

SENECIO

Direttore

Andrea Piccolo e Lorenzo Fort



RECENSIONI, NOTE CRITICHE, EXTRAVAGANZE

Senecio

www.senecio.it

direzione@senecio.it

Napoli, 2017

La manipolazione e/o la riproduzione (totale o parziale) e/o la diffusione telematica di quest'opera sono consentite a singoli o comunque a soggetti non costituiti come imprese di carattere editoriale, cinematografico o radio-televisivo.

Fil Rouge. Antologia di poesie sulle mestruazioni, a cura di Antonella Barina - Loredana

Magazzeni*

Conversazione-presentazione di Roberta Parenti Castelli

Per parlare di un fatto così importante e intimo per noi tutte, parto da un discorso sul Sacro che affonda le sue radici nella notte dei tempi. Nel dipanarsi del discorso capiremo meglio perché un fatto così intimo e, come vedremo, per tanto tempo e ancora oggi per molti ritenuto da nascondere, sia invece intimamente connesso al Sacro nel senso più profondo. Chiarisco che per Sacro intendo tutta la “vita che vive”, ed è interconnessa, dalle pietre alle stelle, passando attraverso di noi. Il discorso sul Sacro precede il discorso religioso, dal momento che le religioni sono discorsi che organizzano il Sacro. Una importante studiosa di archeologia e di miti, Marija Gimbutas, attraverso i suoi scavi in tutta Europa e i suoi studi di archeomitologia, ha ricostruito i tratti fondamentali della Civiltà Arcaica dell'Europa Antica (7000 a.C.-3500 a.C. per l'Europa orientale; 4500 a.C.-2500 a.C. per l'Europa occidentale). La studiosa scopre che al centro di questa civiltà Antico-Europea c'era la celebrazione di una GRANDE DEA che incarnava l'energia (non la forza) e la capacità trasformativa femminile e della natura. La Dea non era semplicemente una MADRE (come dice il Neuman) sottolinea la Gimbutas, ma incarnava il processo di VITA-MORTE-RIGENERAZIONE della vita stessa. Questi antichi popoli erano immersi nella natura e la conoscevano profondamente (simbiosi) e il CORPO DELLA DEA e le sue numerose funzioni erano al CENTRO di questo mondo. Il CORPO FEMMINILE era percepito come un CORPO POTENTE (un corpo che ha potenza, da non confondere con potere): un corpo che SANGUINA senza morire, un corpo che tesse dentro di sé altri corpi e li mette vivi nel mondo ed è in grado di nutrirla. Il colore della vita era l'OCRA ROSSA, in connessione col SANGUE MESTRUALE. Era una società di PARI dove il maschile non era asservito al femminile, ma ne era sostegno. I simboli fallici sono spesso rappresentati come fusi nel corpo femminile accrescendo così la potenza del femminile stesso (non il potere). Potenza femminile e maschile UNITE influenzano il processo del divenire di tutto ciò che vive. La società prefigurata da Gimbutas era una società pacifica: non costruirono armi anche dopo la scoperta dei metalli. Le immagini, l'iconografia della GRANDE DEA sorgono dall'osservazione e dalla venerazione delle leggi della natura¹.

* CFR Edizioni, Piaveda (SO) 2015. La presentazione del libro si è tenuta presso la Biblioteca Comunale “Clemente Mezzini” di Monghidoro (BO) il 23 luglio 2016, alle ore 18.00, a cura della dott. Barbara Panzacchi, sindaca di Monghidoro, con la partecipazione della poeta Roberta Parenti Castelli. (ndr)

¹ Cfr. J. Campbell in M. Gimbutas, *Il linguaggio della Dea: mito e culto della Dea Madre nell'Europa neolitica*. Trad. it. di N. Crocetti. Introduzione di J. Campbell, Longanesi, Milano 1990.

Il CORPO FEMMINILE e le SUE FUNZIONI erano al centro. Il corpo della Dea viene rappresentato in mille modi, anche in tantissime forme di animali e di insetti, di vegetali e di minerali, di pietre che sottolineano le sue tante, diverse funzioni. Tutte abbiamo in mente le tante VENERI: statuette della Dea con grandi seni, grandi ventri gravidi, grandi vulve e natiche sporgenti. Ci sono, dice Gimbutas, un'infinità di simboli (su migliaia di reperti) che definiscono il FEMMINILE come FONTE: la Dea è un'infinita SORGENTE di ACQUA-LATTE-SANGUE, elementi indispensabili alla vita. La Dea è anche MADRE TERRA, a lei si torna; la tomba come UTERO che garantisce una ulteriore trasformazione.

