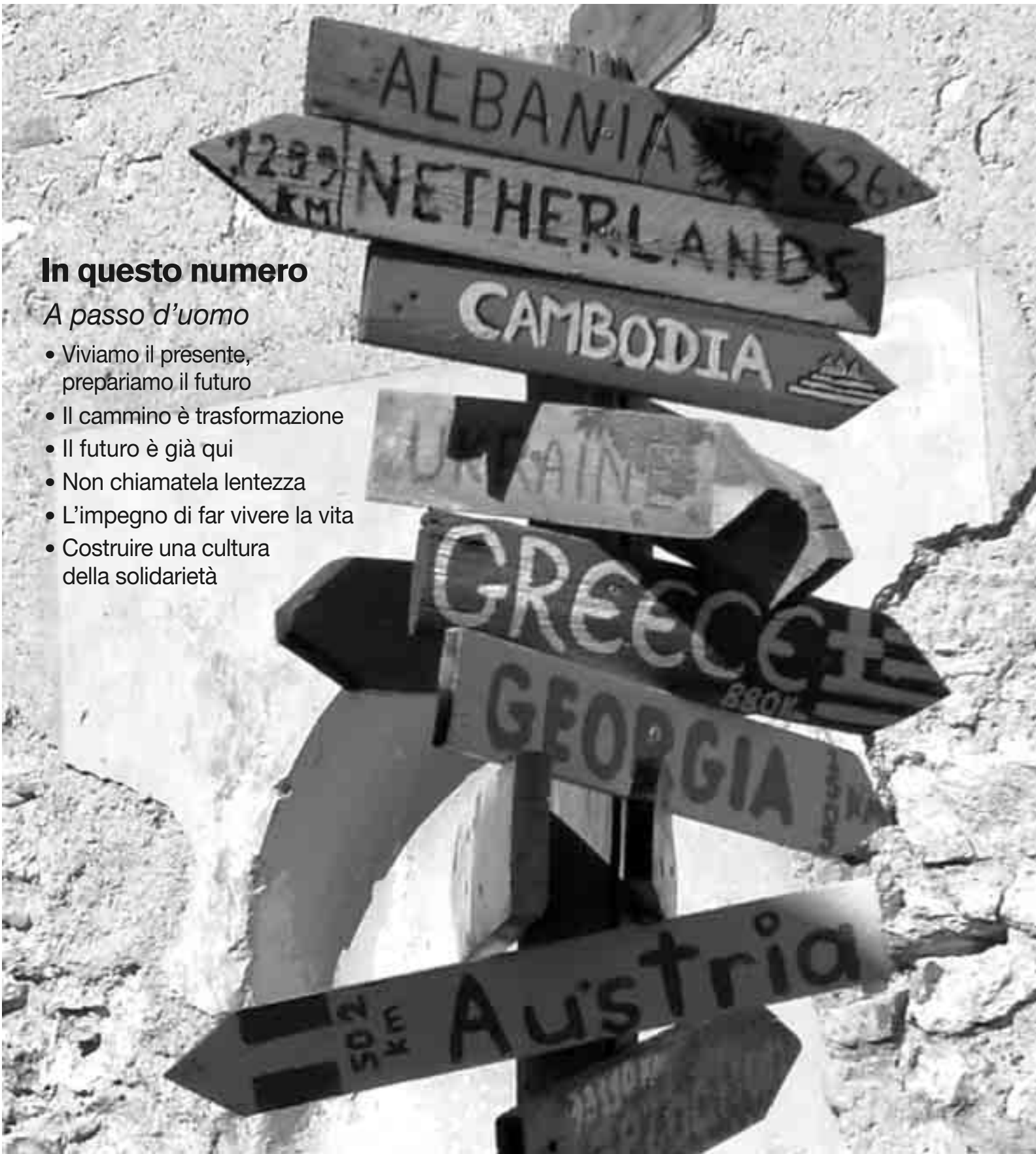
7/8 LUGLIO/AGOSTO 2026

OREUNDICI

crescita umana e spirituale nel quotidiano



In questo numero

A passo d'uomo

- Viviamo il presente, prepariamo il futuro
- Il cammino è trasformazione
- Il futuro è già qui
- Non chiamatela lentezza
- L'impegno di far vivere la vita
- Costruire una cultura della solidarietà

CHI SIAMO

L'ASSOCIAZIONE ORE UNDICI
è nata a Frascati una quarantina di anni fa, su iniziativa di un gruppo di persone che si incontravano per la Messa delle ore 11, celebrata da don Mario De Maio. Oggi siamo una rete di amici (credenti, non credenti, diversamente credenti), sparsa in tutta Italia e accomunata dalla passione di coniugare la ricchezza del Vangelo con il vivere quotidiano.

Ore undici è
UNO SPAZIO DI RICERCA E DI ESPERIENZA PER VIVERE UNA SPIRITUALITÀ DEL QUOTIDIANO.

Le riflessioni, i confronti e i dialoghi, l'esperienza vissuta, hanno trovato convergenza in quattro ambiti tematici:

SEMPLICEMENTE VIVERE

IL DIFFICILE AMORE

L'ESPERIENZA DI DIO

GESÙ DI NAZARETH, FRATELLO DI TUTTI

Promuoviamo le nostre attività attraverso diversi strumenti di formazione ed informazione:

- **convegni, incontri, corsi di formazione, settimane di spiritualità;**
- **i Quaderni mensili di "Ore undici";**
- **Il progetto di solidarietà "Madre Terra" a Foz do Iguassu – Paranà in Brasile.**

L'Associazione ha sede a
CIVITELLA SAN PAOLO (RM),
dove ci incontriamo la domenica per la condivisione del Vangelo, il pranzo e il pomeriggio di fraternità.

OREUNDICI
crescita umana e spirituale nel quotidiano

Via Civitellese, km 9,6
00060 Civitella San Paolo (RM)
e-mail: oreundici@oreundici.org
Sito internet: www.oreundici.org

EDITORIALE
Agnese
Mascetti

AGNESE MASCETTI è psicologa e psicoterapeuta, membro della Scuola Lacaniana di Psicoanalisi e attuale presidente di Ore Undici.

VIVIAMO IL PRESENTE, PREPARIAMO IL FUTURO

Camminare a passo d'uomo nelle scelte del quotidiano ci chiede di tornare a ritmi lenti

Care amiche, cari amici,

l'estate è ormai nel suo sviluppo più pieno e il caldo ci può aiutare a fermarci e a rallentare. Nel nostro correre e affannarci quotidiano, don Mario soleva spesso invitarci all'esercizio dell'inter-rompere. Provare a fermarci, tra un'attività e l'altra, per vivere un piccolo spazio di silenzio, per ritrovare il centro in noi stessi. Ogni giorno le cose urgenti ci consumano il tempo e rimandiamo al domani cose importanti che rischiano di restare in noi solo avvolte nel desiderio.
A passo d'uomo. Sono tanti i pensieri che sono sorti dentro di me, ve ne condivido qualcuno a partire dalle esperienze concrete che me li hanno suscitati.

Una mattina, poco prima di Pasqua, sono uscita in auto per recarmi nel nostro piccolo paese di Civitella. Ero appena partita quando ho dovuto fare una brusca frenata vedendo una persona che mi faceva segno di rallentare e fermarmi. Dietro di lei, vedo con sorpresa venirmi incontro un gruppo di pecore: c'era il pastore che abita poco distante da noi, che stava spostando il gregge da un prato all'altro. In breve mi sono trovata circondata dalle pecore, alcune curiose, altre indifferenti, qualcuna a buon passo, altre più svogliate e lente. Finita la piena e il passaggio delle singole ritardatarie, faccio per riaccendere il motore quando la scena si ripete davanti a me: era la pastora che mi faceva nuovamente segno di stare ferma e aspettare. Non capivo e l'attesa si prolungava, quando d'un tratto ecco arrivare un gruppo di agnelli con in mezzo qualche pecora madre. Proseguiva molto lento perché gli agnelli erano vivaci, qualcuno saltellava a destra e sinistra e non camminava certo come il gregge unito e compatto. Alla fine dovetti attendere che la signora rincorresse un discolo che invece di proseguire in avanti continuava a correre indietro. Questo incontro mi ha riempito di allegria e credo di aver compreso meglio e per esperienza diretta quel passaggio del profeta Isaia che esprime un'immagine di Dio paragonandolo a un pastore che fa pascolare il gregge e conduce pian piano le pecore madri. Mi è venuto spontaneo applicare quest'immagine, alle nostre comunità, non solo religiose e spirituali ma anche laiche e civili. *Camminare a passo d'uomo*, andare piano al passo del più fragile, di chi fa più fatica, perché nessuno sia escluso, perché tutti possano avere posto, dove la fatica del vivere possa godere anche del ritmo lento, della gioia dei piccoli**.** Nessuno scartato, allontanato, etichettato perdente.

Un'amica di Ore undici, tornata a vivere in Germania suo paese natale, ogni anno viene a trovarci per stare con noi qualche giorno. Nonostante la distanza, non prende mai l'autostrada. Preferisce percorrere strade provinciali, quelle che le permettono di attraversare paesi e incontrare persone. Prendere il tempo di guardare e non solo di vedere, gustare gli incontri e non solo chiedere un caffè o farsi indicare un bagno. *A passo d'uomo.* Con creatività possiamo inventarci tanti modi per rallentare, per gustare la gratuità di ciò che ci circonda e ci viene ogni giorno donato.
Quanti amici amanti del camminare spesso partono, zaini in spalla, per procedere *a passo d'uomo*. Non credo sia un caso la riscoperta di cammini, da Compostela alla Francigena, sentieri percorsi per secoli quando mettersi in cammino era il modo più comune per spostarsi.

Viviamo il presente, prepariamo il futuro, nelle piccole grandi scelte del quotidiano. Mentre i nostri governanti e le nostre economie si stanno orientando alla produzione di armi, auguriamoci di saper camminare a *passo d'uomo* per riflettere insieme, prendere posizione, scegliere da che parte stare, per dirigere i nostri passi sulle vie della giustizia e della pace.
In attesa di rivederci, spero in tanti, nel nostro incontro annuale a Montanino di Camaldoli dal 25 al 29 agosto, attorno al tema *La memoria genera futuro*, vi invio l'augurio di buona estate.

Un caro saluto
Agnese

INTERVISTA

Luigi Nacci

Claudia Belleffi

LUIGI NACCI è originario di Trieste; insegnante, scrittore e guida di cammini ha inconizzato la filosofia della viandanza

IL CAMMINO È TRASFORMAZIONE

La sfida sta nel diventare "viandanti", capaci di mettersi al passo dell'ultimo uomo

Luigi Nacci cammina da quando era bambino. A seguito del padre e favorito dai luoghi natii, nel tempo ha maturato una sensibilità nuova nei confronti di quest'atto tanto da creare la cosiddetta "filosofia della viandanza". Qual è la differenza tra il camminatore e il viandante? Cosa significa porre un passo dopo l'altro e a quale ritmo? Ci siamo messi al suo seguito e abbiamo scoperto un nuovo … orizzonte. Prima mentale che fisico. Oggi è insegnante, scrittore e viandante.

«Da piccolo affrontavo lunghi percorsi con mio padre, che è un grande camminatore. Noi viviamo a Trieste: abbiamo la costa e l'entroterra con la sua ricca vegetazione, le montagne del Carso. Nato quindi in una città che viene definita "la Napoli del Nord", ho sempre amato l'aria aperta. Quello con mio padre era di fatto solo un camminare e quindi ho avuto anche una sorta di rigetto da cui è nata col tempo una filosofia di vita.»

Ha fatto il cammino di Santiago?

«Si. Vent'anni fa sono andato a Santiago senza aspettative né fede. Arrivavo nudo, in un certo senso, ed è stata una folgorazione, un'esperienza che mi ha stravolto. Mi è sembrato che la letteratura, e in particolare la poesia, avessero a che a fare molto con il cammino. La poesia ha un proprio ritmo e vive di incroci, si fonda sul ritmo, in particolare quella classica, che crea un'unità di misura appunto, il "piede". È ritiro ed esplorazione, sguardo rivolto verso il cielo. È mettere misura, decidere l'alto e il basso. Questo viaggio ha aperto dentro di me molte finestre, ed è entrata la luce. Da Santiago in poi ho fatto tantissimi altri cammini»

Cosa significa allora affrontare un cammino?

