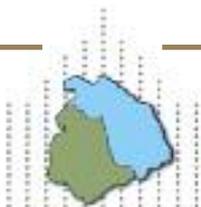

DAL CUORE D'ITALIA



www.**MARCHIGIANI & UMBRI**

DI MILANO E LOMBARDIA

Periodico trimestrale dell'Associazione Marchigiani e Umbri di Milano e Lombardia - Anno 7° Numero 1 - Marzo 2010 - Sped. abb. postale - Diffusione gratuita
Sede Legale: C.so Buenos Aires, 52 - 20124 Milano • Segreteria: Via Romilli, 18 - 20139 Milano • Aut.Trib.Milano n°613 del 28.09.1999
Con il patrocinio delle Regioni Marche e Umbria



IN QUESTO NUMERO

- Giovani emigranti
 - Le Veneri preistoriche
 - La compagnia della Rancia
 - Matteo Ricci
 - L'importanza dell'Associazionismo
 - Intervista al Col. Mario Giuliacci
 - Cucina di ieri e di oggi
 - Osteoporosi e alimentazione
-

Editoriale

di Vanny Terenzi

Dopo una lunga pausa di silenzio ecco di nuovo la voce del nostro giornale, rinnovato completamente nel progetto editoriale e nella veste grafica, con una redazione diversa e un nuovo direttore. Abbiamo accettato la sfida: vogliamo riportare il giornale dell'Associazione al centro della nostra comunicazione, espressione e testimonianza delle attività dei Marchigiani e Umbri di Milano e Lombardia. Vogliamo che il giornale sia un vero ponte tra la città che ha accolto tanti di noi e le regioni di origine, mai dimenticate.

La veste grafica scelta è molto moderna, più vicina al magazine che al quotidiano, perché tale è - in realtà - questa nostra pubblicazione a cadenza trimestrale. Un nuovo formato, dunque, più agile e snello, più accattivante nella sua grafica elegante e pulita, che vedrà sempre in prima pagina la foto di un personaggio di origine umbra o marchigiana, storico o contemporaneo, che abbia occupato o che occupi un posto di rilevanza nel suo campo. Gli argomenti che lo riguardano saranno poi adeguatamente approfonditi nelle due pagine interne centrali del giornale.

Per questo primo numero non potevamo che scegliere il personaggio del momento, Padre

Matteo Ricci - un grande, grandissimo del passato - il cui nome è sui media di tutto il mondo in occasione della ricorrenza del quarto centenario della morte. A lui la Regione Marche ha dedicato la mostra "Matteo Ricci. Incontro di civiltà nella terra dei Ming" che, per la prima volta in Cina, ricostruisce gli eventi e ripercorre le orme del gesuita marchigiano, eroe della storia culturale del mondo, il primo uomo che stabilì un solido ponte culturale fra Occidente e Cina. Vogliamo che il nuovo giornale sia aperto all'attualità, ai problemi della realtà odierna, visti con gli "occhi" di chi, giovane o meno giovane, si è trovato ad affrontare un cambiamento di vita, di abitudini, di luoghi. Vogliamo dare la possibilità di esprimersi ai nostri associati e ai nostri lettori, con una rubrica che abbiamo deciso di chiamare proprio "La nostra voce", perché ci inviino foto, ricordi, riflessioni, composizioni od altro. Il giornale potrà essere anche una vetrina di primo piano per quanti vorranno farsi conoscere nelle loro attività commerciali e artistiche. E' una grande sfida quella che stiamo affrontando, ma contiamo di vincerla, anche con l'aiuto e la collaborazione di tutti i nostri lettori e associati.

Giovani "emigranti"

Due giovani, un marchigiano e un umbro, a Milano per lavoro, della città ci dipingono luci ed ombre. Una Milano alienante e competitiva, comunque sempre da "vivere". Ma anche tanta voglia di verde e di aria di casa!

Ing. Polverari, da quale città delle Marche proviene?

Da Arcevia, provincia di Ancona, a 40 km dal mare, arrampicata su uno scoglio e circondata da mura medievali, una vera fortezza, fra Senigallia e Fabriano. E' un piccolo paese di circa 5000 abitanti, per lo più anziani.

Ad Arcevia aveva un ottimo impiego...quale molla l'ha spinto allora a trasferirsi a Milano? E perché proprio Milano?

Parlerei di diverse molle che possono essere ricondotte alla ricerca di una nuova esperienza, lavorativa e di vita. Voglia di un nuovo lavoro, di nuovi amici, opportunità di avere occasioni diverse. E Milano era la città che poteva offrirmi tutto questo. Milano è come la fermata di una metropolitana europea, in cui si sente il profumo di un mondo globale.



Giorgio Polverari

Come l'ha accolta questa città?

Milano è una città dall'aspetto freddo ma educato ed è così che sono stato accolto: con il tempo e con un po' di fortuna poi si riesce ad apprezzare una Milano che bisogna vivere. Milano non ti stupisce quando la vedi, ma quando si muove.

Ha trovato a Milano quello che cercava?

Sto facendo questa esperienza con entusiasmo, ma è comunque dura. Per il momento mi accontento: ma purtroppo Milano, se da una parte ti dà molto, dall'altra ti prende altrettanto; se non stai attento Milano ti ingoia e non te ne rendi conto.

Quali differenze ha notato nel modo di vivere, di agire e di interagire, tra le due Regioni?

Milano è ON THE MOVE: in movimento. La gente è sempre in movimento, dalla mattina alla sera, dalla tangenziale agli aeroporti, nei giorni di lavoro e nel fine settimana. Non senti mai i milanesi dire "stasera non faccio niente": cinema, teatro, lavoro, palestra, jogging... hanno sempre qualcosa da fare.

Arcevia è una passeggiata: due passi e si fa la spesa nei vari negozi dove non ti arrabbi se davanti a te la signora anziana ci mette cinque minuti per scegliere il latte; qualche passo in più e sei fra i boschi a pensare "certo che a Milano una vita così neanche se la sognano!"

DIRETTORE RESPONSABILE: Vanny Terenzi
vanny@marchigianieumbri.info
v.terenzi@novaconsul.net

REDAZIONE: Anna Baldi, Mimma Esposito, Elio Governatori, A. Madau Diaz, Fiorella Morici, Anna Canepa (coordinamento)

HANNO COLLABORATO: Sara Maccari, Alberto Mossone, Alessandro Tropea, Comune di Macerata, Fondazione Matteo Ricci

PROPRIETA': Associazione Marchigiani e Umbri di Milano e Lombardia

Sede Legale: C.so Buenos Aires, 52 - 20124 Milano

Segreteria: Via Romilli, 18 - 20139 Milano

segreteria@marchigianieumbri.info

Sito www.marchigianieumbri.info

COMPOSIZIONE e STAMPA

Grafic Art snc

20077 Melegnano (Mi)

max@incornice.com

Foto Editor

Indirizzo Immagine - indim@libero.it

Tutte le collaborazioni sono gratuite

Pubblicità non superiore al 45%

Aut.Trib. di Milano n° 613 del 28/09/1999

PER LA PUBBLICITA'

anna@marchigianieumbri.info

Tel. 02 5391 178 - 348.2643438

Che cosa le manca, a Milano, della sua terra?

