

LA GAZZETTA DEL SOLE

MENSILE GRATUITO DI SOLO BUONE NOTIZIE

Fatum | lo non sei necessariamente tu



Il nostro destino è scritto su libri a noi ignoti. Ce ne sono che vorremmo non leggere mai, che sentiamo sbagliati e ingiusti. Capita nelle lunghe notti invernali di rileggere le nostre pagine, facendoci più piccoli, sotto le coperte per sentire più forte il loro tepore. Ci poniamo domande a cui non troviamo risposte. I cristiani lo chiamano il "mistero della vita", accettandone il destino. Altri passano il tempo cercando risposte nei libri dei grandi filosofi o facendosi sopraffare dai loro pensieri, nella disperata ricerca di un perché. La risposta è che un perché non esiste. Gli antichi utilizzavano una parola per definire tutto ciò, derivata dal verbo "dire", "parlare", al participio passato neutro, "fatum": ciò che è detto, ciò che è scritto, ciò a cui è inutile opporsi perché stabilito dagli dei. Il fato non si sceglie, magari potessimo. Vi sono momenti che vorremmo avesse scelto altri, imprigionati come siamo nel nostro dolore. Non ci dobbiamo sentire in colpa per questo. Ma è da quella sofferenza che nasce la speranza; nessuna madre, che si senta tale, rinnega il dolore provato durante il parto, anzi lo trasforma in un amore enorme verso il proprio figlio. Anche quello è "fatum", non lo possiamo né combattere né evitare, ma quante cose le persone hanno creato da un dolore? Quanta forza si è scatenata da un destino sbagliato? Spesso le iniziative più belle nascono da questi momenti, da un fato avverso e dalla forza e dal coraggio delle persone che esorcizzano il proprio destino in favore degli altri. Come l'associazione "Quelledgebigliettinigialli" e il nostro piccolo progetto "la gazzetta del sole". Nascono anch'essi dal "fatum", perché era destino che dovessero portare un po' di conforto e speranza a chi, in questo momento, sta leggendo delle pagine non particolarmente belle della propria vita. I capitoli finiscono e vi auguriamo in modo positivo. Intanto noi in questo "fatum" qualche appunto cerchiamo di scriverlo anche per voi. Vi vogliamo bene!

Vida Michele "Baudasch"



Paranoie mentali. Lo so che è brutto iniziare un articolo così, sembra fatto di proposito per catturare l'attenzione con un briciolo di banalità eppure da lì devo partire. Dai, giochiamo per un attimo a essere sinceri. Quanti di noi hanno vissuto e vivono tutt'ora di castelli mentali costruiti per vagliare tutte le

possibilità di come sarebbero potute andare certe cose se avessimo agito in maniera diversa, se avessimo parlato in altro modo o semplicemente se avessimo tenuto chiusa quella dannata bocca? Eppure, alla fine, le cose sono andate così. L'atteggiamento che abbiamo avuto in quel momento rispecchia

realmente la nostra persona? Mi viene spontaneo quindi farmi una domanda: siamo realmente come appariamo agli altri? O meglio, siamo realmente l'immagine che le nostre parole o i nostri gesti costruiscono? Guardandomi allo specchio vedo due me. Uno sono io, l'altro è il mio tu. Il primo è ciò che sono,

il secondo ciò che sembro. E' vero, il discorso inizia a farsi balengo, eppure spesso mi chiedo se mi starei simpatico vedendo il mio tu, se mi troverei arrogante, noioso, banale oppure curioso, amichevole, divertente. E' un modo per avvicinarsi alla famosa questione della prima impressione: dai, è palesemente una fregatura. Quante volte avremmo dovuto impararla la lezione che non si può giudicare a priori, che non ci si può fare un'idea prima di averla vissuta almeno un pochino una persona. Che poi lo sappiamo, scavando scavando a volte saltano fuori forzieri pieni di dobloni dal valore inestimabile, altre invece si resta solo seduti sulla sabbia a guardare che bel buco abbiamo fatto. Quindi immagina di conoscere il tuo tu e di non trovarlo come quel tu che vorresti fosse, non varrebbe la pena di lavorarci su affinché piano piano quelle due stesse immagini si sormontassero? In fondo, io non sei necessariamente tu.