I cicli vitali sono connessi ai cicli LUNARI. La GRANDE DEA è essa stessa la LUNA nei suoi vari aspetti: nel suo aspetto di corpo giovane, carico di energia trasformativa; di corpo gravido, pieno di nuova vita; di corpo vecchio che SA, cioè conosce la circolarità del tempo, l'eterna trasformazione e il ritorno di ogni cosa che vive, poiché L'ENERGIA della VITA è in costante movimento come un serpente, una spirale un vortice. Ricordiamo la POTENZA del 3, numero simbolico per eccellenza. Sottolineo che il POTERE TRASFORMATIVO del CORPO femminile è anche POTERE TRASFORMATIVO dell'ANIMA FEMMINILE, poiché noi sappiamo che CORPO e ANIMA sono un tutt'uno e ciò che colpisce e trasforma il corpo ha ripercussioni sui nostri sentimenti, sui nostri pensieri, su quel qualcosa che chiamiamo ANIMA.

La MENTE, l'ANIMA femminile è complessa, non complicata come viene definita spesso dal maschile per sminuirla. Nel quinto millennio a.C. questa pacifica cultura dell'Europa antica fu travolta dall'avanzare della cultura Indoeuropea. Dalle lontane steppe della Russia e dell'Asia arrivarono popoli guerrieri organizzati in società di stampo patriarcale. Erano guerrieri, pastori, domatori di cavalli. IL CULTO DELLA DEA venne piegato alla loro visione del mondo. Per esempio il serpente, simbolo della Dea come ENERGIA che si rinnova e guarisce, venne invece visto come simbolo dei DRAGHI da combattere e abbattere. Questa società considerava le DONNE SOLO IN RELAZIONE AL MASCHILE, anche le Dee dunque esistevano solo in base alle loro funzioni in rapporto al maschile, erano MOGLI, MADRI, AMANTI, SORELLE, FIGLIE. Gli attributi della GRANDE DEA vennero *smembrati* e confluirono in parte in figure di Dee nelle religioni pagane, greche e romane. Le due CARATTERISTICHE PRINCIPALI della Dea, la *libertà dal maschile e la capacità di rigenerare la vita* passano a *due Dee Vergini*, ossia libere e padrone di sé: ATENA/MINERVA e ARTEMIDE/DIANA, che sono *vergini e protettrici del parto*.

Nelle successive epoche cristiane, afferma Gimbutas, alcuni aspetti della Dea si fusero con la Vergine Maria: vennero sottolineati i due aspetti di giovinezza e vita che si rinnova con nuove nascite mentre la Dea nella sua personificazione di VECCHIA (= ECATE), ossia "colei che conosce vita e morte" (incarnata nella realtà in donne che conoscevano "erbe e medicinali") venne identificata

come seguace del diavolo, cioè STREGA, fu perseguitata e uccisa: BRUCIATA. Ricordo il libro scritto alla fine del 1400 da due inquisitori domenicani tedeschi, *Il martello delle streghe*, che insegnava le torture da usarsi; il sottotitolo nell'edizione Marsilio del 1977 è *La sessualità femminile nel transfert degli inquisitori*. Questo è un libro terribile, leggerlo è stato una pena. Amputando dal femminile la FIGURA DELLA VECCHIA SAPIENTE, si è estromesso il femminile dall'ambito della conoscenza e il CORPO delle donne è stato rinchiuso in ambiti sempre più ristretti (asfittici anche per l'intelligenza e l'anima): la casa, il convento, e tabuizzato in vari modi.

Noi viviamo ancora all'interno di una società occidentale-cristiana dove – seppure le donne hanno conquistato una relativa visibilità – al centro rimane il primato del pene, del FALLO.

