



IL BOLLETTINO

NOTIZIARIO DELL'ASSOCIAZIONE EX ALLIEVI DEL LICEO VITTORIO ALFIERI DI TORINO

Il bollettino dell'Associazione ex Allievi del Liceo "V. Alfieri" di Torino Anno 3, Numero 17, giugno 2004
Codice fiscale 97617240011 C.c. bancario 000003273459 presso UniCredit Banca Ag. 37 cab 01137 abi 06320 cin L
Conto corrente postale intestato all'Associazione n. 32203846

Sede sociale ed operativa: presso il Liceo, c.so Dante 80 10126 Torino

Orario segreteria: giovedì dalle 16.00 alle 17.30 tel. e fax 011-6645850

Sito Internet: <http://www.exalfierini.it> email: exalfierini@hotmail.com

Introduzione del Presidente degli Ex Allievi

Eccoci alla fine dell'anno (scolastico!) con ancora proposte di incontri organizzati dall'Associazione. Si sta intanto già lavorando per il programma del prossimo anno, che vedrà un tema sviluppato in tre incontri, intervallati da collaudate attività (cene con autori, visite, ecc.). La media di partecipazione alle attività proposte si aggira sulle 50 persone, numero certamente non molto elevato (i soci sono ben più di 500). Non piacciono le attività proposte? La gente non ha comunque tempo di fare molte cose, oberata da altri impegni? Ce lo domandiamo spesso, noi del Direttivo, e ci piacerebbe sentire il parere dei Soci. Avete voglia di darci suggerimenti, idee, consigli per far aumentare la partecipazione dei Soci? Grazie!

Fabrizio Antonielli d'Oulx

Un Alfierino e lo Yoga

Circa quarant'anni fa ho avuto la fortuna di incontrare per la prima volta lo Yoga.

Potrei dire che l'incontro è stato casuale, ammesso che la casualità esista, soprattutto considerando che in quell'epoca tale disciplina era poco conosciuta o comunque guardata spesso come qualcosa di folkloristico, e che nei corsi liceali non si faceva cenno delle filosofie orientali.

Per di più queste filosofie erano spesso ritenute passive, fatalistiche; cosa assolutamente errata. Ancora oggi accade di sentire le opinioni più disparate sullo yoga.

La maggior parte degli occidentali ne viene a conoscenza dalla descrizione o dalla osservazione delle cosiddette

"posizioni", ignorando la straordinaria ricchezza e varietà di tecniche che sono state sviluppate dai maestri dell'India. Altre persone, invece, dopo aver conosciuto tali orientamenti, possono arrivare a considerare le tecniche come una pratica di livello inferiore; alcuni parlano addirittura di uno "yoga fisico", contrapponendolo a uno yoga mentale o spirituale. E' necessario chiarire che lo yoga si propone di migliorare e di far evolvere l'intero individuo, in tutti i suoi aspetti, e le varie tecniche vengono usate a questo fine. Mentre lo scopo è uno solo, i mezzi sono innumerevoli, e un buon maestro consiglierà al suo allievo quelli più indicati, in base alle sue caratteristiche personali e al suo livello di evoluzione.

Tuttavia la pratica delle tecniche che utilizzano il corpo ha una estrema importanza ed è raccomandabile a tutti. Infatti il corpo è lo strumento mediante il quale avvengono tutte le nostre espe-

rienze e il suo stato influenza enormemente la mente e i diversi livelli di conoscenza.

Il principio "mente sana in corpo sano" è presente in tutte le culture. Lo yoga ha affinato al massimo livello le tecniche che migliorano l'efficienza dell'individuo.

Io stesso impiegai molto tempo per comprendere pienamente la potenza di tali tecniche, finché, come di solido accade, la mia comprensione ebbe una svolta in



Agenzia di Torino - Corso Re Umberto, 4/E
Tel. 011.511.54.51 - Fax 011.511.54.91
Promotori: Marcello De Benedetto, Carlo Tabusso, Gianpaolo Tronca

un momento di difficoltà. Ci fu un periodo in cui mi trovai a dover prendere una decisione importante e difficile, e nel quale mi succedeva di cambiare spesso parere. Per alcuni giorni consecutivi mi parve di notare che, dopo aver seguito la mia abituale seduta di yoga, apparentemente rivolta soltanto al benessere del corpo, spontaneamente mi sentivo propenso a prendere la decisione opposta a quella per la quale ero portato prima, e che rappresentava la soluzione più rinunciataria. Cominciai a sospettare che la cosa non fosse casuale; ne parlai con la mia insegnante di allora, che mi spiegò quanto il corpo influisca sulla mente, così come la mente influisce sul corpo. Fu questo l'inizio di un cammino che mi portò ad approfondire tali pratiche, oltre a quelle più propriamente mentali e meditative dello yoga, fino a decidere di diventare insegnante di tale disciplina, ritenendo che sarebbe stato un atto di egoismo e di irricoscenza non trasmettere ad altri ciò che avevo ricevuto. Naturalmente, come fedele alfiere, sarò lieto se qualche mio compagno vorrà approfondire l'argomento, partecipando a una esperienza in comune che il nostro Consiglio Direttivo sta progettando. A questo proposito vorrei ricordare che nessuno deve sentirsi scoraggiato dalle fotografie di posizioni difficilissime e acrobatiche che si trova-