Oltre alla famiglia direi la natura, quella vera, a portata di mano. Mi manca un sentiero a dieci minuti a piedi da casa mia, e gli odori caratteristici della campagna durante le stagioni: dal grano verde delle mattine di maggio, alle foglie secche d'autunno, ai camini accesi di inverno.



Andrea Costanzi

Dr. Costanzi, da quando vive a Milano e da quale città proviene?

Dal settembre '96. Mentre in Umbria cominciava la vendemmia io iniziavo il primo anno di Università...

Vengo da Spoleto. Città d'arte e di profonda cultura. Immersa nel verde dell'Umbria. Citando San Francesco. «*Nihil jucundius vidi valle mea spoletana*»

Lei ha fatto i suoi studi universitari a Milano, ci può dire il perché di questa scelta?

Colpa di mia zia. Senza dirmi nulla mi iscrisse alle prove di selezione della Bocconi. Il resto è storia.

Ha avuto una buona accoglienza dalla città?

Senza altro sì. Non so dirle se per merito della città o perché, per

come sono fatto, mi integrerei in breve tempo anche a Capo Nord.

Come giudica i rapporti umani che vi si possono instaurare?

Io sono stato avvantaggiato. L'università mi ha permesso di conoscere molte persone che sono diventate poi i miei attuali amici. A Milano non è facile instaurare rapporti. Il panettiere, il barista, il fioraio fanno fatica a riconoscerli, anche se li frequenti spesso. Se lo fanno è perché ti vedono come un cliente e pensano al tuo portafoglio. A Spoleto ti chiamano per nome.

Quali differenze ha notato nel modo di vivere, di agire e di interagire, tra le due Regioni: quella di provenienza, così legata ancora alle tradizioni, e questa Lombardia così evoluta e multietnica?

La Lombardia non è multietnica... ci sono persone provenienti da diverse parti del mondo ma non

integrate con il territorio. Vedo una Lombardia sempre più tesa verso l'Umbria, verso la riscoperta delle tradizioni. Ristoranti tradizionali, piccole botteghe, la riscoperta del piccolo è bello. Poi c'è l'Expo dei grandi palazzi. Ma questa è una storia ancora da scrivere e testare...

Che cosa le manca, a Milano, della verde Umbria?

Il piacere di scendere da casa, prendere la bici e trovarmi subito immerso nel verde. L'aria pulita, il cielo blu con il sole, il cielo nero con la pioggia, le strade vuote dopo le 20. Il silenzio.

Un aggettivo per definire Milano, un altro per definire la sua città di origine

Alienante e competitiva la prima, accogliente e umana la seconda.

di Vanny Terenzi

CHIMERE
DESIGN & ART JEWELLERY

CC by Chimere nasce dalla pluriennale esperienza ai più alti livelli nella progettazione e realizzazione del gioiello artistico e di design.

Questo marchio coniuga l'attenzione per la tradizione e l'accuratezza della progettazione con la realizzazione del gioiello grazie all'utilizzo di materiali di prima qualità ed un sapiente metodo di lavorazione.

CC by Chimere offre ai propri clienti la possibilità di creare alcuni gioielli sulla base di progetti come alla tradizione sono.

via Canova 23 - Milano
tel. +39 02 36266332 cell. +39 338 3355288
cl@chimere.it | www.chimerejewelry.com

*Non c'è una civiltà o
ma tutte espressioni di un pensiero*

La forza genitrice nel femminile preistorico

Due importanti esposizioni sulle "veneri preistoriche" collegano l'inverno culturale di Milano con quello di Ancona.

di Anna Baldi

Al Castello Sforzesco di Milano si è conclusa il 28 febbraio un'affascinante esposizione dal titolo "Antenate di Venere". Con questo appellativo vengono denominate statuine in terracotta (arte preistorica detta "mobiliare") dalla fisionomia femminile che spaziano dal 30.000 al 3.000 a.c.

Durante questi millenni, la cultura umana viveva socialmente e spiritualmente permeata dal culto della Dea Madre, figura simbolica dell'immagine della terra, Colei da cui tutto nasceva e in cui tutto ritornava, forza generatrice benigna, ma anche dispensatrice di calamità.

Era tale l'importanza primaria di tale culto che statuine di "veneri preistoriche" (altro appellativo con cui gli esperti nominano la divinità matriarcale) sono state rinvenute in tutta Europa, Asia, Africa.

Le Veneri paleolitiche di Vestonice

L'esposizione milanese, allestita con cura, ha offerto al pubblico la visione di importanti reperti del famoso sito di Dolni Vestonice, nel sud della Cecoslovacchia.

Veramente eccezionale è stata la possibilità di ammirare la ce-

lebre Venere paleolitica di Vestonice del 27.500 a.c. il più antico manufatto in terracotta, insieme a pochi altri presenti, finora ritrovato.

Un grande fascino permea queste piccole immagini femminili, di cui molte volutamente create senza piedi, in quanto inserite dagli agricoltori neolitici nella terra, quale tramite propiziatorio alla fertilità delle culture.

La fertilità nei manufatti viene accentuata dall'ipertrofia di seni, natiche e ventre: Dea fertile e donna fertile venivano ad assumere un'unica figura simbiotica.

Donne o Dee?

Ad Ancona, quasi contemporanea all'esposizione milanese, è stata allestita la mostra "Donne o Dee? - Le figure femminili preistoriche nelle Marche" che terminerà il 30 marzo.

