, lavandine e ciesse/ e sempe senza colpe o punizione, alla faccia d' 'e fesse che pavano 'e tasse. /Pure 'e case d'"a povera ggente teneno 'e porte blindate;/ 'e proprietà d' 'o stato,/ che sarebbero 'e tutte ll'italiane,/ nun so' manco guardate: favorite! arrubbate:salute a vuie./Doppo turnammo a fa' li spese sempe nuie:/ Intanto, pe nunn'asci 'n pazzia , 'nfaccia all'inerzia 'e llate, /abballammo, facimmoce, n'ati quatte resate. Il ben motivato pollicione levato in alto fa intendere conciliate la rabbia e l'indignazione che vedono colmata la misura quando si confondono eroi, rei e re, alla francese: "roi". Il nuovo conoscente che per fiducia motivata mi ha affidato le sue carte antivirus, vorrebbe capovolgere il pollicione per distinguere gli eroi dai rei, che intanto sono contenuti nella parola che distingue i meritevoli e in quella si vanno a confondere. Non spetta a lui proporre il "pollice verso", imperante nelle arene degli schiavi al macello, ma vale la pena soffermarsi su di un suo pensiero non peregrino.

EROI, REI E ROI

Finita la buriana, oh rei, oh rei,
tutti vi spacterete per eroi,
"roi" s'inventerà ciascun di voi
e salvatore delle patrie glorie,
aspirando del virus alla corona.
Sapete che vi dico? La natura
E il Pensier che la regge e l'indirizza,
presi insieme da subitanea stizza,
proprio come la penso in fede mia,
han deciso per una pandemia
di sfolemento, panico, vendetta
e panzimoto e chi più sa più metta.
Lasciam che duri, hanno infin convenuto,
che pur dall'aria il gran fetor s'allenti,
che ciascun provi sua dose di stenti,
poi, oblio ai morti e sol per i restanti,
commemorazioni e festeggiamenti.
Intanto li teniamo sul chi vive,
perché col coronato si convive
e se popolazione vuol dir tanto,
aperti gli occhi alfine per lo sbando
con più disinfezioni e ramazzate pure
levassero 'e pazzielle
da 'e mmane 'e sti criature.
Si po na cundannuccia fa poco, poco male,
ciaccatele, ciuncatele, mannatele 'o spitale"
Pigliammole pe buone sti cunsigli
E nun facimmo a comme vene vene:
sulo accusi 'o male porta 'o bene.

Che avrei dovuto dire? Ho espresso un giudizio positivo sulle *Scremature*, esercizi d'insipienza. Ho lodato il titolare del pollicione da curare, ho sollecitato qualche contributo per la pubblicazione dei suoi apprezzabili antidoti, che hanno colpito gli eccessi a discapito di un ditone fuori uso.



BUONGIORNO NAPOLI

Associazione Onlus "Fabrizio Romano"
via Gabriele Jannelli 346
fabrizioromanoonlus@libero.it

Autorizzazione Trib. Napoli n° 10 del
19/03/2019

Legale rappresentante
Giuseppe Romano

Direttore responsabile
Gennaro Giannattasio

Redazione

Angelo Calabrese
Ornella Romano
Gabriella Romano
Ambra Delli Colli
Cristian Candida
Giulia Spiniello

Progetto grafico e cura stampa
Ilaria Delli Colli

seguici su: www.buongiornonapoliweb.it



Alla ricerca della felicità!

“Lavora ogni giorno sui tuoi pensieri piuttosto che concentrarti sul tuo comportamento. E il tuo pensiero che crea i tuoi sentimenti e, alla fine, anche le tue azioni”. Wayne Dyer

Tutti possiamo avere una Vita Felice se sappiamo come fare. La qualità dei nostri pensieri è importantissima: fare pensieri positivi ci aiuta a stare meglio mentalmente e fisicamente. Ormai anche la scienza lo sostiene, un atteggiamento positivo aiuta persino il nostro sistema immunitario. Le difficoltà le abbiamo tutti, ognuno di noi può attraversare momenti dolorosi, tuttavia, trovare la maniera funzionale per affrontare le sfide della Vita può fare la differenza. I nostri pensieri influenzano ogni ambito della nostra Vita. E fondamentale tenere sempre presente che ciò che pensiamo si trasforma nella nostra realtà. Per questo, diventare consapevoli degli schemi con cui ci esprimiamo, può migliorare la nostra esistenza. Molte volte non ci rendiamo neanche conto del valore dei nostri pensieri e ci soffermiamo su ciò che non vogliamo, di conseguenza siamo proiettati a visualizzare il peggio. Pensiamo in negativo, sperando che le nostre vite vadano come vorremmo ma che effetto può avere questo modo di pensare nella nostra vita? Di certo, non positivo. La bella notizia è che siamo riprogrammabili. Da tanti anni mi occupo di Evoluzione Personale e, nelle mie sessioni, aiuto le persone che vogliono migliorare aspetti della

propria Vita a riprogrammare, con tecniche efficaci, la tipologia dei pensieri. È stupefacente quanto tutto migliori. Siamo potenti. I nostri pensieri sono potenti e influenzano il rapporto con noi stessi, le relazioni con i nostri amici, i nostri figli, il nostro partner. Disponiamo di un grande tesoro interiore che, a volte, non sappiamo di avere o utilizzare; siamo dotati di una grande sorgente di saggezza, abbiamo bisogno di esplorare il nostro centro interiore, è tutto dentro di noi, abbiamo risorse infinite e le risposte a tutte le nostre domande.

Le più recenti teorie della Fisica Quantistica hanno creato una nuova idea dell'Universo come costituito da una grande rete di comunicazione in cui spiritualità e scienza si muovono contemporaneamente, non più su strade separate. L'uomo è costituito da energia, corpo e mente e il pensiero ha una grande funzione, quella di creare la connessione energetica giusta di unificazione all'Energia Universale. Noi tutti emaniamo Energia e ne riceviamo altrettanta e i nostri pensieri influenzano la nostra Vita, il nostro comportamento e la nostra salute. Alleniamoci, quindi, a fare pensieri creativi, cominciamo a piccoli passi, miglioriamo il nostro umore, utilizziamo parole gentili nei nostri confronti e verso gli altri.

Roberta Pizzuto



Viversi nel “proprio” tempo

Ho il tempo.

L'ho acquistato mesi fa, muovendomi lungo le strade tante volte percorse, in una bottega sulla via principale.

Era lì ed io non l'avevo mai scorto prima. C'ero passata davanti frettolosa, distratta, di corsa, ansimando e sostando per riprendere fiato. Non mi ero accorta che fosse lì, bene in vista in vetrina.

Me lo sono infine trovato tra le mani, nella sua consistenza misteriosa, di cui ignoravo l'utilizzo.

- Quanto le devo? - ho chiesto al bottegaio.

- Già pagato - mi ha risposto ed io, mentre mi frugavo nelle tasche: - No, io non le ho dato niente! -

- Ma scherza? Ogni volta che lei si fermava, stremata, mi ha lasciato un acconto -

- Ma io non credevo... non ricordo... -

- Lei no, ma io, ogni volta ne mettevo una quantità da parte. E più lei correva, cadeva, penava, più io ne accumulavo per lei. Oggi il

suo valore è immenso -

- Ma a che serve, devo averlo già incontrato da qualche parte, è certo, ma lo impiegavo per gli altri, perché non sapevo come utilizzarlo per me - E il bottegaio - Oggi è suo, lo prenda, lo fermi per un pò e quando può gli parli di lei, si confidi, il tempo l'ascolta -

- Ma è tardi! Avrei dovuto farne tesoro prima, quando avevo da spenderlo in sogni, desideri, ambizioni; ora che me ne faccio? -

- Se lo avesse acquistato prima, non avrebbe avuto lo stesso valore. Non avrebbe potuto

colmarlo di tutte le emozioni vissute, dell'amore profuso e ricevuto, degli animi che ha imparato a conoscere, dei problemi condivisi, delle esperienze da cui è stata formata, di quella parte di vita in cui ha rinunciato a viversi.

Abbasso il capo, sorrido, stringo al petto il mio tempo, lo proteggo col braccio e mi avvio verso casa.

Ora non ho fretta.

Manina Giuliotti



Il benessere psicologico e le discipline artistiche: i benefici della danza classica.

Intervista a Eugenia Avena, docente della scuola Harmony del Maestro Arnaldo Angelini.

“Mens sana in corpore sano”, dicevano i latini: un’affermazione da molti conosciuta, vista la numerosa letteratura clinica che ritroviamo in medicina psicosomatica sull’argomento. Ci sembra, a tal proposito, di particolare interesse il rapporto tra il benessere psicologico e le discipline artistiche. Tra queste, senza dubbio, ricopre un posto d’eccellenza la danza classica. Non uno sport come molti altri, non un passatempo, ma una passione che si coltiva da bambini e che si porta avanti con ferrea volontà e notevole spirito di sacrificio: insomma, non per tutti. Ne parliamo con Eugenia Avena, da molti anni maestra presso la scuola “Harmony” del maestro Angelini, una pietra miliare nella storia della danza napoletana.

Quali sono, secondo lei, i benefici che apporta la danza classica al benessere psicologico?

La danza classica porta benefici psicologici, e non solo, a ragazzi di qualunque età perché mette in contatto mente e corpo. Oggigiorno, sempre più frequente, è il distacco tra questi due e la danza, attraverso lo sviluppo delle endorfine, riesce a donare un senso di benessere. La passione per questa disciplina è capace di creare nuove emozioni sane, aspetto da non sottovalutare tra i giovani.

Può raccontare qualche caso in cui la danza ha aiutato i suoi allievi a superare problemi di carattere psicologico?

La danza, come tutte le discipline, crea nell’allievo l’obiettivo di migliorarsi e di ricavare il meglio da se stesso, un sguardo che può

essere raggiunto a seconda delle proprie possibilità. Le modalità di reazione alle difficoltà dipendono molto dalla personalità della futura ballerina o del futuro ballerino. Ricordo il caso di una prima ballerina colpita da una forte depressione, in cui la danza l’ha aiutata, più dei farmaci, a superare tale patologia. Ad oggi, la ragazza si è realizzata completamente nella propria vita professionale.



Che ruolo svolge il maestro di danza nella vita degli allievi?

Nella vita di ogni ballerino il maestro ha un ruolo fondamentale: oltre ad essere un modello di riferimento è anche un pedagogo che ha il

dovere di conoscere, anche se per sommi capi, la psicologia e la pedagogia dell’età educativa. Il ruolo del maestro è, altresì, importante perché deve indirizzare i ragazzi ad instaurare una sana competizione tra loro.

Qual è l’approccio didattico della Harmony?

Il maestro Arnaldo Angelini ha fatto della danza una missione portando avanti un discorso proteso alla tutela del patrimonio didattico-pedagogico della danza stessa. Inoltre, in un’ottica di attenzione per la crescita ossea ed articolare degli arti inferiori e della colonna vertebrale, lavora in stretta collaborazione con un ortopedico ai fini di impedire danni alla salute dei propri allievi. Questo è il tipo di approccio che caratterizza la nostra scuola: massima importanza al benessere psicofisico dell’allievo/a, secondo un preciso indirizzo didattico. Vorrei inoltre ricordare che il figlio del maestro Angelini, Marcello, vive negli USA, e più precisamente a Tulsa, dove dirige una delle più importanti compagnie del mondo. Lì ha creato con fondi privati un centro dell’educazione dove svolge questo corso per le persone affette da parkinsonismo.

Degna di nota l’iniziativa della scuola *Harmony* che, come raccontatoci dalla maestra di danza classica Eugenia Avena, rappresenta, senza dubbio, un luogo volto a promuovere la disciplina artistica per antonomasia, in un perfetto connubio con il benessere fisico e psicologico dei propri allievi. Complimenti!

