

## CALABRIA TURISMO (16a), VIBO VALENTIA (1a).

**VIBO VALENTIA** è un'importante città portuale, ricca di un tessuto commerciale e piccolo-industriale che però non ha dimenticato l'antico ceppo contadino sul quale oggi sono cresciute moderne aziende agricole.

A dominare **VIBO** è il **Castello fatto erigere da RUGGERO IL NORMANNO** e usato come bastione difensivo anche da **FEDERICO II E DAGLI ANGIOINI**, ed è proprio ai piedi del grande Castello che si stende la parte più antica della città dalle vie strette e aggrovigliate. Su una collina vi sono i resti dell'**antica Hyponion, colonia della Magna Grecia**. Ben conservati sono alcuni tratti delle mura, alcune torri e le fondamenta dei templi.

La parte moderna, invece, si estende in un terrazzo sottostante, **VIBO** è a 476 metri dal livello del mare sulla cui costa vi sono **VIBO MARINA**, il porto commerciale e dei pescherecci.



I monumenti architettonici e artistici di **VIBO** sono la **Chiesa del Rosario con la sua Cappella trecentesca**, la **Chiesa rinascimentale di San Michele, opera del PERUZZI**.

Da visitare anche il **Duomo di San Leoluca del 1680**. Si tratta del luogo religioso più importante del quale si possono ammirare i tratti barocchi, le torri e i fregi all'interno, come l'altare del tritico di **GAGINI**, una **Madonna cinquecentesca del SANTACROCE** e un dipinto di scuola senese raffigurante Santa Caterina. D'aspetto imponente le **porte bronzee** dedicate al **Tempo opera dello scultore GIUSEPPE NIGLIA**.

Annesso al Duomo, vi è il bellissimo **Valentianum**, una costruzione rinascimentale con chiostro, nel 1455 fu **Convento dei Domenicani**, rimaneggiato intorno al 1500 dai **DUCHI PIGNATELLI**, attualmente è sede della Curia di Mileto, Nicotera e Tropea.

Della storia millenaria di **VIBO**, rilevanti sono le testimonianze. Oltre le mura dell'antica **Hyponion** in località **Trappeto**, nelle frazioni di **Telegrafo e**

**Corfino**, vi sono i resti dei templi e la villa di **Sicca**, nella quale più volte vi soggiornò **CICERONE**. Anche i **BASILIANI** ne furono ospiti.

Appena fuori città, mirabile è il tempio di **San Ruba del X secolo**. In un'altra frazione, in località **Sant'Aloe**, si trovano i resti delle **terme romane**. Nel corso della sua vicenda storica, **Vibo**, assunse anche il nome di **Monteleone**. Come detto all'inizio, l'economia della città e del comprensorio s'intreccia con una consistente attività commerciale derivante dal porto, ma a dare un contributo non indifferente alla produzione del reddito sono pure l'agricoltura e l'industria. L'agricoltura è essenzialmente basata sulla produzione di olive e dell'olio che da esse si ricava, degli agrumi e dell'uva. Di consistenza rilevante anche l'allevamento per la produzione del latte dal quale si ricavano dei formaggi tipici locali. In quanto all'industria essa è presente con stabilimenti per la fabbricazione delle calci, di materiale ferroviario, di resine sintetiche e grandi depositi di carburante. **VIBO VALENTIA** è famosa pure per l'artigianato che spazia dalle terrecotte, alle ceramiche e ai tessuti.

### CENNI STORICI

Centro di origine italica, per la sua posizione sul mare, fu colonia della **Magna Grecia** con il nome di **HYPPONION**. In un primo tempo fu città satellite della potente **LOCRI**.

In questo periodo consolidò enormemente sia la propria forza commerciale grazie al porto, sia le proprie capacità militari, raggiungendo un ragguardevole sviluppo e una grande influenza sulla costa tirrenica. Cambiò, allora, alleanza accettando la protezione di **GERONE**, tiranno di **SIRACUSA**. La ribellione contro **LOCRI** si tramutò in una vera guerra dalla quale **HYPPONION** uscì vittoriosa nel 422 a.C.. Ma anche il sodalizio con **SIRACUSA** non ebbe lunga durata e nel 389 a.C., fu protagonista della battaglia dell'Elleporo contro la città sicula.

Tale gesto provocò le ire di **DIONISIO I IL VECCHIO** che a distanza di un anno assalì la città calabra distruggendola. A ricostruirla, circa un decennio dopo, furono i **CARTAGINESI** che ne fecero un uso militare. **GRECI e BRUZI** se la contesero e la conquistarono a fasi alterne finché nel 192, divenne possedimento **ROMANO** con il nome di **Va-**

lentina, nonostante venisse chiamata **Vibo**, un appellativo italico.

Il ruolo e l'importanza dell'antica **Hyponion** rifiorirono in epoca **BIZANTINA** nel corso della quale divenne una roccaforte militare strategicamente rilevante per tutta la **Calabria**. Presa di mira dalle incursioni Saracene subì due distruzioni: la prima nell'850 e la seconda nel 983. A risollevarne le sorti furono i **NORMANNI**, che la riedificarono per ordine di **FEDERICO II** che affidò l'arduo compito a **MATTEO MARCOFABA**. **Vibo Valentia** cambiò ancora una volta nome divenendo **Monteleone di Calabria**.

L'epoca **Normanna** fu di grande importanza per il centro tirrenico che oltre alle potenzialità economiche poté mettere in campo pure le doti di cultura e le capacità imprenditoriali delle sue genti attraverso uno sviluppo urbanistico che si protrasse dal 1600 per un intero altro secolo. Insieme ad altre città calabresi, nel 1799, prese parte ai moti rivoluzionari per cui subì la feroce repressione ordinata dal **CARDINALE RUFFO**. All'epoca della **Repubblica Partenopea** svolse un compito di primo piano nella zona. Il 27 agosto del 1860 aprì le porte alla spedizione garibaldina in marcia verso **NAPOLI**.

### MANIFESTAZIONI TRADIZIONALI

A **VIBO** ogni sabato è giorno di mercato nel quale si può reperire quanto di bello ed originale offrono l'**artigianato e la gastronomia locale**, così come durante l'**Agosto Vibonese**.

### GASTRONOMIA

Pregiati e gustosi i latticini del **Monte Poro**, i salumi e la **Fileiia**, una pasta fatta in casa condita con sughi diversi, ottimi i vini locali. **Rito**

### A TUTTI I LETTORI:

**LE INFORMAZIONI FISCALI, CONSULENZE, ETC., SONO E SARANNO GRATUITE.**

Però, se sarete soddisfatti, aiutateci a tenere in vita la testata: "Potere Civico", che appartenendo a un'associazione culturale, scientifica, economica, **senza scopi di lucro**, vive di sole proprie entrate, e siccome anche in termini politici quello che noi pubblichiamo, per fare opinione e informazione indipendente, molte volte nessun giornale italiano lo pubblica, se riterrete opportuno fare un'offerta libera per vaglia, sarà senz'altro gradita. Grazie.



Ediz.57

LEGGETE E DIFFONDETE:

Edizione n. 57

# POTERE CIVICO

L'UOMO E I POTERI, PRINCIPI BASE DELLE LIBERTÀ INDIVIDUALI E DELLE DIGNITÀ DI CONVIVENZA:  
1) SUSSIDIARIETÀ, 2) RAPPRESENTATIVITÀ, 3) SOLIDARIETÀ PATTUTA, 4) RESPONSABILITÀ, 5) PUNIBILITÀ,

Tiratura 2300 copie ANNO 7-N.01 Gennaio 2004 6) DIRITTI E DOVERI, 7) DISTRIBUZIONE DELLA RICCHEZZA. Stampato in proprio. Giornale di CULTURA CIVICA-Edit.Dir.Adriano Poli-Riproduzione con fonte citata SOVVENZIONE Proprietà, possesso, detenzione del Logo e del Nome sono protetti pure dall'uso originario/mensile Abbonamento www.poterecivico.it o org E-mail: info@poterecivico.it o org-Autor. Trib.di Bg 12/05/98 n.21

Mensile d'informazione e attualità: economico, filosofico-sociale, storico-letterario, politico-sindacale, tecnico-scientifico.