Per secoli, e ancora oggi, spiega Antonella Barina, studiosa dei miti del femminile dagli anni Settanta, nella sua introduzione a *Fil Rouge*, “dottori della Chiesa, romantici e psichiatri focalizzati sul primato del pene non sono riusciti a mettere a fuoco quale sia stato, nei millenni, il vero oggetto d'invidia, il fulcro della contesa simbolica tra i due sessi”. Pensiamo all'invidia di cui parla Freud. Il fulcro della contesa”, scrive Barina interpretando le rilevazioni etnologiche di Bettelheim², “ce lo rivelano in modo esplicito le subincisioni peniche con cui le etnie arcaiche imitavano il fluire mestruale come simbolo del potere procreativo. Il sangue sacrificale della vittima andrà poi via via sostituendosi al sangue di vita”. Anche il sangue degli eroi di guerra oscurerà il sangue della vita. “Millenni di manipolazione dell'immaginario – sottolinea – non sono tuttavia riusciti a cancellare del tutto il mistero originario”, dunque perché scegliere la MELAGRANA³ come simbolo del mestruo? Per Barina “è il rosso sangue della melagrana a rappresentare nel mito il mistero del sangue femminile, il nutrimento che sta alla base della potenza creativa della donna, quel ciclo mestruale – da *mensis*, mese – che è la manifestazione fisiologica più evidente e insieme segreta della differenza tra i generi”. LA MELAGRANA (o la MELA ROSSA), prosegue, “è il frutto proibito” (al maschile) “dell'albero di Eva”, la GRANDE DEA che “nutre tutti i figli che la Dea porta in sé come nuovi semi”.

La MELAGRANA è attributo della Dea Arcaica, la GRANDE DEA, e di tutte le Dee che assumono poi – smembrate – le sue infinite caratteristiche, da Minerva ad Afrodite e alle altre. La MELAGRANA indica anche lo scorrere della FORZA VITALE nell'UNIVERSO e il FLUSSO VITALE CHE GENERA LA VITA, si trasmette da Madre a Figlia, rileva Barina in *Fil Rouge* citando quindi il mito di DEMETRA, la Terra Madre, che consegna la propria capacità generativa a KORE/PROSERPINA, sua figlia: grano giovane, la primavera; a queste due figure si aggiunge ECA-

² Cfr. B. Bettelheim, *Ferite simboliche: un'interpretazione psicoanalitica dei riti puberali*. Trad. it. di G. Fiori, Sansoni, Firenze 1973.

³ Lat. *malum granatum*, l'albero; *granatum pomum*, il frutto. (ndr)

TE, la donna anziana, il grano maturo. C'è, come vediamo, un passaggio fluido di consegne tra le età del femminile. Con l'avvento del PATRIARCATO il mito cambia. Il Dio dell'Oltretomba, ADE/PLUTONE, rapisce Kore alla madre Demetra ed è lui, assieme a Zeus/Giove, a stabilire quanto tempo Kore deve restare con la Madre. Il maschile si frappone e interrompe la naturale catena del femminile – sottolinea l'introduzione – i luoghi dove le DONNE MESTRUATE si ritiravano, quasi dei santuari, vengono profanati e tutta la conoscenza che il femminile ha di sé e i tanti simboli di questa stessa conoscenza vengono estirpati. La studiosa offre una nuova ipotesi etimologica, per cui “il *malum/mela* diventa *malum/male*⁴ – infermità, rovina, danno, pena, tormento, misfatto”, un cambiamento che accade già molto prima (Pagani) della Bibbia e dell'avvento di altri monoteismi misogini (ossia avversi alle donne): ad esempio, per Aristotele “il sangue femminile è escrementizio”, ma esistono – ricorda – anche tradizioni nelle quali l'albero del giardino di EVA è un melograno e il serpente che vi si avvolge intorno indica le qualità miracolose e medicamentose del suo frutto. Nella nostra cultura questa positività resta, per esempio, nel simbolo stilizzato dei farmacisti.