«Camminare è un altro modo possibile di stare al mondo! Alla base c'è l'idea di vivere con pochissimo, con nessuna maschera sociale, ruolo, potere. È condividere la tavola con sconosciuti ed entrare in confidenza. Niente a che fare con il trekking performante. È un luogo di ricerca della verità tra gli uomini, tra l'uomo e la natura. È cercare verità dentro di sé, nei luoghi oscuri. E, prima che camminare, è un cammino di intimità tra i fratelli della strada. Chi è in cammino è disposto a mostrare le proprie fragilità, chi fa trekking non fa cadere le maschere. Il cammino in solitudine, in particolare, ti mette di fronte alle tue paure: si parte e si affronta tutto con la propria fragilità esposta. Le corazze non ci sono: dici le cose profonde e intime. In quella dimensione ci si dà.»

in foto: Bertha von Suttner

«È un grande percorso in alto, di ricerca, di cercare di sostare come un nomade quando sono a casa e quando sono in cammino di ricordarmi le persone che sono ferme lì, a cui vuoi bene»

Lei ha creato la cosiddetta filosofia della viandanza. In cosa consiste?

«Il viandante non è nessuno, non è nient'altro che un pedone che reclama e rivendica il fatto che occupare, colonizzare l'ambiente, gli spazi, non è cosa che lo alletta. Non gli interessano i ruoli né i soldi e quindi non è ricattabile. Viandanza è una parola che mi sono trovato in bocca. A volte molte parole arrivano non si sa da dove e se ne vanno, alcune restano e sono porte per ciò che ci sta dentro, fa luminose le vie e porta domande: apre una via piena di amore. Viandanza è l'insieme della parte nomade e stanziale. Si aspira alla viandanza, che è appunto il tentativo di coniugare queste due parti. La domanda più grande quando tornavo a casa e avevo i miei impegni da sostenere era: come faccio ad essere un viandante a casa? Come faccio a condurre a casa quello stile che ho vissuto sul sentiero se non sono forte, se non so stare nella vita, nelle relazioni? È un grande percorso in alto, di ricerca, di cercare di sostare come un nomade quando sono a casa e quando sono in cammino di ricordarmi le persone che sono ferme lì, a cui vuoi bene. Te le porti con te nello zaino».

In questi ultimi anni c'è stato un crescendo di proposte – e adesioni – a cammini diversi. Ci troviamo di fronte a nuova moda?

«Tra tutte le mode positive di questo tempo il camminare è una delle meno nocive. Nella storia da Santiago sono nati i grandi cammini, i pellegrinaggi, che non hanno a che fare con la natura. Oggi mezzo milione di persone all'anno si mette in cammino: la metà è diretta a Santiago. La cosa su cui mi interrogo è questa: se tutta questa gente negli ultimi dieci anni si è messa in cammino in tutte le situazioni, perché lo fa? Certo perché è una moda, ma sicuramente il tutto è esploso a seguito della pandemia che ci ha obbligati a una stanzialità forzata. Ricordiamoci le chiusure, le restrizioni, i coprifuoco, gli spazi che venivano eliminati e poi resi. Nell'estate del 2020 ero a camminare vicino alla Francigena: si era appena aperta una "finestra". Ho incontrato tantissimi giovani. Certo, oggi, i social amplificano e stanno nascendo tanti cammini nuovi. Io non ho mai messo un adesivo, segnato una freccia, inventato un cammino. Quelle vie già esistevano: sono state fatte dai pastori, dal Cai, venivano e vengono usate per la transumanza… Purtroppo c'è questa volontà co-

«La bellezza grande si manifesta quando si aspetta l'ultimo e ci si prende cura dei più fragili. Nel cammino questo accade naturalmente, è in un certo senso più facile che nella società»

stante dell'uomo di marchiare il territorio. Questo a me sembra essere il contrario del senso del cammino: io, tu, noi, lasciamo tracce sul terreno che il vento si porta via. Bisogna esplorare dove non vanno gli sguardi.

Ma lei è anche una guida di cammini...
«Certo! Quelli che ho inventato stanno nella mia testa. A seconda del gruppo, del passo, dell'età, individuo un percorso. Il cammino, inteso in senso stretto e fisico, non esiste: la natura se lo mangia il sentiero. Tu sei il cammino! È importante che le persone imparino a leggere le mappe, a orientarsi nella natura. Ci si potrà perdere ed è fondamentale non essere sicuri di tutto. Mi piace molto anche non sapere nulla, il vediamo che accade, l'evento.»

Cosa significa quindi per lei camminare a passo d'uomo?
«Andare a passo dell'ultimo uomo. L 'uomo non si è trasformato: quello ci accomuna tutti, se abbiamo le gambe, è andare a passo dell'uomo. Ma al passo dell'ultimo uomo è qualcosa che può fare molto male. Quando si è in gruppo, si crea dopo qualche giorno, e se si crea vuol dire che il gruppo è compatto. Hanno trovato un passo: il più veloce rallenta, muove contro se stesso. L'importante è andare assieme. Quando ci si dimentica dell'ultimo, il cammino è nell'equivoco: stai nel tuo ego, nel tuo individualismo. È quello che accade nella nostra società, dove vincono i primi, i più veloci, i meglio equipaggiati. La bellezza grande invece si manifesta quando si aspetta l'ultimo e ci si prende cura dei più fragili. Nel cammino questo accade naturalmente, è in un certo senso più facile che nella società. E quanto è importante in tutto questo il concetto di empatia, di mettersi nelle scarpe dell'altro. Anche perchè l'ultimo oggi è quello, domani sei tu: tocca a tutti essere ultimi. Se io sono la guida, potrebbe toccare anche a me e chi si prende cura della guida? Ecco perché l'obiettivo è cercare di far sì che esista un gruppo.»

La sua città, Trieste, è anche il punto di arrivo di molti migranti che affrontano a piedi la cosiddetta rotta balcanica.
«Ogni giorno la piazza davanti la stazione si anima di nuovi arrivi. Giovani ma anche donne che affrontano un percorso a piedi, duro e pericoloso. Spesso vado da solo a piedi nelle foreste e li incontro. Spesso ho mandato le forze di polizia dall'altra parte. Il mio libro *Non mancherò la strada* parla anche di questo. Da guida porto i gruppi in Croazia, a vedere il filo spinato, e ho visitato la fabbrica a Malaga che lo produce. Lungo la rotta balcanica ho visto cose incredibili: in inverno ho incontrato una giovane donna nepalese, sola, rivestita con un sacco della spazzatura, carica di dolore e momenti terribili affrontati. Quando incontri queste persone, tocchi con mano l'odio: finché non si prova ad affrontare l'inverno con una giacchina primaverile, a camminare con i piedi laceri su sentieri con pietre aguzze, in mezzo ai fiumi, alle pozzanghere, alla neve, finché non proveremo a stare in queste scarpe di migranti, non potremo davvero comprendere la loro esperienza.»

Ha qualche consiglio da lasciarci come stile per i nostri cammini?
«Nel mio primo libro *Alzati e cammina* ho attuato un rimescolamento di genere proprio perché per me il viandante è il "de-genere", rispetto al camminare. Cosa significa questo? Dentro al libro propongo una serie di esercizi surreali, come alzarsi di notte e camminare; andare a trovare un amico che non senti da tanto tempo, senza avvertirlo, ma mettendoti in cammino e dedicando del tempo per lui, anche se non sai se lo troverai! È a casa, infatti, nel nostro quotidiano, che dobbiamo farci viandanti, animati dalla voglia di parlare del bene, restando umani e facendo il nostro cammino ovunque! Il cammino ha a che fare con la trasformazione, tutto il resto è mascheramento.» ■

TESTIMONIANZA

POPOLI INSIEME

IL FUTURO È GIÀ QUI

Da oltre 35 anni c'è accoglienza e condivisione di identità e culture

Da oltre trentacinque anni *Popoli Insieme* cammina accanto alle persone migranti e rifugiate che arrivano a Padova. L'associazione nasce alla fine del 1990 dall'intuizione di un gruppo di giovani universitari, di ritorno da una missione in Burkina Faso insieme al padre gesuita Benvenuto Mendeni: persone che hanno scelto di mettersi in ascolto dei bisogni di chi era più ai margini e di camminare al loro fianco. Da allora il passo non si è più fermato.

Camminare, per Popoli Insieme, significa prima di tutto accogliere e accompagnare. Già nei primi anni nasce un centro di accoglienza notturno, oggi attivo all'Arcella, e nel tempo l'associazione arriva a sostenere soprattutto persone con protezione internazionale. Accogliere, però, non vuol dire solo offrire un letto, un tetto o un pasto: vuol dire creare relazione, condividere identità e culture, e camminare insieme verso l'autonomia, offrendo a ciascuno gli strumenti per costruire la propria vita. Per questo l'associazione cammina anche condividendo i momenti di festa, dalla fine del Ramadan al Natale.

Questo cammino affonda le radici nel *Jesuit Refu-*

«Camminare insieme ai migranti, alle scuole e a tutta la comunità significa seminare dignità, incontro e impatto sociale, un passo alla volta, perché una città più accogliente si costruisce insieme»

gee Service, la rete internazionale dei Gesuiti per i rifugiati, di cui Popoli Insieme fa parte dal 2001 attraverso il Centro Astalli. Il motto del JRS "Accompagnare, servire, difendere" dice in tre parole ciò che significa camminare insieme: stare accanto alle persone, rispondere ai loro bisogni concreti e dare voce a chi fatica a farsi sentire. Pur nascendo da questa matrice, l'associazione è laica e apartitica: non chiede alcuna confessione religiosa né appartenenza politica a soci, dipendenti, volontari o beneficiari. È proprio questa scelta a renderla pienamente accogliente e inclusiva, senza alcuna preclusione, capace di camminare insieme a chiunque, nel rispetto della ricchezza culturale di tutti.

Il percorso, inoltre, non si ferma alle porte delle case. Con il progetto *Finestre*, Popoli Insieme cammina insieme agli studenti e alle studentesse delle scuole del territorio: attraverso la testimonianza diretta di una persona rifugiata, ragazzi e ragazze possono affacciarsi sul mondo, avvicinarsi ai temi della migrazione forzata e del diritto d'asilo, e ricevere chiavi di lettura realistiche e umane che contrastano la cultura del giudizio e del timore di chi appare diverso.

E infine c'è il cammino con la cittadinanza. Con il corso *Attraversamenti*, giunto alla 22esima edizione, ogni anno l'associazione cammina al fianco di chi sceglie di formarsi sul fenomeno delle migrazioni e di mettersi in gioco come volontario o volontaria. Il percorso dell'edizione 2026 è narrato qui: *https://www.popolinsieme.eu/formazione/attraversamenti-2026-stare-nella-complessita-insieme/*. Sono proprio i volontari e le volontarie a rendere possibile questo cammino condiviso. Camminare insieme ai migranti, alle scuole e a tutta la comunità significa seminare dignità, incontro e impatto sociale, un passo alla volta, perché una città più accogliente si costruisce insieme. Continuare a camminare con *Popoli Insieme* possiamo farlo anche con l'ascolto, c'è il podcast dell'associazione, proposto dai volontari: *https://t.me/ipodcastdipopolinsieme*

I volontari oltre alla riunione mensile, si trovano per varie attività nei progetti proposti agli ospiti accolti.

«Oggi seguiamo un centinaio di migranti – afferma Saverio Tosato, membro del direttivo – e abbiamo anche la gestione di 12 appartamenti; mettiamo in campo la prima e la seconda accoglienza e progetti di inclusione perché chi arriva sia in grado di sganciarsi e diventare un cittadino autonomo. Siamo convinti che per creare una comunità più accogliente sia fondamentale coinvolgere chi ne fa parte e la rende viva. Per questo organizziamo eventi, iniziative e momenti di formazione per sensibilizzare la cittadinanza e favorire l'incontro, il dialogo interculturale e la conoscenza reciproca. L'inclusione è un processo collettivo: il futuro è già qui e lo stiamo costruendo insieme, giorno dopo giorno.». **(C.B.)**

VERSO UNA VITA MIGLIORE

I lunghi e dolorosi passi di **Seydou**, uno dei tanti migranti seguiti da *Popoli Insieme* nel suo cammino di speranza dal Senegal all'Italia

Seydou nasce in Senegal, nelle campagne fuori la capitale Dakar. A soli otto anni rimane orfano e viene affidato allo zio. Per due anni cresce in una bella casa alle periferie della capitale come un fratello in mezzo ai suoi cugini. Un tempo spensierato che viene interrotto dall'ennesimo dramma: lo zio perde il lavoro e non riesce più ad occuparsi del sostentamento di Seydou. Lo zio intravvede la possibilità di mandarlo a Dakar in una *madrassa*, la scuola cora-

nica: «Così il ragazzo impara anche le leggi del Profeta» gli dice Yousuf, un conoscente che aveva il contatto giusto per proporlo al marabutto. I marabutti in Senegal sono dei sacerdoti: mescolano la tradizione islamica alle credenze popolari e animiste e sono un riferimento per la comunità. Attorno a loro c'è una scuola coranica, gruppi di persone che vengono ad ascoltarne le prediche alle funzioni del venerdì, ma c'è anche chi si rivolge a loro per qualche problema medico o economico sperando di essere aiutato. Il marabutto di questa storia è Ali ed è proprio Yousuf a consegnargli Seydou.