Ruggero Vitali

E poi il silenzio



Il silenzio all'inizio fa paura, è vuoto, mancanza, abbandono, spesso si rifugge. Il silenzio è una presenza ingombrante, l'elefante grigio seduto in una stanza, l'imbarazzo, il disagio. È un'esperienza da evitare, un contenitore da riempire con i suoni, con le parole, con gli impegni, con l'andare e tornare, con la folla. Eppure il silenzio è prezioso, è un momento di riflessione, un attimo di pausa dal mondo esterno, uno spazio di riconoscimento con sé stessi, un'oasi di pace e serenità. Per molti è complicità d'intesa, è comunicare con i sensi senza bisogno delle parole. Il silenzio è un alleato che si apprezza col tempo, non è un'amicizia che si coltiva in gioventù e, facilmente, si con-

fonde con la solitudine. Il silenzio è ascolto, totale attenzione alla comprensione, la chiave per capire e capirsi l'un l'altro, dono di pochi, dote dimenticata, dai più inconsapevolmente bramata nel prossimo come tesoriere di mille segreti e più confidenze. In tempi moderni viene sottovalutato, perfino bistrattato, eppure trovo che meriterebbe di essere rivalutato come medicamento alla frenesia, al vociare ininterrotto, ai fiumi di parole senza foce, alla cacofonia di suoni distorti. Il silenzio come forma di comunicazione potente ed efficace, diretta, definitiva, catalizza l'attenzione. Dal passato l'antica saggezza: il silenzio è d'oro.

Monia Rossi

SOLO
PENSIERI
POSITIVI

SEI CURIOSO DI SAPERE CHI SIAMO? COSA FACCIAMO? PERCHÉ LO FACCIAMO? VIENI A TROVARCI SUL NOSTRO BLOG <http://lagazzettadelsole.home.blog> o scrivi una mail a lagazzettadelsole@gmail.com. SEGUICI SULLE PAGINE Facebook e Instagram: La Gazzetta del Sole. Progetto a cura di [Quelledgebigliettinigialli Odv \(www.quelledgebigliettinigialli.it\)](http://www.quelledgebigliettinigialli.it)

Ascolta le voci



«Cantami, o Diva, del Pelide Achille / l'ira funesta...». Tutti, ma proprio tutti, conosciamo l'incipit del più famoso dei poemi, l'Iliade (qui nella traduzione di Vincenzo Monti, illustre letterato italiano). Omero invoca la divinità (probabilmente Calliope, Musa della poesia epica) perché gli dia ispirazione e lo assista, inaugurando una tradizione che dall'epica classica arriverà fino ai poemi cavallereschi del Cinquecento: a "cantare" non è il poeta, ma la Musa stessa. È a lei che il poeta dà la voce. Come sarebbe bello, a volte, lasciar parlare

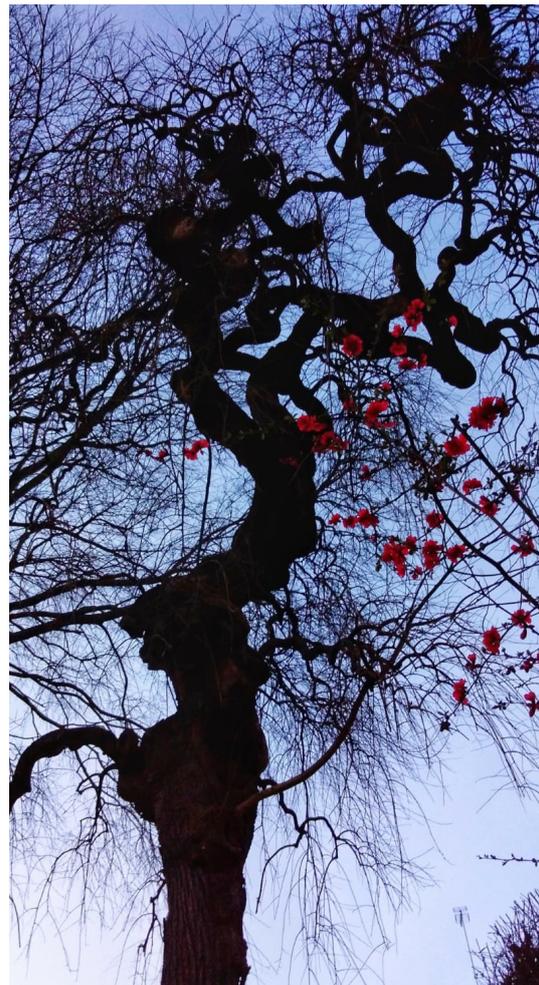
qualcun altro al nostro posto. Se poi è depositario di una conoscenza millenaria e garante della veridicità di ciò che viene detto, come la Diva dell'Iliade, tanto meglio. Invece, pare che a noi profani (insomma, a noi che non siamo proprio dei moderni Omero), l'ispirazione arrivi sempre troppo tardi. Lo sa bene chi scrive e otto volte su dieci si ritrova a fissare uno schermo bianco, senza che le parole giuste prendano forma. O chi ha avuto una discussione con qualcuno e la risposta "pronta", quella che avrebbe lasciato l'altro di stucco,