Daniela Speranza



Petrarca e la terza generazione ermetica: la loro attualità

Se analizziamo con attenzione ed anche curiosità, constatiamo facilmente che la vita, in fondo, è un'attesa della nascita, crescita, lavoro, di un evento, matrimonio, figli, fino al suo esaurirsi. Nell'inarrestabile fluire avvertiamo pure la grande precarietà che talora ci sgomenta, ci sorprende, ci fa capire come ciò che "piace al mondo è breve sogno" (Petrarca).

Nella sua fragilità può dissolversi in pochi attimi, mentre per edificare occorrono tanti sforzi. Tra il principio e la fine si pone l'attesa, scandita, parcellizzata dallo scorrere ineluttabile del tempo il ("fugit irreparabile tempus" di Virgilio, "cotidie morimur" di Seneca), che la connota di varia carica semantica. Petrarca, primo uomo moderno, quasi frazionava la fuga inarrestabile del tempo, seguita dall'incalzare impietoso della morte ("la vita fugge, e non s'arresta un'ora/E la morte vien dietro a gran giornate" C,272; "sentio singulos dies horasque et momenta me ad ultimum urgere", *Familiars* XXIV.1; "sento i singoli giorni le ore e i momenti spingere me alla fine della vita").

Basterebbe guardarsi dentro e intorno per recepire la portata delle sue asserzioni. Non mi pare pertanto eccessivo definire l'attesa condizione esistenziale dalla quale l'umanità intera, e ora più che mai, n'è coinvolta. Non intendo mutare il piano dell'elaborazione; sono partita da Petrarca in quanto ha rivendicato, per primo, l'uomo nella sua individualità, creatività, non sottomesso al dogmatismo teocentrico del Medioevo, ma pervaso dall'ansia, dall'inquietudine dell'*homo novus*, nel quale il rapporto presenza-assenza si snoda sul filo del gioco memoriale. Il sentimento e

lo stato dell'attesa meritano una trattazione ampia tuttavia non in questa sede per ragioni logistiche; percorrono la parabola di uomini e letterati secondo parametri diversi, dato il pre-testo ed il contesto ove essi operano. E la visione non perde il suo fascino, concretare l'assenza da tramutare in figura per restituire all'oggi la memoria dell'ieri, aspettando la mutevole mutevolezza del domani. Può muoversi secondo un climax ascendente, dilatarsi in spazi deserti dai quali intravedere misteriose apparenze, penso al capolavoro di Dino Buzzati, *Il deserto dei Tartari*, o all'assunto della terza generazione ermetica (Betocchi, Bigongiari, Macri, Luzi, Gatto) i cui esponenti dichiaravano: "Vi amo nell'attesa di una notizia che continuamente ci superi" per quel processo tautologico del fare che ricomincia. Una circolarità di uomini "All'erta nel paese della propria anima", che mirano alla poesia in sé, come fatto assoluto, ma non astratto, criptico. Partono solo dalla "consapevolezza dei propri limiti" per quell'incontro di se stessi con gli altri e negli altri. Mi riferisco soprattutto ad Alfonso Gatto poeta, pittore Salernitano scomparso tragicamente nel 1976, legato alla forza dei colori, alla tela di Cézanne: "io sono pazzo di tutti i colori" il loro non era un estranearsi per rinchiudersi nel solipsismo, ma per venire "al grado zero della scrittura" rimarcata dalla presenza e contemporaneità degli opposti ("il soqquadro è nel quadro" dice Gatto, e ancora "sei una perenne distrazione in cui mi fisso").

Dalla assenza di schemi prestabiliti al superamento del dato acquisito per tornare ad

essere, in una reiterazione da non intendere come *ortus conclusus*. Siamo in quell'assedio teso dagli ermetici all'io, al suo manifestarsi per azzerare la scrittura e riempire invece lo spazio silenzioso della pagina bianca ("E bianco bianco è tutto il nostro foglio"), ove esprimere la realtà offerta, sottratta e già restituita. E un gioco da azzardo, termine che proviene dall'arabo a-z-z a h r, zara, gioco dei dati, quell'azzardo siglato dal presente inesauribile. Essere dunque dentro, fuori, se stessi, per quel movimento di uscire ed entrare incontrando l'altro. La libertà di andar facendo poesia, pur se rischiando, spiandosi, esponendosi. *Attesa, Assenza, Assedio, Azzardo* le ho definite le quattro A di tale cultura ermetica. Prospettano un modo di essere e di porsi intrinseco ed estrinseco al contempo, il ritrovarsi nell'accadere, nell'iter ininterrotto come stare nel medesimo circolo, con la "chiamata alla presenza" di uomini attuali e integri. Sono poche, lo so, considerazioni le mie, ma dettate dall'economia del discorso. Sono stese, tuttavia, sotto la spinta emotiva di una drammatica fase storica, che tutti vogliamo si ribalti, si ristabilisca nella sua sana e proficua progressione, recuperando i valori del corpo e dello spirito e della dignità violata e offesa dal male. Allora potremo finalmente dire con Alfonso Gatto "mi vedo illare, colorato.....nella piena libertà di espandermi".

Mariarosaria Spinetti



La zona di monte Echia, il primo insediamento dell'antica Grecia nella nostra città.

Napoli, città il cui nome deriva dal greco “Nea Polis”, ovvero città nuova, fu edificata sulla collina di S. Aniello a Caponapoli, dove attualmente è situato il vecchio Policlinico e dove si possono ancora osservare numerosi reperti delle antiche mura della città Greca che fu concepita secondo i principi di Ippodamo da Mileto, il quale strutturava la città basandosi principalmente su tre strade principali e parallele fra di loro, definite *decumani*, ed una serie indefinita di stradine più strette che defluivano verso il mare (appunto per consentire alle acque piovane di scaricarsi in mare) dette *cardini*. La denominazione “Nea Polis” fa presupporre che questa fosse una città nuova rispetto ad una più antica, definita Paleopolis (Paleos = antica; Polis = città) ed è riferita all'antico insediamento di Monte Echia dove i Greci, provenienti dalla colonia di Cuma, edificarono la città di Partenope in onore della sirena che, per la delusione di non essere riuscita a conquistare l'eroe greco Ulisse, scelse di lasciarsi morire proprio in questa zona, sull'isolotto di Megaride,

l'isolotto dove attualmente è situato il Castel dell'Ovo e dove scorreva uno dei tanti rami del fiume Sebeto. L'insediamento fu realizzato dove si trova l'attuale collina di Pizzofalcone, e fu proprio qui che i Cumani fondarono la città di Partenope. In questo sito, ancora oggi, si possono ammirare alcuni resti di un antico tempio inglobato nella villa di Licinio Lucullo: un tempio in tufo giallo con alcune nicchie ben riconoscibili ed alcuni anfratti dove si pensa ci fossero i vari ingressi ad un Mitreo, tempio sotterraneo dedicato al Dio Mitra, e che sembra scendesse attraverso un sistema di cunicoli sotterranei fino alla spiaggia sita di fronte all'isolotto di Megaride. Il monte Echia, inoltre, offre un meraviglioso belvedere situato proprio nell'area antistante il “castrum lucullanum” dalla quale si può ammirare tutto il golfo di Napoli, dall'area della collina di Capodimonte, fino alla Zona vesuviana, dalla penisola sorrentina fino a punta Campanella, l'isola di Capri ed il resto del golfo fino al capo di Posillipo, dietro il quale si intravede il monte Epomeo dell'isola di Ischia, l'antica Pithecura.

Dal lato opposto a Pizzofalcone, una serie di strette rampe portano a via Chiatamone, dove attualmente il lungomare ospita alcuni degli alberghi più prestigiosi della città e dove sorgeva l'antica fonte delle acque bicarbonato-alcaline-ferruginose nota ai Napoletani degli anni 50 come acqua “e' mummare” perché veniva raccolta e distribuita in caratteristiche anforette di terracotta dette appunto Mummare, eliminate dopo gli anni 70 per l'evento del Colera nella zona del Napoletano. La zona di monte Echia conserva ancora un fascino indescrivibile e purtroppo non rientra tanto nei percorsi turistici della città, poiché è ancora presente il cantiere che doveva realizzare un ascensore che portasse al belvedere antistante la villa di Lucullo. L'auspicio che tale opera sia completata a breve fa sperare in una valorizzazione di un sito così importante e storico che testimonia proprio il primo insediamento dell'antica Grecia nella nostra città.

Antonio Vitale

Maria Scarpetta, una figlia recuperata.

Quando Eduardo Scarpetta ebbe notizia di quella bambina abbandonata alla “ruota della Nunziata”, si racconta, si precipitò a recuperarla. Quella bambina si chiamava Maria, ed era sua figlia. Maria nacque nel 1891 da una relazione che Eduardo, già sposato con Rosa De Filippo, intrattenne con Francesca Giannetti, «moglie di un maestro di piano amico di famiglia» - come ci informa Peppino De Filippo. Eduardo, dopo l'abbandono da parte della madre, recuperò la bimba e avviò le pratiche per l'adozione che si risolsero positivamente nel 1894, rendendo Maria legittima figlia di Eduardo Scarpetta e Rosa De Filippo. Scarpetta non era nuovo a questo genere di avventure e la sua fama di don Giovanni è cosa nota. Ciò che stupisce, in questa storia, soprattutto considerando il rapporto che ebbe con altri suoi illustri discendenti, è l'enorme affetto che Eduardo nutrì per questa sua figlia, dal primo giorno, per tutta la vita, tentando in tutti i modi di tenerla stretta a sé. E Maria ricambiò questo amore, l'amore verso un padre che venerava, che adorava e che, forse, sola, riusciva a comprendere fino in fondo. Di tale profondo amore per il padre, di tale intima conoscenza e complicità è completamente intriso il volume che gli volle dedicare: *Felice Sciosciammocca. Mio padre*.

Dal padre ella ricevette in dono l'intelligenza,

l'arguzia, il senso dell'umorismo e del grottesco, così come ci ricorda la preziosa testimonianza di Margot Ricci, sua amica: «A suo padre [...] doveva molto. Egli le aveva trasmesso doti di eccezione. Oltre un'intelligenza fuori dal comune, Maria possedeva il senso dell'humor [...]. Coglieva immediatamente il lato grottesco di ogni cosa, anche in quelle apparentemente tragiche le quali, stacciate attraverso il crivello della sua intelligente bonarietà, assumevano un aspetto inatteso e originale dal quale scaturiva una irresistibile comicità».

Dalla sua posizione di figlia privilegiata, aveva potuto spiare, studiare e ammirare quell'uomo che doveva apparire come un gigante buono agli occhi della bambina adorante, una sorta di Dio benevolo e amorevole, che contrasta fortemente con l'immagine del Maestro che altri ci hanno trasmesso, quella di un Dio irascibile e minaccioso, capace di «mettere in soggezione» i presenti con «quel colpetto di tosse cronica [...] che annunciava la sua entrata in una stanza».

E dal padre aveva ereditato anche la passione per il teatro, «quello con la ‘T’ maiuscola», come riporta ancora Margot Ricci, tant'è che «per Lei, la vita consisteva in poche, pochissime cose, ma tutte essenziali alla sua esistenza, ed erano: suo marito, sua figlia, la memoria del padre ed il teatro». Eppure, nonostante questa adorazione, questo

immenso affetto reciproco, Eduardo Scarpetta chiese alla figlia di rinunciare all'altro suo grande amore, l'unico che potesse competere con la devozione filiale: il teatro, appunto. «- Ed io smisi - Solo chi ha conosciuto profondamente Maria può intendere lo schianto che ha dovuto provare nel lasciare le scene e l'entità del sacrificio richiesto e compiuto senza un gesto di protesta, senza una parola di rimpianto. Ma di questo suo dolore, nulla è trapelato, mai. “Papà” era contento; quest'era, per lei, la sola cosa importante». Eppure quella sua passione, così vitale, così visceralmente radicata in lei, non poté mai sopirsi del tutto. Collaborò, difatti, con alcuni autori, soprattutto con i De Filippo, suoi fratellastri, firmando copioni di spettacoli e riviste portati in scena da questi ultimi; e la sua vena autoriale non venne mai meno neanche in seguito: è un dato di fatto, risaputo ma non largamente conosciuto, che Maria continuò a contribuire con il suo estro alla stesura di numerose opere teatrali anche laddove il suo nome non ebbe a comparire sui testi firmati, invece, dal marito Mario Mangini, in arte Kokasse.