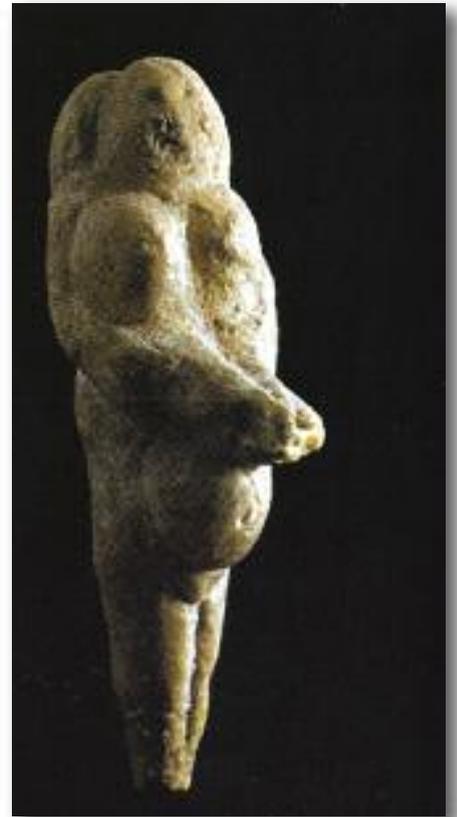
L'eccezionale ritrovamento della Venere di Frasassi ha stimolato una riflessione espositiva sulle veneri preistoriche ritrovate nelle Marche: il raffinato graffito di una figura femminile con testa di bovide (Venere di Tolentino) inciso su di un ciottolo o le morbide forme della Venere di Fano. La Venere di Frasassi possiede invece una raffigurazione inso-

lita, con mani giunte sul ventre in atto di preghiera o in ogni caso di vocazione alle forze naturali. La maggior parte di queste veneri non possiede tratti fisionomici: una scelta, questa, degli artisti preistorici, in quanto l'oggetto rappresentava la complessità delle forze naturali e quindi lontano da un'esigenza di realismo antropomorfo. Con l'arrivo del neolitico, 8.000 a.c., l'iconografia delle veneri subisce mutamenti sostanziali.

Si iniziano a mutare le posizioni, creandole sedute in trono o con braccia allargate; attorno al 4.000 a.c. nasce anche una tipologia di statuine complete, aventi piedi e tratti del volto.

Gli esperti, considerano l'ipotesi che dalla figurazione della Dea Mater si sia passati a quella umana della Sacerdotessa, fanciulla ancora vergine officiante il culto della Divinità.

È importante sottolineare che la figura della Dea Mater, è onnipresente in qualunque cultura susseguitasi nella storia: Ishtar in



Mesopotamia, Parvati in India, Iside in Egitto, Cibele culto nato in Anatolia giunto in Grecia ed arrivato a Roma.

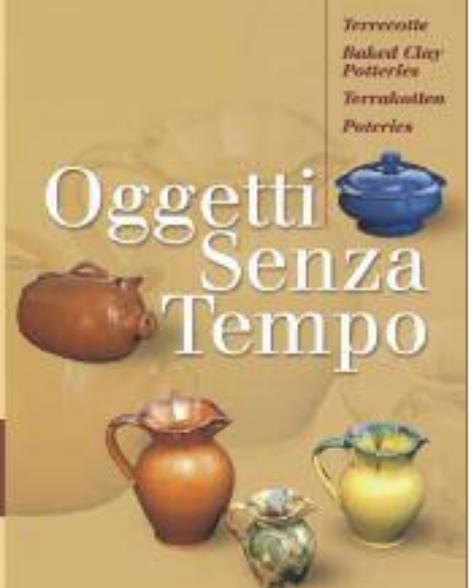
Il filo culturale, quindi, che collega le due esposizioni è un'ulteriore conferma di quanto questo tema sia stato oggetto di continue campagne di scavi e che Milano e le Marche esprimano ancora una volta sinergie comuni di alta qualità.



**Società
Artigiana
Vasai**
dei Etti Pandolfi s.n.c.

Sede e Laboratorio:
Via Valvagnasca, 9
61040 Vergineto di Barchi (PU)
Tel. 0721 728534
Fax 0721 746455

www.artigianavasai.it • info@artigianavasai.it



Compagnia della Rancia

Un eccezionale caso di Artisti Imprenditori

di Sara Maccari

Ancora una volta, con *Cats* e *Grease*, rappresentati tra febbraio e marzo a Milano al Teatro Allianz, la compagnia marchigiana ha raggiunto un successo strepitoso di pubblico e di critica, confermandosi una realtà del tutto originale nell'ambito del panorama teatrale del nostro paese. Ma dove e come nasce la Compagnia della Rancia?

sione internazionale pur mantenendo una concezione di artigianalità creativa, la Compagnia della Rancia ha raggiunto risultati significativi in termini di pubblico: senza mai dimenticare il forte e imprescindibile legame con le Marche, ha portato sui palcoscenici dei teatri di tutta Italia le acrobazie di "Sette spose per sette fratelli", le atmosfere magi-



Gli albori

Nel 1983, a Tolentino, alcuni giovani attori danno vita a un gruppo teatrale che allestisce spettacoli di prosa, con passione sempre crescente. Oggi, venticinque anni dopo, la Compagnia della Rancia è conosciuta per la produzione dei più famosi musical internazionali, tradotti interamente in italiano, e di nuovi musical ed ha contribuito alla divulgazione di questo genere in Italia. La qualità artistica delle sue produzioni è stata riconosciuta negli anni da un sempre crescente successo di pubblico e di critica, oltre che dall'assegnazione di prestigiosi premi.

Un rapporto, quello del Direttore Artistico Saverio Marconi con la città di Tolentino, che ha radici profonde. Sua madre è di Tolentino e il nonno materno, Giuseppe Bezzi, era musicista e direttore del Teatro Vaccaj.

Una produzione artistica di livello mondiale

Con uno stile imprenditoriale fatto di creatività e innovazione e grazie a una realtà in continua espansione, aperta alla dimen-

che di "Pinocchio", l'acqua in scena di "Cantando sotto la pioggia", le indimenticabili canzoni di "Jesus Christ Superstar", le sontuose scenografie di "Hello Dolly" e "A qualcuno piace caldo" e i grandi artisti che, insieme a moltissimi performers dal talento indiscutibile, sono stati protagonisti di titoli internazionali di grande successo: da Lorella Cuccarini a Michelle Hunziker, da Alessandro Gassman, Gianmarco Tognazzi e Rossana Casale a Raffaele Paganini, Tosca e Manuel Frattini, da Loretta Goggi e Paolo Ferrari a Chiara Noschese e Christian Ginepro, da Arturo Brachetti a Giampiero Ingrassia, e tanti altri che compongono un elenco destinato a crescere.

Una menzione particolare merita "A chorus line", il re dei musical di Broadway, lo spettacolo che, prodotto per la prima volta nel 1990, ha convinto tutti che anche in Italia si potesse mettere in scena un musical.

Professionalità e formazione

La Compagnia della Rancia, che con la sua complessa macchina organizzativa ogni stagione occupa oltre 150 tra dipendenti e

collaboratori (tra cui spicca una percentuale altissima di marchi-giani), si propone perciò di ampliare e moltiplicare le potenzialità del mercato teatrale, sostenendo la formazione - con

progetti-scuola, master e laboratori professionali - e tutelando le professionalità e la passione in campo artistico, tecnico ed organizzativo.

Attualità dei Promessi Sposi

Una interessante e intelligente iniziativa a cura della "Fondazione Radici Nel Futuro" è quella che si tiene a Milano, al Teatro Nuovo, per dieci domeniche, a partire dal 31 gennaio e fino al 30 maggio.