gli è venuta solo tornando a casa, quando la conversazione era già finita da un pezzo. Abbiamo forse perso il potere degli antichi poeti? Le Muse ci hanno abbandonato? Non siamo più ispirati? Rispondere affermativamente a queste domande equivarrebbe a condannarci al grigio di un'esistenza tutta orizzontale, senza speranza di riscatto. Per questo, prima abbiamo detto "pare che a noi profani l'ispirazione arrivi sempre troppo tardi". Pare. Sembra. Ma l'apparenza, si sa, è il più grande degli inganni. Pensateci bene. Non vi è mai capitato di fare una cosa con l'idea che non promettesse nulla di buono e poi, quando effettivamente la cosa in questione è andata come vi aspettavate, dire "me lo sentivo"? Oppure vedere una situazione prendere esattamente la piega che immaginavate dopo un vostro intervento e affermare "c'era come una voce che mi diceva che dovevo agire così"? Da dove proviene questo sentire? Di chi è la voce dentro di noi che ci dà i suggerimenti giusti? La risposta aleggia nel mistero, così come misterioso è il concetto di *enthiasmòs*, l'ispirazione del poeta che dava origine ai suoi canti. Ma le Muse, anche se forse in modo diverso da quelle del passato, ci parlano ancora. Basta saper ascoltare.

Francesca Tamai

Attraverso uno scatto

«Un tocco di rosso VITALE fra ombra e luce»
Veronica Schiavon



Metti un pizzico di cuore in tutto ciò che fai



Riuscire ad affrontare il proprio dolore e imparare a convivere con esso non è mai facile, ma se si trova la chiave giusta, si può fare in modo che nasca qualcosa di buono anche dalle situazioni più cupe. Oggi, voglio parlarvi proprio di qualcuno che questa chiave l'ha trovata. Lei è Cinzia Braulines, una donna che insegna come nella vita ci voglia coraggio ed un pizzico di follia e come si possa ricominciare a qualsiasi età. La sua vita è ricominciata a 39 anni. Cinzia è la mamma di Pier, un bambino che, come dice lei, avrà sette anni per sempre. In cura al Cro di Aviano è mancato precocemente nel 2015, a meno di un anno di distanza dalla scomparsa del suo papà. Un enorme dolore che Cinzia assieme al suo primogenito Samuel hanno saputo trasformare in amore da donare agli altri. Nasce così "Pier pura energia d'amore", un'associazione con sogni colorati e piccoli gesti che guarda il mondo con gli occhi di un bambino e con questa prospettiva ne realizza le idee, come ad esempio "insieme per regalare un sorriso". Pier era nato la Vigilia di Natale e Cinzia ha volu-

to rendere quel giorno speciale, una ricorrenza dedicata a tutti i bambini ricoverati, un momento speciale ricco di torte, palloncini e tanti doni. Ogni anno riescono a raccogliere circa 1000 giochi che vengono regalati ai piccoli in cura. Un altro importante progetto è stato realizzato nel 2019, si tratta di un parco giochi nell'area verde della casa Via di Natale, intitolato "Il Parco di Pier"; l'idea è venuta proprio pensando a qualcosa che potesse dare gioia ai bambini ricoverati presso la struttura, un sogno diventato realtà e ora, dove prima c'era solo un'area vuota, ci sono tanti giochi colorati a tenere compagnia. Quest'anno, a causa della pandemia, non è stato possibile portare i doni a Natale ma l'Associazione "Pier pura energia d'amore" non si è arresa, dando vita a una fantastica iniziativa: "dona un sorriso on-line", una raccolta fondi grazie alla quale sono state acquistate due macchine, una elettrica e una a spinta, con cui i bambini potranno recarsi in sala operatoria in maniera divertente e 4 playstation4 e relativi giochi per i ragazzi dell'area giovani Cro di Aviano. Ho avuto modo di cono-