Le 105 poetesse di *Fil Rouge* dunque parlano del corpo femminile, lo portano alla luce, fuori dai tabù. Le poetesse parlano di MESTRUO in questo momento storico in cui vediamo in Occidente tante donne uccise dai mariti, compagni, amanti. E vediamo incalzare da varie parti una nuova profonda misoginia. Molti uomini infatti sentono minacciato, dai diritti faticosamente conquistati dalle donne, il primato del maschile nella società. Le poetesse pensano che proprio in questo momento le donne debbano riscoprire e valorizzare la POTENZA del loro corpo, il rispetto che gli è dovuto. Rispettare il corpo delle donne è rispettare l'anima e i valori legati al femminile. Il CORPO delle donne è quel *meraviglioso giardino segreto dove fiorisce l'albero della vita*, è il territorio della GRANDE DEA PACIFICA E ACCUDENTE, che non ha paura della morte perché il miracolo della vita si rinnova ogni mese nel suo giardino. Proprio il sangue mestruale parla in modo diretto o indiretto, in forma di metafora, della creatività femminile: si tratti di dare al mondo figli/figlie o opere d'arte o un modo diverso di vivere la vita. La poesia dunque vuole far uscire dal silenzio l'evento mestruale perché parlarne è il primo passo per una comprensione vera e profonda di un evento che non è da nascondere ma da CELEBRARE. Dobbiamo riscoprire la SACRALITÀ del CORPO/ANIMA femminile e riportare questa POSITIVA GIOIOSA VITALE SACRALITÀ nel nostro contesto occidentale/cristiano, portare ciò che è femminile fuori dall'ambito del *castigo biblico*.

Bisogna porre fine alla percezione del MESTRUO come INGOMBRO, sofferenza che neppure si nomina se non con giri di frase: ho le mie cose, sono indisposta, ecc., e porre fine alla visione del

⁴ Cfr. *malus*, “malvagio”. (*ndr*)

travaglio femminile, del parto vissuto come sofferenza terribile. Bisogna però, per fare questo, ricreare il legame con la madre, interrotto dall'intervento maschile (Ade/Plutone che rapisce Kore). L'ordine sociale maschile, l'ORDINE PATRIARCALE, ha isolato per secoli le donne, divise le madri dalle figlie e le donne tra loro (nell'ordine patriarcale il rapporto privilegiato è *madre-figlio maschio*). Così come è importante per le donne RIVALUTARE i doni della VECCHIAIA e i limiti che impone (noi viviamo all'interno di una società che considera solo le donne giovani e le mostra spesso seminude in Tv, reificando il loro corpo come un oggetto offerto agli sguardi, e sappiamo quanto lo sguardo sia fondamentale per il maschile). È importante *rivalutare* la figura della VECCHIA SAPIENTE. Riportarne alla luce il *modello simbolico*, cioè ritrovare ECATE, la LUNA NERA che sa che la vita si rigenera. Coi che – conclude Barina – “completa il ciclo dell'Una e Trina”: *madre/giovane/vecchia*, questo per non dover sembrare eternamente giovani e finire come *vecchie imbellettate* (mia madre diceva: *vecchietta delle maschere*). La DONNA VECCHIA – come BAUBO, che riesce a fare ridere Demetra inconsolabile per la perdita di Kore – sa ridere, e la sua risata, conclude, è colma di sapienza sulla vita e sul mondo: “La risposta è il puro suono della risata in luogo ora della venerazione della fecondità, racchiusi in un medesimo corpo che si trasforma ‘spassionandosene’ come limite estremo della liberazione”.

Poiché a livello intuitivo tutte le donne sanno che la vita è ciclica: *vita/morte/vita*. Sanno che la vita è fatta di momenti diversi tutti egualmente fecondi. Speriamo di riuscire insieme – studiando, scavando, riflettendo – a ricostruire modelli simbolici ricchi e completi del femminile, che possano aiutare le giovani donne a percorrere il loro cammino nella nostra società in cambiamento, ma che resta ancora una società di stampo maschile, senza cadere, per il bisogno di affermarsi, nell'imitazione di modelli maschili inadeguati e sterili per il femminile, come dice Maria Zambano. Modelli che, debbo dire, sono ormai sentiti come vecchi e superati anche dal maschile più accorto ed evoluto.

Tornando all'antologia *Fil Rouge*, le prime a parlare del proprio corpo e a nominare esplicitamente le parti intime sono state le poetesse di lingua inglese. Per iniziare, ecco dunque uno stralcio di una bellissima poesia di Anne Sexton, della quale ho parlato in un mio lavoro sulla poesia amorosa al femminile intitolato *Tutta in te ardo Signore delle ali*: si intitola *In celebrazione del mio utero*. Le avevano detto che dovevano asportarlo per un tumore, invece era sano. La poetessa lo paragona al fecondo suolo dei campi in grado di produrre ottimo grano.

