

# IL BENE OSTINATO

Si prova amore per l'amico, per la madre, il padre, o per quei soggetti che hanno influenzato la tua vita in modo positivo.

Il vero amore è come una fiamma sacra che arde in eterno, nessuno può offuscare il suo bagliore o cambiare il suo destino. **Il vero amore parla con toni teneri, e ascolta con orecchio gentile, il vero amore vince la paura.** Non si può descrivere con parole quello che si prova quando qualcuno è innamorato, è un qualcosa troppo grande, confuso e incomprensibilmente complicato da spiegare. L'amore si può provare per qualche cosa, ma specialmente per qualcuno. L'amore non è solo un sentimento, è una rinascita, una rinascita dell'anima di ogni singolo individuo.

**Senza amore il mondo cesserebbe il suo andare, non sarebbe ciò che è adesso.**

Oggi molti si limitano all'amore "fisico", e il vero amore?... Sembra non esser più presente e allora anche il mondo sembra stia lentamente crollando. Dov'è svanito tutto l'amore platonico di cui poeti e scrittori parlano? Ormai è in via d'estinzione, tutto ciò è un male per noi e per gli altri perché come dice L. Tze:

**"Essere amati profondamente da qualcuno**

**rende forti;**

**Amare profondamente**

**rende coraggiosi". Teodora Nacu**

## LA FORZA DELLA VITA

Anche quando ci buttiamo via per rabbia o per vigliaccheria per un amore inconsolabile anche quando in casa il posto è più invivibile e piangi e non lo sai che cosa vuoi credi c'è una forza in noi amore mio più forte dello scintillio di questo mondo pazzo e inutile è più forte di una morte incomprensibile e di questa nostalgia che non ci lascia mai.

Quando toccherai il fondo con le dita a un tratto sentirai la forza della vita che ti trascinerà con se amore non lo sai vedrai una via d'uscita c'è.

Anche quando mangi per dolore e nel silenzio senti il cuore come un rumore insopportabile e non vuoi più alzarti e il mondo è irraggiungibile e anche quando la speranza oramai non basterà.

C'è una volontà che questa morte sfida

è la nostra dignità la forza della vita che non si chiede mai cos'è l'eternità anche se c'è chi la offende o chi le vende l'aldilà.

Quando sentirai che afferra le tue dita



la riconoscerai la forza della vita che ti trascinerà con se non lasciarti andare mai non lasciarmi senza te.

Anche dentro alle prigioni della nostra ipocrisia

anche in fondo agli ospedali della nuova malattia c'è una forza che ti guarda e che riconoscerai è la forza più testarda che c'è in noi che sogna e non si arrende mai.

E' la volontà più fragile e infinita la nostra dignità la forza della vita.

Amore mio è la forza della vita che non si chiede mai cos'è l'eternità ma che lotta tutti i giorni insieme a noi finché non finirà

Quando sentirai che afferra le tue dita la riconoscerai la forza della vita.

La forza è dentro di noi amore mio prima o poi la sentirai la forza della vita che ti trascinerà con se che sussurra intenerita:

"guarda ancora quanta vita c'è!"

**LA FORZA DELLA VITA** di Paolo Vallesi

"Ebbene giacché si domandano cose tanto disoneste, voi suonerete le vostre trombe e noi soneremo le nostre campane" manifestando l'intenzione della città di resistere

A Pier Capponi che disse a Carlo VIII:



20900 Monza

via della Minerva, 1

dell'I.S. "Mosè Bianchi"

gli ATA, i Genitori, gli Ex

il Dirigente Scolastico, i Docenti,

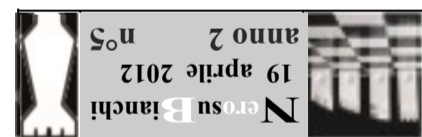
gli Studenti,

Per



FARE IL MODO I CITTADINI MIGLIORE DI ESSERLO

19 aprile 1775: inizio della Rivoluzione Americana con la battaglia di Lexington e Concord



www.iisbianchi.it - www.facebook.com/nerosubianchi

tel./fax. 039 235941 - 320260

Sede Redazione: c/o Biblioteca IIS "Mosè Bianchi" via della Minerva 1, 20900 Monza

Stampa: Nina Auletta - Web: Giuseppe Tramontana

Responsabile stampa: DSGA Signor Claudio Pirota

Dirigente scolastico: prof. Guido Garlati

e.testa@iisbianchi.it

Responsabile progetto: Angela Emanuela Testa

a cura di Teodora Nacu, Veronica Zaharia, i ragazzi di 2A e 2B  
coordinamento redazione: A. Celentano, A. E. Testa



Da San Patrignano: La forza di ricominciare

BEN-ESSERE: Sport=energia=salute

"Il bene ostinato"

in questo numero presenta:

La T o r e Annumondo TRAscaleDigigio: lettere tenzoni!