Ma come il nome di Maria Scarpetta, in arte “Mascaria”, scomparve dai cartelloni in favore di altri, è un'altra storia destinata, forse, a non essere mai del tutto raccontata.

Massimiliano Mottola

Il Virus e la Pandemia

Cosa sono i virus?

I virus si potrebbero considerare come microrganismi dal momento che posseggono un proprio corredo genetico (DNA o RNA). Tuttavia, essi non sono in grado di riprodursi in maniera autonoma ma solamente all'interno di una cellula ospite e, al di fuori di essa, potrebbero sopravvivere solo per un lasso di tempo limitato. Sono pertanto definiti "parassiti obbligati intracellulari" proprio perché, vivendo da parassiti per moltiplicarsi, devono entrare nella cellula ospite e utilizzare l'apparato biosintetico di questa. I virus di distinguono dai batteri, i quali sono microrganismi unicellulari procarioti, di dimensioni più grandi dotati di tutte le caratteristiche degli esseri viventi.

Come possiamo suddividere i virus?

I virus possono essere suddivisi in due grandi categorie, a seconda dell'organismo che infettano; possiamo distinguere tra:

a) I virus batterici.

I virus dei batteri o batteriofagi o fagi sono virus che infettano esclusivamente i batteri e sfruttano il loro apparato biosintetico per effettuare la replicazione virale. Lo studio dei virus batterici è stato determinante per lo sviluppo della biologia e della genetica molecolare, due rami della biologia che indagano i meccanismi che regolano la vita a livello molecolare e di informazione genetica. Esistono due tipi di virus specifici per lo stesso batterio:

1) il tipo virulento, il quale una volta infettata la cellula ospite ne provoca la sua distruzione o lisi, con conseguente aumento delle particelle fagiche.
2) il tipo temperato, il quale oltre ad agire, in determinate condizioni, come quello virulento, ha anche la capacità di stabilire rapporti simbiotici con specifici ceppi batterici. Può cioè integrarsi nel cromosoma dell'ospite e replicarsi con esso. In questo caso il fago viene definito "profago" mentre il batterio che lo ospita viene definito batterio "lisogeno".

Il fago temperato più studiato è quello scoperto da Lederberg nel 1951 dal ceppo batterico *Escherichia coli* K12, chiamato fago Lambda. Esso è costituito da un involucro proteico poliedrico detto "testa" racchiudente acido nucleico e da un'appendice sottile cilindrica detta "coda" (Fig.1).



Fig.1: Immagine del fago Lambda al microscopio elettronico.

Nella "testa" è contenuta l'intera sequenza genetica (DNA) a doppia elica del fago Lambda. Nello stato di infezione, il fago si aggancia con la coda in punti precisi del batterio ed inietta all'interno della cellula ospite il suo DNA mentre la "testa" proteica resta fuori. Il genoma (DNA) fagico una volta penetrato nel batterio può seguire due differenti corsi: assumere cioè lo stato vegetativo (come nel caso del virus tipo virulento), oppure lo stato cosiddetto profagico, durante il quale si integra nel genoma batterico e si replica con esso.

b) I virus animali.

Attraverso gli studi di Dmitri Ivanovsky nel 1892 e quelli di Martinus Beijerinck nel 1898 fu scoperto il primo virus che infetta un organismo superiore, il virus del mosaico del tabacco. Successivamente, la scoperta dei virus batterici nel 1915 e i loro studi successivi a livello genetico e molecolare,

sono stati determinanti per l'individuazione e comprensione dei virus degli eucarioti (funghi, animali, piante). I virus, quando non si trovano all'interno di una cellula infetta o in procinto di infettarne una, si trovano sotto forma di particelle indipendenti e inattive. Queste particelle virali, note anche come "virioni", sono costituite da due o tre parti: (I) il materiale genetico costituito da DNA o RNA, lunghe molecole che trasportano le informazioni genetiche; (II) un rivestimento proteico, chiamato capside, che circonda e protegge il materiale genetico; e in alcuni casi (III) una sacca di lipidi che circonda il rivestimento proteico quando sono fuori dalla cellula.

I Coronavirus.

I Coronavirus sono una vasta famiglia di virus animali contenenti materiale genetico costituito da RNA e conosciuti per causare malattie che vanno dal comune raffreddore a malattie più gravi come la Sindrome respiratoria mediorientale (MERS) e la Sindrome respiratoria acuta grave (SARS). I Coronavirus sono stati identificati a metà degli anni '60 e sono noti per infettare l'uomo e alcuni animali (inclusi uccelli e mammiferi). Le cellule bersaglio primarie sono quelle epiteliali del tratto respiratorio e gastrointestinale. La struttura del Coronavirus è organizzata all'interno da un filamento di RNA, una molecola simile al DNA, che costituisce il genoma. Intorno c'è un involucro proteico, il capside, circondato da due strati di molecole chiamate lipidi. Questa membrana esterna è cosparsa di proteine, alcune delle quali si presentano come gli aculei di un riccio di mare chiamate "spike" (aculeo) che si possono definire come delle ancore usate dal virus per agganciarsi a una proteina presente sulla superficie della cellula (Fig. 2). Dopo l'aggancio il virus inietta il proprio materiale genetico, l'RNA, all'interno della cellula e inizia a riprodursi a spese della cellula stessa che viene poi distrutta. Dopo la distruzione (lisi) della cellula le nuove particelle virali sono pronte per infettare altre cellule.

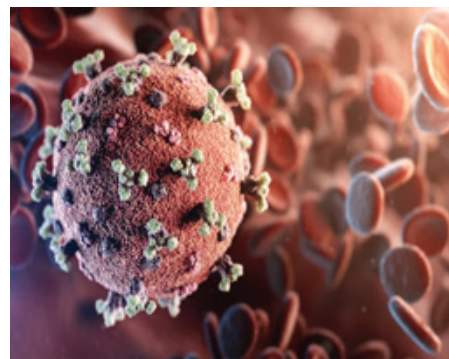


Fig. 2: Immagine del coronavirus al microscopio elettronico.

La pandemia da virus

Si definisce pandemia una forma particolare di epidemia che, entro breve tempo, a causa del suo grado di contagiosità, si espande in vaste aree geografiche su scala planetaria, colpendo di conseguenza gran parte della popolazione mondiale. Diverse pandemie sono causate da virus che provocano malattie infettive che si trasmettono dagli animali agli uomini definite "zoonosi" attraverso il cosiddetto "salto di specie" o "spillover zoonotico". I principali agenti virali responsabili di patologie nell'uomo sono:

-I virus a DNA (Herpesvirus, Papillomavirus, Poxvirus, Adenovirus, Parvovirus, Hepadnavirus);

- i virus a RNA (Enterovirus, Calicivirus, Flavivirus, Rinovirus, Paramyxovirus, Ortomyxovirus);
- i Retrovirus (HIV);
- i virus delle epatiti;
- I virus oncogeni.

Tra le più importanti Epidemie e Pandemie causate da virus possiamo ricordare: il Vaiolo, la Poliomielite, il Morbillo, la Rosolia, l'Ebola, l'Influenza, la Sars, la Mers e la Sars-Cov-2 causa del Covid-19.

La pandemia Covid-19 del 2019.

In ogni evento calamitoso spesso, paradossalmente, i danni maggiori sono quelli prodotti da chi trasmette notizie, spesso inesatte o non vere, influenzando in tal modo la popolazione attraverso i media ed i social. Conoscere la causa dell'evento calamitoso può aiutare a creare meno panico, in quanto si può avere una previsione della durata e della fine dell'evento stesso. Nel caso della pandemia causata dal Coronavirus, denominata Covid-19, si brancola nel buio sia per la mancanza di una adeguata organizzazione del sistema sanitario, in particolare in Italia, sia per la scarsa conoscenza della Biologia del Coronavirus o della Biologia dei virus in generale, sia per le informazioni allarmistiche divulgate dai giornali, in maniera spesso approssimativa o poco competente. Nel caso delle epidemie o delle pandemie il rapido diffondersi della malattia, che spesso può causare anche la morte, può essere contrastato attivando una terapia farmacologica adeguata sui pazienti e cercando di isolare ed acquisire quante più informazioni possibili sull'agente infettante. I moderni mezzi tecnologici, ed il livello avanzato della ricerca nel campo biochimico e in quello dell'ingegneria genetica, permettono ai nostri giorni di avere conoscenza con rapidità dell'agente infettante, sia esso un virus o un batterio. Così è stato anche per l'attuale pandemia Covid-19, nel corso della quale è stato possibile isolare in breve tempo il virus denominato SARS-CoV-2, osservarlo al microscopio elettronico e conoscerne anche la sequenza nucleotidica (la sequenza dell'RNA). Al momento gli scienziati stanno cercando di identificare la fonte dell'infezione. Ad oggi, l'origine di SARS-CoV-2, il Coronavirus che provoca Covid-19, resta sconosciuta e molte sono state le comunicazioni giornalistiche, trasmesse in Italia, e anche provenienti dall'estero, che hanno ipotizzato l'origine del coronavirus da un animale, in particolare dal pipistrello in Cina oppure da un "costrutto ricombinante" costruito in laboratorio mediante la tecnica dell'ingegneria genetica. Nell'ipotesi dell'origine animale del virus, il Coronavirus che ha provocato la pandemia sarebbe un ceppo mutato spontaneamente del Coronavirus che ha acquisito un'alta capacità infettiva. Queste mutazioni durante la crescita del Coronavirus, come quelle che provocano l'influenza, sono frequenti in quanto durante la replicazione possono perdere oppure acquistare nucleotidi, ovvero gli anelli che vanno a formare la catena del DNA o dell'RNA. L'ipotesi di un Coronavirus costruito in laboratorio deriva principalmente da un lavoro pubblicato sulla rivista Nature Medicine nel 2015, a cui hanno partecipato sei laboratori in USA, un laboratorio in Svizzera e un laboratorio in Cina (a Wuhan), nel quale si riportava la costruzione di un Coronavirus geneticamente modificato in laboratorio, nel DNA del quale erano state inserite sequenze di DNA dell'HIV, cioè il virus dell'AIDS. Per contro, un recente lavoro datato 17 Marzo 2020 e pubblicato sulla stessa rivista Nature Medicine, ha messo in comparazione le sequenze di RNA di genomi di ceppi Coronavirus SARS-CoV spontanei con le sequenze dell'RNA del genoma del ceppo coronavirus SARS-CoV-2, arrivando alla conclusione che il ceppo SARS-CoV-2 non è il prodotto di una manipolazione genetica ma probabilmente il risultato della selezione naturale.

Tuttavia, al di là dell'analisi di comparazione delle sequenze di RNA, la certezza che il SARS-CoV-2 sia il frutto di una manipolazione genetica o meno, potrebbe derivare dall'uso di quelle tecniche biochimiche che permetterebbero di individuare nel Coronavirus SARS-CoV-2 isolato nei pazienti Covid-19 la presenza o meno della sequenza di RNA HIV inserite nell'RNA genomico del Coronavirus SARS-CoV presente in natura.