...
Dolce peso
in celebrazione della donna che sono

e dell'anima di donna che sono
e della creatura centrale e delle sue delizie
io canto per te. Oso vivere.
Salve spirito! Salve coppa!
Lega, stringi, accogli, coperchio che contiene!
Salve, suolo dei campi!
Benvenute, radici!

Ogni cellula ha vita.
Ce n'è abbastanza qui per soddisfare una nazione.
È già abbastanza che il popolo posseda questi beni.
Ogni individuo, ogni comunità, dovrà dire di lui.
“È cosa buona quest'anno poter seminare di nuovo
e pensare al futuro raccolto:
il carbonchio preannunciato è scongiurato”.
Un coro di donne lo canta

...

Inizio questa lettura delle poesie contenute nel volume *Fil Rouge* con due strofe, la quarta e la quinta, della poesia *Fenomenologia del mestruo* di Loredana Magazzeni (p. 102). Poetessa, traduttrice e critico letterario, è curatrice anche di questa antologia. I versi che leggerò ci dicono in maniera sintetica cose molto importanti su questo meraviglioso fenomeno.

Il mestruo ti ricorda la predominanza
dell'umido e del basso,
del cieco e del nascosto
del fluido contro l'armato
del non detto su ciò che è nominato.
Ti apre all'imprevedibile
ti riporta alla regola
è il segno rosso del maestro severo
sulle tue pretese di leggerezza
il corpo è il quadernetto dove scrivi
una rossa poesia
una o due volte al mese.

Nascosta nell'armadietto
la sinfonia segreta
dei tamponi, assorbenti e pannolini.
Sei una piccola chimica,
una scienziata pazza
che gioca con le garze e le pozioni.
Quante complicazioni in meno
hanno gli uomini, secernono umori
solo in alcuni casi.
Ma noi siamo più ricche
di polluzioni segrete
ruscelli e borborigmi
e rischio di smarrirmi

nei sentieri inguinali.

Sottolineo il “fluido contro l’armato”, l’ “imprevedibile e insieme la regola”, il “maestro severo” che ci richiama alla complessità della vita.

Ora vediamo tre poesie che ci dicono come nelle società di stampo patriarcale le madri, immerse in una cultura che sminuisce i doni femminili, sono spesso le prime a sminuire l’evento del mestruo. È importantissimo invece che le madri festeggino con le figlie un evento così importante, come sottolinea Paola Elia Cimatti nella sua poesia *Festa* (pag. 53):

Quando scoprii le gocce rosse
non stavo in me dalla gioia.
Presi a saltare con un piede solo,
poi tutti e due, volevo annunciarlo a tutti.
Corsi da mia madre con le mutande in mano
e dissi trionfante: Guarda!
Beh, – disse lei a bassa voce – capita a tutte,
non sei mica la prima, né l’ultima... non è il caso
di fare tanto strepito...

Ma io sì che lo faccio, lo strepito. E poi salti e piroette.
Perché sono la prima donna al mondo, la prima volta.
Allora lei si mise il dito attraverso le labbra: “Ssst!
Non fare baccano ché il babbo già dorme
Figuriamoci se si sveglia per una cosa così...
E poi, non c’è tanto da essere contenta.
Tutti i mesi sarà di questa:
mal di pancia, fastidio, pezze da lavare, puzzo, vergogna...”

...
Quando avrò una figlia – pensai –
farò per lei una festa.
E nell’attesa la feci per me:
raccolsi un bocciolo di rosa tardiva (era l’inizio di settembre)
in un calice lungo e stretto, per un fiore solo
poi accesi la radio, il mio programma musicale
e cominciai a ballare...

Nella poesia di Paola Tosi, *Così ridevano* (pag. 155), vediamo l’incapacità della madre di spiegare e valorizzare l’evento. Vediamo la maggiore saggezza della nonna che sgrida la madre per il suo atteggiamento noncurante e crudele. L’incomprensione di un fatto così importante allontana la bambina dal suo stesso corpo, cosa questa molto pericolosa. Nel testo di Anna Maria Robustelli, *Ora mi manca* (pag. 140) le donne di casa, la madre e la nonna, avvertono la bambina dell’arrivo del mestruo. Lei lo aspetta come un dono della vita, un dono solo suo che l’accompagna come promessa non solo di figli, ma di creatività e, ora che sono scomparse, le mestruazioni le mancano.