no sui libri, né d'altra parte cercare di raggiungerle ad ogni costo. Le tecniche yoga possono essere eseguite a diversi livelli, e quello che si vede di solito sui libri è il punto di arrivo di una lunga pratica.

Il principiante deve cercare l'esecuzione che più si avvicina a quella ideale, evitando ogni disagio, ben sapendo che anche in questo modo otterrà grandi benefici e che le sue limitazioni gradualmente saranno superate.

La vera pratica dello yoga è basata sulla gradualità e sull'assenza di competizio-

ne, e le sue tecniche, una volta apprese, hanno il vantaggio di poter essere eseguite in ogni momento di necessità, senza intervento di altre persone e senza utilizzo di particolari attrezzature. Sono quindi utilissime per gestire autonomamente la propria condizione, riducendo al minimo l'intervento specialistico e la necessità di delegare ad altri il trattamento dei propri disturbi. Anche in caso di situazioni non modificabili, lo yoga è comunque uno straordinario aiuto a vivere nel miglior modo possibile la propria situazione.



“Nel tempo” della ritirata di Russia

Serata di memoria e di testimonianza quella organizzata il 10 maggio scorso dall'Associazione, a partire da un'idea del prof. Guastavigna che ringraziamo per la passione civile e intelligenza che accompagnano sempre le sue proposte. Purtroppo per un errore della redazione di un noto quotidiano torinese (non ne possiamo nulla;-), il nostro comunicato era preciso e inequivocabile), la segnalazione di una replica per l'11 ha provocato, oltre che una partecipazione non nutrita come l'occasione meritava, la sera del 10, la vana attesa fuori del Liceo di non poche persone la sera dell'11. Ci dispiace, perché la serata del 10 è stata, comunque, molto commovente e intensa, non solo per il bellissimo documentario “Nel tempo. Memorie dal fronte russo. 1942/1943” di Giuliano Girelli e Roberto Gaia, ricco di filmati dell'epoca intercalati a commosse rievocazioni di testimoni, ma anche per la presenza di alcuni dei protagonisti stessi, il ten. col. Pierangelo Spina e il ten. col. Antonio Andrioli, a cui si è unito il vitalissimo don Ruffino (clas-

se 1912), cappellano militare sul fronte russo. Le loro parole semplici e vere hanno conquistato il pubblico, aggiungendo particolari toccanti a vicende mal note, quei fatti veri della quotidianità che della tragica odissea dell'Armir la maggior parte degli Italiani ignora, conoscendo, se va bene, le polemiche e gli strascichi ideologici che hanno accompagnato la vicenda; ed è un peccato perché la storia si fa con i fatti e non si può parlare di ciò che non si conosce senza sapere. Con tante fonti anche visive per la storia contemporanea oggi l'ignoranza è colpevole.

In apertura il prof. Guastavigna, che si è detto “innamorato” del documentario “Nel tempo”, ha voluto sottolineare l'importanza del mezzo visivo come documento storico e come strumento didattico e i giovani registi presenti hanno concordato con lui nel ribadire

che la memoria dà colore agli aridi numeri e la memoria, “nel tempo”, può tra-volgerti e così, al momento della realizzazione, il maggior problema è stato operare una selezione nella congerie dei ricordi di Antonio, Pierangelo, Gherardo (Guaschino), Adolfo (Marsiglia). Le immagini e le parole, del filmato e dal vivo, hanno ridato vita agli episodi, ai luoghi e alle sofferenze dell'Armir, a proposito della quale lo scrittore Giulio Bedeschi, ufficiale medico nell'AR-