Come difendersi dalle pandemie da virus?

Per difendersi da una pandemia o da un'epidemia causata dal virus è necessario seguire due strade:

- 1) Acquisire un'approfondita conoscenza delle pandemie del passato.
- 2) Studiare la Biologia del virus causa della pandemia.

Per quanto riguarda il primo aspetto, è noto da studi epidemiologici che l'evento pandemico segue un ciclo di tre fasi:

- la prima fase è quella dell'inizio del contagio della popolazione da parte di un nuovo virus;
- nella seconda fase si assiste al raggiungimento del "picco" (il momento di massima diffusione dell'infezione);
- nella terza fase la curva dei contagi comincia progressivamente a decrescere.

Per fare fronte ad una epidemia o pandemia sono necessari: l'intervento di esperti epidemiologi; un'ideale ed efficiente assistenza sanitaria; l'intervento di medici capaci di mettere a punto una strategia di studio dei fattori riguardanti: (a) l'eziologia, la prevenzione e il controllo delle malattie; (b) l'allocazione efficiente delle risorse per promuovere e mantenere uno stato di salute nelle popolazioni umane.

I responsabili del Governo di un Paese devono pertanto avvalersi di esperti nei due suddetti campi medici per potere difendersi dall'evento pandemico. In verità è quanto sta avvenendo in Italia e in altri Paesi del mondo dove i Governi attuali stanno gestendo la pandemia Covid-19 in stretta collaborazione con gli esperti appartenenti ai due suddetti campi.

Per quanto concerne il secondo aspetto, conoscere la Biologia del virus attraverso lo studio evolutivo può contribuire a rispondere alla domanda "da dove nasce il virus". Alla luce delle conoscenze scientifiche nel campo biologico, è possibile ipotizzare che i virus siano nati dal DNA del sistema genetico della cellula degli organismi eucarioti (funghi, animali, piante). Attraverso gli studi di genetica e di biologia molecolare è stato possibile apprendere che sia nella cellula batterica che nella cellula degli eucarioti, oltre al DNA nucleare esiste anche un DNA esterno al cromosoma indicato come DNA extranucleare. I più noti elementi genetici presenti nella cellula in aggiunta al cromosoma sono i plasmidi, i trasposoni e i retrotrasposoni. E' probabile che i virus, durante l'evoluzione si siano originati come questi elementi genetici, i quali possono stabilirsi all'interno del sistema genetico che li generano, come nel caso succitato del profago Lambda nei batteri lisogeni, oppure vagare all'interno della cellula o trasferirsi in un'altra cellula. Pertanto è verosimile che il virus nasca dagli stessi esseri viventi, divenendone poi parassita obbligato.

Lo studio della biologia del virus è fondamentale in quanto consente di conoscere il meccanismo della sua riproduzione e di trovare gli adatti farmaci molecolari che ne possano bloccare la moltiplicazione, salvaguardando così la vita delle popolazioni dalle epidemie e dalle pandemie.

Prof. Luigi Del Giudice

La didattica a distanza: un cammino in comune.

Un antico proverbio africano afferma: “Per crescere ed educare un bambino ci vuole un intero villaggio”. È una massima che vuole rimarcare l’impegno che coinvolge l’intera comunità educante: quello di prendersi cura dei propri giovani lavorando in continua sinergia e in reciproca fiducia, al fine di creare un’alleanza educativa che permetta di guardare nella stessa direzione. Ebbene, oggi, più che mai, la scuola ha dimostrato di essere pronta a lavorare insieme per tutelare i propri giovani dalle difficoltà cui possono essere esposti. Docenti e genitori, durante l’intero periodo del lockdown, si sono uniti per contrastare ciò che, purtroppo, stava minando la serenità dei nostri ragazzi: il distacco improvviso dal proprio quotidiano, fatto di aule, di compagni e di condivisione di esperienze. Nella costruzione del *cammino in comune* ci si è ritrovati ancor più vicini, con l’obiettivo preciso di *fare rete e costruire ponti*, per diminuire la distanza fisica. Un rapporto, quello tra scuola e famiglia, che si è trasformato in un incontro di vera comunicazione e di enorme collaborazione,

laddove ognuno, nonostante la diversità dei ruoli, ha operato con tutte le proprie energie, portando avanti la formazione e la crescita dei giovani in un momento di grande smarrimento, paura e sconforto. Un *crescere insieme*, dunque, in un cammino di *ricerca* e di *speranza*. Un lavoro sinergico che ha visto i docenti, da un lato, impegnati nella realizzazione, seppure virtuale, di un ambiente di apprendimento accogliente, caloroso e quanto più simile a quello tradizionale ed i genitori, dall’altro, pronti ad attuare ed agevolare il lavoro in presenza. Ci si è messi gli uni nei panni degli altri, in un’ottica di aiuto reciproco e di immedesimazione per le difficoltà che ognuno, a suo modo, stava vivendo. Ci si è tesi la mano, per il benessere dei propri ragazzi. Un’esperienza che rimarrà, senza dubbio, nei ricordi di tutti e che ha evidenziato, ancor di più, l’importanza del dialogo educativo tra scuola e famiglia, presupposto imprescindibile e fondamentale per una proficua azione formativa ed educativa.

Resta, ad ogni modo, la precisa convinzione che il

processo di educazione e di formazione debba necessariamente svilupparsi in un ambiente in cui la relazione possa realizzarsi in modo autentico, reale e, soprattutto, senza un distanziamento sociale. E, comunque, doveroso fare un enorme plauso a tutta la comunità educante per aver fatto sì che nessuno alunno rimanesse indietro, ma il complimento più grande è, senza dubbio, per gli alunni: “piccoli grandi eroi” che, con impegno, coraggio, determinazione ed enorme resilienza hanno superato le difficoltà di questo tempo così difficile. Viva la scuola che, nonostante tutto, sa andare avanti!

Gabriella Romano



La scuola non si ferma!

-Scuola e Tecnologia amiche del cuore nell’epoca del CODIV19-

Nei Decreti di chiusura scuola volevo leggerci la speranza di una celere ripresa, ma il totale lockdown mi ha riflessa nello specchio della certezza di una chiusura prolungata che non poteva assolutamente consentirmi di ‘mollare’ mani, menti e cuori dei miei alunni. La scuola non si ferma!!!

Come Animatrice Digitale di una scuola del territorio mi sono, subito, adoperata con la creazione di videotutorial per l’ utilizzo di piattaforme DAD, per l’acquisizione di software per creazioni multimediali audio/ video, mindmaps, learning apps, supporti per bisogni speciali. Il coraggio l’ha fatta da padrona... tutto il team docenti ha indossato la corazza della proattività e spirito d’iniziativa smantellando limiti e credenze sulla tecnologia. L’ostinazione e il desiderio di ricreare un ambiente di apprendimento fatto non solo di saperi disciplinari ma di mondi da condividere ha aiutato noi insegnanti (parlo del team dell’IC presso cui lavoro) a tuffarci senza remore verso nuovi mari inesplorati, nelle più svariate aule virtuali che ci consentissero sessioni live in sincrono per spiegazioni, circle time, racconti personali, divertimento ed in chatroom in asincrono per darsi un buongiorno, scriversi un pensiero, condividere una creazione, un piatto preparato, una poesia scritta ed una musica che

emoziona. Le live, devo dire, sono state una emozionante scoperta...finalmente ci si poteva vedere, sorridere, scambiarsi una proposta e ‘battere il cinque’ sul monitor. In questo periodo credo che Scuola e Tecnologia siano diventate amiche del cuore, perché è vero... la rete viene in soccorso a tutto e tutti ! L’emergenza COVID19 ci ha forzatamente propinato la DAD ma riflettevo sul fatto che le nuove modalità con cui trattiamo e condividiamo le informazioni grazie alla rete (banca, palestra, viaggi e addirittura per fare una spesa) oggi, più che mai, devono, a mio parere, poter essere utili anche per studiare e per incoraggiare un apprendimento significativo mediato dalla professionalità che gli insegnanti posseggono in campo pedagogico. La tecnologia, in questa DAD, credo sia stata davvero una risorsa aggiuntiva, per supportare e aiutare i nostri alunni nello studio con coinvolgimento, flessibilità, divergenza e sano rispetto delle intelligenze. Penso a quanto sia stato utile un computer o un tablet per un bambino con disturbi specifici di apprendimento, quanto un software di sintesi vocale da ascoltare abbia aiutato un dislessico a non affannarsi nella lettura, piuttosto che quanto una mindmap od una infografica, (cioè una immagine evocativa di un argomento) abbia potuto aiutare tutti gli studenti a focalizzarsi sui concetti chiave.

La DAD ha permesso di viaggiare tra i tour virtuali di Musei, Fondazioni, Teatri, Librerie, di scrivere testi a più mani in modo cooperativo, di creare progetti multimediali con tag ed app e svolgere esercizi interattivi, di sperimentare compiti autentici e dinamici, esperienze che prevedono un coinvolgimento attivo. Però c’è da dire una cosa fondamentale, c’è un bug di sistema...una cosa è mancata: esserci vis-a-vis, carezzarsi, ascoltarsi a pochi centimetri empaticamente, gioire per un risultato o emozionarsi per un vissuto. Dico che la scuola deve avere come amica la tecnologia ma, prima di tutto, deve essere amica di un mondo più umano.

Quando tutto sarà passato...ci spero, ci credo!

Fabiana Camerlingo



Le ciliegie di Chiaiano

Sui sentimenti che suscita la ciliegia di Chiaiano, così scrive un puro chiaianese, Giovanni Baiano nel suo saggio La Ciliegia a Napoli e in Campania.

Era quello di maggio e giugno il periodo più bello e tale è rimasto per sempre, se ci aggiungiamo anche aprile, il mese dei ciliegi in fiore. Sulla cima di quegli alti ed enormi alberi, circondato da una marea di rosse ciliegie, di cui le più belle e mature stavano lì per dirmi: “mangiamli!”, avvolto dalle verdi, lucide foglioline che a grappoli pendevano dai ramoscelli e mi solleticavano la pelle, mi sembrava di dominare l'intero universo che mi stava intorno e sotto i piedi. Mi lasciavo accarezzare da quel fresco venticello che spirava dalle alte montagne del Matese nelle ore più calde della giornata e tra lo spizzicare una ciliegia ed un'altra, naturalmente scegliendo tra le più belle, davo sfogo alle mie giovanili energie ed al mio buon umore, cantando a squarciagola le più famose canzoni napoletane. Quei ciliegi me li sono sempre sentiti dentro, non solo nella memoria, ma anche nel cuore e nel sangue; fanno parte ormai del mio D. N. A. Ne percepisco perfino la voce, quando soffia un pò di vento ed io ancora vado a trovarli, là, sopra quella vecchia masseria delle Cesinelle, dove sono nato e vissuto per i primi ventitré anni della mia vita. Quegli alberi e quei frutti sono tuttora un forte richiamo, soprattutto nel periodo della primavera, quando l'occhio può godere appieno quel meraviglioso spettacolo della loro fioritura e quando la bocca può gustare quello speciale e squisito frutto maturo, dal delicato sapore di petali di rosa e di viola e dagli svariati colori, che vanno dal giallino dorato al rosso sangue e violaceo. Resta però il fatto che, nonostante tutto, il ciliegio, anche se ridotto, è ancora un richiamo per tanti contadini della zona, che continuano a coltivarlo per passione e per soddisfare l'enorme richiesta dei commercianti che arrivano a Napoli da tutte le parti d'Italia e specialmente dalla Sicilia, dove sono maggiormente apprezzate. È questo il mondo del ciliegio, un mondo da sogni che comincia a rivelarsi nella sua incantevole bellezza soprattutto in primavera. Ed è infatti aprile il mese della sua suggestiva, splendida fioritura ad attirarci come una calamita e trasportarci lontano dalle stressanti vicende quotidiane, deliziando la nostra vista e ricreando il nostro spirito. Entrare in un campo di ciliegi in quel periodo del dolce dormire è come entrare nel paradiso, in un mondo fantastico, in un mondo che forse nemmeno nei sogni si riesce a intravedere. Quelle chiome degli alti e giganteschi alberi pieni di fiori bianchissimi sembrano come delle nuvole, mosse dal vento, che si agitano sotto l'azzurra volta celeste per accogliere festosamente l'arrivo delle rondini ed annunciare agli uomini la fine dell'inverno. E quando quel vento è tale che riesce a portar via dagli stami un gran numero di petali, allora si ha l'impressione di essere circondato da tante piccole farfalle o fiocchi di neve, che ti danzano intorno e ti avvolgono e ti trasportano in un vortice che ti solleva dalla terra e ti fa volare con loro verso il cielo. Ti senti trasportato in un mondo come quello raccontato nelle fiabe e ti sembra di danzare con tante fatine e piccole ninfe, angioletti e vergini sposine vestite di bianco immacolato, che lentamente e dolcemente ti sfiorano la pelle e ti preparano un immenso, morbido, bianco tappeto, su cui poter poggiare i piedi, quando finisci di sognare e scendi dalle nuvole e ti ritrovi di nuovo sulla terra. Un meraviglioso mondo che il mistero della natura rinnova puntualmente ogni anno per avvertirci che sta per nascere, oserei dire senza preoccupazioni di essere smentito, il più bel frutto che la terra sia riuscito a produrre per il piacere dell'uomo. È un vero peccato che tanta gente, soprattutto quella che