19 aprile 2012

Anno 2

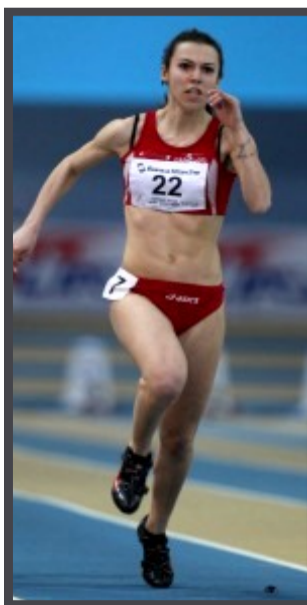
## BEN-ESSERE: Sport = Energia + Salute

Lo sport è l'attività che coinvolge le abilità umane di base (fisiche e mentali), con lo scopo di esercitarle costantemente e così di migliorarle. L'importanza dello sport si rileva analizzando il suo ruolo nelle civiltà più antiche del mondo. Le Olimpiadi non erano solamente un avvenimento sportivo, ma erano la celebrazione dell'eccellenza individuale, della varietà culturale ed artistica dell'intera cultura greca e, soprattutto, erano l'occasione per onorare la massima divinità religiosa.

Nella società romana la cultura del benessere era un pilastro e veniva stimolata dal desiderio di intrattenimento collettivo. Di fronte a migliaia di anni di storia oggi l'attività fisica è indirizzata a sviluppare in modo armonioso il corpo e la mente perché possiede nelle sue componenti più basilari: lo spirito di competizione, la voglia di divertimento, la ricerca del benessere.

Il corpo umano è un meccanismo estremamente complesso e per il suo corretto funzionamento ha bisogno di esercizio continuo. E' importante investire nel proprio corpo perché uno stile di vita attivo può contribuire a creare più resistenza e salute riducendo i rischi delle varie malattie. L'attività sportiva richiede massima concentrazione, disciplina e perseveranza. Rispettando questi requisiti è possibile raggiungere l'equilibrio fisico e spirituale. Con il raggiungimento del primo il corpo si tonifica, la circolazione sanguigna migliora e assieme a lei il battito cardiaco, il sistema respiratorio amplia la sua capacità, la coordinazione dei movimenti migliora e le articolazioni si liberano dalle tossine.

Il secondo prevede lo sgombramento della mente, la formazione della personalità e la crescita armoniosa, in quanto è statisticamente accertato che le persone che svolgono un'attività fisica costante sono più capaci di gestire lo stress e di evitare abitudini dannose alla salute. L'esercizio regolare è l'energia per l'organismo umano, senza di esso è molto difficile mantenere la funzionalità perfetta di tutte le parti del corpo. E' fondamentale trattare con rispetto il nostro corpo, imparare a capire i messaggi che ci manda e non dimenticare che ogni decisione che prendiamo oggi porterà i suoi frutti domani.



Arianna Bettin di 3BL

### Quando hai iniziato a correre e qual è stato il motivo?

Ho iniziato a correre a metà della prima media. Prima di iniziare ho fatto vari sport, in particolare ginnastica artistica, ma visto che avevo iniziato troppo tardi e a causa della mia altezza e della mia crescita improvvisa (ero alta già più o meno come ora) non mi potevo definire proprio portata. Il mio professore di educazione fisica del tempo aveva notato il mio potenziale e mi ha fatto provare un po' tutte le specialità dell'atletica. E' stato lui a spingermi a provare.

### Cosa significa per te questa attività?

Per me l'atletica rappresenta una via di sfogo e un piacere prima di tutto, ma non solo. La velocità, per quanto possa sembrare istintiva (in effetti l'istinto è una componente importante), richiede una concentrazione sul singolo movimento e una focalizzazione sul corpo inimmaginabile, il tutto compiuto al massimo della rapidità, con un dispendio d'energie fisiche e mentali notevolissimo: è un esercizio alla sopportazione della fatica e del dolore per raggiungere un obiettivo. Ci vuole costanza e determinazione. Insegna e richiede doti che servono in qualsiasi ambito della vita per raggiungere le proprie ambizioni, e in qualche modo in questo è più educativa della scuola stessa.

## Arianna Bettin: campionessa nazionale 60m indoor

### Cosa vuol dire Vincere?

Vincere significa ricominciare a lavorare il giorno dopo per migliorarsi. E' una conferma e una ricompensa per gli sforzi e i sacrifici compiuti durante un certo lasso di tempo, ma non ci si può rilassare se si vuole ottenere di più.

