

Telefono d'Argento

Via Panama 13 – 00198 ROMA

487

LA PILLOLA

338 2300499

331 6682579



340 9252361

333 2414456

CHIAMA

il

Telefono d'Argento

Avviso agli amici del Telefono d'Argento

Le sedi dell'Associazione sono chiuse a causa del Coronavirus ma i volontari desiderano starvi vicini.

Ecco alcuni cellulari personali che è possibile chiamare:

Rossella D'Agostino 338 2300499

Barbara Conti Grilli 340 9252361

Emanuela Pellerano 333 2414456

Gian Piero Banini 331 6682579

#IORESTOACASA

Come trascorriamo le giornate in casa?

Chi dipinge

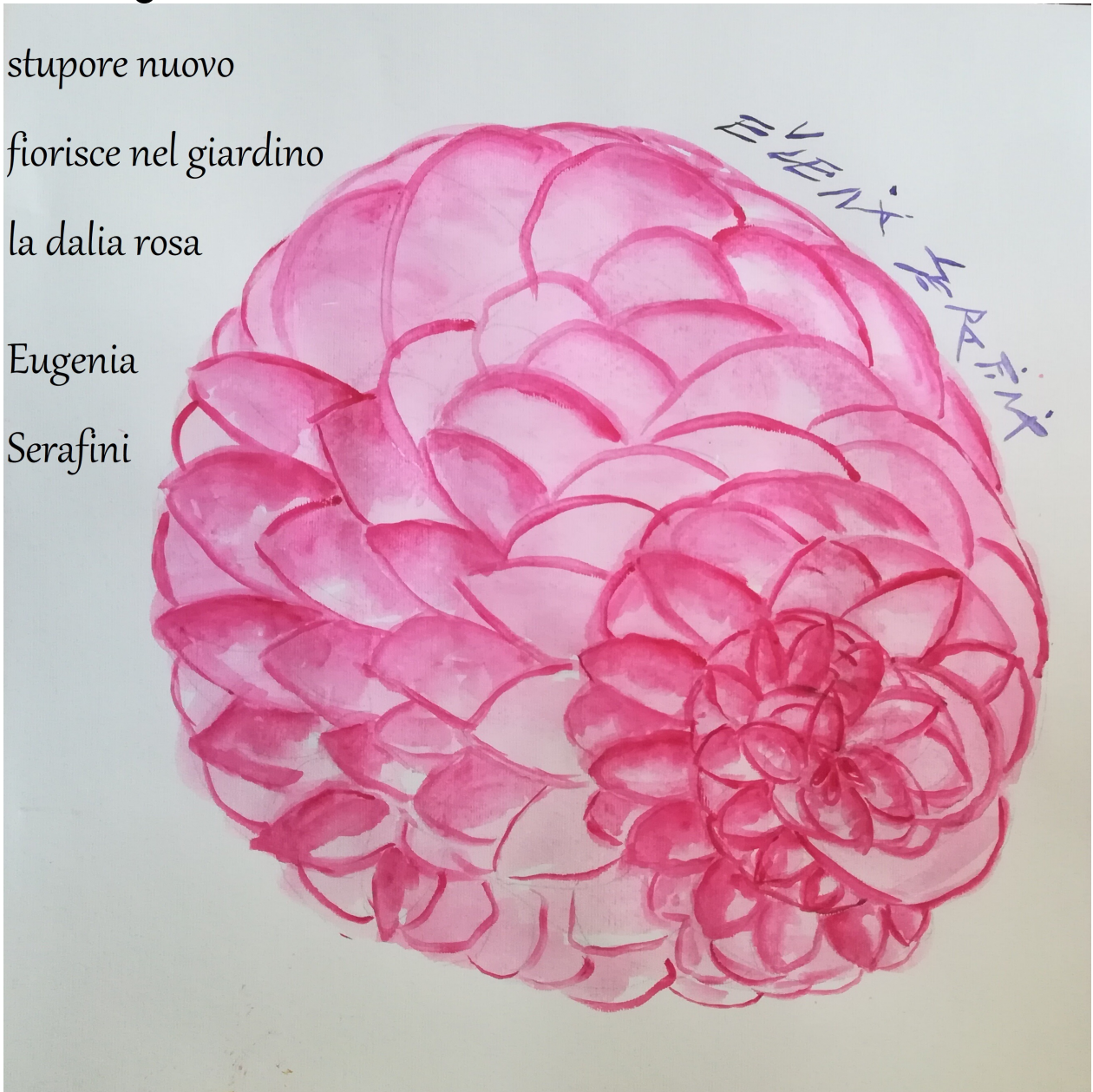
stupore nuovo

fiorisce nel giardino

la dalia rosa

Eugenia

Serafini



Il nuovo HAIKU ACQUARELLATO di

EUGENIA SERAFINI

<https://www.artecom-onlus.org/>

E poi chi cucina

Insalata di fave e pecorino



ingredienti

- Fave **400 gr sgusciate**
- Pecorino **250 gr**
- Menta
- Olio extravergine d'oliva
- Sale fino
- pepe
- Aglio