SALATO

BUCATINI CONIGLIO E CILIEGIE RICETTA X 4 PERSONE

Ingredienti

350 gr di bucatini	olive nere q.b
400 gr di coniglio disossato e tritato al coltello	timo q.b
3 carote medie a cubetti	rosmarino q.b
400 gr di pomodori pechino tagliati a quattro	olio evo q.b
aceto di vino bianco q.b	peperoncino q.b
1 aglio	20 ciliegie
capperi q.b	

Procedimento

In una padella versate un filo di olio e due spicchi di aglio, senza anima, e fate soffriggere a fuoco medio. Appena l'aglio comincia ad imbiondire, aggiungete il coniglio e fatelo cuocere per 10 minuti. Intanto, iniziate a far bollire l'acqua per i bucatini. Aggiungete, nella padella con il coniglio, pomodorini, carote a tocchetti piccoli, capperi, peperoncino e il rosmarino tritato. Senza far asciugare il sugo, continuate la cottura per altri 10/15 minuti (se si asciuga il sugo aggiungete o acqua tiepida o brodo vegetale). Togliete dal fuoco la padella e fate riposare per il tempo della preparazione delle ciliegie. Nel frattempo denocciolate le olive e le ciliegie. In un'altra padella, fate ammorbidire le ciliegie, tagliatele a metà, con aceto di vino bianco. Calate i bucatini e portateli a 3/4 di cottura; aggiungete i bucatini nella padella del coniglio. Completate la cottura aggiungendo, olive nere, le ciliegie (senza la salsa) il timo e olio extra vergine a filo q.b. Amalgamate il tutto.

Buon appetito.
Raffaele Delli Colli

vive nelle grandi città e grossi centri abitati, non conosca e non possa godersi questo splendido spettacolo primaverile che offre il ciliegio delle nostre pur vicine campagne della collina dei Camaldoli. Ed è un peccato anche dover interrompere questi bei ricordi per riprendere il nostro lavoro, pur se molto interessante...”. Si è certi che a Napoli il ciliegio fu importato da Lucullo, famoso generale romano, ma più noto per le sue raffinatezze culinarie. Sono in molti ad affermarlo. Secondo la scrittrice Eleonora Pontillo, Lucullo faceva coltivare nella sua villa, che si estendeva dall'alto del monte Echia (Monte di Dio) fino all'isolotto di Castel dell'Ovo, assieme ad altre piante anche ciliegi. Così scrive: “Nei giardini della sua villa aveva potuto coltivare fiori ed erbe e far crescere il ciliegio e pesco, che lui (Lucullo) aveva scoperto in Persia e portato in Italia”. Della ciliegia in Campania e più precisamente a Napoli, ne parla pure Virgilio e poi il Galluccio e tanti altri scrittori e poeti come Francesco Biondo, Nunziante Pagano, Di Giacomo e tanti altri, che nelle loro opere hanno espresso il proprio omaggio alle bellissime e pregiatissime cerasse di Napoli, riferendosi particolarmente alla collina dei Camaldoli, nel cui territorio si trova Chiaiano e Marano, i maggiori produttori di ciliegie. Certo è che tutte le terre della collina dei Camaldoli, per il tipo di terreno ed il clima temperato, ci hanno sempre regalato questo gustosissimo frutto, ricco di eccellenti proprietà nutrizionali ed organolettiche.

CROSTATA VEGANA DOLCE CON CONFETTURA DI CILIEGIE

Ingredienti

- | | |
|--|---|
| 1 tazza di farina integrale di farro Bio | 1 cucchiaino di lievito per dolci |
| 3 cucchiaini di malto di riso o agave | 1 cucchiaino di vanillina |
| ½ tazza di olio di oliva di girasole | 1 vasetto di confettura Bio alle ciliegie |
| ½ tazza di acqua ghiacciata | Una grattugiata di scorza di limone bio |
| 2 cucchiaini di farina di mandorle (o cocco) | Granella di mandorle q.b |
| 1 pizzico di sale | |

Procedimento

Suddividete gli ingredienti secchi da quelli liquidi. Lavorate tutti gli ingredienti velocemente per la realizzazione della frolla. Fate riposare la frolla 30 minuti in frigo. Stendete la frolla e sistematala in uno stampo da crostata ricoperto di carta da forno. Con una forchetta bucherellate la pasta. Fate cuocere a 180° per 30 minuti. Fate raffreddare la crostata e farcite con un vasetto di confettura di ciliegie. Guarnite la crostata con la granella di mandorle.

Buon appetito.
Imma Morin



SUCCO DI CILIEGIA DOLCE

Ingredienti

- | | |
|-------------------------|--------------------|
| 1 kg di ciliegie mature | 300 gr di zucchero |
| 1 l di acqua | |

Procedimento

Lavate le ciliegie e fatele sbollentare col picciuolo. Togliete il nocciolo e il picciuolo e passatele al frullatore sino a che il composto non sia omogeneo. Bollite l'acqua con lo zucchero e fatela raffreddare. Unite il composto delle ciliegie all'acqua e zucchero e versate il tutto nelle bottigliette col tappo a corona sino a 2 cm dall'orlo. Chiudete bene. Mettete un pentola con l'acqua sul fuoco e disponetevi all'interno le bottigliette. Fate bollire lentamente per 30 min. Lasciate raffreddare. Togliete le bottigliette e riponetele in un luogo asciutto.

Le ciliegie:

-L'oro rosso della terra partenopea-

Proseguiamo col nostro viaggio nel mondo culinario e questa volta incontriamo uno dei frutti più amati sin dal tempo degli antichi romani, dal gusto intenso e dalle innumerevoli proprietà benefiche per la salute: la ciliegia. Il nome deriva dal greco *kérasos* che, poi, ha dato origine al termine usato nella nostra terra, *cerasa*. Circa le origini, Plinio il Vecchio ci dice che venne importata dall'attuale Turchia a Roma nel 72 a.C. e da qui la coltivazione si diffuse in tutto l'impero. Nel 1400 questo frutto ebbe anche l'onore di essere rappresentato in diversi quadri di soggetto sacro e vanta anche un santo patrono: san Gerardo dei Tintori la cui ricorrenza cade il 6 giugno ma pare sia addirittura raffigurata negli affreschi pompeiani. In Campania esiste una grande tradizione per la coltivazione delle ciliegie in particolare in provincia di Napoli. La zona vesuviana, alle pendici del Monte Somma, è rinomata per la produzione della cosiddetta *ciliegia del Monte o Durona Del Monte*, che ha fatto la storia della cerasicoltura di quest'area. Il frutto si riconosce per la sua buccia di colore giallo-rosato su di un lato e rosso scuro dall'altro, con punteggiatura gialla. La polpa è giallastra, croccante e molto succosa; matura tra la fine di maggio e la seconda decade di giugno. Sempre in provincia di Napoli, nell'area Flegrea, si coltiva la *ciliegia della Recca*, originaria della zona dei Camaldoli, che matura tra la prima e la seconda decade di giugno: è un frutto dalla forma leggermente schiacciata, formato da una buccia di colore rosso scuro brillante che protegge una polpa biancastra e succosa. La qualità elevata e prestigiosa della ciliegia partenopea ha, però, consentito l'estendersi di questa coltivazione in molte altre località campane, interessando in particolar modo il territorio casertano. Sono, infatti, note le ciliegie di Malizia, di Lustra, di Cornaiola, e la ciliegia Francese. Un'ulteriore varietà poco nota ma altrettanto gustosa è la cosiddetta *Cerasa do mostro di Pimonte*, ai piedi dei Monti Lattari, così chiamata dai contadini locali per le sue grandi dimensioni, dalla forma tondeggianti, di colore rosso scuro e definita "tardiva" perché matura tra la fine di Giugno e la prima metà di Luglio. Sulla *ciliegia della Recca* esistono vari e diversi racconti leggendari: secondo alcuni, le prime testimonianze storiche di tale varietà di ciliegia risalgono al 1550 e ne attribuiscono l'introduzione nel Napoletano a Gaspare Ricca il quale, sposando una nobildonna di Marano, divenne proprietario di un ampio appezzamento di terreno che si estendeva dalla collina dei Camaldoli fino all'attuale quartiere partenopeo di Pianura; secondo altri, invece, il frutto fu importato dall'amante del re di Spagna, Caterina Manriquez, quando fu cacciata da Madrid a seguito della scoperta della sua tresca, ad opera della regina, e fu spedita a Marano col titolo di principessa. Costei, per ricordarsi della sua terra, portò con sé una dozzina di alberelli di ciliegio che piantò appunto sulla Recca, dando vita a questa varietà. La produzione delle ciliegie è destinata prevalentemente al consumo fresco ma la ciliegia napoletana si addice anche alla trasformazione industriale, infatti, viene impiegata per preparare sciroppi, succhi, canditi, marmellate, distillati. Guarnisce spesso i prodotti tipici della pasticceria napoletana come gli struffoli o le cassatine, ma viene impiegata anche nella preparazione di crostate e torte.



Andrà tutto bene - La voce dei giovani!

Prosegue l'iniziativa dell'Associazione Fabrizio Romano Onlus!

L'Associazione, certa che da ogni esperienza possa trarsi un insegnamento ed un ricordo positivo, ha lanciato una nuova proposta, dal titolo *La voce dei giovani*, invitando i bambini e gli adolescenti partenopei a scrivere un messaggio di forza, di speranza e di positività, attraverso una lettera da indirizzare a tutti i lettori di *Buongiorno Napoli*. Pubblichiamo le lettere pervenute alla nostra redazione, complimentandoci con tutti i nostri piccoli scrittori.

Progetto a cura di: Gabriella Romano.

Docenti referenti: Gabriella Romano, Fabiana Camerlingo, Anna Pacifico, Carla Longobardi dell'I.C. 13 Ignazio di Loyola.

Cari lettori di Buongiorno Napoli, quella del lockdown è stata, per me, un'esperienza dolorosa ma allo stesso tempo bella. Nonostante mi sia mancato non andare a scuola, ho potuto dedicare più tempo ai miei hobbies.

