



# Il grido dei poveri

Casa per la nonviolenza - Associazione di ispirazione gandhiana - via XXIV maggio, 76; 71046 San Ferdinando di Puglia (Fg); tel. 0883-622652  
 Direttore responsabile: Matteo Della Torre; Redattrice: Mariella Dipaola. - Registrazione Tribunale di Foggia n. 03 del 19.03.1996  
 Stampato in proprio - Distribuzione gratuita. E-mail: sarvodaya@libero.it

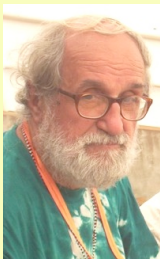
Il grido dei poveri è a tiratura limitata. La sua diffusione è affidata alle fotocopie da distribuire a parenti ed amici

Il 18 dicembre 2007 l'Assemblea Generale delle Nazioni Unite ha approvato la Moratoria della pena di morte. Per la prima volta nella storia la maggioranza dell'umanità formalizza la sua contrarietà alla morte di stato.

## Storica vittoria della civiltà!

### Finanziaria, Armi e Politica: che vergogna!

Alex Zanotelli  
Missionario comboniano



Rimango esterrefatto che la Sinistra Radicale (la cosiddetta Cosa Rossa) abbia votato, il 12 novembre con il Pd e tutta la destra, per finanziare i CPT, le missioni militari e il riarmo del nostro paese. Questo nel silenzio generale di tutta la stampa e i media. Ma anche nel quasi totale silenzio del "mondo della pace". Ero venuto a conoscenza di tutto questo poche ore prima del voto. Ho lanciato subito un appello in internet: era già troppo tardi. La "frittata" era già fatta. Ne sono rimasto

talmente male, da non avere neanche voglia di riprendere la penna. Oggi sento che devo esternare la mia delusione, la mia rabbia. Delusione profonda verso la Sinistra Critica che in piazza chiede la chiusura dei "lager per gli immigrati", parla contro le guerre e l'imperialismo e poi vota con la destra per rifinanziarli. E sono fior di quattrini! Non ne troviamo per la scuola, per i servizi sociali, ma per le armi SI!

E tanti!! Infatti la Difesa per il 2008 avrà a disposizione 23,5 miliardi di euro: un aumento di risorse dell'11% rispetto alla finanziaria del 2007, che già aveva aumentato il bilancio militare del 12%. Il governo Prodi in due anni ha già aumentato le spese militari del 23%!! Ancora più grave per me è il fatto dei soldi investiti in armi pesanti. Due esempi sono gli F35 e le fregate FREMM. Gli F35 (i cosiddetti Joint Strike Fighter). Sono i nuovi aerei da combattimento (costano circa 110 milioni di Euro cadauno).

Il sottosegretario alla Difesa Forcieri ne aveva sottoscritto, a Washington, lo scorso febbraio, il protocollo di intesa. In Senato, alcuni (solo 33) hanno votato a favore dell'emendamento Turigliatto contro il finanziamento degli Eurofighters, ma subito dopo hanno tutti votato a favore dell'articolo 31 che prevede anche il finanziamento ai satelliti spia militari e le fregate da combattimento FREMM. Per gli Eurofighters sono stati stanziati 318 milioni di Euro per il 2008, 468 per il 2009, 918 milioni per il 2010, 1.100 milioni per ciascuno degli anni 2011 e 2012! Altrettanto è avvenuto per le fregate FREMM e per i satelliti spia.

E' grave che la Sinistra, anche la Critica, abbia votato massicciamente per tutto questo, con la sola eccezione di Turigliatto e Rossi, e altri due astenuti o favorevoli. Purtroppo il voto non è stato registrato nominativamente! Noi vogliamo sapere come ogni senatore vota! Tutto questo è di una gravità estrema!

continua pag.2

Matteo Della Torre

"Un giorno la pena di morte sarà universalmente ripudiata, perché considerata una barbarie incompatibile con il progresso morale della società. Se la pena di morte avrà i giorni contati dipenderà dalla capacità dell'uomo di scommettere sulle possibilità ancora inespresse del suo essere 'inedito'.