Dividete il baccello a metà aprendolo completamente ed estraete i semi facendo scorrere il pollice lungo il baccello. Sistemate i semi in una ciotola ed eliminate l'escrescenza che ricopre il seme della fava esercitando una leggera pressione con le dita. Cuocete i semi in acqua bollente e salata per circa 4 minuti, in modo che restino sodi. Scolate le fave e passatele sotto acqua fredda corrente. Sbucciatele e sistematele in una ciotola. Condite le fave con aglio e menta tritati e pecorino in scaglie. Salate, pepate e condite con l'olio evo. Mescolate delicatamente e servite.

Chi rivede il passato

L'**archivio** cinematografico **Luce**, un secolo in milioni di metri di pellicola. Più di 5.000 ore di filmati tra cinegiornali, documentari, film, e repertori, dall'inizio della cinematografia fino ai nostri giorni.



ESPLORA ▾

PERCORSI ▾

PROGETTI ▾

SERVIZI ▾

CHI SIAMO ▾

CERCA



ARCHIVIO
LUCE

Questo è il sito:

<https://www.archivioluce.com/>

E chi scrive

LETTERA A UN FIGLIO

Carissimo,

questa lettera, oltre che una rara occasione per aprirmi con te, è anche una confessione con me stesso, per riflettere su quello che è stato il mio modo di vivere, sul rapporto tra me e la vita, tra me e te, tra me e gli altri. Sono molti coloro che non mettono mai in discussione se stessi, che si accontentano della loro esistenza. Le cose gli vanno maledettamente bene perché non si accorgono né del dolore né del male che c'è nel mondo e del malessere che le disattenzioni causano a chi è loro vicino. Sono consapevole di non aver saputo dialogare con te, nell'illusione che potessero bastare i miei silenzi a parlarti, o i miei sguardi. Temevo d'importunarti quando provavo a chiederti qualcosa della tua vita, del tuo lavoro, dei tuoi amori. E' sempre stato quel maledetto pudore a nascondere e a confondere i miei sentimenti e le mie intenzioni. Devi però sapere che i miei silenzi non erano quelli dell'egoismo o dell'indifferenza. Erano silenzi dovuti a una mia fragilità che angosciavano me per primo. Parlare. Le parole dovrebbero dare un senso alla nostra vita, ma io avevo timore a non saper usare quelle giuste. Mi sembrava che le parole uscissero sempre distorte dalla mia bocca, con un tono falso dalle mie labbra. Eppure come avrei voluto farmi ascoltare da te, comunicarti i miei pensieri, i miei

sentimenti, i miei dubbi. Ancora è così, come se idee e pensieri si accatastassero frenetici, affollati, e non ce la facessero a tramutarsi in voce. Qualche volta ho provato a sfiorarti con una carezza e ti sentivo irrigidire. Quando è stata l'ultima volta che ci siamo abbracciati? Dio, quanto tempo fa, e come mi manca quel segno di protezione e di calore umano. Quanto tempo è passato che non usciamo più insieme? Ricordi quelle nostre camminate in montagna? Quanti anni sono passati? Non voglio contarli. Tutto mi sembrerebbe troppo distante, mentre voglio illudermi che sia stato solo ieri. Abbiamo camminato insieme tra i boschi, ascoltato il frusciare del vento, quello delle nostre scarpe sul sentiero, ci siamo arrampicati aiutandoci nello sforzo, nel cercare la strada giusta, trovando poi finalmente il calore del rifugio per gustarci la piacevole stanchezza che ci teneva uniti.