## IL CROCIFISSO SIMBOLO DELLA CRISTIANITÀ, DIO, L'UOMO, LA FAMIGLIA, MUSULMANI E CHADOR, LA COSTITUZIONE EUROPEA

DI ADRIANO POLI

Sebbene l'uomo e la famiglia non siano tutelati nel testo Costituente, si sperava, durante il semestre italiano di Presidenza U.E., di riuscire a promulgarlo, ma purtroppo ciò non è stato possibile, per due motivi:

1) l'uno religioso, non si è voluto inserire nel testo uno specifico riferimento alle comuni origini religiose cristiane dei popoli europei, per l'opposizione di Francia e Germania, ma più della prima, e principalmente nei confronti dell'Italia e Spagna; 2) l'altro di potere, basato sul sistema di voto, ancora tra i due Stati, Germania (il più popoloso) e Francia, contro la Spagna e in particolare la Polonia, il più popolato dei nuovi dieci che entreranno nel 2004.

Nel frattempo in tutto il Vecchio Continente, in primis in Francia, ma pure in Germania e Italia, **divampa lo scontro sui simboli religiosi e sull'anomalo obbligo-ordine di comprendere e tollerare gl'immigrati**, SPECIE MUSULMANI, anche se costoro non si sforzano di rispettare le leggi e tradizioni di chi li ospita, anzi pensano che tali atteggiamenti, per loro incomprensibili, siano segni di nostra debolezza e di paura di essere conquistati.

**SOMMARIO: Editoriale del direttore. Pag.1**  
**Giudici: osservate il Diritto Romano! Pag.2**  
**Giustizia-ingiustizia?(33a):altri fatti:5aPag.2**  
**Divieti circolazione camion sup.7,5 t.Pag.2**  
**La farmacia dell'amore (1a): il disagio. Pag.3**  
**Rispetto dell'uomo, 2a: peccati capitali. Pag.3**  
**Nutr.ne51.salute53a:acqua minerale10aPag.4**  
**Nutrizione (52a), pesce (11a), ricette. Pag.4**  
**Nutrizione (53a), tipi di pesce (12a). Pag.4**  
**3a novella: Le scimmie malate (12a). Pag.5**  
**Imprenditori: non fate mai una S.n.c.!Pag.5**  
**Saga a cavallo di 2 secoli,Nord-Italia1aPag.6**  
**A tutti i genitori: ottimi consigli. Pag.6**  
**Da Galileo-Einstein e scienza di poi.5.Pag.7**  
**Calabria turismo(16a):Vibo Valentia(1a).Pag.8**

Vediamo dapprima cosa recita in merito la nostra Costituzione:

ART.7): LO STATO E LA CHIESA CATTOLICA SONO, CIASCUNO NEL PROPRIO ORDINE, INDIPENDENTI E SOVRANI.

I LORO RAPPORTI SONO REGOLATI DAI PATTI LATERANENSI. Le modificazioni dei Patti accettate dalle due parti, non richiedono procedimento di revisione costituzionale.

In pratica, con detto trattato e conseguente consuetudine di appendere il Crocefisso, in tutte le aule di giustizia, scuole e uffici pubblici, si è riconosciuta ufficialmente come religione degli italiani quella Cattolica, riconfermata dal Concordato Craxi, con il quale si è solo sostituito il sostentamento statale diretto dei sacerdoti, con quello principale dell'otto per mille e minore delle offerte detraibili. Anche se, con il seguente paragrafo, si è data libertà costituzionale di espressione alle altre religioni:

ART.8): TUTTE LE CONFESIONI RELIGIOSE SONO EGUALMENTE LIBERE DAVANTI ALLA LEGGE.

*Le confessioni religiose diverse dalla cattolica hanno diritto di organizzarsi secondo i propri statuti, IN QUANTO NON CONTRASTINO CON L'ORDINAMENTO GIURIDICO ITALIANO.*

I loro rapporti con lo Stato sono regolati per legge sulla base di intese con le relative rappresentanze.

**Per ribaltare l'iniqua situazione attuale in**



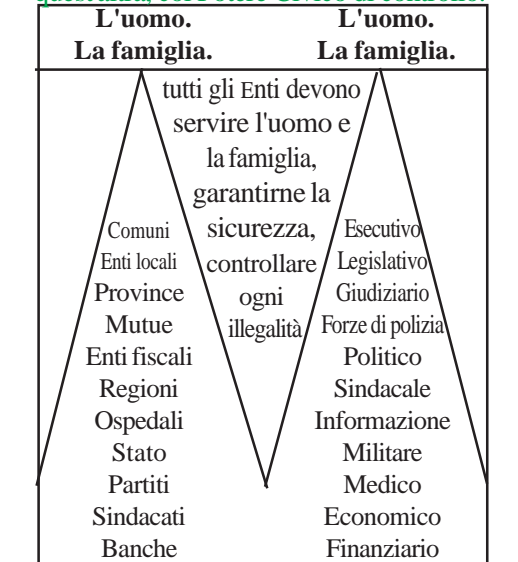
L'UOMO e la nuova filosofia del

**Preso atto che, nonostante la laicizzazione e la troppa erotizzazione della società occidentale, la cristianità dell'Europa e la centralità dell'uomo sono innegabili, quindi, al di là delle lotte e retoriche politiche, è auspicabile che, nel corrente periodo di Presidenza irlandese, non resti ancora inascoltata l'esortazione del Papa di riconoscere queste realtà nella Costituzione Europea.**

**Per la sopravvivenza di tutte le democrazie occidentali, con la loro civiltà religiosa cristiana e umanistico-laica, ma anche per tutto il mondo e le altre religioni e culture, stando pure ai capi musulmani moderati e osservanti delle scritture islamiche, CI VUOLE UNA CHIESA FORTE E UNITARIA, inserita e sostenuta da Stati altrettanto potenti, per la salvaguardia della pace e per una pacifica e costruttiva convivenza, per evitare l'orribile catastrofe di una nuova guerra mondiale, altrimenti gli estremisti pseudo religiosi approfitteranno delle nostre debolezze e diviseranno per cercare di conquistarci, sfruttando l'antisemitismo, continuando col terrorismo e magari obbligando qualcuno ad usare le armi nucleari.**

**Pertanto, guai a noi se venissero rimossi i crocefissi da scuole, tribunali e uffici pubblici, dato pure che togliere dei simboli islamici nei loro Stati non sarebbe tollerato, anche se con ciò non significa negare l'altrui libertà religiosa.**

**quest'altra, col Potere Civico di controllo.**



POTERE CIVICO contro i soprusi.

**OGGI, GIUSTIZIA O INGIUSTIZIA?(33A):**

Una Signora di 86 anni abitante nella Brianza M.se, in un appartamento di sua proprietà per il 75% e il restante 25% ad un suo figlio, sposato e residente all'estero, è stata turlupinata e defraudata del suo immobile, ora d'intera proprietà del figlio.