Le strade della novità e dell'utopia spesso sono veicolate da piccoli segni - come una firma apposta su un foglio, in dissenso alla spirale di violenza - che risvegliano le potenzialità sopite nell'utero della storia". Il 5 ottobre 1999, così scrivevo al conduttore radiofonico del programma RadioRAI "Zapping" Aldo Forbice, per annunciare una grande manifestazione cittadina contro la pena di morte, organizzata dalla Associazione Casa per la nonviolenza a San Ferdinando di Puglia. Fu un grande successo di partecipazione e di consenso popolare. Le scuole e molte associazioni del paese si unirono a noi in una cordata di protesta contro il sadico, premeditato e asettico omicidio di Stato e di solidarietà per le sue vittime. In quei giorni chiedemmo alla comunità internazionale, con centinaia di firme, una moratoria universale della pena di morte. Da allora, la nostra associazione è stata in prima linea nella lotta per la difesa dei diritti umani, con articoli, manifestazioni pubbliche, petizioni, appelli, corsi di formazione ed incessante preghiera. Per questo plaudiamo ed esultiamo per lo storico risultato. Il 18 dicembre 2007, alle ore 11.49 (ora di New York) l'Assemblea

Generale delle Nazioni Unite, con 104 voti favorevoli, 54 contrari e 29 astenuti, ha approvato la moratoria della pena di morte nel mondo, stabilendo nella risoluzione "una moratoria delle esecuzioni capitali in prospettiva dell'abolizione della pena di morte". Per la prima volta nella storia, la maggioranza della popolazione mondiale formalizza ufficialmente la sua contrarietà alla morte di stato. Celebriamo con giubilo questa storica vittoria della civiltà contro la barbarie, con lo sguardo rivolto al futuro, e lo facciamo con realismo. Il diritto internazionale stabilisce che la dichiarazione del massimo organismo della comunità delle nazioni è una raccomandazione che non ha effetto vincolante per la sovranità dei singoli stati, non può obbligarli a cambiare le proprie leggi. Nonostante ciò, la moratoria delle esecuzioni



capitali è il primo passo per esercitare una forte pressione internazionale sui governi e sull'opinione pubblica dei 27 stati mantenitori che comminano ancora sentenze capitali. Oggi nel mondo ci sono circa 20 mila persone rinchiusi nei bracci della morte che attendono per molti anni di essere "eseguite", assassinate dallo stato: un'orrenda tortura psicologica che li porta a rivivere migliaia di volte la propria morte prima che il momento arrivi.

capitali è il primo passo per esercitare una forte pressione internazionale sui governi e sull'opinione pubblica dei 27 stati mantenitori che comminano ancora sentenze capitali. Oggi nel mondo ci sono circa 20 mila persone rinchiusi nei bracci della morte che attendono per molti anni di essere "eseguite", assassinate dallo stato: un'orrenda tortura psicologica che li porta a rivivere migliaia di volte la propria morte prima che il momento arrivi.



...continua dalla prima pagina

**Finanziaria, Armi e Politica: che vergogna!**

**Il nostro paese entra così nella grande corsa al riarmo che ci porterà dritti all'attacco all'Iran e alla guerra atomica.**

Trovo gravissimo il silenzio della stampa su tutto questo : una stampa sempre più appiattita ! **Ma ancora più grave è il nostro silenzio: il mondo della pace che dorme sonni tranquilli.**

**E' questo silenzio assordante che mi fa male . Dobbiamo reagire, protestare, urlare!** Il nostro silenzio, il silenzio del movimento per la pace significa la morte di milioni di persone e dello stesso pianeta. La nostra è follia collettiva, pazzia eretta a Sistema. E' il trionfo di "O Sistema". Dobbiamo riunire i nostri figli per legare il Gigante, l'Impero del denaro. Come cittadini attivi non violenti dobbiamo formare la nuova rete per dire **No a questo Sistema di Morte e un Sì perché vinca la Vita.** ○

Alex Zanotelli

L'applicazione concreta della moratoria dell'Onu contribuirà a produrre i seguenti effetti:

a) in una prima fase "limitarne progressivamente l'uso" e **convincere gli stati mantenitori a restringere il numero dei reati punibili con la pena capitale** ai soli casi più gravi (in Cina si condanna ancora a morte per reati minori come l'evasione fiscale, gioco d'azzardo, furto con scasso, teppismo, bigamia, frode, commercio di stupefacenti...);

b) **sospendere a tempo indeterminato le pene di morte irrogate;**

c) convincere gli stati mantenitori, che non applicano da tempo la pena di morte, ad abolirla con una legge;

d) **esercitare una pressione sugli stati** che, pur considerandosi democratici e civili, si **ostinano ad applicare la pena di morte**, affinché entrino in dialogo con i paesi abolizionisti ed aprano un dibattito nell'opinione pubblica che li porti a riconsiderare la loro politica sulla pena capitale;

e) strappare dai bracci della morte molte vite umane, sostituendo una **pena ad elevata intensità** (pena di morte) con una **pena ad elevata estensione** (ergastolo).