Sorridevi, un po' deridendomi, delle mie frenesie, dei miei molti impegni e interessi. Volevo dimostrarti che non bisogna lasciarsi andare, buttarsi via, sciupare il proprio tempo, la propria esistenza. Ho sempre avuto il timore di non fare in tempo a far tutto e ad apprendere tutto. Non sempre possiamo scegliere la nostra vita. Possiamo però scegliere il nostro atteggiamento di fronte alla realtà che viviamo. Sentirai che il sapore della vita è fatto di amore e di amici, ma anche della solitudine che saprai goderti, senza maledirla. Non so se è una colpa non averti dato consigli. Ho solo cercato di dirti come mi era andata e di starti vicino. Purtroppo ti ho parlato spesso con i miei silenzi che facevano

soffrire me per primo. Le parole mi sembravano inaffidabili per la loro debolezza espressiva. Una volta dicesti che sarebbe stata meglio una litigata, una sfuriata che il silenzio. Ti ho visto a volte pieno d'energia e di speranza. Ed io ero felice per te e con te. Non ho mai voluto essere un distributore automatico di esperienze e non volevo convertire i miei ricordi e i miei sbagli in pillole di saggezza. Temevo di mostrarti una vita fatta di belle massime e nessuna concretezza. Credo che ogni nostro pensiero, preso per se, valga forse poco. Però è sufficiente anche una piccola cosa fatta e detta, un'idea, una parola, uno sguardo, purchè diventi come un seme portato dal vento che si posa su rocce e deserti capace di dare i suoi frutti come se cadesse su un terreno fertile. Anni fa dicevo con retorica giovanile, che l'importante è amare. Adesso, con gli anni, so che è almeno altrettanto importante essere amati.

Non arrenderti alla vita, non nasconderti agli altri. Abbi fiducia in te. Se cadrai, per tua colpa o degli altri, rialzati e vai avanti. L'importante è che tu non sia mai malvagio o meschino. Non dire mai: non ne posso più, non tocca a me. Toccherà sempre a te, in ogni circostanza e dovrai sempre farcela. Non conta solo la strada che hai fatto ma quella che continuerai a fare. Il tuo destino è la vita che ti farai e il tuo futuro sono anche gli altri. Il tuo orgoglio, la tua dignità, avranno valore anche nella felicità di chi ti è vicino. Dovrai amare la vita e le persone più delle cose. Riguardo a quella ragazza che adesso è al tuo fianco, non pensare solo al piacere di averla tra le braccia ma chiediti se avrai coraggio di condividere

con lei lacrime e difficoltà. Non immaginartela soltanto in un letto di piacere ma pensala anche in un letto di dolore e solo allora decidi se il tuo scopo è di percorrere insieme a lei l'avventura della vita. Gli altri si aspetteranno sempre qualcosa da te. Questo giustificherà anche i loro errori e darà un senso a quello che farai. Vorranno da te un aiuto, anche se non oseranno confessarlo, e ti chiederanno un sorriso che li aiuterà a salvarsi. Non rinchiuderti nell'egoismo e sacrifica sempre qualcosa di te per gli altri. Devi scegliere e anche saper rinunciare. Alle comodità e ai piccoli egoismi quotidiani. Se ti accade di ferire qualcuno nei sentimenti chiedigli scusa senza sentirti umiliato. Nella vita conoscerai momenti d'inquietudine, di incertezze, a volte vedrai che non ci sono vie d'uscita. Sarà dura allora, molto dura. Potrai aver paura di quello che ti aspetta e ti chiederai forse perchè sei nato. Troverai sempre qualcuno che ti dirà con aria saccente che la vita è una cosa vana, che è inutile impegnarsi, che nulla cambierà. Dovrai trovare la soluzione non solo nella ragione ma nella curiosità, nella creatività, nella fantasia del modo di vivere. Dubita di come succedono gli avvenimenti, non dubitare mai di te stesso.

Sorridevi con ironia per la mia passione per i libri, per l'arte. Era un invito anche per te, perché queste sono le poche cose che permettono di guardare il mondo senza disgusto. I quadri che l'uomo dipinge, i libri che scrive, rendono migliore la nostra esistenza.

Sento un peso dentro di me. E' quello del pensiero e dei sentimenti che non si sono fatti viva voce, che non si sono realizzati nell'azione. Più che dire "ho fatto questo" dovrei dire "è andata così". Speravo avessi capito che a volte anch'io potevo essere in difficoltà, che ero stanco, incerto, bisognoso di solidarietà. Certe tue disattenzioni restavano a lungo dentro di me, mi ferivano come marchio rovente. Forse sono stato condizionato da quella crisi di autorità che contraddistingue il nostro tempo e nell'illusione che siamo per dono naturale i numi tutelari dei nostri figli. Se avevi capito che non sempre siamo capaci di dare sicurezze dovevi anche capire che ha volte anche i genitori possono essere fragili. Se i figli hanno bisogno dei padri, della loro protezione, del loro affetto, della loro intelligenza, anche i padri hanno bisogno delle parole e dei gesti dei figli. Forse avrei dovuto essere più trasgressivo, più disordinato con me stesso, giocare di più con la vita, avere meno il senso del dovere. Non ho mai ritenuto che l'autorità e la severità fossero un diritto. Ho sempre avuto la sensazione di avere dei doveri e non dei poteri. Non ti lascerò ricchezze materiali. Ma di questo non mi rimprovero molto. Però ti lascio un benessere nella mente e nell'anima, la dignità e un grande amore. Non credo che dare ai figli più di quello che noi abbiamo avuto abbia un contenuto morale. E credo che tu, con il tuo patrimonio interiore, sia indifferente a questi capricci. Ho cercato di tenerti distante da alcuni valori del nostro tempo come l'indifferenza, il potere e il denaro. Abbiamo provato tutti e due