Dopo che l'anziana, debole e indifesa signora fu truffata, si ammalò in un modo che sembrava grave e subito i figli, anche quelli esclusi, preoccupati di doverla servire la fecero ricoverare di fretta presso una casa anziani, molto lontana sia dal luogo di residenza che da quello d'origine. Tutto ciò non sarebbe potuto accadere, se tutti gli eredi fossero stati obbligatoriamente presenti per legge, attraverso la presentazione dello Stato di Famiglia, o perlomeno se deontologicamente i notai lo richiedessero, invece di nascondersi dietro al piccolo paravento: **"Io non ho fatto altro che stendere un semplice atto notarile su richiesta di chi si è a me rivolto, e non sono tenuto ad accertarmi della presenza di tutti gli aventi diritto"**.

In attesa che, come avviene all'estero e nella U.E., venga varata una legge che preveda questa regola di giustizia, sarebbe opportuno che l'Ordine dei Notai emetta una circolare etica in merito, purtroppo: **"campa cavallo che l'erba cresce"**, ossia gli emolumenti di notai, avvocati e giudici. **D.n.r.**

**A TUTTI I GIUDICI:**

LA GIUSTIZIA NEL DIRITTO ROMANO ERA COSÌ INTESA E DA DECENNI È STATA RECEPITA IN QUELLO INTERNAZIONALE.

Partendo dal principio base del diritto:

1) **Unicuique suum!** A CIASCUNO IL SUO!

2) **Alterum non leadere!**

NON DANNEGGIARE GLI ALTRI!

3) **Honeste vivere!** ONESTÀ DI VITA!

4) **Pacta sunt servanda!**

I PATTI VANNO RISPETTATI!

5) **Redde quod debes!**

RESTITUISCI CIÒ CHE DEVI RESTITUIRE!

6) **Curvo disconoscere rectum!**

DISTINGUERE IL RETTO DAL TORTO!

7) **Culpam poena premit comes!**

LA PENA SEGUE LA COLPA!

8) **Audiatur et altera pars!**

SI ASCOLTI ANCHE L'ALTRA PARTE!

9) **Dura lex sed lex!**

LA LEGGE È DURA, MA È LA LEGGE!

10) **Per quae peccat quis per haec et**

## POTERE CIVICO

**torquetur!** OGNUNO SUBISCE LA TORTURA PER LE COLPE CHE COMMITTE!

Mentre il motto base della **giustizia** è: **11) Cui prodest scelus, / is fecit!**

**CHI SI È GIOVATO DEL DELITTO O DEL REATO, LO HA FATTO!**

Di contro i due della **malagiustizia** sono: **12) Bonis nocet si quis malis pepercerit!** FA MALE AI BUONI CHI RISPARMIA I CATTIVI!  
**13) Iudex damnatur ubi nocens absolvitur!** QUANDO IL COLPEVOLE È ASSOLTO, È CONDANNATO IL GIUDICE!

**Ma quando mai!**

In Italia i magistrati e i giudici sono impuniti e inamovibili per legge. Mentre loro non applicano le leggi, altrimenti non avrebbero oltre 9.200.000 procedimenti giudiziari in corso (riguardanti oltre 20 milioni di italiani, 1 su 3, bimbi compresi), come i giudici stessi citano, quasi fosse colpa nostra e non loro, senza o poco curarsi delle sofferenze e costi economici per i colpiti dai reati (più di 10 milioni di cittadini).

Siccome, in Italia, ogni anno vengono intraprese 350-400.000 nuove procedure giuridiche per reati civili e penali, sebbene solo il 37% ricorra alla giustizia, quindi a causa delle incapacità, sete di potere, onnipotenza e collusioni di gran parte dei giudici con avvocati e politici, si è accumulato un paralizzante, inquietante e inqualificabile arretrato superiore ai vent'anni, per cui l'Italia è costantemente condannata dal Tribunale Europeo per violazione sistematica dei diritti civili dell'uomo, quale Paese più inadempiente dei trattati sottoscritti in tal senso a livello internazionale.

*Per tutto quanto sta accadendo nella ormai pseudo patria del diritto, la maggior parte dei giudici dovrebbe vergognarsi della illiberale e antidemocratica gestione della giustizia, partendo dai C.s.m. e dai vari Presidenti della Repubblica succedutisi negli ultimi tre decenni, che hanno taciuto e nulla hanno fatto per impedire l'anticostituzionale, vergognoso malandazzo.*

\*\*\*

MAGISTRATI E GIUDICI, RICORDATE SEMPRE LE BUONE MASSIME E PRINCIPI:

**I DELINQUENTI VANNO COLPITI SUL NASCERE!**

IMMEDESIMARSI NEGLI ALTRI.

**GUAI A QUEI GIUDICI CHE CONDANNANO UN INNOCENTE O PEGGIO CHI HA SUBITO UN REATO!**

SE IL VOSTRO LAVORO NON VI PIACE O È TROPPO IMPEGNATIVO, CAMBIATE MESTIERE!

**ERRARE HUMANUM EST, PERSEVERARE AUTEM DIABOLICUM.**

\*\*\*

**CHE ABBIANO RAGIONE LA BIBBIA, BERLUSCONI E ALTRI, NEL DEFINIRLI: GIUDICI INIQUI?**

\*\*\*

**A TUTTI I LETTORI**

**Inviatemi i vostri fatti di malagiustizia o malasanità, li pubblicheremo con o senza firma, in base ai vostri desideri.**

\*\*\*

**CALENDARIO DEI DIVIETI DI CIRCOLAZIONE ANNO 2004**

FUORI DAI CENTRI ABITATI PER AUTOVEICOLI DI PESO MASSIMO COMPLESSIVO SUPERIORE A 7,5 TON.

\* *Tutte le domeniche dei mesi di Gennaio, Febbraio, Marzo, Aprile, Maggio, Ottobre, Novembre e Dicembre dalle ore 8,00 alle 22,00*

\* *TUTTE LE DOMENICHE DEI MESI DI GIUGNO, LUGLIO, AGOSTO E SETTEMBRE dalle ore 8,00 alle 22,00*

01 Gennaio	dalle ore 8,00 alle 22,00
06 Gennaio	dalle ore 8,00 alle 22,00
09 Aprile	dalle ore 16,00 alle 22,00
10 Aprile	dalle ore 8,00 alle 22,00
12 Aprile	dalle ore 8,00 alle 22,00
01 Maggio	dalle ore 8,00 alle 22,00
02 Giugno	dalle ore 7,00 alle 24,00
26 Giugno	dalle ore 16,00 alle 24,00
03 Luglio	dalle ore 7,00 alle 24,00
10 Luglio	dalle ore 7,00 alle 24,00
17 Luglio	dalle ore 7,00 alle 24,00
24 Luglio	dalle ore 7,00 alle 24,00
30 Luglio	dalle ore 7,00 alle 24,00
31 Luglio	dalle ore 7,00 alle 24,00
07 Agosto	dalle ore 7,00 alle 24,00
13 Agosto	dalle ore 16,00 alle 24,00
14 Agosto	dalle ore 7,00 alle 24,00
21 Agosto	dalle ore 7,00 alle 24,00
28 Agosto	dalle ore 7,00 alle 24,00
04 Settembre	dalle ore 7,00 alle 24,00
30 Ottobre	dalle ore 16,00 alle 22,00
01 Novembre	dalle ore 8,00 alle 22,00
08 Dicembre	dalle ore 8,00 alle 22,00
24 Dicembre	dalle ore 16,00 alle 22,00
25 Dicembre	dalle ore 8,00 alle 22,00

Dalla nostra redazione

## POTERE CIVICO

MARIO AGRIFOGLIO

**DA GALILEO AD EINSTEIN E LA SCIENZA DEL POI (5a)**

È POSSIBILE UNIFICARE

LE VARIE TEORIE SCIENTIFICHE?