MIR, Divisione Julia, disse: "Non esistono parole adeguate per descrivere le privazioni e i sacrifici a cui si sottoposero per un intero mese gli alpini e gli artiglieri alpini della Julia". Un Inferno dantesco quello vissuto dalla Cuneense, dalla Julia, dalla Tridentina in luoghi dai nomi poco familiari, Nikolajevka, Mitsulinski, Tambov, Krinowaja: la tragica ritirata, la "marcia del Davai" (camminare!), i combattimenti i feriti, i morti congelati (febbraio '43: -40 gradi), gli ammassamenti in recinti per bestiame, la tragedia dei terribili "scarponcelli" chiodati trasformati in morse, il fango, la neve, l'ossessione della fame e i discorsi sul cibo, gli episodi di cannibalismo, lo sprezzo e il cinismo dei tedeschi, gli stenti nei campi di prigionia russi, i pidocchi, il tifo petecchiale, il colera, il lavoro, i lunghi anni di permanenza in Russia e l'avventuroso ritorno ma anche il legame profondo con gli alpini e il dolore di separarsi da loro, la compagnia teatrale, le manifestazioni di umanità dei civili russi, i preziosi, umili muli, l'amicizia... E poi il miracolo... essere riusciti "venir fuori vivi" dall'Inferno: la famiglia, gli affetti, il faticoso ritorno alla normalità di una casa, di un lavoro, degli affetti. Un pezzo di storia che ci conforta sapere essere stato presentato anche agli studenti del nostro Liceo e accolto da loro con l'assoluta attenzione e il rispetto che la Storia e le sofferenze dell'Uomo meritano, sempre.

Segnaliamo che il filmato è acquistabile al prezzo di 15 euro presso l'associazione "Documé" (tel. 011 6694833) e che notizie sulle vicende dell'Armir sono reperibili sui siti:

<http://www.storia900bivc.it/pagine/edistoria/rasolo295.html>

<http://www.fronterussounirr.it/centrale.htm>

http://www.brigatacadore.it/Storia/Storia%20alpini/la_seconda_guerra_mon_diale.htm

<http://www.elsitmilanes.it/armir2.html>

M.G.A.

"Ma ...ho mandato un pezzo al bollettino tanto tempo fa, e non è ancora stato pubblicato!" ...abbiate pazienza, per fortuna abbiamo molti collaboratori, fermo restando che privilegiamo i pezzi "di attualità". Grati cmq se vorrete mandarci i vostri contributi su supporto magnetico...

Grazie! La Redazione

Nota del Tesoriere

Il Consiglio Direttivo dell'Associazione ha provato, in occasione delle serate con Attilio Piovano al Circolo degli Artisti del 28 maggio scorso, a lasciarne il costo (affitto della sala e rinfresco) al buon cuore dei partecipanti, suggerendo un'offerta libera: MAI PIU', l'Associazione ci ha "rimesso" un sacco di quattrini!

Ecco le attività del trascorso "anno scolastico" con un sincero "grazie" a quanti hanno contribuito a realizzarle:

- **7 settembre 2003**, visita guidata da N.Ghietti, di **Carmagnola** e, in particolare, della sinagoga
- **25 settembre 2003**, nell'Aula Magna del Liceo, incontro con studiosi e amici di **Furio Jesi**
- **16 ottobre 2003** convegno *Il diritto all'apprendimento nella scuola che cambia* (in collaboraz. con FNISM)
- **15 novembre 2003**, 2° compleanno dell'Associazione: concerto del baritono **A. Corbelli** al Circolo degli Artisti.
- **30 novembre 2003**, visita guidata da I. Massabò Ricci alla **mostra Vittorio Alfieri, aristocratico ribelle, all'Archivio di Stato**
- **11 dicembre 2003**, visita guidata da padre G. Giordano e concerto natalizio nella **Basilica dei Santi Martiri**
- **6 febbraio 2004**, cena e incontro con **Maurizio Laudi** al Circolo degli Artisti
- **7 marzo 2004**, visita alla **Pinacoteca Giovanni e Marella Agnelli** ed alla mostra dei Disegni di Gustav Klimt.
- **2 aprile 2004**, cena con l'autore al Club di Scherma: **Margherita Oggero**
- **10 maggio 2004**, presso l'aula magna del Liceo proiezione del video "Nel Tempo", sulla ritirata dell'esercito italiano in Russia nella II Guerra Mondiale, presenti alcuni testimoni ed il prof. G. Guastavigna.
- **28 maggio 2004**, dopo cena, al Circolo degli Artisti, incontro con "La stella amica" di **Attilio Piovano**. Parole e note con l'Autore e **Alessandra Comazzi**.
Naturalmente vi sono poi anche le attività rivolte agli attuali allievi del liceo...