Ciò che ho imparato da questa esperienza è che occorre cercare di essere sempre positivi, affrontando i momenti difficili con tutta la forza ed il coraggio. Dobbiamo rimanere uniti, aiutandoci l'un l'altro: noi possiamo fare la differenza!

Nella Fase 2, quindi, ricordiamoci di rispettare le regole evitando soprattutto gli assembramenti.

Andrà tutto bene!!!

Carlo Schiattarella

Cari lettori di Buongiorno Napoli, sono uno dei tanti bambini che ha vissuto questa inaspettata pandemia. In questo periodo ho ripensato sempre ai bei momenti passati a scuola insieme ai miei amici ed alle mie maestre, ai baci e agli abbracci dati ai nonni che per me sono la felicità più grande. Ho fatto molti sacrifici per rispettare le regole, dal non uscire al non vedere nessuno amico; allo stesso tempo, ho vissuto stati anche molti aspetti positivi come quello di godermi i miei genitori, fare insieme a loro colazione e vedere tutti insieme un film o divertirci a giocare. Coloro che hanno fatto davvero enormi sacrifici sono i medici: hanno salvato tante vite e questo mi ha davvero colpito. Un giorno mi piacerebbe diventare uno di loro. Alcune volte penso che questo sia stato solo un brutto film ma purtroppo non è così. Dal mio canto, ho cercato di vivere questo periodo con molta serenità, calma e soprattutto pazienza. Ricordo sempre una frase che disse Rita Levi Montalcini: "Non temete i giorni difficili, il meglio viene da lì": dopo questa esperienza, anche se sono ancora piccolo, mi impegnerò, a dare un contributo per aiutare il mondo ad essere migliore. Per prima cosa, rispetterò le regole. Facciamolo tutti!

Dario Ciano

Cari lettori del Buongiorno Napoli, in questo periodo di clausura i giorni sembravano essere tutti uguali! Tuttavia la quarantena ha mostrato anche i suoi lati positivi: la natura ha ripreso il suo corso, l'aria è diventata più respirabile e gli animali sono stati liberi di muoversi riapparendo nel mare limpido e persino nelle strade solitarie di alcuni paesi. E poi, quanto è stato prezioso il tempo che si è potuto sfruttare al meglio in compagnia della propria famiglia! Ora che è iniziata la Fase 2 non possiamo buttare tutto il nostro sacrificio all'aria! Cari lettori vi invito a fare più attenzione di prima, perché io, come credo anche voi, non voglio passare altri tre mesi chiuso in casa. Non accalcatevi nei posti in cui sapete ci sarà altra gente. Poter uscire non vuol dire riprendere la vostra vita normale, bensì mostrare maggiore attenzione e prudenza. Mi raccomando, viviamo questi giorni in serenità ma con attenzione!! Un caro saluto a tutti voi.

Diego Galiero

Cari lettori di Buon giorno Napoli, quello che abbiamo vissuto e che stiamo vivendo è stato sicuramente un periodo duro per tutti ma credo che bambini ed anziani siano quelli che hanno fatto più fatica ad adattarsi alle nuove abitudini di vita. Come può un bambino giocare mantenendo le distanze di sicurezza? Come può una nonna non abbracciare un nipote? Rispetto alle generazioni che ci precedono, viviamo in un'epoca dove internet ci permette di rimanere in contatto con tutti e, grazie a questo strumento, siamo riusciti a non perderci di vista, continuando a coltivare i nostri affetti. Addirittura, abbiamo potuto continuare gli studi attraverso delle piattaforme digitali e l'emozione che ho provato nel vedere le maestre e gli amici non la dimenticherò mai! Ora ci troviamo nella Fase 2, meno restrittiva ma, secondo me, più pericolosa perché molti cominciano a "rilassarsi" non considerando che non abbiamo ancora vinto. Quando riusciremo a vincere questa battaglia, sono sicuro che daremo più valore a tutto ciò che ci circonda ed abbracciarci sarà bellissimo!

Claudio D'angelo



Cari lettori di Buongiorno Napoli, in questo periodo di quarantena non sono potuta uscire di casa a causa del Covid-19. Ho imparato che dobbiamo curare meglio la nostra igiene personale e lavarci sempre la mani, anche se restiamo a casa. In questo periodo ho potuto giocare di più con mio fratello ed ho potuto trascorrere molto più tempo con mio padre con il quale mi sono divertito a preparare tanti biscotti! Nella Fase 2 possiamo uscire ma dobbiamo indossare mascherine e guanti, mantenere la distanza di sicurezza e, per maggiore sicurezza, indossare anche occhiali da sole. Gli anziani, in particolare, dovrebbero uscire il meno possibile. Arrivederci e spero usiate i miei consigli!

Diego Cagnacci

Cari lettori di Buongiorno Napoli, come tutti, anche io ho sofferto a causa del Covid – 19, il virus che ha contagiato tutte le popolazioni del mondo e che ci ha costretti a rimanere a casa per più di due mesi. Ciò che più mi è mancato è il poter andare a scuola e vivere le mie giornate “normali”. Ho potuto, però, vivere appieno la mia famiglia e dedicarmi alle mie passioni come giocare, cucinare e leggere. Non appena è iniziata la Fase 2 sono andata a trovare i miei nonni che mi sono mancati tantissimo!!! Da qualche giorno tutte le attività hanno riaperto: ricordiamoci di indossare la mascherina e di entrare uno alla volta nei negozi, mantenendo sempre la distanza di sicurezza. Dobbiamo impegnarci tutti, solo così torneremo presto alla normalità! Un saluto a tutti voi!

Eva Pugliese

Cari lettori di Buongiorno Napoli, questo periodo di quarantena ha sconvolto le vite di tutti noi che ci siamo ritrovati a trascorrere delle giornate piuttosto insolite. Personalmente, mi sono tenuto il più occupato possibile: non ho voluto dare spazio alla noia, studiando, leggendo, giocando e tenendomi in contatto con gli amici. Mi sono sentito fortunato nel poter stare a casa ed in sicurezza con mia sorella ed i miei genitori, anche se il mio pensiero era sempre rivolto a chi stava lavorando in ospedale correndo tanti rischi per salvare le nostre vite. Sono un bambino molto paziente e questo aspetto del mio carattere mi ha aiutato molto in questo periodo. Questa esperienza mi ha fatto capire quanto sia importante la libertà e, dall'altro lato, che il poter vivere giornate meno frenetiche aiuta a pensar e riflettere di più. Ho apprezzato ancora di più il valore della famiglia: avevo dimenticato quanto fosse bello ascoltare i racconti degli adulti e le risposte ad ogni tua domanda. Ho potuto capire, anche, quanto vale la vita e quanto sono stato fortunato a riceverla, una vita che può cambiare da un momento all'altro e che, proprio per questo, va vissuta ed apprezzata in ogni suo istante, godendo ogni attimo di felicità. In questi giorni mi sono affacciato alla finestra e, nell'osservare la natura, ho notato che ha continuato a fare il suo corso, a vivere “normalmente”, nonostante tutto. Sembra quasi che le abbia fatto bene questo nostro lockdown e che abbia voluto farci capire che senza di noi, starebbe molto meglio. L'abbiamo trattata come qualcosa di scontato, arrecandole danni enormi, senza pensare che senza di lei non potremmo vivere. Ora ci viene richiesto un altro piccolo sacrificio, quello di rispettare le regole nella cosiddetta Fase 2. È il momento di contribuire, tutti, a risolvere questa crisi. Indossiamo la mascherina e facciamolo con il sorriso sulle labbra! Sperando vi aver lanciato un messaggio positivo, vi saluto tutti!

Luca Oliviero



Cari lettori di Buongiorno Napoli, la quarantena che abbiamo vissuto è stata molto dura soprattutto per noi bambini. Ci è stato privato di uscire, di andare a trovare i parenti, di andare a scuola, di vedere tutti i nostri amici e di praticare i nostri hobbies e le nostre discipline sportive. Nonostante questi spiacevoli aspetti, in questo periodo positivi riscoperto il piacere di trascorrere più tempo con la mia famiglia con la quale mi sono divertita un mondo! Tra tutte, la cosa più importante è stata l'attivazione della didattica a distanza con le video lezioni: chi l'avrebbe mai pensato vedere la maestra e i compagni tramite web! Durante la Fase 2 è importante mantenere le distanze e rispettare l'ambiente gettando sia mascherine sia guanti nel cassetto. Sono molto felice: finalmente si respira un po' di libertà e non vedo l'ora di ritornare alla normalità! Rispettando tutte queste regole mi auguro che andrà tutto bene.

Giada Guido

Cari lettori di Buongiorno Napoli, come avete affrontato questa quarantena? Io, nonostante la paura per quanto stava accadendo, devo dire che non l'ho vissuta così male. Ho avuto tantissimo tempo da dedicare alle mie passioni e da trascorrere con i miei genitori e mio fratello. Forse, neanche nelle nostre precedenti vacanze abbiamo vissuto tutto questo tempo insieme e ciò non mi è affatto dispiaciuto, anzi mi ha reso felice! Posso dire con certezza che ho una bellissima famiglia! Per il resto, rispettiamo le regole e tutto tonerà come prima! Saluti!

Emanuele Brignoli

Cari lettori di Buongiorno Napoli, da quando è iniziato il Coronavirus sono cambiate molte cose nella mia vita, come nelle vostre.

L'unica nota positiva di questa storia è che sono stato più tempo con mamma e papà; abbiamo riscoperto il piacere di stare insieme. Da qualche giorno è iniziata la Fase 2 ed io ho potuto rivedere i miei nonni e anche i miei cuginetti: è stata un'emozione indescrivibile. Certo, bisogna rispettare le regole, indossare la mascherina e rispettare la distanza, ma sapere che ogni tanto è possibile uscire di casa è un sollievo. Ricordiamoci che questa fase rappresenta un momento molto delicato; bisogna stare attenti per non annullare i sacrifici che sono stati fatti fino ad ora da tutti noi. Spero che questo virus finisca presto o che si trovi una cura o un vaccino perché non vedo l'ora di tornare alla normalità. Un saluto a tutti voi.

Daniele Barretta

Cari lettori di Buongiorno Napoli, questo virus, potente ed invisibile, è stato capace di dividerci dalle persone a noi care come i nonni, gli zii e gli amici. All'improvviso è cambiato tutto, dalle videolezioni con la maestra ed i compagni fino ad accontentarsi di vedere le persone a cui vuoi bene attraverso uno schermo: da un giorno all'altro ci siamo ritrovati chiusi in casa. In questo tempo in cui tutti ci siamo fermati ho capito quanto è importante dedicarsi agli altri. Ora che è arrivata la Fase 2 potremo uscire ma non potremo ancora abbracciarci, allora prego affinché tutto questo finisca presto e finalmente potrò riabbracciare le persone che amo...nel frattempo mi limiterò a salutare tutti da lontano, nel rispetto delle regole! Grazie Buongiorno Napoli ed un saluto a tutti voi!

Filippo De Forti Nadi

Cari lettori di Buongiorno Napoli, mi chiamo Giordana ed ho trascorso questo periodo di quarantena provando una grande nostalgia per i miei amici, le mie maestre ed i miei parenti. Questa esperienza mi ha insegnato che tutte le cose brutte passano, l'importanza è mettercela tutta! La Fase 2 deve essere affrontata con forza e responsabilità, mantenendo sempre la distanza di sicurezza ed indossando le mascherine! Andrà tutto bene!!!