scere questa realtà attraverso "I messaggi dell'anima e del cuore", un libro che Cinzia ha scritto per condividere l'amore, la sofferenza, le sue cadute ma soprattutto la sua rinascita e la sua crescita interiore. Un viaggio introspettivo che fa riflettere e che invita a guardarsi dentro e a comunicare con sé stessi. Cinzia ci racconta anche come abbia imparato ad ascoltare e cogliere i segni che le vengono donati sotto forma di cuore dai suoi angeli, ma non solo, questa profonda energia che la circonda fa sì che chiunque entri in contatto con lei, a sua volta ne riceve uno e inaspettato. Posso testimoniare, è capitato anche a me. Proprio il giorno in cui ho letto il libro, mi trovavo in terrazza a stendere, ho alzato lo sguardo ed ebbi il mio cuore, creato da uno strano gioco formato dal sole con le nuvole. Provare per credere! Vi lascio con questa citazione di Cinzia: "Io sono la protagonista della mia vita. Ora ti faccio una domanda: ami la vita? Allora non sciupare il tempo, perché è la sostanza di cui la vita è fatta. Nonostante tutto, desidero ancora sognare."

Eleonora Brun

Mamma è per sempre



Ricordi, quelli belli che regalano un sorriso e una lacrima... Forse quando non si sta benissimo diventa quasi normale fermarsi, pensare, osservare, chiudere gli occhi, respirare gli odori, perdersi tra mille ricordi, diventa normale cercare coraggio, calore e lo si

cerca nel sorriso delle persone care, nella loro voce, nei loro occhi, lo si cerca nelle cose che ti hanno fatto crescere, nei momenti che ti hanno regalato un'emozione, una carezza, una "coccola"; si rovista accuratamente nella valigia delle fotografie che por-

tiamo dentro noi, ne scegliamo una e ci si ferma quasi immobili a guardarla e a rivivere quel ricordo. Erano gli anni del liceo, tu stavi nella tua stanza a lavorare, con la tua Singer che sembrava non fermarsi mai; io studiavo nella mia, ascoltando la musica, la mia musica, quella che tu sopportavi a fatica ma sempre senza protestare, arrivavano le 16.00/16.30 e il rituale era quasi sempre lo stesso, io uscivo dalla mia camera, chiudevo la porta del corridoio e cercando di fare meno rumore possibile andavo in cucina a prepararti il caffè, quel caffè che da sola non avresti preparato mai perché tu non sapevi mai prenderti del tempo per te. Poi, mentre il caffè saliva piano piano a fuoco bassissimo venivo, sempre cercando di fare meno rumore possibile, nella stanza vicino a dove stavi lavorando, aprivo il coperchio dello stereo, sceglievo una delle tue opere preferite, con la spugnetta cattura polvere pulivo accuratamente il vinile, poi delicatamente posizionavo la puntina e mentre l'LP cominciava a girare e a emettere i primi fruscii tornavo in cucina a prendere il caffè e te lo portavo. Lo lasciavo sulla tavola vicino a te che fingevi sempre di non accorgerti regalandomi l'illusione di una furbizia e di una destrezza incre-