°°) **Segue glossario**

(commentato\* = neologismi):

**15) \* Fotone y: (da non confondere col fotone di cui al punto 14) di cui si è parlato nell'ediz.56).**

Il fotone y è ritenuto composto nel modo seguente:

$A+ + A- [T'] = hn$ ,  $hn [T'] = y'$ ,  $y' [T] = y$ .  
Ragion per cui deve essere anche commutabile e si indica,  $y' A+ [T] = hp$ , (equivalente alla carica elettrica positiva primaria da non confondere col positrone), e,  $y' + A- = hd$  (equivalente alla carica elettrica negativa primaria da non confondere con l'elettrone).

L'elettrone e il positrone, in questa nuova concezione compensazionistica, vengono definiti cariche elettriche secondarie o "elettroniche".

Queste cariche elettriche primarie, gli hp e gli hd, derivate dal fotone associatosi ad una "carica elementare", monopolo, di uno o dell'altro segno, possono, a determinate condizioni fisiche, associarsi tra cariche elettriche primarie di segno opposto, dando vita a un nuovo quanto luce più grande del hn, il quale può ricondursi in massa dando vita ad una nuova particella neutra che, in tale stato, può riassociarsi a cariche elementari e così via ....

**16) h (costante "acca" o quanto di Planck):** quantità di energia per unità di tempo, espressa in erg al secondo,  $h = 6,6.10$  alla meno ventisette erg/s. [Max Planck (1858-1947), fisico tedesco, formulò tra il 1901 e il 1912 la teoria dei quanti; premio Nobel nel 1918 per la fisica].

**17) \* hn (costante "accaenne" o quanto di Agrifoglio):** "hn" differisce dal quanto di Planck "h" nella concezione strutturale, perché ritenuta conseguente alla "fusione" di due cariche elementari monopolari contrarie fuse assieme.

Questo nuovo quanto hn si verrebbe a formare a concentrazione X fra le due energie primarie E+ ed E-.

La concentrazione X equivale alla temperatura di fusione T"; considerando che ogni particella ha una propria temperatura di fusione T", una di condensazione T', una di stabilizzazione T. La temperatura d'unione del quanto hn è stata calcolata sulla base delle due concentrazioni delle due energie primarie

nel punto in cui si pensa possano essere pure, ossia alle rispettive concentrazioni X+ e X-, che per l'energia negativa equivarrebbe a 0°K e per l'energia positiva dovrebbe aggirarsi attorno ai 9000°K (perciò  $X-X+[1/2] = X$ ).

Per cui il valore di X per ciò che riguarda il quanto "hn", dovrebbe corrispondere alla temperatura di 4500°K circa. Il quanto hn, avvenuta la fusione parte a velocità c, e raggiunta la temperatura di condensazione termica T' (ti uno), si commuta in fotone y', assumendo massa relativa.

La massa relativa vista in questi termini può definirsi non solo come energia molto concentrata, - come intesa nell'equazione einsteiniana  $E = mc^2$ , - ma prevalentemente come "sostanza allo stato gassoso", espressa appunto nella nuova equazione:

$En = m \times F [hn, T']$ ;  $hn [T'] = y'$ ,  $y' [T] = y$ .  
Dove En rappresenta le due energie primarie alla loro concentrazione critica e indica la massa relativa risultante attraverso la funzione F ottenuta a temperatura di condensazione termica T', dove il fotone y' si trova ancora allo stato gassoso e a massa relativa (assumendo massa stabile solo a temperatura di stabilizzazione T).

Se si volesse spiegare questo fenomeno fisico attraverso un'analogia, potremmo considerare il nostro ambiente domestico, osservando che nei giorni freddi dell'inverno, quando la temperatura dell'esterno è notevolmente più bassa di quella interna, l'umidità contenuta nell'aria dell'interno, più caldo, si polarizza in positivo.

In questo modo viene attratta dall'atmosfera esterna nel punto in cui l'isolamento è minore (che sono quasi sempre i vetri delle finestre più lontane dalle fonti di calore). Dapprima il vapore acqueo si condensa in tante goccioline che per attrazione vengono convogliate al punto di minor resistenza termica in negativo.

Se ad esempio la temperatura esterna fosse di molti gradi sotto lo zero °C e i vetri della finestra sulla quale si è addensato il vapore acqueo è notevolmente lontano dalle fonti di calore, vi si congelerà. La considerazione analogica di questo fenomeno di condensazione prima e di congelamento poi va estesa a tutte le sostanze esistenti.

Ognuna nella propria temperatura di associazione T", di condensazione T' e di stabilizzazione o congelamento T.

Come si può facilmente osservare tutti i fenomeni fisici presentano regole comuni entro parametri prestabiliti

dalla legge di compensazione.

Legge di cui il quanto hn ne rappresenta la chiave principale, il punto cardine per poter decifrare in termini logici un'infinità di circostanze concatenate che dal microcosmo s'intrecciano e s'avvicinano nelle meraviglie quanto nelle catastrofi che governano l'Universo.

**18) \* hd (accadì): quanto di luce "azzurra" = a carica elettrica primaria, positiva, temporale,** una delle quattro cariche polarizzate primarie dello spettro elettrodiamagnetico percepibili dal nostro apparato ottico (da non confondere con le cariche "elettroniche"), formata da un fotone y al quale si sia associata una carica elementare monopolare negativa, l'antemeno A- che, liberandosi a campo aperto, assume velocità c\*, vibrando alla lunghezza d'onda (impulso) di 4900A. Quindi, un flusso di energia radiante composta dalle suddette cariche elettriche primarie polarizzate in negativo, gli hd, sarà percepita dal nostro sistema ottico come **luce colorata "azzurra"**. (Il fotone y associandosi ad una o più cariche negative o positive ritorna allo stato di energia).

**19) \* hd' (accadì uno) = a quanto di luce "blu",** una delle quattro cariche elettriche primarie dello spettro elettrodiamagnetico percepibili dal nostro apparato ottico (da non confondere con le cariche "elettroniche"), formata dalla fusione di un fotone y + due cariche elementari monopolari negative A- che, liberandosi a campo aperto, assume velocità c\*, vibrando alla lunghezza d'onda (impulso) di 3900A. Quindi un flusso di hd' sarà percepito dalla nostra vista come **luce blu**.

**20) \* hp (accapì): quanto di luce "gialla" = a carica elettrica primaria, negativa, temporale,** una delle quattro cariche elettriche primarie polarizzate dello spettro elettrodiamagnetico percepibili dal nostro apparato ottico (da non confondere con le cariche "elettroniche"), formata da un fotone y al quale si sia associata una carica elementare monopolare positiva, l'antepiù A+ che, liberandosi a campo aperto, assume velocità c\*, vibrando alla lunghezza d'onda (impulso) di 6100A. Quindi un flusso di energia radiante composta dalle suddette cariche elettriche primarie polarizzate in positivo, gli hp, sarà percepito dalla nostra vista come **luce colorata "gialla"**. (Il fotone y associandosi ad una o più cariche positive o negative ritorna allo stato di energia).

A CAVALLO DI 2 SECOLI  
**SAGA DEL MILLENNIO**  
 NEL NORD-ITALIA (11A)  
 di anonimo ma non troppo  
 \* \* \*

Ogni riferimento a fatti accaduti ai personaggi non è puramente casuale.