Emanuela Caselli ha curato una riduzione dei "Promessi Sposi" pianificandoli in dieci letture, cui danno voce professionisti di grande bravura: Lorenzo Castelluccio, Ernesto M. Rossi, Elisabetta Torlasco e Valentina Ferrari.

In scena davanti ai loro leggii, complici musiche particolarmente suggestive, gli attori fanno vivere i personaggi del romanzo manzoniano con rara semplicità ed efficacia, coinvolgendo il folto pubblico in un'atmosfera affascinante.

Ecco dunque i dialoghi tra i bravi e don Abbondio, tra Renzo e Lucia; palpabili diventano la

con grande abilità a farti entrare nell'atmosfera storica narrata dal Manzoni, in quella Lombardia del XVII secolo in cui signorotti di provincia, vicini ai dominatori spagnoli, potevano permettersi qualunque nefandezza, tanto le "grida", presenti in grande quantità come le leggi di oggi, venivano tranquillamente disattese.

Una lettura veramente interessante, che riconcilia con il grande romanzo del Manzoni anche coloro che, purtroppo, ne conservano tristi ricordi scolastici. Anzi, proprio a loro consigliamo di partecipare... si ricrederanno!

Qui sotto la locandina delle dieci letture che si terranno sempre al Teatro Nuovo di Piazza San Babila. L'ingresso è gratuito, si consiglia la prenotazione. Tel. 02/72000926 - info@frnf.it



XI TAI, il grande maestro dell'occidente

Matteo Ricci, eroe della storia culturale del mondo

di Vanny Terenzi

Figura di eccezionale rilievo in Cina e all'estero a tal punto da essere considerato dalla rivista Life tra le 100 personalità più importanti del secondo millennio, il gesuita Matteo Ricci è decisamente un eroe della storia culturale del mondo: il primo uomo che stabilì un solido ponte culturale tra Occidente e Cina, aprendo al mondo il grande Paese sul finire della dinastia Ming ed è tra i pochi stranieri a figurare nell'Enciclopedia Nazionale della Cina; nonostante ciò, in Italia, la conoscenza della figura del padre gesuita è rimasta circoscritta a pochi esperti e conoscitori.

Matteo Ricci è un marchigiano tra i più illustri e una figura che onora l'Italia. Della sua terra conservò la prudenza, la saggezza, l'umiltà, la curiosità di imparare; può essere considerato come il più grande Ambasciatore della Storia, l'uomo del dialogo tra l'Occidente e l'Oriente, al quale furono riservati privilegi degni di un dignitario cinese.

Papa Giovanni Paolo II ha detto di lui, "...padre Matteo Ricci era giustamente convinto che la fede in Cristo non solo non avrebbe portato alcun danno alla cultura cinese, ma l'avrebbe arricchita e perfezionata ... la figura e l'opera di padre Ricci appaiono assumere oggi una grande attualità per il popolo cinese, proteso come è in un processo di modernizzazione e di progresso".

Una vita piena di avventure

Matteo Ricci nasce a Macerata il 6 ottobre 1552 da nobile famiglia, il padre esercita la professione di "speziale", la madre è una gentildonna dedita alle cure della famiglia. Primogenito di otto fratelli e quattro sorelle, compie i primi studi umanistici sia in casa sia nel Collegio dei Gesuiti istituito pochi anni prima a Macerata.

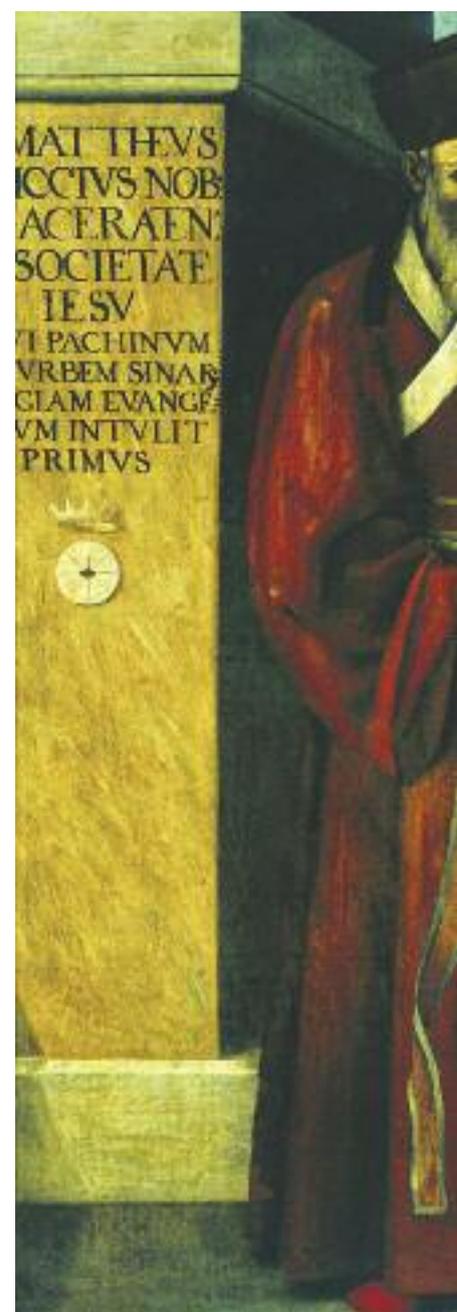
"Non sono nato a Roma, ma in questa terra di mezzo sul mare Adriatico. Si chiama Marche ed è abitata da uomini sobri e prudenti, più amanti del silenzio che delle parole, molto versati nel lavoro. Nel centro c'è una città che si chiama Macerata, distesa dentro mura di mattone chiaro e rosa, sopra un colle che guarda il mare verso Oriente. Qui sono

nato, qui vivono mio padre, mia madre e i miei fratelli".

Così rispose Matteo Ricci a proposito della sua terra al governatore Wang Pan che gli chiedeva da dove provenisse. E quando compose la grande carta geografica di tutto il mondo in lingua cinese, non mancò di scrivere sulla costa adriatica il solo nome della sua regione, nominando per il resto soltanto le regioni Lombardia, Piemonte, Puglia e Calabria e le città di Roma, Genova, Venezia e Napoli. Nel suo mappamondo Ricci non volle mancare di far conoscere ai Cinesi il nome della sua terra d'origine!

Nel 1568 è inviato dal padre a studiare legge alla Sapienza di Roma. Dopo due anni chiede di essere ammesso al noviziato della Compagnia di Gesù, presso la chiesa di S. Andrea al Quirinale ed è proprio nel Collegio Romano, dove riceve quelle conoscenze scientifiche (geometria, astro-

nomia, cartografia, arte di costruire orologi ed altri strumenti scientifici) che diffonderà in Cina. Ancora studente di filosofia, nel 1577 viene assegnato alle missioni dell'India. Dopo quattro anni in India viene chiamato a Macao per studiare la lingua cinese e prepararsi a tentare l'impresa della Cina.



