

PILLOLA PER NAVIGARE

NUMERO 175

15 aprile 2014

Maggiori informazioni sulle attività dell'associazione *Il Telefono d'Argento* possono essere reperite raggiungendo il sito internet: www.telefonodargento.it



BUONA PASQUA

Essere soli è il destino di tutti i grandi spiriti: un destino a volte deplorato, ma pur sempre scelto come il minore di due mali.

..... oggi proponiamo uno degli Aforismi sulla saggezza della vita di quel filosofo pessimista che è stato il tedesco Arthur Schopenhauer (1788-1860). In realtà noi tutti abbiamo in mente il detto popolare secondo il quale «è meglio essere soli che male accompagnati». Certo è che il genio, come tutte le grandi personalità, un po' per la sua originalità e un po' per l'invidia altrui, si ritrova spesso isolato. E il filosofo fa notare che, pur deplorando tante volte questa cortina di solitudine, i grandi spiriti alla fin fine sono convinti di aver evitato il male peggiore di essere circondati da tanti seccatori e da gente meschina. In tutto questo c'è una lezione che vale per tutti. Se si preme il pedale del disprezzo per gli altri, ci si trova non tanto soli quanto isolati, privi di quel calore umano che è necessario per vivere. Ma se si esagera nell'essere estroversi, accompagnandosi a chi capita, si corre il rischio opposto di essere incapaci di riflettere, di evitare gli influssi devianti, di immergersi in una chiacchiera vana e di diventare persino vittima di falsi amici e di approfittatori. La persona è, quindi, su un crinale: deve, sì, vivere nella società e coltivare le relazioni, ma deve trovare anche quella compagna preziosa di tante ore che si chiama solitudine.

Card. Gianfranco Ravasi

"Il Mattutino" - da L'Avvenire

IN QUESTO NUMERO DELLA PILLOLA PER NAVIGARE:

1. Appuntamenti e Notizie
2. La “Pillola per navigare” – Volo simulato
3. Le nostre ricette – Quaresima
4. Raccontaci di te – Roma, 27 maggio 2006 (seconda parte)
5. Appmania! – Un mondo di app nel window store
6. Mi ricordo....

Ti invitiamo a scriverci al telefonodargento@hotmail.it, a seguirci su [facebook.com/telefonodargento](https://www.facebook.com/telefonodargento) e su twitter.com/TdArgento

1 – APPUNTAMENTI E NOTIZIE

Gite di primavera 2014

5 maggio – Parco delle Peonie – Vitorchiano

20-21 maggio – Firenze

26 maggio – Abbazia di Farfa

20 giugno – Monastero S. Scolastica – Subiaco

Informazioni ed adesioni: 06.85578598 – 338.2300499

Il Martedì alle ore 16:00 - APERTA...MENTE ANZIANI a S. Agnese Fuori le Mura, via Nomentana 349.

Per informazioni: 06 86207644 (martedì e giovedì, dalle 17:00 alle 19:00)

Tutti i Martedì e i Venerdì dalle ore 17.00 alle 19.00 – Parrocchia S. Maria della Mercede - Via Basento, 100: "Per stare insieme".

Maggiori informazioni al: 06 88 40 353

Tutti i Mercoledì ore 10 - 12 a S. Roberto Bellarmino ingresso via Panama13.

APERTA...MENTE ANZIANI

Per informazioni: 06.8557858

Il mercoledì ore 17.30 Parrocchia Santa Croce – Via Guido Reni 2b

CUCINA CRUDISTA CREATIVA SULLA SCIA DELLA BIBBIA

Incontro di cucina naturale crudista – Ricette ispirate dalla lettura della Bibbia.

Con la collaborazione della dott.ssa Bruna Bouchè per gli aspetti nutrizionali e delle chef del Telefono d'Argento per la realizzazione delle ricette – Fotografie di Gabriella Baldelli.