\* \* \*

**Giochi promiscui tra bimbi e bimbe**  
 Sebbene a quei tempi vi fosse l'usanza di tenere le femmine sistematicamente separate dai maschi, sia a scuola che in chiesa, e le une e gli altri frequentassero un diverso oratorio, si stava invece assieme, sulla piazza della basilica o nel cortile della scuola, nei vari giochi "sociali" della bella stagione: girotondo, brucio, mondo, nascondino, negus, guardie e ladri, indiani e visi pallidi, biglie, circuito e in buca, o in un cerchio, come con le figurine, anche se spesso in questi ultimi quattro si confrontavano più i ragazzini.

Io eccellevo, specialmente con le biglie, di terracotta dagli splendidi colori, di vetro multicolori (di queste ne vinsi moltissime, parecchie le possiedo tuttora), di marmo (marmuri) o di acciaio e cosippure con le figurine, raffiguranti i calciatori, i ciclisti e gli sportivi più famosi del tempo.

**Prime ingiustizie familiari**

Mentre, per me, giocare in casa era più problematico, per colpa di mio padre, infatti, in sua presenza, nei giochi dovevo sempre lasciar vincere il mio fratellino, perché era più piccolo, e lui, capriccioso, se lo facevo perdere si metteva furbescamente a strillare, e da lì iniziò a crescere viziato e lazzarone, e in seguito non perse mai un'occasione per peggiorare, a mie spese.

Ricordo pure i primi ceffoni presi da mio padre, senza nemmeno ascoltarli, e talmente forti e violenti che mi fecero ruzzolare dalla parte opposta del lettone, per il semplice fatto che mio fratello, non riuscendo a mettere una biglia sopra le altre tre accostate, si era messo come al solito a frignare.

**Altri divertimenti maschili**

Erano: ol fu-ball, giocato con dei palloni che facevano pietà perfino ai sassi della ghiaiosa e sconnessa piazza della chiesa, sulla quale di frequente ci si procurava delle dolorose abrasioni, ed inoltre quello dé 'ndà a fà 'l bagn 'ndèl funtanù dé la àl (fare il bagno in una piccola conca di una valletta, che serviva per far abbeverare le mucche dei contadini del luogo) ed ancora, la lipa o sgàrèla, composta da due pezzi di legno, l'uno corto con le due estremità coniche che veniva colpito con l'altro, cilindrico e lungo 40-50 cm, in modo tale che si alzasse a metà vita, per essere poi ribattuto e lanciato il più

lontano possibile; la fionda o il tirasassi, costruiti con elastici tagliati a strisce da una camera d'aria da moto, legate sui due braccetti di un legno ad Y ed usati per centrare, con delle piccole pietre, dei bersagli di cartone o barattoli di latta; ed infine gli zufoli ritagliati da speciali rami di legno e gli organetti a bocca. In inverno, io e molti altri maschietti ci svagavamo scivolando su delle lunghe slisaröle dé giàss (piste di ghiaccio battuto), da noi ricavate lungo la discesa del viale davanti alle scuole, oppure sciando, con delle slitte di fortuna, sui declivi innevati del versante nord e non solatio del monte sovrastante il paese, ricordando, con un po' di nostalgia, che a quell'epoca la neve cadeva piuttosto abbondante.

**Gli animali**

Nel casamento era proibito tenere cani e gatti, quest'ultimi sarebbero stati comunque a rischio, in quanto volentieri venivano rubati per essere mangiati, anche se la Sig.na Dottoressa aveva un paio di gatti, abbastanza selvatici, e una cagnetta volpina bianca di nome Zara, affettuosa e giocherellona, con la quale giocavo, quando l'era lasciata libera, facendola correre con una piccola palla o saltare attraverso un cerchio di bicicletta.

Certo fu che non potendo avere né un mio cane, né un gatto, ma dovendo accudire conigli e galline, è ovvio che mi affezionavo a determinati pulcini, gallinelle, conigli e coniglietti, a cui davo pure dei nomi, in base al loro carattere, colore, macchie, anche se un po' meno nei confronti dei galli aggressivi o di galline troppo "ignoranti".

Su quei mie lontani sentimenti c'era però il doloroso rovescio della medaglia, ossia la loro uccisione per darci quell'apporto di carne che allora scarseggiava alquanto nelle famiglie sempre piuttosto povere.

**La virtù del risparmio, mah ...!**

I miei genitori, per addolcire quei miei bocconi amari, mi davano qualche soldino da mettere in un salvadanaio di gesso in forma di gattino o cagnolino, per abituarli al valore del denaro e risparmio, che poi, appena abbastanza ricolmo, rompevano riportandomeli via, per le necessità economiche familiari, dicevano.

**A TUTTI I GENITORI: OTTIMI CONSIGLI!**  
 Educate bene, e insegnate il bene; premiate, correggete e punite, subito, secondo il merito e allo stesso modo, con logica e buon senso, severità, equità e fermezza gli errori dei vostri figli, ve ne saranno grati e avrete meno problemi anche voi in futuro.

In caso di matrimonio dei vostri figli, aiutateli affinché possano abitare da soli, non intervenite nelle loro famiglie, specie in quelle dei maschi. Consigliate però a tutti indistintamente di fare la dichiarazione di separazione dei beni, posseduti prima.

Dovete agire con buon senso e logica per essere in grado di fare sì le uguaglianze ma mirate, per non creare deleterie disuguaglianze.

**Quando un genitore fa troppe e pesanti differenze, specialmente se è la mamma a farle, molte volte, uno o più figli non sono dello stesso padre.**

**In questi casi la mamma anziché essere l'angelo è il diavolo del focolare.**

Non dimenticate mai che siete stati pure voi dei figli e quindi eredi.

Cercate di fare in vita tutto quanto è possibile per evitare che i vostri discendenti e/o eredi litighino tra di loro.

Dividete con i figli il vostro patrimonio, **meglio se di fatto, trattenendo l'usufrutto**, tenendo conto sia del diritto di famiglia **che del concetto di premiare chi ha agito bene e merita di più.**

**Esempio:** se il gruppo familiare fosse composto da 4 persone (padre, madre, un figlio e una figlia), si divide il totale per 4, monetizzando eventuali differenze; le 2 parti, spettanti rispettivamente al padre e alla madre, possono essere, anzi secondo il giusto, devono venire assegnate reciprocamente all'altro coniuge o al figlio/a più meritevole (**punite chi ha mentalità e cattiveria da Caino e premiate chi l'ha da Abele e si è comportato bene**); oppure senza il merito lasciate la vostra parte a chi volete, O MEGLIO, USA-TELA VOI.

**\*Sconsigliate, in generale, i vostri figli dall'intraprendere delle attività in comune, in specie se uno/a è volontoso e capace e l'altro/a è un lazzarone e invidioso, sfacciato, egoista, furbo, senza scrupoli ne coscienza, cattivo e intollerante, vigliacco e avido di soldi, voi genitori siete di certo in grado di distinguerli.**

**Se avete già un'azienda in proprio, a chi entra prima dei vostri figli, dovete immediatamente cedergli una certa quota, a chi dopo, invece, una percentuale inferiore per la diversità di età lavorativa e così via, ovviamente, se sono più di due, inoltre lungo il percorso siate sempre vigili, prevedendo degli adeguamenti, in base ai meriti, cercando di pervenire e/o predisporre, entro il momento del vostro ritiro definitivo, a chi dovrete cedere la maggioranza delle quote, in forza della capacità e del rendimento, anche prevedendo l'esclusione di chi è un parassita, però monetizzando la parte esclusa. Dnr**

**LA FARMACIA DELL'AMORE, DELL'ANIMA (1a)**

Francesca Bisogno

Collana Psicologia e personalità/  
 Briciole - Paoline Editoriale Libri

VI È MAI CAPITATO di essere scambiati per un'oasi da un gruppo di microbi desiderosi di concedersi una vacanza proprio nel vostro organismo?