È un giorno molto caldo e il viaggio dalla casa dello zio è stato lungo e silenzioso, dentro a un vecchio bus stipato di gente: donne che trasportano galline, altre con due o tre figli e i loro prodotti per il mercato. Seydou è colpito dal grande traffico: il bus rimane imbottigliato per due ore in uno stradone affollato di macchine, motorini e clacson. Non sa ancora che quel posto gli sarebbe presto diventato molto familiare. Seydou infatti è appena diventato un *talibé*: "talib" in arabo significa studente. I talibé a Dakar sono ragazzi molto giovani che, armati delle loro mani vuote, girano in mezzo al traffico per racimolare qualche moneta. Anche Seydou, ora che è alle dipendenze di Ali, dovrà chiedere elemosina per guadagnarsi la sua ciotola giornaliera di riso. Seydou ben presto capisce che, se non sei bravo, Ali poteva anche alzare il bastone. E poi ci sono i ragazzi più grandi che magari con un paio di pugni prendono i tuoi due franchi guadagnati con tanta pazienza. Seydou si fa furbo, si coalizza con qualche amico, comincia anche a inventarsi qualche lavoretto. Con qualche soldino compra delle bibite e poi le rivende agli autisti stufi di aspettare al semaforo. Non è mai abbastanza per mettere da parte qualcosa, ma a 14 anni, dopo quattro anni di strada e di madrassa, Seydou e un paio di suoi amici trovano un'occasione per un lavoro in fabbrica. Ci si rimette in salute perché si sta tutto il giorno a contatto con i fumi dei macchinari e la paga non è affatto alta, ma almeno i soldi arrivavano sempre e puntuali. Un giorno un amico rimane impigliato in uno di quegli ingranaggi e perde un braccio, perché i soccorsi tardano ad arrivare. Dopo qualche giorno di ospedale, Seydou lo va a trovare per l'ultima volta ed è la sua fortuna. In punto di morte, l'amico, rimasto solo, gli affida tutti i suoi averi. Il giorno seguente, dopo aver recuperato i soldi, Seydou capisce che può permettersi il sogno di raggiungere

in Francia suo cugino. Una settimana dopo è in viaggio su un camion che avrebbe attraversato il Mali per arrivare in Niger. I posti di blocco diventano via via più paurosi: i miliziani chiedono sempre più soldi per varcare il confine e le violenze aumentano. Ad Agadez, capitale del Niger, è necessario attendere tre orribili mesi prima di trovare il giusto modo per superare il deserto verso la Libia.

Si vive stipati in uno stanzone, di giorno ci si arrangia, come si può, per sopravvivere.

Seydou ricorda poco quel periodo: i brutti ricordi di quei giorni si offuscano perché poi pensa subito a ricordi peggiori vissuti in un altro stanzone, quello nel campo di concentramento in Libia. Una volta superato il confine, un gruppo armato fino ai denti sequestra, infatti, il camion su cui viaggiavano in cento persone. A tutti viene tolto il cellulare, qualcuno viene torturato a morte, qualcun altro muore di stenti perché si mangia poco e male. Chi resiste, può però sperare nelle selezioni. Ciclicamente, infatti, un mafioso armato di kalashnikov entra con qualche ricco libico, che ha bisogno di lavoratori a giornata: è l'opportunità per ingraziarsi uno di loro, le altre sono rischiose possibilità di fuga. Seydou sceglie questa seconda opzione: tra mille peripezie finisce nei dintorni di Bengasi e per un anno si arrangia tra scontri armati, lavoretti, giornate vuote e giornate piene di rischi. Prima di montare sulla nave giusta, Seydou prova quattro volte la traversata: due volte i libici sparano e li riportano a riva, la terza volta la nave rischia di affondare e nella quarta il ragazzo ci rimette talmente tanti soldi che ci vogliono sei mesi prima di provare a ripartire. Ora Seydou è a Catania: è appena sbarcato. La Guardia Costiera Italiana li ha messi in fila, ma lui non sa perché. Seydou è contento. Sa che in Italia non sarà affatto semplice, ma la Francia è sempre più vicina! ■

redazione di Popoli Insieme

TESTIMONIANZA

Oriella Savoldi

ORIELLA SAVOLDI è referente del gruppo "donne in cammino" per la pace di Brescia

L'IMPEGNO DI FAR VIVERE LA VITA

La scelta di un collettivo di donne per promuovere e costruire pace ogni giorno

Indossano lettere e formano con presidi silenziosi parole con i loro corpi. Occupano piazze e strade portando sul loro corpo scritte e messaggi che parlano di pace e rispetto, di necessità di fermare il genocidio.

Sono "donne in cammino per la pace" e sono centinaia, con gruppi che si incontrano e muovono iniziative ormai in tanti luoghi d'Italia. Obiettivo: manifestare una volontà e un impegno nel costruire la pace nel quotidiano, attraverso pratiche non violente ma capaci di coinvolgere e di bucare l'indifferenza e l'immobilità indotta dal senso di impotenza diffusi.

L'idea nasce a Brescia tra amiche. «In uno scambio importante di emozioni e pensieri su quanto stava succedendo dopo l'invasione russa dell'Ucraina e la reazione di Israele su Gaza dopo i fatti terribili del 7 ottobre 2023 – racconta Oriella Savoldi – abbiamo avvertito la necessità di fare qualcosa, di non restare imbrigliate nel senso di impotenza che la situazione imponeva, davanti a tragedie decise da altri, pochi vecchi potenti, e nel senso di oppressione provocato da una narrazione main stream violenta che ci voleva, tutti e tutte, schierati da una parte: dalla parte della guerra e della vendetta, accreditate come uniche vie d'uscita senza altra alternativa. Nel confronto con altre donne si è manifestato il desiderio di un cammino condiviso, quello necessario per far vivere, passo dopo passo, invenzione dopo invenzione, il bisogno vitale di pace. Il cammino si è tradotto in una precisa pratica politica fra donne che, responsabilmente, in prima persona, senza chiudersi in supposti noi collettivi e senza rivendicare rappresentanze, in diverse città d'Italia, hanno condiviso, vestite di nero, con uno straccio bianco al braccio e in silenzio, cammini e sit-in in molteplici luoghi».

Nel tempo e grazie a un potente tam tam si sono strutturati gruppi diversi che con creatività, ma mantenendo fede a obiettivi comuni, creano occasioni di riflessione e di denuncia nei territori di appartenenza.

«Non siamo un gruppo costituito – sottolinea Oriella – ma una pluralità di donne in relazione fra loro, di diversa provenienza e appartenenza, ciascuna con la propria storia personale e politica. Ciascuna può proporre iniziative da condividere con altre, ciascuna si assume a livello personale la responsabilità di esserci e di far vivere l'iniziativa. Nessuna si "nasconde" dietro un noi collettivo! Siamo donne in cammino, dove donne è scritto minuscolo, non per caso hanno condiviso presidi, flash mob, davanti a fabbriche di armi (come la Leonardo, Beretta), all'aeroporto militare di Ghedi e aeroporto di Montichiari dove gli operai scioperavano per bloccare carghi di materiale militare per Israele».

L'invito a partecipare è rivolto a donne ma non c'è alcuna volontà di escludere gli uomini. «Il desiderio è quello di significare in questo modo la differenza tra donne e uomini, il diverso rapporto che donne e uomini hanno con la guerra. Di far parlare l'esperienza femminile davanti alla novità di un rigenerato desiderio di guerra che serpeggia fra i fratelli con il loro seguito di sorelle, poche, ma che ci sono e si accaniscono nel conformarsi ai desiderata maschili. Si cerca di evidenziare la differenza femminile con il suo portato di verità, lasciando agli uomini che rifiutano la guerra lo spazio per far vivere iniziative sulla base della loro esperienza. Una donna lo sa, lo sente inscritto nel corpo dove la vita palpita e può generare altra vita: alla guerra c'è sempre un'alternativa. Va ricercata, va costruita. Far vivere la vita è un impegno quotidiano, passo dopo passo. E provocare la morte è il massimo dell'offesa che si possa fare all'opera delle madri che ci hanno messo al mondo».

La realtà di "donne in cammino per la pace" ha scelto di raccogliere il testimone dalle israeliane di *Women page Peace* e dalle palestinesi di *Women of the San,* che camminando e superando i confini imposti dal conflitto israelopalestinese hanno dimostrato che la pace è possibile e vive di contagio.

«Più di ieri, davanti al cambio di paradigma imposto

«Il cammino si è tradotto in una precisa pratica politica fra donne che, responsabilmente, in prima persona, in diverse città d'Italia, hanno condiviso, vestite di nero, con uno straccio bianco al braccio e in silenzio, cammini e sit-in in molteplici luoghi»

dall'ambizione di dominio di troppi tiranni con il loro carico di morte e distruzione, si impone a donne che sentono il bisogno vitale di pace, uno slancio in avanti nel farsi protagoniste di pensiero all'altezza del presente, di pratiche politiche creative e impreviste, capaci di rompere consuetudini politiche inefficaci di fronte al rischio, per tutte e tutti, di un destino folle di inesorabile autodistruzione».
"Donne in cammino" di Brescia ha anche stilato un Manifesto, che indica l'orizzonte di movimento e gli ideali ispiratori delle iniziative proposte, dove viene ribadito un "no" potente a fascismo, razzismo, nazionalismo, guerre e stermini.

«Passo dopo passo – aggiunge Oriella – confidando nella nostra capacità creativa, vestite di nero per celebrare il lutto di fronte alle migliaia di morti innocenti provocati dalle guerre, con uno straccio bianco al braccio in segno di pace, sfiliamo in silenzio, tappa dopo tappa, sosta dopo sosta, per non confonderci nel rumore del linguaggio sovrastante. Abbiamo fiducia che il silenzio possa muovere aperture e, a livello profondo, arrivare dove le parole, con la loro pretesa di spiegare anche quando non dettate dalla malafede, muoiono nell'indifferenza o, al contrario, provocano divisioni. Desideriamo far parlare chi non ha voce, creando ponti e investendo a livello personale, sociale e politico nei rapporti. Sono questi gli orientamenti che nascono dalla consapevolezza che agire al massimo della creatività, senza perdere di vista il significato simbolico dei gesti che facciamo, possa muovere cambiamenti più in profondità di quanto sia dato vedere nell'immediato. È già successo. Può succedere. La libertà femminile è stata un imprevisto nella storia, capitata non per caso e attraverso un conflitto non violento fra i sessi. Disertare le guerre, confliggere con qualsiasi detentore di potere accecato da una folle ambizione di dominio, non perdere la lucidità che ci fa essere quel che siamo: donne che non rinunciano al coraggio di vivere, il coraggio quotidiano che fa vivere la vita nell'orizzonte desiderato di pace». ■

TESTIMONIANZA

Noman Shabbir

NOMAN SHABBIR ha 31 anni. Scappato cinque anni dal Kashmir, è uno dei tanti migranti che affrontano la rotta balcanica e arrivano a Trieste, nel piazzale della stazione, dove trovano la straodinaria accoglienza e cura di Lorena Fornasir e Gian Andrea Franchi e dei volontari di *Linea d' Ombra*.

OGGI VIVO UNA SECONDA VITA

Il racconto del viaggio attraverso la rotta balcanica sostenuto solo dalla speranza

Circa cinque anni fa ho lasciato il Kashmir. Il motivo per cui ho lasciato la mia terra era che vivevo vicino al confine indiano, dove c'erano continui bombardamenti e i giovani che vivevano lì venivano attirati dall'esercito pakistano con la frase: «Andate a combattere». Ero giovane e in gioventù mi ero affezionato alla mia idea, ovvero al nostro movimento che voleva uno stato indipendente: volevamo che il Pakistan vivesse con l'India. Ero molto attivo in questa realtà e per questo motivo ho dovuto lasciare il Kashmir: le agenzie pakistane mi avevano ripetutamente intimato di interrompere le attività per ben due volte, per un totale di 42 giorni, il che mi rendeva molto difficile rimanere lì.

Decisi di raggiungere il Kashmir e arrivai in Turchia passando per l'Iran, dove affrontai molte difficoltà, ma riuscii ad arrivare in Turchia nonostante tutto. Qui trascorsi un po' di tempo e decisi di lavorare, iniziando a farlo, ma mi resi conto che anche lì la vita non andava bene, non c'era lavoro e molte persone non ci consideravano brave persone. Pensai quindi di prendere la strada per l'Europa. Giocai *sette partite* (i migranti della rotta balcanica definiscono partite o games i loro tentativi di oltrepassare i confini ed entrare in Italia) e ne persi sei. In ogni partita venivo sconfitto. La polizia ci picchiava come al solito e ci sequestrava i telefoni e i nostri beni personali. Camminavamo nelle foreste per 10-20 giorni, ma poi ci catturavano e ci costringevano a giocare dalla Turchia.