Per informazioni telefonare a 333.1772038 - 063222976

Il giovedì mattina (ore 10 – 13) e il venerdì mattina (ore 10 – 13) sono a disposizione, per consulenze e consultazioni **gratuite**, psicologo e avvocato, presso la struttura di via G. Frescobaldi 22.

Chiama il Telefono d'Argento al numero 06.8557858 o al cellulare 331.3248598.

2 - LA PILLOLA PER NAVIGARE

Volo simulato

<http://earth.google.it>

Google Earth ci permette di esplorare il mondo anche dalla cabina di pilotaggio di un aereo. Andiamo in **Strumenti**, clicchiamo su **Accedi al simulatore di volo** e divertiamoci con **Avvia il volo**.

3 – LE NOSTRE RICETTE

CUCINA CRUDISTA CREAT^TIVA SULLA SCIA DELLA BIBBIA

Durante l'usuale incontro del mercoledì, per tutto il tempo quaresimale e per scelta condivisa, si è deciso di non presentare e preparare alcuna ricetta (ci limitiamo a bere una tisana).

Dopo la lettura riguardante il testo *“Vivere la Quaresima con san Felice da Cantalice”* (*clicca appresso per leggere il testo integrale*

<http://www.telefonodargento.it/Viverelaquaresimaconsanfelicedacantalice.pdf>)

la dott.ssa **Bruna Bouchet** ha esposto un nuovo argomento riguardante la salute: questa settimana é stato trattato

LA DIGESTIONE

Cosa ne pensi? Invia i tuoi commenti al seguente indirizzo di posta elettronica:

telefonodargento@hotmail.it

4 - RACCONTACI DI TE

Roma, 27 maggio 2006 (seconda parte)

Ora posso iniziare a scrivere proprio di ciò che, anche se nebulosamente, ricordo dell'Elsa che poteva avere circa tre anni! Mi rivedo in sala da pranzo seduta sul tavolo accanto al fonografo a tromba intenta ad ascoltare i dischi che zia Giovanna faceva girare per me. E poi in terrazza con zia e nonna che cucivano ed io nascosta sotto il tavolo con un paio di forbici in mano, che tagliavo la tovaglia che zia Nina stava ricamando per il suo corredo (sicuramente volevo le loro attenzioni).

Della mia Cresima ho un vago ricordo: sento mia nonna dire a mamma (che nel frattempo era andata a vivere per suo conto con mio padre lasciandomi però dai nonni) di avermi fatta cresimare senza stare a dirlo perché voleva essere lei la mia madrina e poi dà a mia madre un libretto di risparmio intestato a me col versamento di 100 lire! Che avrei potuto riscuotere solo quando avessi raggiunto la maggiore età (ventuno anni!). Per il mio matrimonio ho dovuto rifare la cresima perché documenti non se ne trovavano e la mia madrina, che avrebbe potuto testimoniare, era morta!

Poi c'è l'ultimo ricordo di nonna Clelia; eravamo in terrazza e mi dice "corri va a chiamare la portinaia" e da quel momento è cambiata tutta la mia infanzia. Nonna ha un attacco di cuore e muore. Ma io questo l'ho saputo solo in un secondo momento. Di allora ricordo mio padre (il genero cattivo....) era sul tram che passava sotto le nostre finestre, ci vide in terrazza e gli venne voglia di venire a trovarci. Scende dal tram, va al bar acquista un vassoio di paste e si presenta a casa, proprio mentre la suocera sta morendo, fra parentesi è l'unico di figlie e generi che le è stato accanto in quel triste momento! Io mi rivedo fuori la porta di

casa seduta sulle scale, frastornata da tutto quel correre, ma con un pensiero fisso: “Ma le mie paste che fine avevano fatto?..... “