"La vita è imprevedibile e ti colpisce quando meno te lo aspetti. Mi ha colpito molto la difficoltà di raccontare la propria storia, l'andare avanti a raccontare piano, piano, come se magari si potesse alleggerire il dolore".  
Giorgia Lucia 2^A

"Le loro storie hanno centrato in pieno il mio interesse e penso che questo percorso di prevenzione possa essere molto importante per noi".  
Lorenzo Migliavacca 2^A

"E' stata una giornata diversa che ci ha fatto conoscere una triste realtà, noi ragazzi vorremmo partecipare al wefree che è una giornata dove la comunità di San Patrignano s'apre alle scuole e ai giovani."  
Alice Lencioni 2B

"Io, personalmente mi aspettavo un po' di più; comunque le storie dei ragazzi mi sono piaciute!"  
Simone Saragozza 2^A

"Per me, San Patrignano è stata un'esperienza molto forte. È difficile iniziare una nuova vita, da persone normali, ma è altrettanto difficile trovare qualcuno che ti aiuti nel tuo percorso"  
Elena Zecchin 2^A

"Questa esperienza è stata molto toccante e interessante,"

la rifarei e consiglierei a chiunque altro".  
Stefano Marchese 2^A

"La vita è troppo importante per essere sprecata dall'illusione di una felicità falsa e offuscata da sostanze stupefacenti che diventano padroni del nostro corpo ma soprattutto della nostra mente".  
Elisa Scordamaglia 2^A

"È stata un'esperienza stupefacente, ascoltando le storie dei ragazzi, vedendo i loro volti, capisci quanto sia importante non farsi condizionare dal giudizio degli altri."  
Antonella Gesualdo 2^A

# LA FORZA DI RICOMINCIARE

Il 7 marzo ci siamo recati a San Patrignano, in una comunità di recupero per tossicodipendenti. Appena arrivati sul posto i ragazzi ci hanno accolti e ci hanno fatto visitare il luogo dove si produce il vino, che è uno dei più pregiati della zona. Successivamente ci hanno fatto sedere in un salottino e hanno iniziato a raccontare l'evolversi della comunità: la struttura è cresciuta negli anni fino ad arrivare ad essere organizzata come un piccolo villaggio; con case, scuole, ospedali, teatri, stalle e cantine.

Dopo la visita abbiamo pranzato insieme ai ragazzi e nel pomeriggio ci siamo recati all'auditorium, dove abbiamo ascoltato le storie di due ragazzi: Ivan, figlio di contadini, con rapporti familiari ed economici piuttosto stabili, ed Herbert, ragazzo benestante, con condizioni affettive un po' traballanti.

Queste storie sono state molto intense e, dalla loro esperienza, siamo riusciti a capire realtà alquanto tristi.

Al contrario di come possano pensare alcuni questi ragazzi hanno avuto un'infanzia e uno stile di vita molto simile al nostro. Penso che tutto ciò sia una cosa di grande rilevanza perché il pericolo delle droghe e delle dipendenze non è distante da noi.

Le loro storie e il loro coraggio hanno centrato in pieno il nostro interesse, poiché non è semplice parlare di sé in modo così trasparente. È impressionante come l'esperienza di qualcuno può cambiare la nostra, per certi aspetti!

Questi giovani hanno avuto la fortuna di avere ancora qualcuno in cui credere, a San Patrignano hanno trovato quel qualcuno, che li ha aiutati a mettere fine a ciò che li stava distruggendo. Alla fine dei racconti ci siamo fermati coi ragazzi del centro per più di un'ora per continuare a discutere, successivamente siamo tornati a Monza.  
I ragazzi di 2A

"Quest'uscita mi ha fatto riflettere molto, è stata molto interessante e allo stesso tempo molto utile. I ragazzi di San Patrignano emanano un'energia positiva e hanno una grandissima voglia di cambiare la loro vita."  
Gloria Castegna 2B

"Penso che voltare pagina e decidere di rifarsi una vita, dopo aver toccato il fondo, sia un gesto ammirevole!"  
Lisa Garbagnati 2^A

"La visita a questo centro mi ha fatto riflettere sull'importanza della vita e della propria capacità a essere indipendenti, senza farsi travolgere da compagnie sbagliate".  
Alessandra Lecce 2^A

INTERESSANTE! ISTRUTTIVA! Quest'uscita didattica può servire a noi giovani, in un futuro, a non commettere gli stessi errori.  
Fabio Del Pizzo 2B

"Questa gita mi ha toccato molto, nel senso che è stato interessante conoscere l'esperienza di ragazzi che sono riusciti a uscire dal tunnel della droga".  
Andrea Riva 2^A

→ segue dalla prima:



Recentemente hai vinto il titolo nazionale nei 60 metri indoor. Cos'hai provato in quel momento?

E' difficile da dirsi perché era una vittoria totalmente inaspettata. Quando corri i 60 metri non hai tempo per pensare alle altre (pensandoci perdi centesimi fondamentali) e si arriva quasi contemporaneamente, quindi sul momento non me ne sono resa conto. Quando sono usciti i risultati non riuscivo a crederci e mi ci è voluto più di un giorno per capire cosa avevo combinato! A casa ho avuto bisogno di vedere il fermo-immagine del fotofinish per capire che non avevo sognato tutto. Però sul momento la lacrima è scappata...

di Veronica Zaharia 5A