Quando stavo per raggiungere la prima volta la Grecia e la polizia ci ha preso, ci ha spogliato e ci ha picchiati, e poi ci ha costretto a camminare a piedi nudi verso la Turchia. Abbiamo camminato per due giorni e poi siamo stati portati in macchina in questo paese dove abbiamo lavorato ancora in Turchia e racimolato il denaro per la seconda turnata. Allo stesso modo ho giocato sei partite e la settima volta ha avuto successo. Abbiamo raggiunto la Grecia. 80 persone - molte delle quali sono cadute e si sono rotte le braccia, le gambe e le mani - sono tornate indietro. Molte persone sono state prese dalla polizia, ma venti sono entrate in Grecia camminando per 17 giorni. Negli ultimi cinque giorni abbiamo finito il cibo: abbiamo bevuto tantissima acqua sporca e mangiato le foglie degli alberi, proprio perché avevamo finito tutto. Non mi dimenticherò mai di quei cinque giorni nella mia vita. Non abbiamo però perso il coraggio e siamo entrati in Grecia. Eravamo in una brutta situazione perché i miei piedi erano veramente doloranti. Sono stato a letto per un mese intero perché la pelle sotto ai miei piedi non c'era più. Non potevo nemmeno andare dal dottore perché la polizia in Grecia ci avrebbe rimandato in Turchia. Dopo un mese sono stato meglio e ho iniziato a lavorare in Grecia per un anno: avevo trovato posto in una

«Fin da bambino, ho sempre provato una grande attrazione per la sofferenza altrui e per il dolore che provavo, e ho trovato questo luogo a Trieste dove potevo condividere la sofferenza delle persone»

fabbrica ma ci davano veramente poco e lavoravamo tutto il giorno. Non ci siamo dati per vinti e abbiamo continuato a impegnarci. La polizia greca non mostrava alcun interesse per noi e non ci forniva nessun documento. Abbiamo allora pensato di lasciare la Grecia e passare per l'Albania; dopo due giorni siamo entrati nel Montenegro e abbiamo raggiunto la Bosnia, dove abbiamo passato cinque giorni per strada. La polizia ci ha picchiato parecchio ma non ci siamo persi d'animo. Abbiamo finito i soldi e quindi abbiamo chiesto a qualcuno di portarci avanti e attraverso la Croazia abbiamo raggiunto l'Italia passando per la Slovenia. Siamo entrati nel campo a mezzanotte, quando l'esercito ci ha presi e ci ha portati in un posto dove ci hanno fatto i documenti per lavorare e poi ci hanno detto che potevamo andare.

Il primo giorno sono venuto al parco davanti alla stazione di Trieste: eravamo molto affamati e i nostri piedi erano feriti e doloranti e non avevamo scarpe né nient'altro. Erano circa le 7 del mattino e abbiamo visto una vecchia signora – era Lorena! – che ci ha dato tutto ciò di cui avevamo bisogno: cibo, vestiti, coperte. Dopo quella notte siamo andati a dormire nel silos. Quando sono entrato ero scioccato dalle condizioni terribili che c'erano lì: era veramente sporco, ma non c'erano alternative per noi. Ho dormito nel silos per almeno sei mesi.

Ogni mattina andavamo alla sala da tè a caricare i cellulari e la sera andavamo al parco a mangiare. Ho fatto amicizia con i ragazzi e ne ho visti molti con i capelli e la barba lunghissimi che non avevano soldi per andare dal barbiere. Ho detto loro di portarmi una macchinetta. So tagliare i capelli. Posso tagliarli io vicino a voi. Ma queste persone non avevano soldi e mi dicevano: «Andate da Lorena e lei ve la darà».

Un giorno ho detto a Lorena timidamente che avrei voluto una macchina e che volevo aiutare le persone. Lorena mi ha detto che andava bene. Durante quei giorni ho continuato ad aiutare Lorena, anche per quanto riguarda la lingua: sono diventato suo amico e tutte le sere con lei andavo nel piazzale della stazione per aiutarla con i ragazzi e le persone che arrivano tutti i giorni.

Fin da bambino, ho sempre provato una grande attrazione per la sofferenza altrui e per il dolore che provavo, e ho trovato questo luogo a Trieste dove potevo condividere la sofferenza delle persone. Anch'io ero immerso in un dolore così profondo da non avere altro che dolore. Ho pensato di venire nel piazzale della stazione ogni giorno con Lorena per aiutare gli altri: ho incontrato tantissime persone, le ho salutate e ho pregato per loro. Queste persone di Linea d'ombra sono davvero buone e mi hanno dato tanto affetto. Ci siamo sostenuti nei momenti difficili.

Oggi penso che la mia nuova vita sia iniziata qui, perché le persone qui sono molto gentili e affettuose. Però ci sono delle situazioni in cui a volte mi manca molto casa, perché ho un figlio di sei anni che ho lasciato e mi mancano tanto i miei genitori. Sono passati tre anni e non ho ancora ricevuto i documenti e sono triste, è un mio diritto, visto che vengo da un paese dove la vita non vale la pena di essere vissuta. Ma non mi sono arreso. Oggi lavoro e aiuto anche Lorena. Oggi la mia vita è molto bella, ma quando ripenso a quei giorni mi vengono le lacrime agli occhi e piango di gioia. Ogni sera quando vado in biblioteca, recito qualche verso e imparo qualche parola! Mi piace sembrare un poeta: ogni giorno scrivo qualcosa e condivido poesie su Facebook.

Amo molto queste persone che ho conosciuto a Trieste perché mi hanno dato una seconda vita: oggi sono felice e spero di continuare a vivere, anche se lontano dai miei cari. È giusto che il mondo guardi la situazione attuale in Kashmir dove le persone vengono massacrate. Penso sempre molto al mio paese perché sono un ribelle e ho sempre preferito ribellarmi perché il governo lì è crudele e non possiamo tollerare la crudeltà. La mia storia è proprio questa e il mio dolore è così grande che nessuno può vederlo ma continuo a vivere perché la vita va vissuta e una persona deve vivere, deve nascondere le sue lacrime. Le vite dei miei sono belle? Voglio vivere per la vita di mio figlio perché voglio che vada in una buona scuola e in una buona università e che viva bene la sua vita. ■

OREUNDICI

CONVEGNO DI SPIRITUALITÀ

LA MEMORIA GENERA FUTURO

25-29 agosto - Montanino di Camaldoli (Arezzo)

PROGRAMMA DELLE GIORNATE

• MARTEDI 25 AGOSTO

Pomeriggio: Arrivi e sistemazione

h 17,30: **Benvenuto**
Agnese Mascetti, *Presidente Ore Undici*
Claudia Belleffi, *Resp.le editoriale del Quaderno*

h 19,30: Cena

• MERCOLEDI 26 AGOSTO

Dalle 7,30 alle 8,45: Colazione

h 9,00: **Farsi campo di battaglia**
Scoprire in sé, le vie della pace - Sulle orme di Etty Hillesum
Meditazione - Agnese Mascetti

h 10,30: **Le sfide dell'oggi per costruire la pace**
Daniele Rocchetti, *formatore e animatore culturale*
Dialogo con il relatore

h 12,30: Pranzo

h 16,30: **Laboratori esperienziali**

h 19,30: Cena

• GIOVEDI 27 AGOSTO

Dalle 7,30 alle 8,45: Colazione

h 9,00: **Patire senza subire**
Meditazione - Agnese Mascetti

h 10,30: **La memoria genera futuro**
Gianfranco Brunelli, *Direttore resp.le rivista "Il Regno"*
Dialogo con il relatore

h 12,30: Pranzo

h 16,30: **Laboratori esperienziali**

h 19,30: Cena

• VENERDI 28 AGOSTO

Dalle 7,30 alle 8,45: Colazione

h 9,00: **Oltre l'odio**
Meditazione - Agnese Mascetti

h 10,30: **Custodire "il noi": uno sguardo biblico**
Luigino Bruni, *Prof.re ordinario di economia politica*
Dialogo con il relatore

h 12,30: Pranzo

h 16,30: **Laboratori esperienziali**

h 18,00: **Celebrazione dell'Eucarestia**

h 19,30: Cena

h 21,00: **Le radici e le ali** - Musica e Parole

• SABATO 29 AGOSTO

Dalle 7,30 alle 8,45: Colazione

h 9,00: **Si vorrebbe divenire balsamo per molte ferite**
Meditazione - Agnese Mascetti

h 11,30: **Conclusioni**

h 12,30: Pranzo

LABORATORI ESPERIENZIALI

- **Laboratorio di musica**
  Francesco Paladino, *musicista*
- **In ascolto del proprio corpo**
  Giovanna Cresce, *fisioterapista*
- **Leggere la natura**
  Donata Merli, *agronoma* - Erminio Alborghetti, *forestale*

Per informazioni e iscrizioni - tel 392.9933207 - mail: oreundici@oreundici.org

TESTIMONIANZA

Valentina
Tomirotti

VALENTINA TOMIROTTI è giornalista, attivista per i diritti delle persone con disabilità

NON CHIAMATELA LENTEZZA

La dignità di non lasciare indietro nessuno è indice di intelligenza relazionale

Camminare a passo d'uomo. È un'espressione che ho sempre trovato curiosa, perché presuppone che esista un passo standard, una velocità giusta a cui il mondo si muove. Presuppone che chi sta dietro o davanti rispetto a quella velocità sia in qualche modo fuori sincrono, un'anomalia da correggere o da compatire. Io quel passo non l'ho mai avuto, o meglio non l'ho mai avuto nei termini in cui lo intende chi cammina. Per anni ho creduto che fosse un problema mio, una mancanza da gestire, qualcosa per cui scusarsi continuamente, come se occupare il tempo degli altri fosse una colpa da espiare con la gratitudine o con l'autoironia preventiva, quella che usi per disinnescare l'imbarazzo altrui prima ancora che si manifesti. Mi muovo in carrozzina. Questo significa che il mio rapporto col tempo è diverso da quello di chi non ci pensa mai, perché chi cammina non calcola quanto ci mette ad arrivare in un posto, lo dà per scontato. Io invece devo sapere prima se c'è una rampa, se l'ascensore funziona, se il marciapiede ha uno scivolo o se finisce contro un gradino di otto centimetri che per me equivale a un muro. Il mio tempo è sempre stato un tempo progettato male da altri, un tempo allungato non dalla mia condizione ma dalle barriere che qualcun altro ha deciso di lasciare lì. Per questo quando sento dire che dovrei rispettare i tempi degli altri ho un sussulto, perché di solito la domanda viene posta al contrario, viene posta a me, mai a chi quei tempi me li ha imposti senza chiedermi nulla.

Eppure c'è un'altra faccia di questa storia. Ha a che fare con cosa significa davvero camminare insieme a qualcuno. Rispettare il tempo di un'altra persona non vuol dire rallentare per pietà, non vuol dire aspettare con quella pazienza un po' esibita di chi tiene aperta la porta e ti guarda mentre arrivi, contando mentalmente i secondi. Rispettare il tempo di qualcuno vuol dire riconoscere che il suo modo di stare nel mondo ha una sua legittimità, che non è una versione lenta e difettosa della normalità ma è semplicemente un altro modo, valido quanto il tuo, di attraversare lo spazio e la giornata. Quando una persona cammina accanto a me e regola il suo passo non perché mi sta facendo un favore ma perché vuole continuare a parlarmi, perché preferisce la mia compagnia alla velocità, allora capisco che non si tratta di tempi da rispettare come si rispetta un limite di velocità, ma di una scelta su con chi vuoi stare e a quali condizioni.

Per anni ho introiettato l'idea che fossi io a dover ringraziare, io a dovermi adattare, io a dover rendere la mia presenza meno ingombrante possibile. Ci ho messo tempo, parecchio tempo, a ribaltare lo sguardo e a capire che non c'è niente di naturale in

«Camminare a passo d'uomo, quello vero, quello che tiene conto di chi ti sta accanto, è una forma di intelligenza relazionale che il mondo veloce ha disimparato»

un mondo costruito su una sola misura del corpo e una sola misura del tempo. Le città vanno di fretta, i servizi vanno di fretta, le persone si muovono come se la lentezza fosse un vizio morale e non una possibilità tra le altre. In mezzo a questa accelerazione costante chi ha un corpo diverso o un tempo diverso diventa l'ostacolo, l'intralcio, quello che fa perdere il treno agli altri. Ma io ho smesso di crederci, ho smesso di pensare che la fretta sia un valore e la mia presenza un peso, perché la verità è che camminare a passo d'uomo, quello vero, quello che tiene conto di chi ti sta accanto, è una forma di intelligenza relazionale che il mondo veloce ha disimparato.