È da un bel po' di tempo che ho abbandonato questo mio scrivere ed oggi invece voglio fare delle considerazioni (ad uso di chi mi leggerà?.....) ho 74 anni, quindi non una lunga previsione di vita ancora, perciò perché angosciarmi? perché dannarmi l'anima e non dormire? perché pormi domande sul mio rapporto con il prossimo, sul mio non essere sempre in sintonia con gli altri? è comunque e solo colpa mia se non sempre riesco a farmi capire ed accettare? Vorrei essere amata per come sono, forse dovrei imparare a dare il meglio di me, ma tutto è molto difficile; perciò niente tristezze, devo abituarli a vivere giorno per giorno, soprattutto con coerenza e senza troppi rimpianti, accettando tutto quello che di buono ogni giorno può regalarmi.

Ora torniamo all'Elsa bambina. In un primo momento fui affidata alla mia nonna paterna, ma poi mamma mi volle con se. Lei però lavorava tutto il giorno, perciò fui messa in un istituto di suore salesiane e posso tranquillamente affermare che mi sono trovata veramente bene con loro. Ho un buon ricordo di quegli anni: ero tutta la giornata in istituto, rientravo a casa solo per dormire; ma lì, a scuola, c'erano tante bambine con cui giocare (ero affamata di compagnia) tanto è vero che anche la domenica, che avrei dovuto passare a casa con i miei genitori, chiedevo di poter andare all'oratorio! E pensando all'oratorio mi ricordo di una domenica: mamma era andata a lavorare anche quel giorno, perciò ero sola in casa e dovevo aspettarla, non potevo correre dalle suore come avrei voluto; e mi rivedo sdraiata sul letto a piangere e a fare una promessa a me stessa: quando avessi avuto dei figli sarei stata più presente con loro non li avrei lasciati soli mai,

perché non volevo che dovessero soffrire di solitudine e forse anche del senso di abbandono che io provavo.

Ed invece ora penso che non ho saputo ben gestire la mia maternità, forse non ero pronta a fare la mamma; è vero, non ho mai lasciati soli i miei figli, per tutte le loro necessità io c'ero sempre, pronta a darmi a loro come meglio sapevo. Ma sicuramente era Nazario in cima ai miei pensieri, anche se non mi sembra che i miei figli abbiano risentito di questo mio modo di vivere la vita familiare!

Ma per Aleardo è proprio stato così? Devo rifarmi a quei lontani giorni in cui per andare ad insegnare (ero perennemente in ritardo) attraversavo la “anche allora” trafficatissima via Nomentana senza guardare a destra ed a sinistra, dicendo a me stessa che per il mio credo religioso non potevo uccidermi, ma se una macchina mi avesse investita, finalmente sarebbe arrivata la pace! Ma perché mi esprimo così? Con mio marito andavo d'accordo, i miei figli erano sani e belli ma vivacissimi i primi due, e Nazario non mi aiutava a gestirli; lui era un gran lavoratore ma quello soltanto faceva. Probabilmente ero esaurita e non me ne rendevo conto, sapevo soltanto urlare quando i due grandi litigavano, insomma mi sembrava che in casa ci fosse l'inferno; queste mie sono parole grosse, forse anche esagerate, però quella era l'atmosfera che io allora respiravo!

Ora però ripensando a quei giorni mi viene da fare una riflessione: ero una figlia unica, senza nessuno con cui dover competere; la maggior parte della giornata ero sola in casa in un silenzio assoluto, e quindi una volta divenuta mamma quello che per altri sarebbe stata normale amministrazione per me era il caos a cui non ero abituata, al quale non ero stata preparata.

A questo punto della mia vita s' inserisce mio cognato Alvisè; ogni volta che si stava tutti insieme erano continue discussioni e lamentele da parte di Nazario,

quindi Alvisè si fece avanti con una proposta vantaggiosa (a suo dire) per noi e per loro. Ci disse di essere disposto a prendere nella sua casa uno dei nostri figli, ad allevarlo ed educarlo in vece nostra, così che noi potessimo essere alleviati dal peso dei tre che non sapevamo tenere a freno e nel contempo davamo uno scopo alla loro vita visto che mia cognata Rosanna non riusciva a portare avanti le sue numerose gravidanze. Erano tentati di adottare un bambino, ma la burocrazia non li aiutava in questo loro desiderio. Così dopo tanti tentennamenti, dubbi, paure, mi lasciai convincere.