Le Mostre

Pechino, Capital Museum, 6 febbraio - 20 marzo 2010

Shanghai, Shanghai Museum, 2 aprile - 23 maggio 2010

Nanchino, Nanjing Museum, 4 giugno - 25 luglio 2010



Matteo diventa "Li Madou"

Nel settembre 1583 entra nella città di Zhaoqing, dove fonda la prima residenza. In diciotto anni di faticosissima ascesa verso la corte imperiale apre altre tre residenze, finché non viene chiamato a Pechino con decreto imperiale a presentare doni quale ambasciatore d'Europa. Dal 1601 vive a Pechino protetto dall'Imperatore che non incontrò mai, producendo le sue opere più importanti. Alla sua morte, avvenuta nel 1610, l'Imperatore concesse per la prima volta nella storia della Cina il terreno per la sepoltura di uno straniero, Li Madou, come in Cina veniva chiamato con la traslitterazione del suo nome. La sua tomba è ancora oggi conservata a Pechino ed è l'unico Occidentale, insieme a Marco Polo, ricordato a Pechino nel grande monumento agli eroi cinesi del secondo millennio.

"Budda Ricci"

Le innovazioni prodotte da Matteo Ricci in Cina possono essere distinte e raggruppate sotto tre diverse categorie: la prima, fondamentale e incomparabile innovazione è l'apertura stessa della Cina sul mondo; la seconda categoria è quella delle innovazioni scientifico - tecnologiche; la terza quella delle innovazioni filosofiche, religiose, letterarie ed artistiche. In termini di efficacia e durata, la prima ha

costituito di per sé un evento dalla portata incalcolabile e tale da giustificare, da sola, la perenne gratitudine della Cina al suo Li Madou.

Il primo e immediato strumento per l'apertura della Cina sul mondo fu la redazione in cinese di carte geografiche di tutta la terra. E' negli anni di Pechino che Ricci dispiega il massimo impegno in campo astronomico, e per quanto riguarda la meccanica si può affermare che Matteo Ricci si aprì la strada

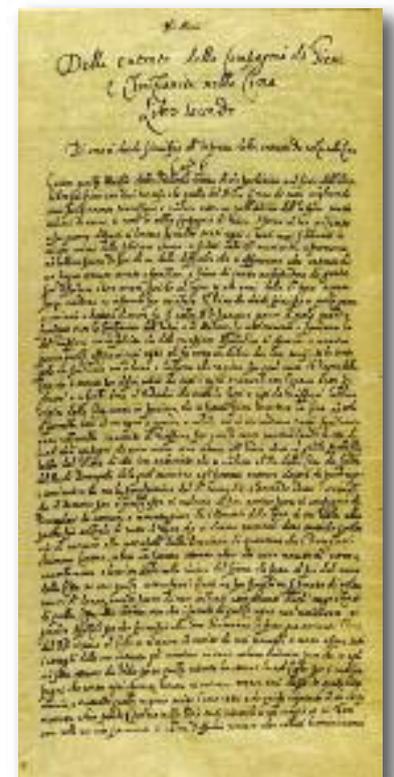
della Cina con i suoi orologi, solari e meccanici, per conoscere le ore di giorno e anche di notte (Al Viceré di Nanchang regala "un Horiole per saper l'hora di notte per le stelle del polo artico"). L'imperatore gli ordina di disegnare e spiegare ai matematici di corte la struttura degli orologi, pezzo per pezzo, e Ricci ne conia la relativa terminologia cinese. Ancora oggi gli orologiai di Canton venerano "Budda Ricci" come loro protettore.

nera che fosse, nell'essenziale, conforme a quella cristiana. In tal senso Ricci interpretò perfettamente il valore cinese dell'Amicizia, intesa come potenziale unione tra tutti gli uomini in quanto tali: non è un caso che a questo tema egli dedicasse la sua prima opera in lingua cinese (Jaoyou lun). Dobbiamo dunque a Matteo Ricci se i due mondi, quello cristiano d'occidente e quello orientale, fino ad allora reciprocamente ignari, vennero messi in contatto e nelle sue opere si riconobbero come le due metà di un intero. L'importanza di questo scambio e la grandezza dell'uomo che ne fu all'origine furono espresse dai cinesi nel titolo di "Xitai - il maestro dell'estremo occidente" conferito al gesuita marchigiano.

"Allo stesso modo con cui Padre Matteo Ricci utilizzò lo scambio di conoscenza come seme del dialogo e dell'amicizia con il Regno di Mezzo, ha evidenziato il Presidente della

Regione Marche Gian Mario Spacca - così le Marche vogliono seguire la rotta di questo straordinario personaggio. Un marchigiano, che, insieme al suo bagaglio di studi, in Cina portò anche lo spirito della sua terra, le sue differenze, che percepiva come un valore aggiunto, tanto da teorizzare nella sua opera che non esiste 'vera unità senza differenze', un principio sacro, che vale in tutte le manifestazioni del vivere quotidiano".

Doverosamente le Marche, e non solo, gli stanno tributando un eccezionale ricordo nella ricorrenza del quarto centenario della morte: la Mostra presso i Musei Vaticani conclusa alla fine di gennaio e, soprattutto, la Mostra "Matteo Ricci. Incontro di civiltà nella Cina dei Ming" che, per la prima volta in Cina, da Pechino a Shangai e Nanchino, ricostruisce gli eventi e ripercorre le orme di Matteo Ricci, eroe della storia culturale del mondo, persona schiva e silen-



ziosa, di una operosità senza fine e di una resistenza fisica e mentale tipica dei solidi contadini marchigiani.

E questo, per tutti noi, è grande motivo di orgoglio.

Incontro di civiltà

Per quanto riguarda la sua opera di missionario in senso stretto Ricci comprese subito che il suo non era il tempo di raccogliere conversioni e neppure quello di seminare la parola, ma come dice egli stesso con una espressione molto efficace, era il tempo di "rompere la terra", ossia di arare il terreno e prepararlo alla semina. Egli non soltanto si fece esteriormente cinese tra i cinesi, ma conobbe e praticò quanto della cultura cinese, in particolare confuciana classica, poteva essere compatibile con il cristianesimo. E, quanto alla morale confuciana, egli giunse a rite-

Scuotere l'indifferenza: il ruolo delle Associazioni

di Alessandro Tropea

Anatole France (Premio Nobel per la Letteratura 1921) diceva dell'indifferenza: "Preferisco gli errori dell'entusiasmo all'indifferenza del discernimento". Oggi ci troviamo di fronte un panorama costellato di canali e mezzi di comunicazione che quotidianamente puntano, con perizia, ad abbassare il nostro grado di attenzione: troppe notizie ci inebriano, non facciamo più caso a niente, nessuno è in grado di scuoterci, non ci scandalizziamo di nulla.