C'è una dignità nel non lasciare indietro nessuno che non ha niente a che fare con la bontà o con la generosità. Ha a che fare con il modo in cui decidiamo di costruire lo spazio comune. Quando un Comune progetta un percorso pensando solo a chi cammina svelto, sta dicendo che il tempo di tutti gli altri non conta. Quando invece progetta pensando a tutti i corpi e a tutte le andature sta facendo una scelta politica precisa, sta dicendo che la città è di chiunque la attraversi e non solo di chi la attraversa in fretta. Io questo lo vivo ogni giorno sulla mia pelle, lo vivo quando trovo una rampa al posto giusto e quando non la trovo, lo vivo quando qualcuno mi cammina accanto senza fretta e quando qualcuno mi supera spazientito. Ho imparato che il tempo non è mai neutro, è sempre una decisione su chi ha diritto di esistere nello spazio pubblico e a quale velocità.

Allora cosa significa per me camminare a passo d'uomo, rispettare i tempi degli altri? Significa rifiutare l'idea che esista un'unica velocità giusta e che chi non la tiene sia in difetto. Significa pretendere che il mondo si progetti tenendo conto che i corpi sono molti e i tempi sono molti, e che questa non è una concessione ma una responsabilità. Significa, quando sono io a stare accanto a qualcun altro, scegliere di esserci davvero, senza la fretta di chi conta i secondi, perché ho capito sulla mia esperienza quanto vale la differenza tra essere sopportati e essere accolti. Non chiedo a nessuno di rallentare per me. Chiedo che smettiamo di considerare la velocità una virtù e la lentezza un fastidio, perché in quella distinzione si nasconde una gerarchia tra chi merita lo spazio e chi deve accontentarsi di rincorrerlo. ■

“Verso quale meta desideriamo orientarci?”

PAPA LEONE XIV
dall’enciclica
Magnifica humanitas

GIOVANI
Eli Albo,
Giulia, Martina,
Francesco,
Eli Gallo, Muna

SULLE ORME è un'associazione che attraverso vita comunitaria e collaborazione con il territorio, costruisce progetti di recupero e riabilitazione alla vita sociale

IL NOSTRO CENTRO QUAL È?

L'esperienza estiva dei giovani di Ore undici con l'associazione "Sulle orme"

Il nostro centro qual è? La nostra casa dov'è? Queste domande hanno accompagnato le giornate vissute, dal 29 maggio al 2 giugno, a contatto con la comunità "Sulle Orme" di Fittà (Vr).

Abbiamo avuto l'occasione di incontrare una realtà caratterizzata da un forte radicamento nel territorio e un rilevante impegno nel sociale. La comunità, nata dall'impegno di Paolo Pasetto e di alcuni giovani, si occupa di accogliere persone dai diversi vissuti e fragilità, aiutandole a ritrovare la propria strada e accompagnandole nella vita quotidiana. Nel corso degli anni la comunità ha continuato ad evolversi rispondendo di volta in volta alle necessità e ai sogni di coloro che ne facevano parte.

Qualche anno fa, per esempio, hanno preso in gestione una cascina che è diventata casa di capre, asini, maiali, galline e un luogo di lavoro per diversi membri della comunità, dando loro la possibilità di dedicarsi alla cura degli animali e alla coltivazione di un orto biodinamico. Grazie alla produzione del latte di capra è nato un laboratorio per la produzione di formaggio.

Durante gli incontri abbiamo avuto la possibilità di vivere con loro momenti conviviali e di aiutarli nella sistemazione di una nuova casa che stanno ristrutturando per dare vita a una nuova comunità di accoglienza a Castelcerino.

Ci siamo sentiti davvero accolti dalla comunità: molti di loro hanno condiviso con noi i loro vissuti di fragilità e riscatto e hanno ascoltato le nostre storie. Abbiamo percepito un forte sentimento di casa e di famiglia in cui ognuno ha le sue potenzialità e debolezze.

La porta della comunità rimane sempre aperta, "in entrata e in uscita": vivere in comunità deve essere una scelta consapevole, può richiedere sforzi, ma dà anche grandi soddisfazioni. La comunità valorizza la soggettività di ciascuno e accompagna ogni membro nella sua progettualità futura di vita.

Per noi questa esperienza è stata un'occasione di ascolto e di arricchimento personale e di gruppo. Il confronto tra di noi e con la comunità ci ha permesso di ascoltare le nostre domande e capire. ■

VOCI

Papa Leone XIV

PROMUOVERE UNA CULTURA DELLA RECIPROCITÀ

Una società giusta si basa sul riconoscimento della dignità inviolabile della persona

La mia presenza tra voi vuol essere un gesto di vicinanza verso la Spagna, nel quadro della cooperazione reciproca, e una parola offerta al servizio della persona umana. La Chiesa «cammina con l'umanità», ne condivide le speranze e le ferite, ascolta le domande di ogni epoca e si lascia interpellare «da tutto ciò che riguarda l'esistenza degli uomini e delle donne di oggi». Per questo, quando si rivolge alla vita pubblica, lo fa nel rispetto della missione propria delle istituzioni e della legittima responsabilità di coloro che hanno ricevuto il mandato di legiferare. Riconosce «l'autonomia delle realtà terrene» e «la distinzione tra comunità ecclesiale e comunità politica»; e, proprio a partire da questa consapevolezza, offre una riflessione che nasce dal desiderio di servire il bene comune e di ricordare ciò che rende veramente umana la convivenza (cfr. *Magnifica humanitas*, 18-19).

In questo Emiciclo si dà forma giuridica alla convivenza sociale. Qui le differenze vengono ascoltate, ordinate e, quando è possibile, si trasformano in decisione condivisa. Per questo, al di là della legittima diversità di posizioni, ogni attività legislativa finisce per confrontarsi con una domanda decisiva: quale concezione della persona umana ispira le leggi e quale tipo di società queste leggi costruiscono.

Di fronte a tale questione, la Spagna possiede una memoria particolarmente ricca. [….]

Dalle pagine universali del Don Chisciotte, dove Cervantes proclamò che «la libertà […] è uno dei doni più preziosi che il cielo abbia concesso agli uomini» (*Don Chisciotte della Mancia*, II, 58), fino alla profondità spirituale di santa Teresa d'Avila, e dalla grande tradizione giuridica spagnola all'inquietudine metafisica di Unamuno, che ricordava che l'uomo «non si rassegna a morire del tutto» (*Del sentimento tragico della vita*, I), la Spagna ha saputo guardare all'essere umano come a qualcosa di più di un semplice tassello dell'ordine sociale, economico o politico: lo ha riconosciuto come creatura aperta alla verità, dotata di libertà e mossa da una sete di eternità che nessuna realtà temporale riesce a spegnere; in una parola, come qualcuno la cui dignità precede ogni utilità e al cui servizio è soggetta l'azione legislativa.

Perciò, quando oggi si parla della persona umana, la memoria conduce naturalmente a Salamanca e al pensiero che lì è maturato. La presenza simbolica in questa sala dei Re Isabella e Ferdinando rimanda a quel momento in cui la Spagna si trovò di fronte a responsabilità storiche di portata universale; pochi anni dopo, Salamanca avrebbe dovuto assumere, con singolare lucidità, la riflessione morale e giuridica che quella situazione richiedeva. In quella sede universitaria, cinquecento anni fa, quando si aprivano nuovi mondi e immense possibilità nelle relazioni tra i po-

«I nuovi mondi che si aprono davanti si dispiegano nella tecnica, nell'economia, nella biomedicina e nell'universo digitale, dove il potere umano raggiunge ambiti sempre più delicati della vita personale e sociale»

poli, alcuni maestri compresero che la ragione non poteva essere invocata per rivestire di legittimità ciò che la forza o l'interesse presentavano come conveniente. Introdussero così nel discernimento storico la domanda sul valore irriducibile di ogni essere umano e sui limiti morali del potere. Bisogna riconoscere che la società e la Chiesa stessa non sono state sempre all'altezza delle intuizioni che trovavano eco nella loro stessa tradizione cristiana.

[….] La domanda di Salamanca continua ad accompagnare l'impegno di chi opera nella vita pubblica. Oggi, i nuovi mondi che si aprono davanti a noi non sono più tracciati sulle mappe: si dispiegano nella tecnica, nell'economia, nella biomedicina e nell'universo digitale, dove il potere umano raggiunge ambiti sempre più delicati della vita personale e sociale.
Il progresso offre possibilità meravigliose, e oggi lo vediamo in modo particolare nello sviluppo dell'intelligenza artificiale e delle nuove tecnologie. Come ho ricordato nella mia recente Enciclica, la tecnologia in sé stessa non è neutra, perché assume il volto di chi la concepisce, la finanzia, la regola e la utilizza (cfr *Magnifica humanitas*, 9); per questo, di fronte alle trasformazioni del nostro tempo, il nostro discernimento deve concentrarsi sul posto che occupa la persona umana nelle nostre decisioni e su come si prospettano oggi, in modo nuovo, la dignità del lavoro, la solidarietà, la politica sociale e il bene comune.
Questo discernimento parte da un'affermazione fondamentale: ogni società veramente giusta si fonda sul riconoscimento della dignità inviolabile della persona umana. Tale dignità precede ogni concessione dello Stato e non può essere subordinata a consensi sociali mutevoli o alle fluttuazioni delle maggioranze del momento (cfr Benedetto XVI, *Discorso al Parlamento Federale tedesco*, 22 settembre 2011). Essa appartiene a ogni essere umano per il fatto stesso di esistere, e per questo deve orientare ogni ordinamento giuridico positivo. La fede cristiana la proclama a partire dalla Rivelazione; la ragione umana può riconoscerla come esigenza inscritta nella verità dell'uomo (cfr ibid.). Quando questa convinzione rimane viva, il diritto diventa tutela di tutti e garanzia contro l'imposizione di interessi e programmi particolari.
Su questa base, mi è dato oggi di rivolgere una parola serena e decisa a coloro che hanno la grave responsabilità di ordinare giuridicamente la convivenza sociale. Tale convivenza può vedersi minacciata dalla cultura dello scarto, come ha più volte osservato Papa Francesco (cfr *Discorso all'Assemblea Plenaria della Pontificia Accademia per la Vita*, 27 settembre 2021). In questo senso, se la vita cessa di essere riconosciuta come un valore fondamentale, quale futuro possono avere le nostre società? Può dirsi pienamente giusta una comunità che lascia nell'ombra il bambino non ancora nato, l'anziano, il malato, chi soffre in silenzio o chi dipende interamente dalla cura degli altri? La difesa della vita umana non è una questione di interesse particolare né confessionale: è una meta di civiltà. Ogni vita umana dev'essere riconosciuta e custodita dal concepimento fino al suo naturale tramonto, in ogni circostanza della sua esistenza. Quando questa certezza si offusca, i più vulnerabili sono le prime vittime e la legge perde il suo significato più profondo: servire e proteggere ogni persona. Per questo, la grandezza morale di una nazione si manifesta, soprattutto, nella sua capacità di accompagnare, proteggere e amare quelle vite segnate da maggiore fragilità.[….]

In questo contesto riveste particolare importanza la famiglia, prima realtà umana e fondamento naturale della comunità. Nell'ambito familiare si intrecciano le generazioni e si trasmette una memoria viva che dà continuità interiore alla società. Laddove la famiglia è sostenuta, si rafforza anche la stabilità spirituale e sociale delle nazioni. La famiglia sarà sempre la prima scuola di umanità dove si impara, prima che in qualsiasi altro luogo, la grammatica elementare della con-

«L’affermazione della dignità umana non può rimanere astratta, quando tante persone sono costrette a lasciare tutto per cercare pace, sicurezza e futuro»

vivenza: accogliere la vita, prendersi cura dell’altro, perdonare, servire e appartenere.
Anche le istituzioni educative rivestono un ruolo decisivo in questo compito. In esse, le nuove generazioni possono imparare a cercare e ad amare la verità, a interrogarsi sul senso della vita e sulla dignità di ogni persona. [….]
L’affermazione della dignità umana non può rimanere astratta, quando tante persone sono costrette a lasciare tutto per cercare pace, sicurezza e futuro. Anche il tragico dramma migratorio interpella oggi la coscienza delle nazioni e il fondamento etico dell’ordine internazionale. Numerosi uomini, donne e bambini si trovano forzati, a causa di circostanze spesso drammatiche, a partire dalle loro comunità e lasciarsi alle spalle persone care, storie e legami. Questa realtà va oltre qualsiasi lettura puramente demografica o economica: costituisce una questione eminentemente morale e giuridica. Laddove una persona è discriminata per la sua origine nazionale, etnica, religiosa o linguistica, o per la sua condizione economica o sociale, viene gravemente violato il principio universale dell’uguale dignità di tutti gli esseri umani.
La situazione dei migranti e dei rifugiati richiede una risposta che metta al centro le persone, affronti le cause che le costringono a partire e vada oltre la semplice gestione di flussi. Da qui nasce una duplice esigenza di giustizia sociale: offrire vie sicure e legali,

«La pace richiede coraggio diplomatico, responsabilità etica e una visione del futuro fondata sul rispetto dell'identità di ogni popolo e sull'obbligo degli Stati di risolvere le loro controversie attraverso le vie pacifiche offerte dal diritto internazionale»

un'accoglienza rispettosa e reali possibilità di integrazione; e promuovere, al tempo stesso, il diritto di rimanere nella propria terra, operando affinché nessuno debba abbandonare la propria casa per mancanza di pace, di sicurezza o di condizioni di vita dignitose, per le disuguaglianze economiche e gli effetti della crisi climatica (cfr *Magnifica humanitas*, 81). [….]