Fu deciso per Aleardo, aveva circa quattro anni perciò essendo il più piccolo forse avrebbe meno risentito dell'allontanamento. Però non sempre andò tutto liscio, io i miei dubbi li avevo rimossi, ma non cancellati; sapevo che mio figlio stava bene, che era amato forse in maniera migliore di come avrei saputo far io, ma..... E questo < ma > si ripropose quando compì sei anni. C'eravamo incontrati a Firenze, i miei cognati, noi ed i nostri tre pargoletti. Aleardo che s'era ritrovato con i fratelli, al momento dei saluti armò un gran capriccio, non ne voleva sapere di far ritorno a Verona; e lì in mezzo alla strada rivedo ancora mia cognata che apre le sue valigie per darci gli abiti del nipote, ed è forse in quel momento che si è compiuta tutta la storia di mio figlio! Non ebbi il coraggio di riprendermelo perché sapevo quanto dolore avrei causato a Rosanna ed Alvisè; pensai proprio ad un capriccio passeggero e così su due piedi, mandai a Verona, per accompagnare il fratellino piangente, Luca. Infatti Aleardo si tranquillizzò, ma quando Luca tornò a Roma mi disse: “mamma, ma quando fai tornare Aleardo qui con noi a Roma?” Però se per i miei cognati tutto era tornato come prima, anzi Alvisè mi bombardava con lettere e telefonate per spiegarmi e rassicurarmi, io ricominciavo con i miei dubbi, le mie paure, temevo soprattutto di far di mio figlio uno

sconosciuto a noi genitori ed ai suoi fratelli; temevo di perderlo (mi accorgo di aver parlato sempre al singolare, ma purtroppo Nazario non partecipò mai a queste scelte sulla pelle di suo figlio, per lui era importante la sorella). Comunque dopo tanto parlare, (sempre Alvise ed io,) Aleardo tornò a Roma dove fece la prima elementare.

Puntualmente tornò il caos in casa. Si andò avanti così per tutto l'anno scolastico. Alvise prese molto male questa mia decisione, non mi scrisse più, si era instaurata una grande freddezza nei miei riguardi, rimproverava il mio ripensamento (non era riuscito a mettersi nei miei panni); poi però tornò alla carica, forse subì anche il lavaggio del cervello. Nazario voleva soprattutto il bene della sorella e quindi un figlio glielo affidava volentieri senza domandarsi (come facevo io), quanto bene facevamo a nostro figlio, anzi ai nostri tre figli; la mia paura era proprio che potessero divenire estranei l'uno all'altro. Però nel timore che per tenermeli tutti vicini potessi rovinarli tutti e tre (visto che non sapevo educarli!.....) mi convinsi che il loro meglio era far tornare Aleardo dagli zii. Si arrivò così in quarta ginnasio e qui si ripropose la questione della lontananza, del non stare nella famiglia di origine. Fu mia cognata a telefonarmi dicendomi che per il bene di mio figlio andassi a Verona a riprendermelo; Aleardo non riusciva ad inserirsi nella nuova scuola, non rendeva nello studio, addirittura la sua insegnante di lettere, con la quale ebbi un colloquio, mi consigliò di iscriverlo ad un corso professionale: “c'è bisogno anche di bravi idraulici” mi disse!.....; probabilmente invece mio figlio risentiva dell'atmosfera pesante che si era creata a Verona fra moglie e marito (Alvise, senza il parere di sua moglie, stava tentando di adottare il figlio di un suo cugino). Comunque non me lo feci ripetere due volte, ben felice di riaverlo con noi a Roma. Qui Aleardo frequentò quarta e quinta

ginnasio al Giulio Cesare con gli stessi insegnanti di Luca, inserendosi prontamente nella classe, (quando poi si dice che si deve dar retta ai giudizi dati da insegnanti che non conoscendo minimamente l'alunno sono pronti a gettarlo a mare!)