dibile e mentre dalle casse iniziavano a uscire le prime note della Manon Lescaut oppure della Madama Butterfly, chiudevo piano tutte le porte e uscivo di casa, prendevo la bicicletta da corsa e andavo fino Budoia e poi a Polcenigo e poi a pedalare sulla pedemontana, oppure sfidavo la Madonna del Monte, con il sole o con la pioggia, tu lo sapevi perfettamente ma non dicevi nulla, non mi fermavi mai, non mi dicevi mai una parola, mi lasciavi credere di essere stato silenzioso e quasi invisibile e di non esserti accorta che ero uscito. Questa cosa è durata anni, dal liceo ai primi anni di università, caffè e opera per te e bicicletta per me. Ricordi? Negli anni successivi questa cosa l'abbiamo ricordata spesso, tu quando la raccontavi alle persone sorridevi sempre e dicevi che ovviamente te ne accorgevi ma oramai quel momento lo attendevi, dicevi che di tanto in tanto sapevo anche essere bravo e che senza di me quel caffè non l'avresti mai bevuto: era il nostro modo di volerci bene, era la nostra coccola. Sai mamma, quella finta furbizia di entrambi, quel caffè, quel vinile e quella bicicletta mi mancano tanto....

Andrea Spessotto

Sbagliando ci si riscopre



Commettere un errore è normale e chi vi dice che non lo fa, mente, oppure non è umano. È proprio da essi che si impara. Sbagliare è una grossa opportunità che diamo a noi stessi. Se dovessi far sempre tutto nel modo giusto, non imparerei mai nulla, mentre facendo un passo falso, potrei scoprire cose nuove di me stessa e del-

le eventuali situazioni in cui mi dovessi trovare. Non posso negare che l'errore porti con sé anche una parte di tristezza, ma riflettendo, riesco a prendere atto che posso migliorare. In una società costruita sul perfezionismo e sull'idea che bisogna essere capaci di fare tutto nel modo corretto, ci sono già tante persone che pensano di

essere in grado di fare sempre bene e di non mancare mai. Io non mi sento in linea con questo stile di pensiero. Mi sento fortunata quando faccio degli errori e non ho bisogno di sapere tutto. Mi voglio sentire libera di poter sbagliare e di conoscere sempre più parti di me stessa.

Katiuscia Salmasso

La magia del blu



Era notte fonda quando nella città degli Elfi il Re e la Regina si fermarono davanti a quello che, per loro, era il simbolo della loro forza: una sfera luminosa, sede della loro magia e del potere antico. Poggiato su un basamento di marmo bianco, quell'artefatto rilasciava una luce simile a quella di un cielo stellato nella notte più buia, donando alle persone un senso di pace e tranquillità, ma nello stesso tempo era l'arma più potente che avessero. Quella sensazione di rilassamento permetteva a quel popolo di dormire e viaggiare nei sogni per tutto il tempo che volevano,

sapendo di essere protetti da quel cosmo che vegliava su di loro. Ma non era solo da quella magia che scaturiva l'atmosfera che si creava in quella città nata nella foresta. Innumerevoli fuochi fatui danzavano con loro. Di notte le anime delle persone che non c'erano più li accompagnavano per le strade del bosco e, insieme, si incontravano con le creature magiche che di giorno si nascondevano. Fate, fauni e unicorni si immergevano in una danza del blu fatuo e della magia elfica.

Sandro Pezzella

Dovere! Potere della riconoscenza



“Bisogna ringraziare di aver ricevuto molti doni e di poterli restituire” - Fraternalità del Sermig, Regola del Sì. I doni sono gratuiti. Inattesi, a volte richiesti e desiderati ma sempre gratuiti. E se ti capitasse una multa per un dono? È quello che è successo a un biciclettaio qualche anno fa. A Concordia Sagittaria (VE) in cambio di una piccola manutenzione lui ha chiesto alla cliente di offrirgli un caffè. Lei lascia l'euro e Marco Sandron avrebbe dovuto rispondere con lo scontrino: così stando al verbale. Avrebbe fatto meglio a rifiutare le insistenze della donna: lui spesso queste riparazioni non le fa pagare, ma lei voleva assolutamente sdebitarsi. Si sentiva in dovere di farlo! Doveroso anche il gesto dei suoi concittadini che raccolgono il quantitativo per pagare la multa. Riconoscenti certo per i numerosi servizi ricevuti dal biciclettaio che sogna di espandere i propri servizi

alla comunità. Fino a qui storie di ordinaria burocrazia e storie di coesa comunità. Se non che il secondo dono ricevuto da Marco viene restituito. A chi? A una madre che cerca un mezzo di locomozione per accompagnare il figlio ipovedente: l'acquisto di un tandem è la destinazione generosa della cifra dovuta. I doni sono gratuiti. Restituire quelli ricevuti è riconoscerlo.