Allora questo libro è per voi che:

- siete stati vittima di un'influenza che vi ha talmente indebolito da rendervi, almeno una volta nella vita, gentili perfino con vostra suocera;

- avete qualche piccolo o grosso acciacco che rende il vostro corpo un po' meno agile, mentre, in compenso, rende molto scattante il vostro portafoglio grazie alle numerose medicine che avete dovuto comperare... - insomma, tutti voi che avete dovuto (anche solo una volta) ricorrere al medico e al farmacista.

*Se pure questa penosa esperienza non avesse altro merito, avrete di certo sperimentato... quanto poco piacevole sia essere malati!*

Come il nostro corpo, anche la nostra anima si può ammalare, e i suoi disturbi sono tutti quei "malanni", cronici oppure momentanei, che ci colpiscono durante la giornata per motivi e incidenti anche piccolissimi, tipo: - quella mosca che ci ronza intorno da circa mezz'ora e che ci ricorda il ronzio continuo di un aereo militare che parte all'attacco;

- la nostra macchina nuova che, pur avendo caratteristiche super, decide di fermarsi all'improvviso nel traffico a soli cento metri dal concessionario dal quale l'abbiamo ritirata; - o più semplicemente quel nostro parente che non ci ha ringraziato per il favore che oggi gli abbiamo fatto...

A volte, invece, si tratta di mali maggiori: quelle sensazioni di *sofferenza, inutilità, impotenza* che invadono la nostra anima proprio come microbi e ci rendono malati.

**LA FARMACIA DELL'ANIMA**

Anche per la nostra anima esiste una "farmacia"... *Dov'è?*

È nel luogo dove neppure per ultimo cercheremmo, quello che meno ci sembrerebbe possibile: *è in noi.*

Per troppo tempo forse ci siamo abituati a credere che la "manna dal cielo" sia fuori di noi, a vedere gli altri come la sola e unica fonte di felicità, di forza, dalla quale attendere aiuto e da cui dipendere in modo esclusivo in caso di necessità.

Sì, gli altri, le persone sono importanti "regali" che Dio ci fa per aiu-

**IL RISPETTO DELL'ESSERE UMANO 2A**

SEMPRE DIMENTICATO DAI POTERI  
 E DALLE LOBBY DEI PRIVILEGI

DI ADRIANO POLI

I PECCATI CAPITALI, CHE GRIDANO VENDETTA AL COSPETTO DI DIO:

**1) omicidio volontario, incesto, stupro, sequestro, droga, rapina violenta.** A causa del buonismo, permissivismo e perdoni ad oltranza, accompagnati dalla perversa scusante della "malattia" dei colpevoli, che sono, poverini, da capire e recuperare, ormai da decenni questi depravati reati restano in pratica impuniti, a danno di cittadini normali prede. Il tutto, spesso, permesso dalla complicità delle caste dei poteri: giudici, politici, avvocati, psichiatri, giornalisti e anche da molti sacerdoti.

**2) grave adulterio e peccati impuri contro natura.** Troppe volte praticati dall'alto delle cariche istituzionali e incarichi di potere corporativistico, che tollerano pure il dilagare del nudo max mediatico a pagamento. Da tempo si è tornati ad adorare il vitello d'oro, perciò per tutti è più difficile l'essere bravi cittadini e più allettante è la frenetica corsa al facile dio-soldo.

**3) oppressione dei poveri.** Questa piaga sta diventando il sistema diffuso di sfruttamento su larga scala. L'impoverimento generalizzato del ceto medio, per non dire di quello basso è macroscopico. Il 2% dei potenti, cioè le solite lobby, detengono oltre l'80% della ricchezza e del prodotto annuo.

**4) defraudare la mercéde agli operai.** Una volta tutti gli industriali, allora definiti paternalisti, ai propri dipendenti davano la casa, mutua e medici interni, colonie marine e montane ai loro figli, e addirittura la tomba, come al Villaggio Crespi d'Adda. Oggi incamerano non solo i loro Tfr, tante ditte (a partire dalla Fiat), non hanno il contante per pagarglieli, ma altre, anche con il dolo, rubano pure i loro sudati risparmi investiti fiduciosamente nella grande impresa: Cirio, Parmalat, e di sicuro molte ancora lo hanno già fatto o lo stanno facendo.

**5) falsa testimonianza, calunnia, truffe notarili e giudiziarie.** Per giungere ad avere oltre 70.000 rei detenuti, più del doppio in libera uscita con licenza premio e circa 10 milioni di procedimenti giudiziari in corso, tra penali e civili; significa che queste "mode" sono molto usate nelle aule di giustizia, studi di avvocatura e notariato.

**6) bestemmia e turpilòquio.** Nell'aldiqua sono poco considerati, se non dai veri credenti e praticanti, quindi sono molto in voga nei prepotenti, specie negli ambienti politici e di potere.

tarci, ma non sono "stampelle" a cui appenderci! È vero, la "manna" c'è, ma viene giù dal cielo che è in noi.

"Sì, io posso guardare in me, ma, con tutti i problemi che ho, la mia emotività, le mie contraddizioni, com'è possibile che dentro di me ci sia questa farmacia?", Eppure, ne siamo consapevoli o no, questo "tesoro" in noi c'è. *Come vederlo?*

**QUANDO LA FARMACIA È CHIUSA**

Anzitutto dobbiamo capire, quando siamo "malati", perché non riusciamo a trovare la farmacia che è in noi. - Quando abbiamo un problema e non troviamo la risposta o non sappiamo come e perché vivere, *la farmacia è... chiusa*, sì, perché il nostro vero "io" ha deciso di lasciare il posto al nostro orgoglio, è lui l'orgoglio, che ci racconta tante false storie:

- che siamo soli e senza speranza, - che il proprietario della farmacia non c'è o non ha le chiavi per la riapertura.

*E tutto questo perché non abbiamo ancora capito che il proprietario è... Dio.* Un proprietario che è sempre lì, al proprio posto, dietro il bancone, e non va mai in ferie, né in sciopero. Ma noi continuiamo a vedere la farmacia chiusa perché abbiamo commesso un errore di fondo: *crediamo di essere noi i proprietari della nostra vita, della vita degli altri, dei nostri figli, delle cose che ci circondano, della nostra gioia, dolore, dei nostri successi e sconfitte...*

Così, crediamo che tutto dipenda da noi, dai nostri sforzi, dal non sbagliare; crediamo addirittura che l'Amore di Dio dipenda dai nostri meriti, dalle nostre "opere buone"... E quindi, quando abbiamo una contrarietà, un dispiacere o tutto sembra crollare, troviamo la farmacia chiusa e ci sentiamo soli. *Ma la farmacia è sempre aperta. L'Amore continua.* Finché non ci accorgeremo che il proprietario è Dio e che ci sorride, troveremo le serrande abbassate, abbassate dal nostro orgoglio.

**LE MEDICINE:**

**AVVERTENZE E MODALITÀ D'USO**

Ci sono molte "medicine" per i nostri mali, e appena avremo capito che Dio ci sorride potremo cominciare a scoprirle e a usarle.

Tutte le medicine consigliate in queste pagine possono essere usate ogni volta che si desidera, poiché sono prive di sostanze "diavolesche", di coloranti, di additivi o conservanti e di effetti collaterali. Sono quindi adatte a tutti, perché testate... evangelicamente! Scopriamo insieme le più comuni "malattie" dell'anima e le medicine corrispondenti. (Segue n/ 58)

**NUTRIZIONE (51a), SALUTE (53a):  
ACQUA MINERALE (10a).**

Prosegue la nostra ricerca sulle acque minerali, affinché i lettori possano scegliere in base alle loro esigenze, al di là dei propri gusti e preferenze.