Poi, ancora una volta Alvise si fece avanti con una nuova proposta: pensava di fargli fare il liceo al Morosini di Venezia; Aleardo, ormai in grado di decidere da solo, accettò, e da allora non è stato più né con loro né con noi. Poi l'università

Elsa Cambotti

Invia anche tu la tua storia a questo indirizzo:

telefonodargento@hotmail.it

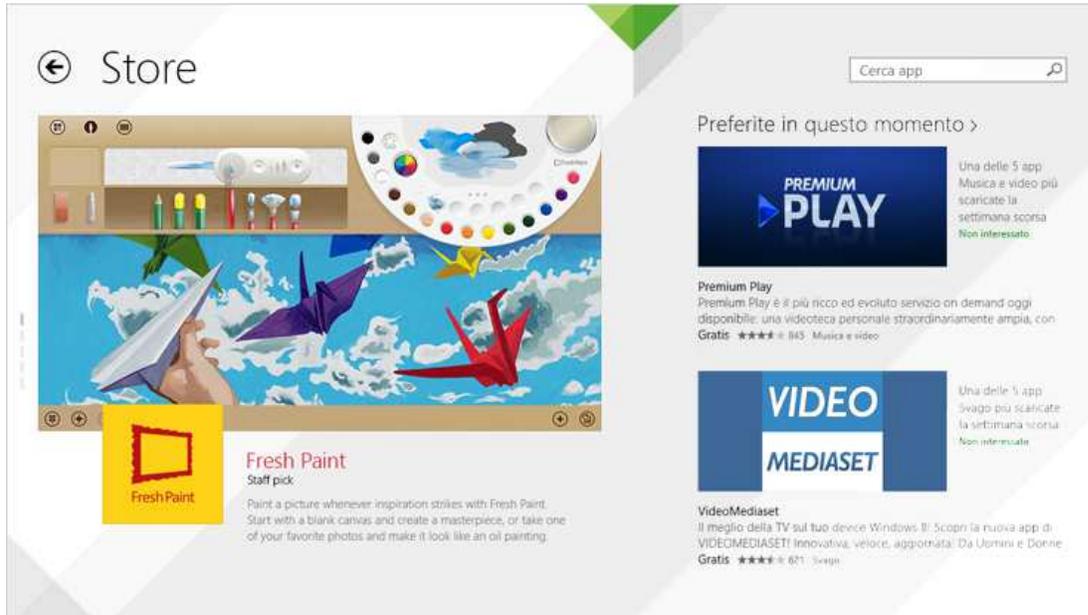
Se invece preferisci raccontare la tua storia, noi la scriveremo per te; chiama il numero **333.1772038.**

5 – APPMANIA

Un mondo di app nel Windows Store

Le app semplificano l'uso del tuo PC, offrendoti nuovi metodi per lavorare e divertirti. Windows 8.1 e Windows RT 8.1 includono alcune app integrate che ti permettono di socializzare, restare in contatto con i tuoi amici, condividere e visualizzare documenti, organizzare foto, ascoltare musica e guardare film, ma troverai molte altre app nel Windows Store.

Nota: devi avere Windows 8.1 o Windows RT 8.1 per visualizzare e installare app dal Windows Store. Se non hai Windows 8.1 o Windows RT 8.1, puoi dare un'occhiata ad alcune delle app disponibili tra quelle più popolari nello Store.



Installazione di app

Per cercare app da installare dal Windows Store, tocca o fai clic su Store nella schermata Start o nella barra delle applicazioni del desktop. Per aprire lo Store devi essere connesso a Internet e accedere usando un [account Microsoft](#).