LA STELLA AMICA

La sera (questa volta un dopo cena) del 28 maggio scorso, nella elegante sede del CIRCOLO DEGLI ARTISTI, Attilio Piovano, musicista e critico musicale, ha presentato il suo libro "La stella amica" edito nei raffinati tipi di Daniela Piazza. Il testo, un borderline fra il racconto storico (la verosimiglianza, ad esempio...) ed un giallo è opera di fascino e di piacevole lettura, gradevole come lo è stata la sua presentazione a più voci - l'autore, il pianoforte, gli spartiti di Mozart, i due giovani attori/studenti del Liceo Alfieri (Giulia Ferraris e Francesco Napoli), Donatella Taverna, curatrice della collana "Gocce di Piemonte" e la "nostra" brava giornalista Alessandra Comazzi. La serata è stata opportuna anche per chi (come la sottoscritta) non è esperto di musica, poiché Attilio Piovano ha saputo sollecitare l'interesse generale tanto da far venire voglia di leggere questo libro, ascoltando qualche preziosa opera mozartiana e non solo. Al termine un grande applauso e un graditissimo rinfresco.

Graziella Franzinetti

ATTENZIONE!!!

Come stabilito, dopo due anni, in autunno, ci toccherà l'immane fatica di rifare il nostro annuario.

Preghiamo quindi tutti i Soci che nel frattempo avessero cambiato indirizzo o che avessero errori da segnalare, di comunicarci le variazioni da apportare.

Ci risulta poi di avere diverse emails di soci sbagliate: vi invitiamo quindi a mandare un messaggio all'Associazione exalfierini@hotmail.com così da permetterci di ricavare i vostri indirizzi di posta elettronica senza errori.

Grazie!!

Non tutti saranno, in agosto, fuori Torino...e allora, anche quest'anno, organizzata dal nostro tesoriere Nicola Ghietti, proponiamo, tanto per cambiare, a Carmagnola, la

GIORNATA DEI DISPERATI

di ferragosto (o di qualche giorno dopo...) **domenica 22 agosto**
con la visita a tre piccoli musei

MUSEO TIPOGRAFICO RONDANI, molto carino e ben allestito, che raccoglie oggetti e ricordi dei 500 anni di attività ininterrotta della tipografia carmagnolese

MUSEO CIVICO NAVALE, anche questo piccolo, ma ricco di materiale (fornito, fra l'altro, da uno dei membri del Consiglio di Amministrazione, l'ammiraglio Vandini Thaon di Revel)

MUSEO DI STORIA NATURALE (alla cascina Vigna), idem come sopra
Cena in una qualche trattoria o agriturismo della zona

Ritrovo alle ore 16.00 a Carmagnola, davanti alla sede della Cassa di Risparmio di Asti,
via San Francesco di Sales (è la via della circonvallazione per Cuneo e Pinerolo)

Adesioni entro il 20 di agosto al n. 011 5549301 o 339 2518040

**Ed eccoci alle attività di settembre...prendetene nota,
non crediamo di riuscire ad inviare un altro bollettino...**

Ecco dunque la **CENA CON L'AUTORE**

martedì 14 settembre 2004, alle ore 20.00

presso il Club di Scherma, Viale Ceppi 6, (Villa Glicini al Valentino) il nostro socio

Alberto Stipo

esperto ed autorevole insegnante di yoga, ci parlerà del suo

“Libro completo delle tecniche yoga”

e, con i suoi suggerimenti, ci aiuterà ad affrontare nel modo più sereno e meno traumatico possibile il ritorno alla routine dopo la pausa estiva. Un appuntamento “rilassante” e terapeutico da non perdere!!

Aperitivo e cena: 20 . Prenotare telefonando, entro il 13/09/04, al sig. M. Matakchione, presso il Club di Scherma: 011/6699889 (h.13,30-14 o dopo le 19,30).

...ed ecco, ancora in settembre, (attenzione, non arriverà un'altra comunicazione, segnatevelo sull'agenda!)

VISITA ALL'ABBAZIA DI FRUTTUARIA

sabato 25 settembre 2004

PROGRAMMA

ore 10,45 ritrovo a Montanaro sul piazzale della Chiesa Parrocchiale “Santa Maria Assunta” ed inizio visita al Castello, a Santa Maria Assunta, alla Confraternita di Santa Maria, alla Pieve di S. Maria d'Isola

ore 13,00 pranzo in Trattoria a Montanaro a base di cibi semplici, ma genuini e caratteristici

ore 15,00 trasferimento in auto (circa 30 minuti) a San Benigno per visita alla Chiesa/Cattedrale di Fruttuaria e specialmente alla cripta romanica, recentemente restaurata

ore 17,30 fine della visita

Prezzo comprensivo di visita guidata a Montanaro, visita guidata a San Benigno, pranzo completo, offerte ai parroci, biglietto d'entrata alla cripta, **euro 32,00**

Prenotazione obbligatoria entro le ore 20,00 del 20/9/04 al 011545521 (tel e fax) e per email al **www.ex.allievi.alfieri@tiscali.it**

Nel caso qualcuno desiderasse usufruire di un pulmino dovrà comunicarlo al momento della prenotazione e sarà cura dell'Associazione tenerlo informato su luoghi e costi (in funzione del numero di persone interessate).