(I dati non riportati non sono stati elencati dalla relativa ditta).

**Marca:** - LORA DI RECOARO -

**Ditta:** - RECOARO - S.P.A. - (VI)

**Località:** Conca Smeralda Pic. Dolomiti

**Altezza della sorgente:** mt. 880

**Tipo:** OLIGOMINERALE

**Analisi:** - UNIVERSITÀ DI TRIESTE -

**Prezzo lt. 1,5:** Euro 0,52 Lug.2003

**ANALISI BATTERIOLOGICA:**

microbiologicamente pura, può avere effetti diuretici ed è indicata per le diete povere di sodio.

Conservare lontano da fonti di calore e al riparo dalla luce del sole.

**COSTANTI E VALUTAZIONI CHIMICO-FISICHE:**

idrogeno (ph)	8,00
temperatura alla sorgente	7,1°C
conducibilità elettrica a 18°C	275,0
residuo fisso a 180°C	161,0
anidride carbonica mg/lt.	1,7
ossigeno alla sorgente	10,2

**SOSTANZE DISCIOLTE IN mg/lt.**

ione Sodio	Na+	1,10
ione Potassio	K+	0,34
ione Calcio	Ca+	37,00
ione Magnesio	Mg++	14,40
ione Stronzio	Sr++	0,20
ione Cloruro	Cl-	0,50
ione Solfato	So-4	24,40
ioneIdrocarbonato	Hco-3	149,00
ione Silicio	Sio2	1,24
ione Nitrico		
ione Ammonio		
ione Nitroso		
ione Floruro	F-	0,08
Fosforo totale	Pzo5	
ione Nitrato	No-3	4,00
durezza complessiva °F		n/s
Ossigeno consumato (Kübel)		0,09
***		

**Denominazione/Marca:** - BRIO BLU -

**Ditta:** - ROCCHETTA - S.P.A.-

**Località:** - GUALDO TADINO - (PG)

**Altezza della sorgente:** mt. 1503

**Tipo:** OLIGOMINERALE

**Analisi:** -A.s.l.Labor.Sanità Pubbl.-Pg-

**Prezzo lt. 1,5:** Euro 0,51 Lug.2003

**ANALISI BATTERIOLOGICA:**

microbiologicamente pura, può avere effetti diuretici ed è indicata per le diete povere di sodio.

Conservare lontano da fonti di calore e al riparo dalla luce del sole.

**COSTANTI E VALUTAZIONI CHIMICO-FISICHE:**

idrogeno (ph)	7,79
---------------	------

**POTERE CIVICO**

temperatura alla sorgente	n/s
conducibilità elettrica a 25°C	315,0
residuo fisso a 180°C	176,0
anidride carbonica CO2	7,0
ossigeno alla sorgente	n/s

**SOSTANZE DISCIOLTE IN mg/lt.**

ione Sodio	Na+	4,60
ione Potassio	K+	0,46
ione Calcio	Ca+	57,00
ione Magnesio	Mg++	3,70
ione Stronzio	Sr++	0,19
ione Cloruro	Cl-	7,70
ione Solfato	So-4	8,50
ioneIdrocarbonato	Hco-3	180,0
ione Silicio	Sio2	3,7
ione Ammonio		
ione Nitroso		
ione Floruro	F-	0,14
Fosforo totale	Pzo5	
ione Nitrati (-trico)	No-3	1,20
durezza complessiva °F		
Ossigeno consumato (Kübel)		n/s
(Segue nel n° 58)		<b>Gisy</b>

**NUTRIZIONE (52a):  
RICETTE PESCE (11a).****FILETTI DI COREGONE  
IN CROSTA DI NOCI  
CON CETRIOLI****Ingredienti per 4 persone (2696 kj/  
642 kcal a persona):**

600 gr. di filetti di coregone con la pelle, 1/2 cucchiaino di sale e un po' di pepe aromatizzato al limone; 2 uova; 150 gr. di noci miste tritate; 1/2 cucchiaino di sale, 2 cucchiaini di timo; 2 cetrioli (ca. 1 kg.), 1 cucchiaino di olio d'oliva (ca. 10 gr.), 2 cipolle rosse (ca. 140 gr.) tagliate ad anelli, 1 cucchiaino di foglioline di timo, 1 cucchiaino di sale, un po' di pepe macinato fresco; 180 gr. di crème fraîche, 1/4 di cucchiaino di sale, un po' di pepe aromatizzato al limone, 4 rametti di timo.

**Preparazione:** ca. 40 minuti.

**Impanatura alle noci:** mescolare le uova in una scodella con tutti gli ingredienti, foglioline di timo comprese.

**Filetti di coregone:** togliere con una pinzetta eventuali lisce, quindi condire i filetti. Disponerli su una teglia foderata con carta da forno con la pelle rivolta verso il foglio di carta. Distribuire l'impanatura alle noci su ciascun filetto e premere bene.

**Cottura al forno:** ca. 8 minuti, nella parte centrale del forno prescaldato a 220°. Togliere i filetti di coregone e abbassare la temperatura a 60°. Tenere al caldo i filetti e riscaldare i piatti.

**Contorno di cetrioli:** pelare i cetrioli lasciando alcune strisce di buccia, tagliarli a metà nel senso della lunghez-

za e quindi a fettine di ca. 5 mm. di spessore. In una padella riscaldare l'olio e cuocerli le cipolle e il timo, quindi aggiungervi le fettine di cetriolo, coprire e cuocere a fuoco medio per ca. 12 minuti e condire.

**Servire:** distribuire il contorno di cetrioli sui piatti caldi, quindi disporvi i filetti di coregone. Condire la crème fraîche e servirla con i filetti. Guarnire i piatti con i rametti di timo. **Betty B.**

**NUTRIZIONE (53a),  
PESCE (12a).****PESCE AZZURRO**

Il "pesce azzurro" è una denominazione di uso generale e non corrisponde a un gruppo scientificamente definito di specie. Un po' come nel caso del "pesce bianco" o dei "frutti di mare". Si definiscono azzurri quei pesci dalla colorazione dorsale blu scuro (ma spesso è presente anche un po' di verde) e ventrale argentea. Generalmente abbondano nei nostri mari e questa prerogativa li rende decisamente economici. Tra questi rientrano pesci come l'aguglia, l'alaccia, l'alice, il cicerello, la costardella, il lanzardo, il pesce sciabola, la sardina, lo sgombrino, lo spratto e il suro.

Inoltre possono essere considerati azzurri per la loro colorazione, anche molti pesci che, per dimensioni e forme, non hanno nulla in comune con "gli azzurri" più conosciuti.

Tra questi troviamo l'alalunga, l'alletterato, il biso, la lampuga, la palamita, il pesce spada e il tonno.

**VALORI NUTRIZIONALI**

Il pesce azzurro ha grassi simili a quelli vegetali, caratterizzati cioè prevalentemente da composti "insaturi", in particolare quelli della serie omega 3, importanti per lo sviluppo cerebrale e protettori per cuore e arterie. Di questa prerogativa sono privi i grassi degli animali di terra, più ricchi di composti "saturi" che, al contrario, se consumati in eccesso, possono facilitare l'insorgenza di alcune malattie, spesso favorite da una vita sedentaria e da una dieta poco equilibrata, ricca di calorie e di colesterolo. Quest'ultimo, invece, è contenuto solo in modeste quantità, salvo poche eccezioni, nei prodotti ittici. Il pesce fresco (riconoscibile dall'occhio vivo, la pelle brillante e le branchie rosse), è capace di fornire un buon apporto di vitamine (E e B) e sali minerali (selenio, fosforo, fluoro e iodio).