Ecco i diversi modi in cui cercare le app nel Windows Store:

Sfogliare le app e gli elenchi più popolari. In caso di dubbi sul tipo di app che vuoi scaricare, un buon punto di partenza è la sezione delle app in primo piano dello Store. Inizia scorrendo la pagina verso destra per visualizzare gli elenchi delle app più popolari, le nuove app disponibili e le principali app a pagamento o gratuite. Per visualizzare tutte le app in un elenco specifico, tocca o fai clic sul nome

dell'elenco. Potrai visualizzare anche consigli personalizzati sulle app in Apposta per te, in base alle app che possiedi già e a quelle che hai classificato.

Esplorare le categorie. Se sei alla ricerca di un certo tipo di app, come un'app per lo svago o un gioco, puoi esplorare le diverse categorie nello Store. Scorri rapidamente dal bordo superiore dello schermo verso il basso (o, se stai usando un mouse, fai clic con il pulsante destro) per visualizzare le categorie nello Store, quindi tocca o fai clic sulla categoria che preferisci.

Cercare un'app. Se conosci il nome dell'app che vuoi scaricare o se cerchi le app di un autore specifico, immetti il nome nella casella di ricerca nell'angolo in alto a destra dello Store. Verranno visualizzati i risultati per le app che corrispondono alla ricerca.

Una volta trovata l'app che vuoi, tocca o fai clic su **Acquista** o **Prova** (versione di prova gratuita) se l'app è a pagamento, oppure su **Installa** se è gratuita.

6 – Mi ricordo...

Mi ricordo... il mangiadischi portatile penny color arancione, lo portavo sempre dietro e quante feste in casa...

Gbal

Mi ricordo....quando si facevano le feste in casa e le mamme ci lasciavano soli nella stanza, c'era sempre qualcuno che spengeva la luce, si faceva il gioco del ballo della scopa, il gioco della bottiglia, con la speranza che capitasse a te per poter dare un bacio(sulla guancia) al ragazzo che ti piaceva enon ti filava per niente

Gbal

Mi ricordo... da adolescente il senso di struggente malinconia che mi coglieva in estate al mattino

G.P.

Ricordaci anche tu qualcosa che abbiamo dimenticato; puoi scrivere al telefonodargento@hotmail.it oppure telefonare al 333.1772038 o usare anche [facebook.com/telefonodargento](https://www.facebook.com/telefonodargento)

IL TELEFONO D'ARGENTO HA BISOGNO DEL TUO 5 PER MILLE

***Il Cinque per Mille non costa nulla;**

*Controlla che il tuo Commercialista versi il Cinque per Mille al Telefono d'Argento;

*Chiedi a parenti e amici di sostenere il Telefono d'Argento con il loro 5 per Mille;

*Basta indicare solo il numero del Codice Fiscale del Telefono d'Argento

C.F. 97335470585

SCARICA ORA LA SCHEDA GIA' COMPILATA E CONSEGNA LA DA TE FIRMATA AL TUO COMMERCIALISTA - clicca qui di seguito

www.telefonodargento.it/Scheda8PerMilleTelefonoArgentoRedditi2013.pdf

Il Telefono d'Argento – Onlus.

Via Panama, 13 – 0198 ROMA

Tel. 06.8557858 – 338.2300499

Indirizzo e-mail: telefonodargento@hotmail.it

Sito Internet: www.telefonodargento.it

**SE DESIDERI NON RICEVERE PIU' QUESTO MESSAGGIO dal titolo
“PILLOLA PER NAVIGARE”, trasmesso dall'Associazione Il Telefono
d'Argento – Onlus”, INVIA, PER FAVORE, UNA E-MAIL AL SEGUENTE
INDIRIZZO ELETTRONICO:**

telefonodargento@hotmail.it

oppure chiama il [333.1772038](tel:333.1772038).

BUONA SETTIMANA dal Telefono d'Argento