Nessuna nazione può affrontare da sola una sfida di questa portata. Per questo è indispensabile una risposta coordinata, solidale ed efficace, in grado di garantire protezione, accoglienza e reali opportunità di integrazione a chi emigra. Quando la risposta istituzionale si fa vicina, equa e coordinata, le frontiere cessano di essere luoghi di abbandono e possono diventare spazi di tutela responsabile della dignità umana.

[….] A livello internazionale, la pace richiede coraggio diplomatico, responsabilità etica e una visione del futuro fondata sul rispetto dell'identità di ogni popolo e sull'obbligo degli Stati di risolvere le loro controversie attraverso le vie pacifiche offerte dal diritto internazionale. Ogni guerra costituisce, in ultima analisi, una dolorosa sconfitta della capacità di negoziare e anche di quella coscienza comune dell'umanità che riconosce legami di giustizia tra le nazioni. Le armi possono imporre un silenzio temporaneo, ma non potranno mai costruire una pace autentica e duratura.
Per questo motivo, è preoccupante che, in diverse parti del mondo, e anche in Europa, si presenti nuovamente il riarmo come risposta quasi inevitabile di fronte alla fragilità dello scenario internazionale. La vera sicurezza, invece, nasce dalla giustizia, dal dialogo paziente, dal rispetto del diritto internazionale e da una politica capace di anteporre la vita dei popoli agli interessi che traggono profitto dalla guerra. [….]

La comunità internazionale è chiamata a riscoprire il valore indispensabile del dialogo come percorso paziente verso accordi giusti e duraturi, fondati sul rispetto dei trattati, sulla trasparenza dell'azione diplomatica e sulla sincera volontà di anteporre la pace al ricorso alla forza. Da ciò nascono la fiducia e la speranza.
Come ricorda il motto dell'Unione Europea, *In varietate concordia*, la vera unità non uniforma, ma rende coesi nella diversità, facendo delle culture, delle sensibilità e delle tradizioni occasione di arricchimento reciproco.
Allo stesso modo, all'interno delle società stesse è urgente promuovere una cultura della reciprocità. Il pluralismo politico non dovrebbe degenerare in discredito permanente dell'avversario. In una convivenza matura, anche il conflitto può diventare un passaggio verso la pace, quando le differenze si lasciano mitigare dall'ascolto e si orientano al riconoscimento dei bisogni, delle aspirazioni e delle capacità di tutti. [….]

Senza confondere il piano giuridico e quello morale, è bene ricordare anche che la libertà richiede una piena comprensione di sé stessa. Essere liberi non significa solo vivere senza costrizioni o disporre di molte possibilità di scelta; significa poter riconoscere il bene e aderirvi in modo responsabile. Per questo, ogni società effettivamente libera richiede anche una giusta delimitazione del potere pubblico, affinché la libertà delle persone, delle comunità e delle associazioni non sia indebitamente limitata (cfr *Dignitatis humanae*, 1). In questa prospettiva, la legittima autonomia dell'ordine temporale non va mai interpretata come ostilità verso il fenomeno religioso. La fede non pretende di imporsi con privilegi o coercizioni; tuttavia, non può nemmeno essere relegata al silenzio come se fosse irrilevante per la vita pubblica. ■

Papa Leone XIV
Madrid, 8 giugno 2026
discorso al congresso dei deputati
del Parlamento spagnolo

VOCI
Giorgio Parisi

GIORGIO PARISI è un fisico italiano, premio Nobel per la fisica nel 2021 per i suoi studi sui sistemi complessi

LA PACE SI COSTRUISCE COLTIVANDO SOLIDARIETÀ

Il ruolo della scienza è di ricordare la nostra umanità e lavorare per realizzarla

Signore e signori, autorità, care amiche e cari amici, vi ringrazio per questo riconoscimento, che ricevo con sincera gratitudine e, lo confesso, con un certo imbarazzo. Sul piano personale non mi sento all'altezza di un premio per la pace. Non ho dedicato la mia vita a costruire la pace: ho fatto il fisico, ho studiato i sistemi disordinati, le transizioni di fase, i vetri di spin. Se accetto questo premio, lo faccio perché lo interpreto non come un omaggio alla mia persona, ma come un riconoscimento al ruolo che la scienza, e gli scienziati, possono e devono avere nella ricerca della pace.
Lo dico perché sono convinto che lo scienziato non debba sostituirsi al politico, e tanto meno pretendere di avere ricette per i grandi problemi del mondo. Ma ha un dovere preciso: mettere a disposizione di tutti la propria competenza, spiegare con onestà ciò che sappiamo e ciò che non sappiamo, e dire la verità anche quando è scomoda.
Desidero, fin da subito, dedicare questo premio a una persona che quel ruolo lo ha incarnato per tutta la vita: Francesco Calogero. È stato un bravissimo fisico matematico, ma soprattutto un uomo che ha messo la propria competenza al servizio del disarmo, con costanza e con coraggio, per oltre mezzo secolo. [….]

Vengo ai nostri giorni. Per molto tempo abbiamo creduto che il pericolo nucleare appartenesse al passato. Non è così. [….]

Credo che il compito di noi scienziati, oggi come allora, sia duplice: spiegare con onestà all'opinione pubblica i rischi reali, senza allarmismi e senza minimizzazioni, e chiedere ai governi di riaprire negoziati seri sul disarmo, che coinvolgano tutte le potenze nucleari. È proprio quando sembra meno realistico che bisogna preparare la pace. [….]

Di fronte al ritorno di un pericolo che credevamo dimenticato, mi viene spontanea una domanda: perché siamo ancora vivi? Perché non siamo morti nella terza guerra mondiale che più volte avrebbe potuto scatenarsi? La risposta, in buona parte, sta nella consapevolezza che bisognava evitare a ogni costo un'escalation incontrollata, e che gli eserciti contrapposti non dovevano mai arrivare a uno scontro diretto. Ma sta anche, qualche volta, nella semplice fortuna e nel coraggio di singole persone. Durante la crisi di Cuba, nell'ottobre del 1962, un ufficiale sovietico a bordo di un sottomarino fu sul punto di autorizzare l'uso di un'arma atomica; solo il mancato accordo tra

«Ogni volta che si compie un grande progresso è necessaria una profonda riflessione su ciò che è lecito fare e ciò che non si deve fare»

gli ufficiali a bordo evitò il peggio. Eravamo davvero a un passo dall'abisso. E quella crisi era così pericolosa proprio perché, se la discussione si fosse limitata al solo futuro di Cuba, non sarebbe stato possibile trovare una soluzione senza che qualcuno perdesse la faccia. Fortunatamente ci fu invece una trattativa più ampia, che portò anche al ritiro di missili installati altrove, in Turchia e in Italia.
Essersi fermati appena in tempo sull'orlo del baratro fu la molla che fece scattare il cambiamento. Non è un caso che la grande stagione dei trattati cominci proprio nel 1963, subito dopo. [….]

Sappiamo tutti che la scienza è un'arma a doppio taglio. La scienza aumenta il potere dell'uomo, ma è l'uomo a scegliere in quale direzione usarlo. Ogni volta che si compie un grande progresso è necessaria una profonda riflessione su ciò che è lecito fare e ciò che non si deve fare. L'intelligenza artificiale non sfugge a questa regola. Ha già portato benefici straordinari e può essere fonte di grande prosperità; ma solleva anche questioni serie, sul lavoro, sulla riservatezza dei dati, sui valori etici, sulla fiducia che possiamo riporre nei suoi risultati.
Il fronte che mi preoccupa di più è quello militare.

in foto: Bertha von Suttner

«La pace non si costruisce soltanto con i trattati sugli armamenti. Si costruisce riducendo le diseguaglianze, che sono una delle radici profonde dei conflitti»

L'intelligenza artificiale apre la strada alle armi autonome: sistemi capaci di selezionare e colpire un bersaglio senza un intervento umano diretto, i cosiddetti sistemi d'arma autonomi letali. Sarebbe un salto di qualità che potrebbe cambiare i connotati stessi della guerra. Armi di questo tipo rischiano di innescare una nuova corsa agli armamenti, di abbassare la soglia con cui si decide di entrare in guerra, e di finire nelle mani di regimi oppressivi o di gruppi terroristici.
Ma c'è una ragione ancora più profonda per fermarsi a riflettere. Non possiamo permettere che sia un algoritmo a risolvere problemi etici delicatissimi. Uccidere o non uccidere una persona che sembra un combattente nemico, ma forse non lo è? Quanti morti civili sono un "danno collaterale" accettabile, espressione che usiamo soprattutto quando i morti non sono i nostri? Come evitare di colpire dei bambini? Sono decisioni che non possono essere delegate a una macchina: la responsabilità deve restare sempre legata a esseri umani identificabili, che ne rispondano davanti alla legge e davanti alla propria coscienza.
Anche su questo gli scienziati non sono rimasti in silenzio. Nel 2019, a Parigi, le accademie scientifiche dei paesi del G7 firmarono all'unanimità una dichiarazione intitolata *Intelligenza artificiale e società*. Ne conservo un ricordo particolare, perché in quei giorni guidavo la delegazione italiana come presidente dell'Accademia dei Lincei. Quel documento chiedeva trasparenza e discussione pubblica e ricordava la proposta di mettere al bando le armi autonome con una convenzione analoga a quelle che già vietano le armi chimiche e biologiche.
Le difficoltà che incontriamo oggi sui trattati nucleari non devono farci credere che un accordo internazionale contro le armi autonome letali sia impossibile. È difficile, ma è possibile, a patto di affrontare con chiarezza tutti gli aspetti del problema. Quello che serve, prima di tutto, è non rassegnarsi. Troppo spesso l'opinione pubblica assiste all'introduzione di queste armi come a un destino ineluttabile. Non lo è. Gli scienziati hanno il dovere di spiegare questi rischi in modo comprensibile e i mezzi di informazione quello di esercitare una pressione perché chi governa compia passi concreti per proteggere l'umanità dalle forme più crudeli della guerra. [….]

Vorrei dire una cosa che mi sta particolarmente a cuore, e che va oltre le armi. La pace non si costruisce soltanto con i trattati sugli armamenti. Si costruisce riducendo le diseguaglianze, che sono una delle radici profonde dei conflitti. Si costruisce eliminando le guerre, comprese quelle commerciali ed economiche, che impoveriscono e contrappongono i popoli. Si costruisce coltivando la solidarietà, dentro e fuori i nostri confini.
La lotta contro le diseguaglianze, del resto, non può essere separata dalla lotta contro il cambiamento climatico: sono due facce dello stesso problema, quello di un mondo che deve imparare a considerarsi una sola comunità. Un mondo più giusto è anche un mondo più sicuro. È una verità antica, che la scienza, con i suoi strumenti, ci aiuta oggi a vedere con maggiore chiarezza.
Lasciatemi concludere con le parole finali del Manifesto Russell-Einstein. Forse a qualcuno suoneranno retoriche; a me sembrano invece la testimonianza di una saggezza concreta, più necessaria che mai, o, se preferite, di un elementare istinto di conservazione che può ancora accomunarci: «Davanti a noi, se lo scegliamo, c'è un continuo progresso nella felicità, nella conoscenza e nella saggezza. Dovremmo invece scegliere la morte, perché non riusciamo a dimenticare i nostri litigi? Ci appelliamo, come esseri umani, agli esseri umani: ricordate la vostra umanità e dimenticate il resto. » ■

LA LUMACA
album: ***Ballate per uomini e bestie***
testi e musiche:
Vinicio Capossela
(La Cùpa, 2019)

L'ESSENZIALITÀ DEL VIANDANTE

Nella poetica di Vinicio Capossela la lumaca diventa maestra di cammino: aderente alla terra, trasforma il tempo in qualcosa di prezioso

Se è vero che il cammino dell'uomo si definisce non solo dalla meta, ma soprattutto dal modo in cui si sceglie di attraversare il paesaggio, l'uomo contemporaneo sembra vivere una condizione di smarrimento. Immersi in un vortice di notifiche e risultati immediati, viviamo il viaggio come un rotolamento spinto solo dalla forza d'inerzia. In questo scenario di frenesia cronica, si erge come un faro – anacronistico e per questo rivoluzionario – il bestiario poetico di Vinicio Capossela, che nel suo album *Ballate per uomini e bestie* (2019) affida a una creatura minuscola, la lumaca, un messaggio dirompente: sfidare il tempo facendolo lento.