(Segue nel n° 58)

**Gisy**

**3A NOVELLA:  
LE SCIMMIE MALATE (12a).**

di Pietro Fossati

Giù, nel salone, mi attendeva Margharetta, che sorridendo mi disse:

- Nadia ed Elmo non scenderanno a pranzo, sono stanchi ed affaticati dal viaggio, preferiscono restare nelle loro stanze.-

-Ma - risposi io - si stancano per poco.-

-Ci fermeremo in questo Lodge tre notti, domani visiteremo la parte settentrionale del parco e rientreremo al tramonto, dopodomani la parte meridionale e il giorno dopo ritorno a Dar.-

- Per me va bene.-

Mangiammo allegramente, poi uscimmo sulla grande terrazza e Margharetta, in fase di sentimentalismi, mi chiese se non mi era mai capitato di innamorarmi. Le risposi di no, un po' seccato, per cui fummo d'accordo di finire la serata con un long-drink e di andare a dormire.

Il mattino, al sorgere del sole eravamo già in piedi, a seguito di una brusca sveglia del portiere e quasi assieme ci trovammo di fronte alla Rover che iniziava il safari.

Ci inoltrammo poche miglia nella foresta e cominciai lo spettacolo più bello e superbo che mai ebbi a vedere.

Nelle radure, che si aprivano immense tra la fitta boscaglia, si vedevano centinaia di impala allegri e timidi che correvano saltando, dirigendo la loro corsa al mulinello del loro codino, corto, piatto e rotondo, che girava a mo' di elica. Impauriti dal rumore della vettura, correvano lontano qualche decina di metri, poi si fermavano e ci guardavano a lungo incuriositi. Visto che nulla gli succedeva, proseguivano tranquilli al pascolo, sempre scodinzolando e mandandoci, di tanto in tanto, qualche furtivo sguardo di vergogna. Nadia, con la cinepresa, ne riprendeva gli atteggiamenti più caratteristici e la loro corsa a salti.

Più avanti alcune famiglie di giraffe, nascoste dall'ombra delle grandi pianure, non ci permisero nemmeno di avvicinarci che già erano in fuga. Correvano quasi impazzite dal terrore del nostro arrivo e l'autista fermò di botto la vettura.

- La giraffa è l'animale più pauroso della foresta - ci disse - e la loro corsa per scappare è tanto incondizionata, che a volte cadono morte soffocate. Il loro collo non permette una buona ossigenazione del sangue at-

**POTERE CIVICO**

traverso i polmoni troppo lontani e gli sforzi procurano loro una morte per collasso, ecco perché mi sono fermato.-

Attese che se ne fossero andate ben lontano e poi continuò il percorso a passo d'uomo. Frattanto, scimmie, scimmiette, scimmioni, saltando da un ramo all'altro degli alberi, ci manifestavano, con la meraviglia, il loro dispetto per il disturbo che apportavamo. Più su, alcune jene, che si erano scavate nella terra una mezza tana, da cui usciva solo il collo e la testa, ci guardavano con rassegnazione. Le avvicinammo a pochi metri, ma, quasi per dispetto, anziché fuggire, si girarono nella tana voltandoci le spalle.

- La jena non assale mai. Si ciba quasi esclusivamente di carogne, non ha paura di niente - ci spiega Nadia - anche il leone la disdegna come preda e penso che sia per l'odore che emana. È un brutto animale, schifoso, maldestro e goffo nel camminare, ma indispensabile alla foresta che ripulisce dalle carogne che neanche gli avvoltoi mangiano.-

Così parlando si arrivò ad un lago la cui superficie appariva rosata e che meravigliò noi europei.

Sempre Nadia ci spiega: - Sono uccelli di lago, milioni e milioni di trampolieri, vivono con le lunghe zampe nell'acqua e le loro rosee piume nascondono il verde dell'acqua.-

Costeggiando il lago, lungo una pista appena tracciata, si passò attraverso una piccola foresta e qui i fenicotteri cedevano il posto agli ippopotami. Grossi, scuri, pigri, a mollo nell'acqua, non si muovevano, solo l'occhio e le grosse narici a pelo d'acqua, poi di tanto in tanto, un grande sbadiglio ci mostrava le fauci immense. Erano tanti, troppi per contarli.

Alla nostra destra, verso la foresta, intere famiglie di rinoceronti, indaffarati a recintare con il loro sterco, la fattoria familiare, un rettangolo lungo e stretto che scendeva sino al lago, ogni famiglia abitava entro i propri confini e da questo tratto di foresta traeva di che nutrirsi ed al lago di che bere. Anche i piccoli, che erano molti ed a detta dei nostri accompagnatori, non oltrepassavano i confini in cui viveva la famiglia. Ma i giochi cucciolleschi sono inconsci e spensierati e qualche passo al di là del paterino sterco, sollevava l'ira del vicino padrone che, con il corno appuntito, lo avviava al focolare domestico. Questo spettacolo della natura ci av-

vinceva al punto da restare a lungo a rimirarli e le nostre menti quanti pensieri ed insegnamenti ne traevamo.

Frattanto nel mezzo di una radura, all'ombra di un gigantesco baobab, la vettura s'arresta e l'autista, sceso a terra, prende dal baule alcune borse, risale in vettura e, passandone alcune dietro, dice che dentro c'è di che bere e mangiare: thermos con the ghiacciato, panini vari e frutta.

- Quello che scarterete non gettatelo nella foresta, ma rimettetelo nelle borse che poi consegnerò al Lodge, loro sanno che fare. I nostri avanzati potrebbero essere mangiati dagli animali selvatici e correrebbero il rischio di infettarsi di germi che solo noi uomini civili possiamo combattere o convivere in amichevole simbiosi, loro ne morirebbero.-

- Ed io pensavo il contrario.-

- È in parte vero.- Continua l'africano: - L'anofele che trasmette la malaria lo fa solo con l'uomo: Nessun animale, anche i piccoli impala appena nati che hanno la pelle più tenera dei neonati umani, pur sopportando la puntura della zanzara malarica, non contraggono la malattia.- (Segue n° 58)

**A TUTTI GL'IMPRENDITORI:**

**Non fate mai una Snc, se il suo legale rappresentante non detiene almeno il 60% del capitale sociale.**

In base alla nostra proposta il capitale sociale di una Snc non dovrebbe essere inferiore a 5 mila Euro e venire considerato e legalizzato quale capitale di rischio e quindi non più (INGIU-STAMENTE E CONTRO LA COSTITUZIONE) con tutto ciò che appartiene ai soci in modo solidale e illimitato, come già avviene per i 10 mila Euro delle Srl e i 100 mila delle Spa (quest'ultimi due importi fermi vergognosamente da oltre 30 anni).

**Non fate mai pure una Srl con quote paritarie tra i due o più soci, sono fonte di liti; l'amministratore unico o il presidente deve avere almeno il 51%.**

**Se siete una persona onesta e intendete fare l'imprenditore seriamente, senza scendere a compromessi loschi, cercate di farlo senza soci, meglio soli che male accompagnati, perciò:**

**1) non dovete fare nessun prestito, società o attività con un fratello o chiunque abbia i vizi di Caino; 2) il lupo perde il pelo, ma non il vizio; 3) il lanzarone, cattivo, vigliacco, sfacciato, falso, senza scrupoli né coscienza, egoista, invidioso, intollerante, non cambia mai, e, pecunia veritas, è avido di soldi, quelli degli altri, i vostri.**