Giordana Matarese

Cari lettori di Buongiorno Napoli, ho vissuto questa quarantena a casa dei nonni in campagna, avendo la possibilità di stare in giardino e coltivare l'orto. Sono stato molto fortunato rispetto a tanti bambini che sono dovuti stare chiusi in casa senza avere spazi esterni. La clausura forzata ci ha portato via molte cose ma ci sta anche rendendo più consapevoli della fortuna che abbiamo avuto fino a questo momento. Il mio dispiacere maggiore è stato non poter concludere i 5 anni trascorsi con i miei compagni di scuola visto che a settembre ci divideremo per iniziare un nuovo percorso scolastico. Quest'esperienza mi ha insegnato che la libertà è un aspetto fondamentale nella vita nell'uomo per respirare, sognare e vivere ogni istante. Ho imparato quanto è quanto è importante condividere ogni momento con le persone care; mi sono goduto mia mamma che mi ha insegnato a non dare nulla per scontato. Da oggi in poi, apprezzerò ancor di più ciò che per me è importante, rendendo la mia vita ricca di valori e piena di significato. Adesso ci ritroviamo ad affrontare una nuova ripartenza; ciò non significa ritornare al mondo che abbiamo lasciato prima della pandemia, ma imparare a convivere con il virus, attraverso una lenta e graduale ripresa. Con le dovute precauzioni, possiamo ricominciare una nuova vita facendo tesoro delle limitazioni che abbiamo vissuto. Distanti ma uniti, possiamo farcela!

Gabriele Parrella



Cari lettori di Buongiorno Napoli, in questo periodo ho sentito parlare continuamente di virus e di infezioni. Personalmente, oltre a studiare, ho visto molti documentari sulla natura la quale, nonostante il coronavirus girasse per il mondo, ha continuato a mostrare il suo sorriso! Dall'altro lato, la tecnologia ci ha aiutato a "rimanere vicini da lontano". La quarantena mi ha regalato più tempo per leggere, per giocare e per inventare nuove ricette con mamma. Ho capito di più il valore degli affetti ed ora sono pronto per affrontare la Fase 2. Forza, indossiamo tutti la mascherina e portiamo con noi la nostra amica amuchina; mandiamo via l'antipatico Covid-19 e torneremo presto ad abbracciarci. Anche i nostri occhi torneranno a sorridere!

Lorenzo Fusco

Cari lettori di Buongiorno Napoli, ho trascorso questa quarantena facendo esercizio fisico, giocando a giochi di società con la mia famiglia e seguendo le video lezioni tenute dalla mia maestra. Ho imparato che restando uniti possiamo vincere qualunque battaglia! E che come se tifassimo tutti per la stessa squadra! Penso che nella Fase 2 vadano rispettate tutte le regole, affinché non siano persi tutti i sacrifici fatti fino ad ora! Un saluti a tutti!

Salvatore Colantuono

Cari lettori di Buongiorno Napoli, non vi nascondo che sono un pò arrabbiato con questo Covid-19 che, entrando inaspettatamente nella mia vita, ha stravolto la mia routine ed i miei impegni privandomi di sedermi sul banco di scuola, di correre nel cortile con i miei amici di classe e, addirittura, di celebrare la prima comunione. Senza parlare della preoccupazione che ha destato in tutti noi, soprattutto per le persone anziane. Nonostante tutto, ho potuto apprezzare alcuni aspetti positivi in questo periodo: sono stato molto felice perché ho potuto trascorrere più tempo con la mia famiglia e soprattutto con i miei genitori che hanno lavorato da casa in modalità smart working. Vorrei ringraziare i medici e gli infermieri che hanno lavorato, giorno e notte, per la salute di tutti noi. Caro virus, spero tanto che si riesca a creare un vaccino per renderti innocuo, così non ci farai più paura!

Mattia Sarno

Cari lettori di Buongiorno Napoli, purtroppo, come tutti i miei coetanei, sono dovuta rimanere a casa per circa tre mesi a causa dell'emergenza Covid-19. Nonostante i disagi, ho cercato di vedere il lato positivo delle cose e posso dire che sono stata contenta di essere più a contatto con i miei genitori ed i miei fratelli. Abbiamo colorato, ballato, giocato, preparato tanti dolci e pizze, cercando di impegnare il nostro tempo in modo simpatico. In questa seconda fase stiamo ritornando alla nostra vita abituale, quella di tutti i giorni. Mi raccomando, usiamo le massime precauzioni: indossiamo mascherine e guanti e rispettiamo le norme di sicurezza! Vi saluto!

Siria Caiafa

Cari lettori di Buongiorno Napoli, durante la quarantena, nonostante qualche momento di noia, ho occupato il mio tempo studiando, disegnando e leggendo libri. In questa quarantena ho potuto trascorrere più tempo con i miei gatti ai quali, a volte, non presto troppa attenzione. Secondo me la Fase 2 va affrontata con la massima precauzione: possiamo incontrare gli amici ma dobbiamo rispettare le norme di sicurezza. Quindi ricordate: mascherina, guanti e distanza di sicurezza! Un saluto a tutti voi!

Sophia Rignani

Cari lettori di Buongiorno Napoli, da quando è scoppiata la pandemia a causa del Covid -19, le mie giornate sono diventate meno veloci e questo mi ha permesso di rilassarmi di più rispetto a prima. Ad esempio, dopo i compiti, ho avuto il tempo di andare a giocare in giardino e mia mamma ora fa tanti dolci. Ho imparato che non va mai sottovalutato neanche il più piccolo dei virus e che non bisogna spendere soldi per sciocchezze. Uno degli aspetti più belli è che mio padre, in questo periodo, è rimasto a casa e questo ci ha permesso di trascorrere più tempo insieme a lui. Da poco è iniziata la Fase 2 ed io non vedo l'ora di andare al mare! Spero che tutti capiscano quando sia importante rispettare le regole e che c'è ancora da stare in guardia. Saluti!

Alfredo Spina

Cari lettori di Buongiorno Napoli, l'esperienza della quarantena mi ha insegnato quanto siano importanti gli abbracci e le coccole fatte dai genitori! Uno degli aspetti maggiormente positivi riguarda il nostro amato pianeta: è diminuito l'inquinamento, l'aria è pulita, nei mari e nei fiumi l'acqua è diventata cristallina e ho addirittura visto dalle foto di delfini che si avvicinavano alle coste! Uno spettacolo! Credo dovremo affrontare la Fase 2 con maggiore coscienza, continuando ad usare le mascherine e rispettando le distanze senza avere contatti diretti. Non dimentichiamoci dei due mesi di restrizione vissuta in casa e di tutte le persone che, purtroppo, non ci sono più a causa di questo virus, tra cui tanti medici ed infermieri che hanno speso la loro vita per salvarci. Spero tanto che ci sia rispetto tra le persone e nei confronti del pianeta. Arrivederci e saluti a tutti!

Spiniello Christian

Cari lettori di Buongiorno Napoli, questi mesi di Covid 19 non sono stati affatto semplici da vivere. Ho capito, di sicuro, che quando circola un virus così pericoloso come questo, è importante rimanere a casa e non uscire. Un aspetto positivo è che ci sono meno macchine quindi meno smog, si respira un'aria più pulita e meno inquinata. Anche il mare è diventato cristallino: in televisione ho visto tante immagini di delfini e balene che nuotavano nel nostro mare! Durante la Fase 2, credo sia importante non dimenticare di mantenere la distanza tra le persone ed indossare la mascherina ed i guanti ogni volta che si esce di casa. Ciao a tutti!

Lorenzo Stasi



Presentato nella sala "Caduti di Nassyria" del Consiglio Regionale della Campania *Buongiorno Napoli*.

Il 25 febbraio, presso la sala *Caduti di Nassyria* del Consiglio Regionale della Campania, si è tenuta, su volontà dell'On. Alfonso Longobardi, la conferenza stampa per la presentazione di *Buongiorno Napoli*. Il bimestrale partenopeo è stato fondato dall'Associazione Fabrizio Romano Onlus, al fine di cogliere le positività e le eccellenze partenopee, ponendo in evidenza il *ben fare* della cittadinanza napoletana che, con il proprio operato, valorizza e inorgoglisce la nostra amata terra. Alla cerimonia di presentazione, presieduta dal Consigliere regionale della Campania e Vicepresidente Commissione Bilancio, On. Dott. Alfonso Longobardi, sono intervenuti la Presidente dell'Associazione Fabrizio Romano Onlus ed ideatrice di *Buongiorno Napoli*, Prof. Ornella Romano Brancale, la segretaria della redazione di *Buongiorno Napoli*, Avv. Gabriella Romano, il direttore responsabile di *Buongiorno Napoli*, dott. Gennaro Giannattasio, il critico letterario e artistico, Prof. Angelo Calabrese, il legale rappresentante di *Buongiorno Napoli*, dott. Giuseppe Romano ed il

Presidente della Municipalità 5 Vomero - Arenella, dott. Paolo de Luca. In sala, presenti tutti i redattori di *Buongiorno Napoli* e le tante realtà associative presentate dal giornale nel corso del suo primo anno di vita. Al termine della conferenza l'On. Longobardi, ha donato all'Associazione Fabrizio Romano Onlus una targa con il riconoscimento di *Eccellenze Campane in Italia e nel Mondo* riportante la seguente frase: "Un ringraziamento speciale a Te che fai brillare oltre i confini il nome della nostra amata Campania". Un momento, per l'Associazione Fabrizio Romano e per la redazione di *Buongiorno Napoli*, di enorme gioia e di grande soddisfazione volto a evidenziare l'utilità sociale delle iniziative poste in essere da queste ultime. È d'obbligo un ringraziamento speciale all'On. Longobardi, uomo e politico di estrema sensibilità, per aver apprezzato, sin da subito, l'operato dell'Associazione Fabrizio Romano Onlus e per aver voluto dedicare alla stessa ed alla redazione di *Buongiorno Napoli* una presentazione ufficiale in una delle sale più prestigiose della Regione Campania.



Andrà tutto bene - La voce dei giovani!

Cari lettori di *Buongiorno Napoli*, nonostante la pandemia, questo periodo di quarantena, per me, non è stato così male. Ho potuto trascorrere molto tempo con la mia famiglia, visto che di solito siamo impegnati tra scuola e lavoro, ed ho potuto condividere molti momenti con mio fratello che è sempre impegnato con lo studio. Inoltre, mi sono presa cura delle mie piante alle quali, di solito, non presto molta attenzione. Nella Fase 2 occorre curare molto l'igiene, soprattutto delle mani, e rispettare le regole. Solo così potremo tornare e vivere come prima! Ce la faremo!!!

Gaia Gagliano

Andrà tutto bene - La voce dei giovani!

Cari lettori di *Buongiorno Napoli*, ho trascorso la mia quarantena, studiando, facendo video chiamate con le mie amiche, preparando dolci con mia sorella e guardando dei film con mio padre. Ho imparato che la tecnologia, se ben usata, è davvero importante ed utile in quanto mi ha permesso di rimanere in contatto con i miei amici e mi ha consentito di studiare attraverso la didattica a distanza. Per la Fase 2, occorre ricordarsi di rispettare le regole ed evitare, ancora per un po', di abbracciarsi. Se rispettiamo queste regole, sconfiggeremo quanto prima questo virus!

Cordiali saluti

Valeria La Banca



Associazione Fabrizio Romano Onlus

Indica il C.F. 95036840635

Se da oggi decidi di devolvere il 5 per mille della tua imposta all'Associazione Fabrizio Romano aiuterai il mondo giovanile, la ricerca e la cultura.

Intervista ad un giovane imprenditore che ha deciso di non emigrare

Cristiano De Rinaldi è stato mio alunno. Con immensa soddisfazione mi accingo ad intervistarlo. Suo padre è il famoso Maestro pizzaiolo Salvatore, vincitore di prestigiosi premi come il primo premio alle Olimpiadi della pizza napoletana nella categoria "Mastunicola". Figlio d'arte, dopo la maturità scientifica, si diploma istruttore di pizza ed incomincia a viaggiare soprattutto nell'Europa del Nord per insegnare la gastronomia napoletana. Diventa uno dei più giovani docenti per l'AVPN e certifica pizzeria a Melbourne, Stoccolma, Helsinki, Newcastle, tanto per citarne alcune. Si occupa anche dell'apertura della POP'S Pizza in Slovenia. E' presente anche al Festival della gastronomia in Costa Azzurra. Il suo panino B- Classic vince il contest "Panino, Amore e Fantasia" organizzato da "Il Mattino". Questo talento di 25 anni consegue anche il diploma di sommelier presso la FISAR e collabora con il Maestro birraio del birrificio Karma. La sua storia professionale è insita nel libro "Pizza in the world, talent story".