L'elogio del guscio e la traccia d'argento

Leggendo il testo de *La lumaca* troviamo prima di tutto un rovesciamento di prospettiva. Quello che il mondo della produttività considera un difetto – la lentezza, il peso, l'indugio – diventa per Capossela una virtù aristocratica e salvifica. La lumaca porta "la casa sul dorso", un'immagine che richiama l'essenzialità del viandante. Nel cammino dell'uomo, accumulare pesi inutili (che siano oggetti, status o impegni superflui) impedisce il movimento autentico. La lumaca viaggia leggera perché ha con sé solo ciò che conta davvero: il proprio riparo interiore.

Ma è nel movimento che si compie la vera magia descritta dal cantautore. La lumaca non sfiora il mondo senza toccarlo; al contrario, il suo strisciare lento e aderente alla terra le permette di "lasciare una bava d'argento". È una metafora potentissima: chi corr,e sfreccia senza lasciare impronta, mentre chi sa prendersi il tempo per vivere il presente lascia una scia luminosa, un segno del proprio passaggio. Il tempo vissuto non viene consumato, ma trasformato in qualcosa di prezioso. Godere appieno delle cose e dare loro il proprio senso richiede la pazienza di aderire alla realtà, di sporcarsi con essa, rifuggendo la superficie levigata e scivolosa della vita iper-connessa.

Il tempo nella poetica di Capossela: dal *Chronos* al *Kairos*

La figura della lumaca non è un episodio isolato, ma si inserisce in una più ampia riflessione sul tempo che attraversa l'intera opera di Vinicio Capossela. Per l'artista, il tempo non è mai una linea retta da percorrere il più in fretta possibile (il *Chronos* greco, il tempo che divora i suoi figli), ma è un cerchio, un momento sospeso e qualitativo (il *Kairos*, il tempo opportuno).

Nei suoi lavori come *Canzoni della Cupa*, l'artista ci riporta al tempo rurale, quello dettato dalle stagioni, dal ciclo del grano e dalla terra. È un tempo che non tollera forzature e insegna l'attesa. In *Marinai, profeti e balene*, si immerge nel tempo del Mito, oceanico e insondabile, dove gli orologi umani perdono di significato di fronte all'immensità della natura.

In tutta la sua discografia, dai brani più festosi (dove il tempo è sospeso nel rito e nella danza) a quelli più intimi, c'è una costante resistenza alla modernità fast-food. Capossela ci ricorda che la frenesia soffoca l'incanto. Le cose importanti – l'amore, il lutto, la scoperta, l'arte – richiedono un tempo di sedimentazione, al di fuori del "tempo dell'utile". Non si può amare di fretta, né si può comprendere un dolore guardando l'orologio.

Una nuova maestra di viandanza

La lumaca di Vinicio diventa dunque, lungo il cammino, un monito e una bussola. Non si tratta di un banale "rallentare" per il gusto della pigrizia, ma di un atto di ribellione politica e spirituale contro un'epoca che ci vuole performanti ad ogni costo.

«Chi sa prendersi il tempo per vivere il presente lascia una scia luminosa, un segno del proprio passaggio. Il tempo vissuto non viene consumato, ma trasformato in qualcosa di prezioso»

LA LUMACA di Vinicio Capossela (2019)

Nascere con la pioggia
E morire d'autunno
Come partorita
Da un campo

Curare lo stomaco
E aiutare l'amore
Senza difesa
Che non sia la mia lentezza

Misuro il tempo del giorno
Dei giorni lunghi e interminabili
Del meridione

Ogni spostamento
È fuori di rotta, è fuori di me
La mia strada lenta e dritta
È nuda prima
Ma scintilla dopo

Lasciare un passaggio
Lasciare una scia come una cometa
Come una cometa
Su una foglia
Umile

C'è spazio per tutti
Ricondurre il mondo all'umile
E piccolo, fuori dal tempo
Dell'utile e del lavoro

Il sacro è lento e immanente
Sfidare il tempo facendolo lento
Rallentare il tempo
Rallentare il tempo e godersi la scia

E godersi la scia... E godersi la scia... E godersi la scia

Cura del tempo significa ricordarsi che non siamo macchine programmate per produrre chilometri, ma esseri umani chiamati a sperimentare il respiro del mondo. La lumaca ci insegna a difendere il nostro ritmo biologico ed emotivo, a costruire un guscio contro il rumore di fondo e, soprattutto, a dare valore a ogni centimetro di strada.

Perché, in fin dei conti, il viaggio più autentico non è quello di chi arriva primo senza aver esplorato nulla o quasi, ma quello di chi arriva indietro, magari anche ultimo, avendo fatto risplendere d'argento tutto ciò che ha sfiorato. ■

Oretta e Geppy Sferra
Amici di Ore undici

Domenico Ciardi *monaco di Bose*

OGNUNO TENTA UNA VITA

NUMERO 7/8 - LUGLIO/AGOSTO 2026

Ognuno tenta una vita
quando la strada è lunga e molto il sole
quando il corpo sudato cerca riparo d'ombra
quando nei volti incroci un breve sguardo
va in alto una domanda bruciata dal piantocerto

Ognuno tenta una vita
quando la pioggia consola l'estate
in ogni arido stelo impolverato
e parlano vicino volti amati
ritorna voce per un ringraziamento

LA MATTINA SCRIVO
Regia: Valérie Donzelli
Sceneggiatura: Valérie Donzelli, Gilles Marchand
(dal libro *À pied d'œuvre* di Franck Courtès)
Interpreti porincipoali : Bastien Bouillon,
Virginie Ledoyen, Valérie Donzelli, André Marcon
Produzione Alain Goldman - Durata: 92'

IL PASSO GIUSTO DELL'ESISTENZA

Un invito a rallentare, a guardare la propria vita senza filtri, a trovare il proprio centro

Quante metafore letterarie ricordano e inquadrano la vita come un viaggio nel quale ognuno di noi è incamminato verso una destinazione ignota. Dentro questo percorso il ritmo della camminata è variabile, dettato da mille fattori che entrano in gioco e dei quali solo in parte siamo artefici. In un mondo come il nostro, nel quale siamo continuamente sollecitati ad allungare il passo e a velocizzare la nostra andatura, rare sono le occasioni in cui ci è possibile fermarci a riflettere sul senso di questo cammino. Un film può talvolta aiutarci a trovare la prospettiva giusta per inquadrare il nostro cammino e *La mattina scrivo*, film della regista francese Valerie Donzelli, pare veramente uno di questi.

Il protagonista del film è un personaggio che, suo malgrado, deve cambiare bruscamente la direzione della sua esistenza. Paul Marquet, un fotografo di successo rimasto improvvisamente senza lavoro, tenta di ricostruire la propria vita mentre affronta precarietà economica, pressioni familiari e un profondo senso di smarrimento. Ogni mattina prova a scrivere, cercando nella pagina bianca un modo per ritrovare sé stesso e un ritmo più autentico dell'esistenza. Tra colloqui falliti, relazioni incrinate e la tentazione di arrendersi, Paul scopre che la sua vera battaglia non è solo trovare un impiego, ma capire quale spazio può ancora occupare nel mondo e quale "ritmo dare alla propria camminata". Il cuore dell'opera, infatti, è la riflessione sul desiderio di una vita più vera, un tema che Donzelli affronta senza retorica. Paul è un uomo che tenta di ritrovare un ritmo esistenziale che non sia dettato dal successo, dalla produttività o dalla visibilità. La mattina, quando il mondo è ancora sospeso, prova a scrivere: non per diventare uno scrittore, ma per ascoltarsi. La scrittura diventa un gesto minimo e radicale, un modo per misurare il proprio respiro e per sottrarsi alla pressione di un sistema che valuta le persone solo in base ai risultati.

Il film mostra come lo stress non sia un'esplosione, ma un rumore di fondo che corrode lentamente e come le false prospettive – il mito della carriera, dell'efficienza, dell'immagine – possano allontanare da ciò che davvero conta.

Costruito sull'interpretazione di Bastien Bouillon, che dà a Paul Marquet una fisicità fragile e ostinata, capace di rendere visibile la tensione continua tra vocazione e sopravvivenza, il film vede protagonista la stessa regista, Valérie Donzelli, che appare nel ruolo dell'ex moglie e che inserisce il proprio corpo dentro il dispositivo narrativo, rafforzando il legame tra sguardo registico e materia raccontata. Il film, nato dal libro *À pied d'œuvre* di Franck Courtès che porta con sé la traccia evidente di un'esperienza vissuta, è stato presentato in concorso alla 82ª Mostra del Cinema di Venezia e premiato per la miglior sceneggiatura e trova un posto rilevante nella filmografia della regista francese che da sempre indaga le fragilità umane attraverso un cinema capace di oscillare tra leggerezza e profondità (da ricordare *La guerre est déclarée* del 2011, film che l'ha consacrata, candidato agli Oscar come miglior film straniero e vincitore di numerosi premi).

Come nelle sue opere precedenti, anche in questa sua ultima fatica, la Donzelli non offre soluzioni né epifanie consolatorie. Propone, piuttosto, un cinema che osserva, che accompagna, che lascia spazio. *La mattina scrivo* è un film che invita a rallentare, a guardare la propria vita senza filtri, a riconoscere che il passo giusto dell'esistenza non è quello imposto dall'esterno, ma quello che riusciamo a ritrovare ■

PierDario Marzi
docente di storia e filosofia

OGNI ALBA
di Marc Martin
traduzione di
Silvia Vecchini
pag.48
2025, Terre di mezzo editore
albo illustrato, per tutte le età

ACCETTARE DI ESSERCI

L'esistenza è scegliere di compiere quei passi verso ciò che ci attende

C'è un cammino che porta verso una destinazione lontana: richiede molti passi, molti giorni, molte energie, e pianificazione, controllo, bagaglio. Nondimeno, c'è un cammino che richiede altrettanto coraggio, generosità di sforzi e di intenti, ed è quello che ognuno compie da mattino a sera, nello spazio breve di un giorno: un quotidiano, spesso lineare, ma più spesso complicatissimo andare di cui si compone la vita.
Marc Martin scrive e disegna un incantevole albo - poesia, un messaggio di auguri, un' incitazione ad accogliere l'aprirsi di un giorno con il suo imprevedibile carico di sorprese e imprevisti e a mettersi gioiosamente per strada.
Ogni alba, pubblicato da Terre di Mezzo, ci porta sulla soglia della giornata, ci fa affacciare su un mondo che si sveglia al primo bagliore del sole e ci accompagna in un viaggio fra creature viventi che interpretano il vivere secondo la sfida esistenziale che è loro propria.
Immagini calde, pastose, illuminate dal progressivo crescere del sole e del suo irradiarsi fino a raggiungere i recessi più ombrosi delle foreste, gli specchi d'acqua, i prati, sono punteggiate da frasi brevi, larghe, piene di respiro, grazie a una sapiente disposizione sulla pagina. Parole evocative, creatrici di continue risonanze emotive, impreziosite dalla traduzione accorta e sensibile di Silvia Vecchini.

Ogni giorno è buono per cercare il cielo
per piantarsi bene sulla terra
per conquistare
l'essenziale
ma anche
ridere di sé
essere leggeri
e trovare la dolcezza

Cerbiatti, libellule, farfalle, ranocchi, coleotteri, pesci, colibrì, api, sfilano sulle pagine, ritratti nei loro minimi, ostinati cammini, sfidando l' imprevisto.