Alcune poetesse parlano dell'*impurità* connessa al sangue. Nelle società maschili il sangue femminile viene considerato impuro, un escremento, qualcosa di repulsivo. Ne parla Elisa Biagini in *Mikveh* (pag. 39), il “bagno rituale” che le donne ebrae osservanti devono fare il giorno dopo l'ultimo giorno di mestruo per ritornare pure. Un'esperienza che ricorda loro ancora una volta la loro inferiorità e impurità. Vengono pulite anche le unghie; ci si accerta che non ci sia più neppure una goccia di sangue. Alla fine di questi eccessivi lavacri – l' “ombra di una settimana d'acqua” – tu sei quasi diventata una “mattonella” del bagno: praticamente una reificazione del corpo femminile: come una tovaglia o una stoviglia che va lavata perfettamente per essere riusata.

Alcune poetesse sottolineano la *relazione del mestruo* con le *fasi lunari*. Il corpo femminile si muove come tutta la natura sui ritmi della LUNA. La mia poesia *Mestruo*, presente nell'antologia (pag. 115), è contenuta in una mia raccolta di poesie, interamente dedicate al femminile, dal titolo *Immortale-tra noi-la Dea*. Questo libro vuole essere un omaggio alla madre, alle nonne, alle amiche, alle donne importanti nella storia delle donne, per esempio a Cristina da Pizzano, passando poi al Sacro femminile con la Dea e terminando con un poemetto che parla della Madonna di S. Luca. Segue poi un saggio sul Sacro femminile nella nostra società. Il titolo della raccolta vuole essere anche un omaggio a Marija Gimbutas. La poesia che leggo vede l'utero come un “calice riposto” in un luogo segreto, il corpo femminile, e il mestruo è una “pioggia feconda” di rossi “lapilli”, una specie di splendida eruzione vulcanica.

Meravigliosa Luna
che piangi sangue
da un calice
riposto
Signora delle fluenti
acque rosse
– mestruo –
pioggia feconda
d'infuocati lapilli.

Alcune poetesse scrivono della *menopausa*, momento nel quale il mestruo cessa, e questo momento viene vissuto dalle donne in modo diverso. Per alcune è il momento di un nuovo inizio, la possibilità di diverse espressioni di sé. Per altre è una terribile perdita. Le poesie contenute in *Fil Rouge* offrono diversi punti di vista. Germana Duca, nella poesia *Il fiore della vita ha l'ovario* (pag. 65), ci dice la malinconia per la perdita della fertilità, ma la donna vecchia vede la meravigliosa circolarità della vita. La chiusa è bellissima: “Nel ciclo / delle donne, viaggi d'amore”. Anna Zoli in *Effetto menopausa* (pag. 161) ci presenta una visione realistica e spiritosa della menopausa. In Antjie Krog, *Sonetto dell'ormone* (pag. 91) si parla della terapia ormonale sostitutiva (TOS). La differenza ri-

spetto ai cosiddetti disturbi della menopausa tra l'autrice e la madre, il diverso modo di interpretarli e curarli sono il tema sviluppato dalla poetessa sudafricana.

Abbiamo accennato prima che, nelle società patriarcali, il sangue del capro espiatorio o dell'eroe che muore in battaglia sostituisce e oscura il *sangue vitale* del femminile, leggiamo ora una poesia che sottolinea questo, ovvero *Sangue* di Lucille Clifton (pag. 55), in cui si contrappone il gioco della guerra e la ricerca di un mortifero eroismo con la normalità della vita mentre là fuori, nel mondo maschile, c'è morte. La chiusa della poesia ci dice che "a ogni luna / il sangue riempirà questa stanza normale". *Normalità e circolarità* della vita che si rinnova attraverso il *sangue femminile*. Vediamo ora due composizioni: *Ode al mio sangue* di Grace Nichols (pag. 110) è un canto alle mestruazioni chiarissimo, non necessita di spiegazioni. E dunque, per concludere questa conversazione nella quale abbiamo parlato tanto della GRANDE DEA e dei suoi simboli – compresa la MELAGRANA in particolare – vi invito a leggere, da *Immortale-tra noi-la Dea*, una poesia intitolata *Ode alla Grande Dea*, che è un inno a tutte le donne e al loro coraggio e gioia di vivere.