Non si diceva che l'avvento di Internet doveva essere una sorta di democratizzazione dell'informazione e che, grazie ad esso,

una volta ubriaca il sentire quotidiano, abbassa l'asticella della nostra curiosità, l'informazione non ci tocca più da vicino. La notizia di un'ingiustizia accaduta non ci suscita più una "sana" rabbia.

Ma non sono l'attenzione e lo sgomento popolare che danno forza e vigore ad una notizia? Sì, è vero. Mi permetto ancora una volta di scavare a fondo: ma se venisse meno questo diaframma immaginario che separa lo sgomento - rabbia - attenzione - curiosità da una parte, e assuefazione-indifferenza dall'altra, saremmo di fronte ad una catastrofe. L'esito

della storia. Il cammino verso l'indifferenza deve essere combattuto. Si può invertire la tendenza solo se si trova quell'entità capace di mettere a fuoco e far risaltare esigenze, inter-

essi, informazioni che purtroppo l'apatia collettiva calpesta giornalmente. Deve essere anche una entità capace di discernere il bisogno collettivo, discernere rispetto alla moltitudine di finti bisogni, che in realtà sono necessità personali. Trovo che la capacità di mettere a fuoco e la capacità di discernere siano caratteristiche riconosciute all'associazionismo. E' questa l'entità di cui parlo. Solo con l'Universo delle Associazioni si può placare l'azione malsana dell'indifferenza. E' l'associazione che, accomunando pensieri, sentimenti e azioni, mantiene ben visibile quel diaframma immaginario che separa la passione dall'apatia.

Oggi le Costituzioni occidentali riconoscono all'associazionismo la funzione di "tramite" tra le istanze del popolo e l'azione legislativa degli Stati. Pertanto oggi i ruoli devoluti all'universo dei gruppi collettivi sono due: il



ruolo di intermediario tra cittadini e Istituzioni; segue la funzione di mezzo di amplificazione delle istanze trasmesse. Ambedue le funzioni soddisfano in pieno l'azione auspicata in precedenza e cioè invertire la tendenza dell'apatia, sconfiggere l'indifferenza.

Il panorama nazionale è fortemente intessuto di piccole e grandi associazioni, ognuna delle quali, prefiggendosi scopi diversi, attua in pieno il Principio Costituzionale della Solidarietà (art. 2 Cost.) che recita: "La Repubblica riconosce e garantisce i diritti inviolabili dell'uomo, sia come singolo, sia nelle formazioni sociali ove si svolge la sua personalità, e richiede l'adempimento dei doveri inderogabili di solidarietà politica, economica e sociale".

All'associazionismo pertanto abbiamo riconosciuto tanti meriti e tante funzioni capillari per un equilibrio tra esigenze collettive e azione dello Stato, ma la prioritaria tra tutte le funzioni rimane l'inversione dell'indifferenza. Mi piace a questo proposito riportare una celebre frase di Papa Giovanni Paolo II riferita alle associazioni da lui definite "sentinelle della Libertà". Aggiungeva poi che "la giustizia e la salvaguardia dei bisognosi non possono che essere frutto dell'impegno solidale di tutti nel perseguire il bene, abbattendo così l'apatia collettiva".



tutti saremmo diventati controllori del tutto? Sì, è vero. Il mondo del sapere è a basso costo, tutti possono accedervi. Ma occorre andare oltre: internet, il più importante mezzo di divulgazione, fornendo una moltitudine di news su fatti e azioni ancora

scongiurato che si prospetterebbe è dei peggiori. Chi dovrebbe mobilitarsi per sollecitare l'intervento per una ingiustizia perpetrata a danno di qualcuno se nel mondo pervade l'indifferenza?

Oggi siamo ad un punto focale

Sostieni la nostra associazione



che da parecchi anni svolge la sua funzione di aggregazione, di promozione e di scambio, favorendo la crescita di amicizia e di simpatia tra Marchigiani-Umbri e non. Numerose sono le iniziative agevolate alla quali potrai partecipare iscrivendoti e dando il tuo contributo personale; inoltre riceverai regolarmente il nostro nuovo "magazine". Potrai versare la quota associativa di **50 €** direttamente a mezzo bonifico bancario

sul c/c intestato a:

Associazione Marchigiani e Umbri di Milano e Lombardia

c/c n° 4495811 presso UnicreditBanca ag. 31

IBAN: IT05G0200801631000004495811

segreteria@marchigianieumbri.info

02.5391178 - fax 02.5391623

Se non ci fosse la luna...

Intervista a Mario Giuliacci, il volto familiare delle previsioni meteo — di Anna Canepa

Umbro di Città della Pieve, il Colonnello Giuliacci, conserva ancora uno stretto legame con la terra di origine, che traspare

allora fatto alcune domande, anche noi conquistati da questo titolo un po' "intrigante"

D. - Colonnello Giuliacci, perché ha scritto un libro sulla luna?

R - La luna mi ha sempre affascinato perché sono un po' sognatore e romantico. Poi come meteorologo mi sono chiesto quanto di vero ci fosse sulla sua influenza sul tempo e sul clima.

D. - Ma la luna ha influenza anche sulla vita?

R. - Questo ultimo aspetto in realtà è quello che da sempre mi ha più incuriosito e questa mia curiosità ha radici molto lontane, addirittura nella mia infanzia. Infatti io sono un umbro,



figlio di contadini e fino a undici anni ho vissuto intensamente la vita di campagna. Ebbene, ricordo che non si faceva alcuna lavorazione agricola senza aver prima consultato la fase lunare.

D. - Quali ricordi ha di questo aspetto della vita contadina?

R. - Ricordo benissimo, lo vedo ancora davanti agli occhi, che su una parete della grande cucina di campagna faceva bella mostra di sé il calendario di "Barbanera", l'emulo di Frate Indovino, la vera bibbia delle lavorazioni agricole. A distanza di 50 anni mi sono però chiesto quanto vi fosse di vero in quelle credenze popolari, compreso l'influsso sulle nascite, sul ciclo della donna e persino sulla trasformazione in... lupo mannaro.