Ci sono insidie, certo
ma si può ricominciare
trasformarsi
liberare
aspettare
il momento giusto
tentare
fallire, riuscire
lavorare duro
o rallentare
prendere
coraggio
finalmente
saltare

Non è eluso o nascosto neanche il caso in cui il procedere venga spezzato, interrotto per sempre, come la Vita ci dice e insegna. Ma questo non esime dal compito di " *provare a volare / con le ali che hai ricevuto*", o ad *"alzarsi / ispirare gli altri / guidare / il volo",* secondo ciò che è inciso nella propria specie.
Un coro di esseri che, aprendo a tante metafore sull'evolversi e il divenire, guardiamo incantati, riconoscendo la semplice tessitura del vivere che è propria di ogni creatura che venga al mondo, fatta dell'accettare di prendere parte, di esserci, di non sottrarsi. E decidere infine di muovere, incerti o decisi, convinti o tremanti, quei primi decisivi passi all'alba di ogni nuovo giorno. ■

Maria Grazia Garganti
insegnante di scuola primaria

A PASSO D'UOMO
di Antonio Spadaro
208 pag., 2026
Marsilio editori

CON I PIEDI DI GESÙ

Seguire i suoi passi significa fidarsi: restare a terra ma al tempo stesso cercare l'Oltre

"Una storia di Gesù con i piedi per terra". Sfogliando le ultime novità librarie di un catalogo virtuale, online, mi sono imbattuto in questa frase e mi sono subito incuriosito pur non sapendo come interpretarla: a prima vista mi sembrava ironica e provocatoria, ma volevo saperne di più.

L'espressione è il sottotitolo dell'ultimo libro di Antonio Spadaro, gesuita, a lungo direttore della rivista *La Civiltà Cattolica* e ora sottosegretario del Dicastero vaticano per la cultura e l'educazione.

E immediatamente scopro che si tratta di una raccolta di commenti ai Vangeli della domenica e sono tentato di lasciar perdere il testo, saturo di tali letture. Invece l'abbinamento tra questa frase, il titolo (*A passo d'uomo*) e la prefazione di Patti Smith mi trattengono ancora. E non sarò deluso.

Scritti per *Il Fatto quotidiano*, di cui tutto si può dire meno che sia una testata religiosa, i commenti si presentano come fossero la concatenazione di una serie di mini racconti cinematografici. È questa la peculiarità del libro: leggere i Vangeli come se si guardassero gli episodi di un film. Si è parlato di uno "sguardo rasoterra" oppure "a grado zero" sui Vangeli. In effetti la prospettiva di Spadaro è quella di una trama di un film, di una storia in movimento in cui il protagonista, Gesù, è in un continuo cammino. Nel suo modo di leggere i Vangeli l'autore si ispira a Ignazio di Loyola. Il fondatore dell'ordine religioso dei Gesuiti – di cui Spadaro fa parte – suggeriva ai suoi discepoli di leggere un brano del Vangelo e quindi di immaginarselo cercando di entrarci dentro, come personaggi, protagonisti. Il tentativo è di far proprio il testo, di leggerlo ogni volta come se fosse la prima volta, in prima persona, evitando altre sovrastrutture, se non quelle degli elementi del brano stesso.

Spadaro legge i brani evangelici concentrando lo sguardo più che al volto di Gesù ai suoi piedi. Il messaggio del Figlio di Dio non sarebbe stato annunciato e diffuso se non avesse percorso le strade della Galilea e della Giudea del suo tempo. Nei testi si segue il livello della strada, dei piedi; si procede dal basso, dall'uomo Gesù, dalla sua dimensione corporea, materiale, piuttosto che dall'immagine di un Gesù con l'aureola. L'aderenza alla terra, il contatto con il suolo è fondamentale e i voli, le levitazioni vengono rifiutate.

Da questa prospettiva tre elementi naturali diventano attori e non semplici decori contestuali: l'acqua, la pietra, la sabbia. Chi legge è spinto da loro a scegliere. I piedi sono il ritornello costante sia quando Gesù cammina sull'acqua, sia quando percorre strade stabili, di pietra oppure polverose, mobili, di sabbia. I piedi di Gesù sono quelli che non solo camminano, ma sono profumati con un profumo prezioso e asciugati con i capelli da una donna. Oppure i piedi sono quelli di altri, che Gesù stesso lava umilmente, con amore e in spirito di servizio. Infine sono i piedi alzati dalla terra e inchiodati su una croce.

Per concludere, secondo Spadaro, alla luce dei Vangeli che sbobina con l'immaginazione, camminare significa non scoprire tutto in una volta, come vorrebbe il paradigma dominante dell'epoca che viviamo, ma gradualmente, con lentezza, non disperando quando non capiamo subito, come per altro neanche i discepoli di Gesù hanno capito. Camminare significa fidarsi, sperare, stare ancorati alla terra, seppure le orme che lasciamo con il nostro peso, i piedi che "sono la nostra esposizione al mondo" non precludono la leggerezza, l'aspirazione alla trascendenza. ■

Claudiu Hotico
educatore

Arturo Paoli

ARTURO PAOLI (1912 - 2015)
Sacerdote e Piccolo Fratello di Charles de Foucauld. Amico di sempre di Ore undici, con la sua presenza e riflessione ha alimentato i processi di crescita dell'Associazione per più di quarant'anni.

RELAZIONI: CAMMINO DI LIBERTÀ

Di fronte alla domanda "Cosa possiamo fare?" resta solo quel "Io sarò con te" di Dio

Sto per lasciare l'Italia e imbarcarmi alla volta del Brasile, portando con me una folla di volti, di storie che mi riprometto di svolgere come le pagine di un album di foto e di accogliere nelle lunghe ore di silenzio che spero mi conceda il nuovo soggiorno. Non vado per riposare, ma ridurrò lo spazio e cambierò il mio andare nell'accogliere.

Mi accompagna il ricordo dei giovani di Napoli, di Lucca, di Bergamo, della Puglia, del Piemonte, delle Marche cui ho avuto la gioia di trasmettere il messaggio di speranza, e di cui mi è giunto profondo lo sguardo interrogante e inquieto, diretto verso l'oltre, il futuro, l'ignoto sconvolgente. Non è vero che il periodo della giovinezza sia il più lieto. Forse i giovani mi cercano perché intuiscono la mia solidarietà nella loro ricerca, la comprensione di una sofferenza che pochi adulti sono in grado di capire. La porto con me da una piccola comunità terapeutica dove mi sono seduto in un circolo di giovani che silenziosamente mi trasmettono l'accusa di essere stati travolti dentro un'accelerazione del tempo insostenibile per la loro fragilità. Mi accusano di assenze che non sanno definire, ma che pure pesano su loro: non sanno da quale parte e da chi doveva giungere il senso del vivere di cui si sono scoperti sprovvisti. Di una protezione che hanno rifiutato come inadatta.
Probabilmente qualcuno che doveva dare "un uovo, ha dato uno scorpione" come è scritto nel Vangelo. Una giovane seduta accanto a me mi lancia un appello che continua a percuotermi dentro: come troveremo la forza?
Una domanda semplice apparentemente simile a quella che sorge alla chiusura di tutti i miei discorsi: che cosa possiamo fare? Ma questa è radicalmente diversa. Tutti gli sguardi si concentrano su lei: è una sola domanda che mi trasmettono i volti nel circolo. Una domanda che unifica le storie diverse, l'accettazione dell'essere lì o il progetto di fuggire, di tornare indietro: come trovare la forza? Questo è il solo il vero bisogno. Sono convinto che solo l'amore può essere questa sorgente sconosciuta, ma non posso dirlo perché cadrebbe come una risposta che mi permette di assolvermi. So che devo lasciare aperta la ferita di questa domanda: l'amore nasce solo nella povertà, la sola solidarietà è condividere il silenzio a questa domanda. Il Dio della Bibbia è povero perché non risponde mai ai nostri angoscianti perché: l'unica risposta che ci giunge è "Io sarò con te".
ottobre 2002 ■

FRATEL ARTURO PAOLI
ottobre 2002

OREUNDICI
crescita umana e spirituale nel quotidiano

QUOTE ASSOCIATIVE 2026

Potrai ricevere i Quaderni versando le seguenti quote:

ORDINARIA
€ 50:10 quaderni in versione digitale • € 80: 8 quaderni cartacei e 2 in digitale. • € 100: 8 quaderni cartacei e 10 in digitale.

SOSTENITORE € 150: 8 quaderni cartacei e 10 in digitale + 10 in digitale da regalare a un amico.

AMICIZIA € 200: 8 quaderni cartacei e 10 in digitale + 8 quaderni cartacei e 10 in digitale o 10 in digitale a un amico.

PER I NUOVI SOCI 2026 € 50: 8 quaderni cartacei e 2 digitali o 10 in digitale. In omaggio riceverai un libro di poesie di mons. Pio Vigo o un libro di fratel Arturo Paoli.

Le quote associative possono essere versate:
• conto corrente postale n. 25.31.71.65 intestato a Associazione Ore undici
• bonifico bancario: IBAN IT58 E050 1803 2000 0002 0001 430
Causale: Quota associativa 2026

PER SOSTENERE L'ASSOCIAZIONE

• donazioni liberali: puoi versare un contributo liberale una tantum o con Rid mensile (i contributi liberali sono detraibili);
• lasciti testamentari: rivolgersi a Lidia o Agnese.

5 per MILLE

codice fiscale 04097821005

bancaetica

Cari amici, *dal 20 aprile Banca Popolare di Sondrio diventerà BPER Banca.* ***Abbiamo scelto di non aderire a questo passaggio*** *e di chiudere il conto presso la Banca popolare di Sondrio. Consapevoli del difficile momento storico, in cui la corsa agli armamenti non si ferma,* ***abbiamo scelto di aprire il conto bancario dell'associazione Ore undici presso la BANCA ETICA****. Di conseguenza* ***vi comunichiamo le nuove credenziali*** *per effettuare i bonifici:*

BIC ETICIT22XXX
IBAN IT58 E050 1803 2000 0002 0001 430
BBAN E0501803200000020001430
Intestatario del rapporto: Associazione ORE UNDICI

Invitiamo coloro che hanno in attivo dei RID di comunicare alla propria banca il cambio del codice IBAN.
Grazie per la collaborazione! *(Agnese, Lidia e il consiglio amministrativo di Ore undici)*

ABBIAMO SCELTO BANCA ETICA PERCHÉ CONDIVIDIAMO
L'IMPORTANZA DI UN USO RESPONSABILE E TRASPARENTE DEL DENARO
NELLA COSTRUZIONE DI UN FUTURO SOSTENIBILE

IL QUADERNO "ORE UNDICI"

Fondatore: Mario De Maio
Direttore Resp.ile: Angelo Bertani
Hanno collaborato a questo numero: Claudia Belleffi, Claudiu Hotico, Maria Grazia Garganti, Pier Dario Marzi, Agnese Mascetti, Marina Caretta, Pierina Secondin.

Un ringraziamento a: Luigi Nacci, Saverio Tosato, Oriella Savoldi, Noman Shabbir, Valentina Tomirotti, Eli Albo, Giulia, Oretta e Geppy, Martina, Francesco, Eli Gallo, Muna, Domenico Ciardi

Redazione: Claudia Belleffi
Progetto grafico: Enzo Meroni
Editore: Associazione Ore undici APS
Via Civitellese, km 9,6
00060 Civitella San Paolo (RM)
e-mail: oreundici@oreundici.org
Reg. trib. Roma n.585 del 21/01/89

7/8 LUGLIO/AGOSTO 2026
OREUNDICI
crescita umana e spirituale nel quotidiano

CALENDARIO DEGLI APPUNTAMENTI 2026

INCONTRI ON LINE

DA MARZO

La forza e il coraggio di benedire la vita
Dai diari e dalle lettere di Etty Hillesum
7 incontri, ogni primo mercoledì del mese, dalle 20.30 alle 22.
Per partecipare e ricevere il link di collegamento alla piattaforma zoom è necessaria l'ISCRIZIONE

INCONTRI IN PRESENZA

13 - 18 LUGLIO - Montanino di Camaldoli (Ar)
Desiderio di vita e di riconciliazione
Esercizi spirituali per il quotidiano. Con iscrizione.

25 - 29 AGOSTO - Montanino di Camaldoli (Ar)
La memoria genera futuro
Convegno di spiritualità. Con iscrizioni in presenza e on-line (programma dettagliato a pag.14)

LE DOMENICHE DI CIVITELLA

OGNI DOMENICA - ore 12.30
Domeniche di Civitella
Condivisione del Vangelo della liturgia domenicale. A seguire il pranzo fraterno. I pomeriggi sono dedicati alla riflessione.

Parole e musica con Maria Teresa Palermo e Giusi Ledda, nella giornata in ricordo di don Mario, il 7 giugno scorso.

Chi desidera ricevere i testi letti e i riferimenti musicali eseguiti può richiederli alla segreteria di **oreundici@oreundici.org** oppure trovarli nel sito www.oreundici.org

Per informazioni e iscrizioni
tel 392.9933207
mail: oreundici@oreundici.org
oreundici@oreundici.org