Elisa Parise



Con-tatto

Le carezze, come adoriamo le carezze, come è importante il contatto fisico, perdersi in un abbraccio. Una mano sulla guancia quando siamo tristi. Il nostro corpo attraversato dalle mani di chi ci ama, le nostre che reciprocamente ridanno emozioni, brividi. Le mani come scoperta, la pelle veicolo di sensazioni che ricreano immagini nella mente: il ghiaccio freddo, il tepore del fuoco, le lacrime sul viso, un bacio sulle palpebre chiuse,

una piuma sotto i piedi, una lingua lungo la schiena. Adoro le mani tra i capelli, adoro vedere le dita accarezzare i tasti del pianoforte, come potrei fare a meno di stringere forte una mano amica? Un gesto banale, forse, ma che a seconda della pressione può avere mille significati e trasmettere altrettanti messaggi. Come del resto può averlo un ceffone ben assestato!

Marta Santin

Durante il sonno



Nel mondo esistono cose veramente inspiegabili e strane, come i sogni. Ci vengono a trovare durante il sonno come dei cari amici. Ci sembra che compaiano ogni tanto, spesso ce li dimentichiamo perché la nostra mente li cancella, ma invece sono sempre presenti nel nostro inconscio. Talvolta, però, siamo in grado di ricordare ogni loro minimo dettaglio: è questa la particolarità. Ci alziamo dal letto e riusciamo a rappresentare mentalmente le nostre visioni notturne. La cosa affascinante è che esistono dei sogni ricor-

renti, che si ripetono con frequenza e che non possiamo rimuovere dai nostri pensieri. Il sogno relativo al “cadere nel vuoto”, per esempio, può significare il tentativo di scappare da qualcosa che suscita inquietudine; molte volte esso termina con uno schianto a terra, interpretabile come un fallimento, e ci fa svegliare di soprassalto. Molti sognano di perdere i denti, simbolo di stabilità e sicurezza, come se le loro stesse forze ed energie li stessero abbandonando. Nei sogni avvengono anche incontri, sia con persone che fanno

parte della quotidianità, sia con sconosciuti. Immaginare esseri umani mai visti nella realtà e ricordarne le caratteristiche fisiche ha un valore fondamentale. Io credo che coloro che immaginiamo durante la notte, un giorno entreranno a far parte della nostra vita. I sogni fanno parte dell'essenza di una persona e ne definiscono il carattere. Dovremmo imparare a raccontarli agli altri o a scriverli per poterli rileggere in futuro, come se fossero dei libri mai sfogliati prima.

Giulia Fasan

Chi siamo

Siamo un gruppo di sostenitori dell'ottimismo che crede ancora nella capacità di creare bellezza e armonia e nella forza della positività e della collaborazione. Non siamo professionisti ma siamo convinti che i nostri personali talenti e la nostra profonda passione possano contribuire alla diffusione della cultura e della positività, con l'intento di contrastare la negatività che spesso ci circonda. Promuoviamo

l'incontro e la connessione tra persone e realtà sociali per costruire sinergie positive e per creare e mettere a disposizione strumenti che riescano a stimolare la parte migliore, fornendo spunti di riflessione e raccontando storie vere che ci riguardano da vicino. La Gazzetta del Sole nasce così, una rivista cartacea che vorremo distribuire gratuitamente nelle sale d'aspetto degli ospedali per allietare la lunga attesa

di pazienti e familiari, rendendo più piacevole lo scorrere del tempo. Un luogo dove trovare storie raccontate da noi, ma non solo una rivista che si sfoglia per caso in cerca di niente e invece vi si trova un po' di tutto, arte, libri, poesie, nuovi punti di vista, nuove idee, spunti di sensibilizzazione e perfino ricette.

La Redazione

La redazione

Marta Santin,
Eleonora Brun,
Alberto Pagotto,
Elisa Parise,
Katiuscia Salmasso,
Michele Vida,
Martina Cappelletto,
Ruggero Vitale,
Sandro Pezzella,
Monia Rossi,
Andrea Spessotto,
Giulia Fasan,
Francesca Tamai.

Grafica

Martina Moret



**Qui trovi
il nostro
manifesto**