forti emozioni nei nostri rapporti, abbiamo sentimenti simili che non ci siamo scambiati. Abbiamo avuto paura delle parole. Da tempo dovevamo dirci tutto questo. Non ho saputo darti consigli perchè mi ritengo una creatura ancora in cammino che continua a cercare la propria strada e il significato della vita. Scriverti questa lettera è stata per me un'esperienza sofferta ma preziosa, una liberazione. E' stato un aiuto a vedere più chiaramente in me stesso. Non voglio rinunciare a un ultimo egoismo: che tu possa sentire la mia mancanza e avere nostalgia di me.

Gianfranco Mezzasoma

#IORESTOACASA

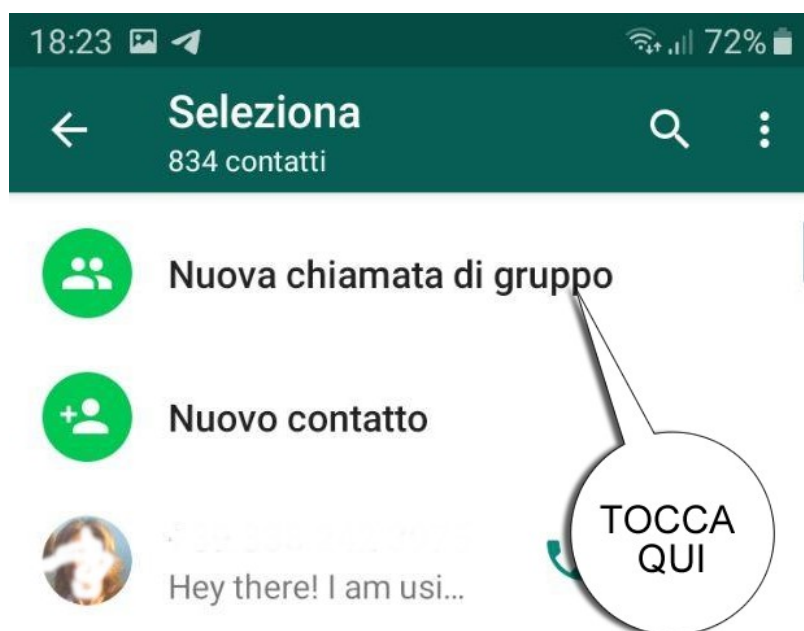
WhatsApp: videochiamata di gruppo

Come effettuare una videochiamata di gruppo con WhatsApp?

Apri WhatsApp e tocca CHIAMATE



Poi tocca NUOVA CHIAMATA DI GRUPPO



Poi inserisci i contatti che vuoi chiamare (massimo 3 oltre te che chiami)

Era Oggi

domenica 15 maggio 1994 (26 anni fa)

Gino Strada fonda Emergency



EMERGENCY

«Se uno di noi, uno qualsiasi di noi esseri umani, sta in questo momento soffrendo come un cane, è malato o ha fame, è cosa che ci riguarda tutti. Ci deve riguardare tutti, perché ignorare la sofferenza di un uomo è sempre un atto di violenza, e tra i più vigliacchi». In questa riflessione del suo fondatore è racchiuso lo spirito di quel gruppo di uomini e donne che opera sotto la bandiera di Emergency.

LO VEDIAMO?

GIOVEDÌ 16 APRILE

LA TRAVIATA RAI 5 ore 21.15

Trent'anni dopo la prima rappresentazione, avvenuta il 21 aprile 1990 alla Scala di Milano, viene riproposta in tv la storica edizione della Traviata di Verdi diretta dal maestro **Riccardo Muti** con la regia di Liliana Cavani. Le scenografie sono di Dante Ferretti.



Ecco, la pillola finisce qui....

BUONA SETTIMANA

da



e... alla prossima settimana!