D. - E che cosa ha scoperto?

R. - Cosa ho scoperto?... La risposta è nel libro!



da molte sue opere. "Se non ci fosse la luna..." è forse il libro al quale è più legato. Gli abbiamo

Laureato in Fisica presso la Sapienza di Roma, dal 1983 al 1990, Mario Giuliacci, con il grado di Colonnello, ha diretto il Centro Meteorologico di Milano-Linate, il principale Ente meteorologico dell'A.M. del Nord Italia. Docente universitario, eclettico e comunicativo, dal 1995 cura le previsioni meteo elaborate dalla EPSON Italia per i TG delle reti Mediaset e per i siti meteo su Internet. Nel 1997 è stato prescelto da EPSON e Mediaset per il commento in video delle "Previsioni meteo" nell'ambito dei TG di Canale 5 delle ore 8 e delle 20. Questo lo ha reso popolarissimo in Italia e "vittima consenziente e divertita" delle parodie del TG satirico "Striscia la notizia".

Ha scritto e pubblicato, oltre a numerosi articoli scientifici:

La previsione del tempo nella pratica sportiva (Mursia); Se non ci fosse la luna...(Mursia); Il Clima del Mediterraneo (Albatros); Il Clima della Valpadana (CNR).

Ha inoltre collaborato a numerose altre pubblicazioni come coautore.

IL COCCIARO di Piazza Danti

Perugia si appresta a celebrare Attilio Mossone, da tutti conosciuto come il "cocciaro" di Piazza Danti, con una mostra che si terrà la prossima estate a Perugia, e di cui daremo i dettagli nel prossimo numero. Ma vale la pena di approfondire la conoscenza del personaggio, grande appassionato di ceramica, alla quale ha dedicato l'intera vita.

La storia

Attilio Mossone, nasce ad Arzana (Nuoro) nel 1904 e si trasferisce a Perugia nel 1938 dove avvia l'attività di commercio ambulante di majoliche artistiche umbre, gestendo un banco in Piazza Danti. Nel 1960 il Comune di Perugia gli comunica che il banco non poteva più essere mantenuto in quella po-

sizione per motivi di traffico: decide allora di prendere in affitto un negozio sul lato di fronte, sempre di piazza Danti, dove prosegue l'attività di vendita di majoliche artistiche umbre fino al 1988, anno in cui, all'età di 84 anni, decide di ritirarsi.

Il personaggio

Attilio Mossone era un uomo di modesta cultura, ma amava molto leggere, in primo luogo i classici: infatti conosceva a memoria gran parte della Divina Commedia. Soprattutto era un grande estimatore della majolica umbra, tanto che nel suo banco prima e nel suo negozio poi, non ha mai voluto inserire nemmeno un pezzo che non fosse prodotto nella nostra regione, dando un grosso contributo alla diffusione della majolica di Deruta, Gubbio e Gualdo Tadino. Ma Attilio Mossone è stato anche un uomo di grande sensibilità sociale e impegnato nell'associa-

zione commercianti, con la costituzione della Cassa Mutua Malattie di cui è stato per anni vice-presidente; una forma di assistenza sanitaria integrativa volontaria molto valida e finanziata con le quote versate dagli associati-assistiti.

Il progetto della mostra

Attilio, celibe, ha trasferito ai nipoti Alberto e Mario la passione per la ceramica umbra ed entrambi hanno raccolto nel tempo una collezione di pezzi, in particolare di Deruta, Gualdo Tadino e Gubbio, dal '600 al secolo scorso. Ricorrendo nel 2010 i 50 anni dall'apertura del negozio di Piazza Danti, i nipoti hanno progettato di allestire, per la prossima estate, una importante mostra di majoliche artistiche umbre con i migliori pezzi delle loro collezioni, in collaborazione con illustri ceramologi umbri. Senza altro il modo migliore per onorare la memoria di questo

personaggio che all'arte della ceramica regionale umbra ha dedicato l'intera vita; per i visitatori una ghiotta occasione per ammirare pezzi rari, di grandissimo interesse.



di Alberto Mossone

Aglio e Cipolla: Bontà e Salute in tavola

Aglio e cipolla sono due ingredienti tra i più antichi della cucina di tutto il mondo, buoni per la tavola e indispensabili per la salute. L'aglio è un rimedio naturale molto potente: ha proprietà antibiotiche, antibatteriche, depurative del sangue, antiparassitarie. Abbassa la pressione sanguigna e la glicemia; riduce il colesterolo, scioglie il catarro, previene e cura il raffreddore, facilita la sudorazione ed è di aiuto nella prevenzione dell'arteriosclerosi. La prima prescrizione "medica" dell'aglio è stata trovata incisa su una tavoletta d'argilla risalente all'epoca sumerica, intorno al 3000 a.C.



I bulbi di cipolla e di altre piante della famiglia sono stati usati come cibo fin dall'antichità

(5000 a.C.). Gli antichi Egizi ne fecero anche oggetto di culto, poiché credevano che la sua forma sferica e i suoi anelli concentrici fossero il simbolo della vita eterna. La cipolla è un ortaggio diuretico, antisettico e digestivo. Contiene vitamina A, B1, B2, PP, C ed E, oltre a calcio, fosforo, iodio, fluoro e magnesio. Il cipollotto consumato fresco, poi, è particolarmente ricco di sostanze benefiche

e contribuisce a smaltire tutte le tossine accumulate nell'organismo, protegge la pelle, difende dallo stress, purifica i reni...e tanto altro ancora. Qualche curiosità? La regina Nefertiti utilizzava i fiori della cipolla per acconciarsi i capelli, mentre i nostri nonni usavano l'aglio per stanare dagli orti e dai giardini le talpe... Numerose e golosissime le ricette a base dei due ingredienti: dalla pappa con l'olio della nonna alla torta d'agli, dalla velutata di cipolle ai garganelli con salsa di cipolle e zucchini e tanto altro ancora!

info@annullieditori.it

Cereali alternativi, preziosi alleati della salute

Kamut e Avena non sono usati frequentemente sulle nostre tavole, ma per il loro valore nutritivo sono adatti ai bambini, agli anziani e a chi soffre di dislipidemie.

Il **Kamut** è un prezioso cereale, antico e dimenticato: è una varietà di grano la cui coltivazione fu completamente abbandonata con la scomparsa della civiltà egizia. Dopo la seconda guerra mondiale, un pilota americano ne trovò alcuni semi all'interno di un sarcofago in una tomba egiziana. Spedì il cereale a un agricoltore del Montana e da lì fu ripresa la coltivazione! Dallo straordinario patrimonio genetico, il kamut è un cereale ricco di proteine, selenio e di alto valore energetico, grazie alla sua elevata percentuale di lipidi, acidi grassi, vitamine e minerali.

L'**avena** è un cereale molto diffuso in tutta l'Europa del Nord fin dai tempi remoti, per la sua capacità di maturare anche in luoghi con clima molto rigido. È il più energetico dei cereali: ricco di grassi insaturi, proteine e fibra, contiene vitamine del gruppo B, che svolgono un ruolo importante nell'assimilazione degli zuccheri e dell'amido. La presenza di potassio, fosforo, magnesio, calcio e ferro rende l'avena un alimento adatto al periodo della crescita e a chi è sottoposto a stress fisico e intellettuale, inoltre aiuta a ridurre i livelli di colesterolo e di zucchero nel sangue.