Il 20 settembre 2019 inaugura il locale Bun house il panino di Cristiano, sito in via Kerbaker. Il locale ha interni moderni e lineari fusi con elementi vintage e arredo artigianale. Per l'occasione la Consulta Nazionale dell'Agricoltura gli dona un attestato in cornice in cui si sottolinea la sua professionalità. Oggi questo sorridente imprenditore, dal linguaggio colto e dalle idee chiare, risente della crisi provocata dalla chiusura dei locali a seguito della pandemia. Non si scoraggia: insieme al papà tiene corsi on line sulla pizza, partecipa a contest, insegna a preparare il lievito madre. Appena avuta la possibilità di preparare cibo da asporto, i suoi panini e le sue pizze sono ancora richiestissimi.

Ciao Cristiano, parliami del Bun mascherato

È un panino con polpettine di Black Angus cotte nel ragù tradizionale napoletano con ricotta, granella di pancetta paesana e tuorlo d'uovo.

Descrivimi l'Onion B

È nato tra le valli dell'Oklahoma. È la mia interpretazione del panino americano, che prevede accostamenti di sapori. Esprime la dolcezza e la piccantezza del Blu stitor, che va ad equilibrarsi con il bacon croccante e l'affumicatura al bourbon delle cipolle. Tutto questo a contorno della carne di Black angus americana.

Che cos'è il Chicken Schnitzel?

Impano una fettina di pollo con panko flakes e la friggo in olio abbondante per renderla croccante. L'accompagno con insalata con pomodorini, olio evo, sale, aceto balsamico e mantecata con pecorino romano.

Cucini anche pesce?

Sì, il tris di tartare di pesce con branzino, tonno rosso e salmone, accompagnati da sale giallo e salse dedicate: mayo al lime, una crema di fichi, leggermente piccante ed una salsa al peperone rosso.

Si parla molto di un tuo gin.

Sì, lo Sloe Elephant, dolce e fruttato con infusione di prugne selvatiche, che lo rendono speziato e fresco. Parliami di qualche birra, visto che sei anche esperto di analisi sensoriale.

La birra artigianale offre un ampio ventaglio di gusti: dall'antipasto al dolce c'è sempre un piatto da abbinare alla giusta birra. La IPA- Zone è un India Pale Ale dal colore giallo pallido, dalla schiuma con piccole bolle che le conferiscono una forma pannosa, dall'aroma fruttato, bilanciato da note di malto. La Luponic distortion contiene una miscela di luppoli sempre diversi.

E la Baladin?

È una birra viva, che va mantenuta a determinata temperatura, per preservarne al meglio le qualità, è da assaporare alla spina. E anche in lattine dai colori surreali. Voglio citare anche l'Hazelnut brown nectar

con il sentore di noccioline. Ho anche una selezione di drinks miscelati con distillati di prima qualità.

Che strano nome il Bermouth, di che si tratta?

È il Bermouth di Birra Baladin. Qui il vino viene sostituito con la birra, distillata insieme a tredici erbe aromatiche selezionate. Voglio che il pubblico assapori appetizer dalla vocazione internazionale, ma dal cuore napoletano.

Emozionata e sorpresa, lo saluto, ripromettendomi di assaporare qualche specialità con la mia famiglia.

Maria de Paolis



Andrà tutto bene - La voce dei giovani!

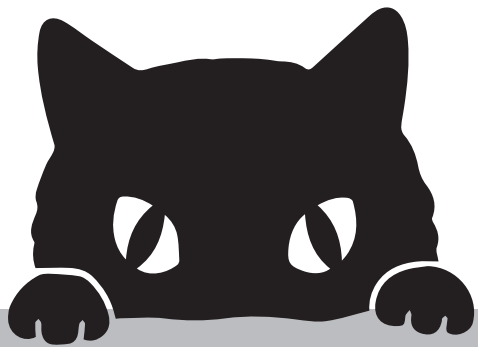
Cari lettori di buon giorno Napoli, all'inizio dello stato di emergenza ho avuto molta paura perché, ascoltando i telegiornali, sentivo continuamente parlare di contagi e di vittime. Fortunatamente, i miei genitori hanno saputo rassicurarmi dicendomi che, con le giuste precauzioni, non avremmo corso nessun rischio. Ad oggi, sia le vittime che i contagi sono diminuiti e questo mi rende molto felice. Da questa esperienza ho imparato quanto siano importanti la famiglia e l'amicizia; ho potuto notare che, grazie alla chiusura di moltissime aziende, l'inquinamento è diminuito, l'aria che respiriamo è più pulita ed il mare è meno inquinato. Nella Fase 2 siamo ritornati quasi alla normalità ma dobbiamo essere prudenti e usare le giuste precauzioni: indossiamo sempre la mascherina ed evitiamo assembramenti per non rischiare di avere di nuovo un elevato numero di contagi. Spero che i cittadini italiani rispettino queste piccole e semplici regole in modo da sconfiggere questo virus! Saluti a tutti!

Christian Mazza

Gelosia

Sam era un gatto grintoso e prepotente e, come un vero leader, aveva organizzato una specie di società con altri gatti del quartiere, dicendo e facendo tutto ciò che gli pareva. Ognuno di loro doveva riconoscere in lui il capo indiscusso. La vita di questi gatti si svolgeva serenamente. Molte famiglie pensavano ai loro bisogni, erano simpatici a tutti, molto spesso giocavano con i bimbi, le mamme lasciavano fare poiché non erano aggressivi ma aggraziati e dispensatori di sana allegria. La compagna di Sam era Stella, rispettata da tutti, in quanto la gatta del capo. Poi c'erano Spillo, Scheggia, Musetta e tanti altri che si aggregavano a loro. Sam e Stella avevano messo al mondo quattro deliziosi cuccioli che immediatamente si erano abituati a quella specie di tribù e crescevano sani e felici. Ma, ad un certo punto, qualcosa ruppe questa serenità. Una mattina, mentre la comitiva si stava crogiolando al sole, i gatti notarono che nella bellissima villa di fronte, chiusa da molti anni, si erano schiusi i battenti. Guardano curiosi questa novità e, sorpresa, videro uscire dalla villa non il proprietario o un umano qualsiasi, ma una bellissima gatta dal pelo folto, morbido e lucente, con due occhi come smeraldi e un'andatura da modella. Sentirono dalla padrona che si chiamava Lucilla, e da quel momento entrò nel cuore di tutti. Ma non nel cuore di Stella che, gelosissima di Sam, dichiarò di volerla conoscere a tutti i costi. Da quel giorno il raduno era sempre di fronte alla villa. I gatti miagolavano forte per attirare l'attenzione di Lucilla che, sentito tutto questo, passeggiava avanti e indietro per farsi notare, miagolando amabilmente. I complimenti si sprecavano, i gatti pensavano al modo per fare amicizia e farla entrare nel loro clan. Questo scambio di sguardi durò diversi mesi, Lucilla non si avvicinò a loro più di tanto. L'estate era prossima: i gatti pensarono che con la bella stagione fosse più facile accostarsi a lei, sognando e sperando. Ma un mattino, arrivati alla ormai solita postazione, nell'attesa di poter ammirare come sempre la bella gattona, ricevettero un colpo al cuore: tutti i cancelli della villa erano serrati, era di nuovo disabitata! Un concerto di miagolii si levò per tanta delusione... avevano sognato sulla splendida gatta, pensando che prima o poi sarebbe diventata una di loro. L'unica contenta era Stella che, fingendo di confortare il compagno e tutti gli altri gatti, con un sorriso un tantino soddisfatto esclamò: "Finalmente si è tolta dalle zampe!".

Elena Chiummariello



Concorso di Favole e Fiabe

Il concorso è rivolto a tutti i genitori e i nonni che hanno il desiderio di scrivere un racconto fantastico per i propri bambini.

Gli elaborati devono essere inviati **entro e non oltre il 30 Giugno** al seguente indirizzo email: info@buongiornoNapoliweb.it

Andrà tutto bene - La voce dei giovani!

Cari lettori di Buongiorno Napoli, in questo periodo di lockdown ho cercato di passare il tempo come meglio potevo, studiando e giocando in giardino. Ho imparato ad apprezzare di più la scuola e le cose semplici. La Fase 2 mi fa un po' paura perché, sebbene possiamo uscire, purtroppo non è stato ancora trovato il vaccino. Spero di tornare quanto prima alla normalità e di ritornare a giocare con i miei amici senza indossare mascherine che nascondono sorrisi. Sì, cari lettori di Buongiorno Napoli, voglio ritornare alla normalità!

Manuel Esposito

Andrà tutto bene - La voce dei giovani!

Cari lettori di Buongiorno Napoli, in questo periodo di quarantena, nonostante la noia iniziale e la paura per ciò che stava accadendo, ho scoperto tante cose divertenti ed interessanti da fare a casa: mi sono cimentata nella preparazione di dolci, ho studiato attraverso le video lezioni e sono migliorata nell'uso del pc. Appena è iniziata la Fase 2 sono andata a trovare mio nonno! Mi raccomando, ricordiamoci di portare sempre con noi salviettine igienizzanti e l'amuchina, indossiamo mascherine e guanti e cerchiamo di uscire rispettando tutte le precauzioni tra le quali la distanza di sicurezza! Affettuosi saluti e tutti voi!

Marta Albano

Andrà tutto bene - La voce dei giovani!

Cari lettori di Buongiorno di Napoli, questa esperienza mi ha permesso di confrontarmi meglio con i miei genitori, vivendoli di più e comprendendo meglio il loro comportamento verso me e mia sorella. Mi ha fatto capire quanto sia importante della vita e quanto sia importante apprezzare il dono che abbiamo ricevuto. Un aspetto positivo di questa quarantena è, sicuramente, quello ambientale: l'inquinamento è diminuito ed il mare e l'aria sono più puliti! Secondo me la cosa più intelligente da fare in questa seconda fase è quella di eseguire le indicazioni che ci vengono date: usare mascherina e guanti, lavarsi le mani, mantenere la giusta distanza e non fare assembramenti. Solo così potremmo sconfiggere il virus, riabbracciarci di nuovo e tornare alla vita di prima! Saluti!

Rebecca Silvestri

Andrà tutto bene - La voce dei giovani!

Cari lettori di Buongiorno, come tutti voi ho trascorso la mia quarantena in casa senza poter uscire neanche per andare a scuola. Purtroppo a causa di questo virus chiamato covid-19 ho dovuto abbandonare le mie abitudini settimanali che mi tenevano sempre impegnato. Ciononostante, ho la fortuna di avere una famiglia numerosa e soprattutto un nuovo fratellino con cui ho potuto approfondire la conoscenza. Da un po' siamo nella Fase 2 e siamo liberi di uscire per incontrare parenti ed amici ma dobbiamo ricordarci di utilizzare tutte precauzioni necessarie. Il mio consiglio per affrontare questa nuova fase è quello di tornare alla libertà senza sottovalutare la forza di questo virus, anche se i contagi sono calati. Indossare le mascherine e mantenere le distanze ormai è abitudine; solo così, dicono gli esperti, possiamo ripartire e vivere di nuovo liberi!! Cari lettori, spero tanto che tutto si risolva al più presto e che questa estate sia bella e felice per tutti. Vi saluto.

Christian Zona