Il mais a otto file di Roccacontrada

Una volta era il cibo dei contadini ed espressione di una cucina povera, oggi la polenta è stata riscoperta dai cultori della buona tavola ed è diventata cibo ricercato ed ambito sulle tavole dei buongustai di ogni ceto sociale. Oggi, purtroppo, la riscoperta della polenta ha coinciso con la diffusione dei mais ibridi provenienti dall'America del Nord per la resa superiore a quella delle nostre coltivazioni.

E il mais tradizionale resiste soltanto in piccole fasce collinari e montane dell'Italia Centrale: per non perdere questa tradizione culinaria, nel territorio di Arcevia è stato messo a coltura da alcuni anni il "mais a otto file", mentre la macinazione a pietra viene fatta in uno storico mulino ad acqua sempre



del luogo.

Caratteristica della farina del mais a otto file di Roccacontrada (antico nome di Arcevia) è un odore delicato, con aroma intenso e sapore molto gradevole che permette di apprezzarla anche senza condimenti. Ma che prelibatezza quando questa polenta sposa il tartufo di Acqualagna, il formaggio di fossa di Talamello e il lacrima di Morro d'Alba! Possiamo parlare di un "matrimonio ideale", oltre che, naturalmente, di un percorso enogastronomico di grande qualità, teso anche alla valorizzazione dei prodotti tipici del territorio marchigiano.

Ricetta della salute: biscotti di farro e pinoli senza lievito

Preparazione semplice e salutare, senza latte, burro, uova e zucchero bianco ma con dolcificanti naturali e oli vegetali

- 400 gr. di farina di farro
- 150 gr di malto di mais
- 100 ml di olio di mais
- 80 gr di pinoli macinati
- 2 cucchiaini di burro di mandorle (facoltativo)
- 1 cucchiaino di cannella
- 120 ml di latte di soia
- un pizzico di sale

Mescolate la farina di farro, i pinoli, il sale e la cannella; miscelate per bene. Unite l'olio di mais e il burro di mandorle; poi unite il malto di mais e il latte di soia e lavorate l'impasto fino a renderlo omogeneo, morbido ed elastico. Avvolgetelo nella pellicola trasparente e mettetelo in frigo per un'ora circa. Tirate poi con il mattarello una sfoglia di tre cm circa e ricavate tanti biscotti con i vostri stampini. Metteteli in una teglia nel forno caldo a 190° per circa 15', e comunque finché non sono dorati.

Osteoporosi, invecchiamento e prevenzione delle malattie

Un grande aiuto ci può venire dall'alimentazione

Studi recenti ci dicono che l'osteoporosi colpisce il 65% delle donne ultraottantenni e un terzo di quelle appartenenti alla fascia 60-70anni. Decisamente inferiore (20%) la percentuale degli uomini , ma in aumento nel corso degli ultimi anni.

L'osteoporosi sta diventando ormai una malattia sociale, soprattutto con l'aumento delle aspettative di vita della popolazione ed è dunque sempre più importante e necessario fare una diagnosi precoce della stessa . Ma è anche veramente importante cercare di prevenirla in ogni modo, soprattutto con una adeguata alimentazione. Nelle donne in menopausa è necessaria una dose giornaliera di calcio di circa 1.500 mg.

A questo proposito occorre evidenziare che diversi alimenti fermentati si rivelano utili per contrastare l'osteoporosi: da una parte, infatti, facilitano l'assorbimento del calcio (per esempio nello yogurt calcio e magnesio vengono resi più "biodisponibili") e dall'altra facilitano la fissazione dei minerali nelle ossa.

Questo avviene soprattutto con i derivati fermentati della soia, come salsa di soia (tamari e shoyu) e il miso. Tali alimenti svolgono una doppia azione per il loro contenuto di isoflavoni (ad azione estrogenosimile) e di vitamina K, indispensabile per la generazione e l'attività dell'osteocalcina, la proteina sostanziale nel processo di mineralizzazione delle ossa.

Ma non solo l'osteoporosi può essere controllata con una dieta appropriata; obesità, diabete di tipo 2, tumori, ipertensione, Alzheimer, sono malattie in continuo aumento, anche per l'allungamento della vita media: e molte sono le relazioni tra queste e l'alimentazione. Ad esempio, un bicchiere di latte esposto per due ore alla luce del sole perde il 90% della vitamina B2, così come mele e pere conservate per lungo tempo perdono gran parte del loro contenuto vitaminico. Inoltre, i supplementi di vitamina E, specie se associati al selenio, svol-



gono azione preventiva sul cancro, come dimostrano numerosi studi al riguardo.

Grande è l'importanza degli antiossidanti e dei flavonoidi che, bloccando i radicali liberi, bloccano di conseguenza le malattie da questi indotte, come moltissimi tipi di tumore e l'arteriosclerosi, così come l'invecchiamento. Ad esempio, i flavonoidi del tè verde sono stati studiati in migliaia di studi di ricerca, e si è osservato che posseggono una forte azione protettiva contro il cancro, soprattutto dell'esofago, della bocca, dello stomaco e del

colon retto. Molto importante risulta essere, inoltre, il metodo di cottura degli alimenti: il migliore è di gran lunga quello a vapore che, soprattutto per quanto riguarda le verdure, mantiene inalterato sapore e sostanze. Evitare invece categoricamente le alte temperature, che possono trasformare gli alimenti in cibi mutageni e ricchi di radicali liberi.

Anche con piccoli accorgimenti di questo tipo si possono vincere grandi battaglie!

Il comune di Loro Piceno in provincia di Macerata è un piccolo borgo medioevale arroccato su un colle con vista panoramica sui Monti Sibillini e sulle colline degradanti verso il mare coltivate a vigneto ed ulivo. Il nucleo abitativo si sviluppa attorno all'antico castello risalente al XIII secolo ed è circondato da poderose mura difensive.



EUROPEAN TOWERS

Immobile residenziale
Via Bonfranceschi, 11
LORO PICENO



dispone di cinque diverse unità abitative in edificio d'epoca situato lungo la fascia perimetrale delle mura del centro storico, caratterizzato da un'ottima illuminazione naturale e da una interessante percezione panoramica. Caratteristiche uniche per un immobile situato nel centro storico sono la luce, le terrazze, il giardino e il posto auto.

Per maggiori dettagli ed informazioni:

Ing. A. Biffi cell. 348-5847913 - www.europeantowers.it



carne, vino

e un pò di musica



via caminadella, 7 - 20123 Milano

Tel. 02.86995682

fax 02.97374274

info@mamacafe.it

www.mamacafe.it