Il lavoro che attende il popolo degli abolizionisti è ancora lungo. E' prevedibile una **resistenza tenace** degli stati che difendono la pena di morte. **Nei prossimi anni continueranno a scorre-**

**re fiumi di sangue.** Decine di migliaia di persone continueranno a morire per iniezione letale, fucilazione, impiccagione, lapidazione o decapitazione con la scimitarra.

I **compiti della comunità internazionale** sono:

a) **mettere sotto osservazione gli stati** in cui è in vigore e si pratica la pena di morte. Nel 2007, nei **27 paesi** che attualmente emettono condanne capitali, ci sono state **5.628 esecuzioni:** Cina (5000), Iran (215), Pakistan (82), Irak (65), Sudan (65), Stati Uniti (53), Arabia Saudita (39), Yemen (30), Vietnam (14) Kuwait (11);

b) dare valore e forza al **diritto di ogni individuo alla vita**, sancito solennemente dall'**articolo 3** della

**Dichiarazione Universale dei Diritti Umani** (10 dicembre 1948), attraverso attività di **ingerenza internazionale nel dominio riservato degli stati** che lo violano con la pena di morte;

c) invitare gli stati mantenitori ad **affrontare il problema della criminalità con diverse strategie;**

d) sollevare degli **interrogativi critici:**

- l'applicazione della pena di morte ha una **forte connotazione razziale e di classe** (ad es., negli USA colpisce per il 99% neri e poveri);

- la pena di morte è **lontana dallo svolgere la funzione di deterrenza.** La storia del Canada è emblematica. Nel

1976 ha abolito la pena di morte e il tasso di omicidi anziché aumentare è sceso del 27%;

- la **scandalosa ingiustizia degli errori giudiziari**, con la condanna

a morte di persone innocenti;

e) moltiplicare gli **sforzi educativi e di informazione** per cambiare il cuore della gente al rispetto dei diritti umani;

f) **escludere la pena di morte dal novero delle possibili punizioni degli atti criminosi**, compresi quelli più gravi ed efferati.

Accogliamo questo storico risultato e volgiamo lo sguardo fiducioso e benigno dell'ottimista al lungo futuro che ci attende. Molta strada resta ancora da percorrere e **nuovi guardi attendono l'umanità**



nel suo **continuo processo di compimento.** Per chi è abituato a credere e scommettere sulle **capacità "ancora inedite"** (Balducci) **dell'uomo**, sono tanti i motivi per **coltivare l'ottimismo.** Dall'approvazione della Dichiarazione Universale dei Diritti dell'Uomo nel dicembre del 1948 si è assistito ad una **fantastica progressione nella tutela dei diritti umani.** Dal 1948 ad oggi 79 nazioni hanno reso concreto il diritto umano "a non morire per mano dello stato" abolendo la pena di morte per tutti i reati, altri 16 paesi sono abolizionisti *de facto.*

E' confortante vedere come la **politica italiana**, sempre litigiosa, in questa occasione abbia formato un fronte **compatto su un grande obiettivo condiviso.** Il nostro paese ha assunto con tenacia un ruolo di leadership nella eterogenea coalizione delle nazioni contrarie alla pena di morte. Per una volta, abbiamo sperimentato l'orgoglio di essere cittadini italiani.

Un aspetto negativo è, purtroppo, il **voto contrario alla moratoria dell'India**, indicativo della distanza siderale che divide ormai il governo indiano dal pensiero nonviolento e dalla prassi politica del "padre della nazione", il dimenticato Mahatma Gandhi.

Concludo ricordando l'**importanza della preghiera di intercessione** per il cambiamento dell'uomo e della sua comunità. Lo rammento in primo luogo a me stesso e poi ad ogni uomo sulla terra, che crede in Dio. Per conseguire l'obiettivo dell'abolizione universale della pena di morte la **diplomazia, l'ingerenza internazionale** e le **pressioni economiche** possono rivelarsi **insufficienti.** Occorre **parlare al cuore** della maggioranza della popolazione degli stati mantenitori. **La preghiera è il grimaldello capace di intercettare la parte più profonda dei nostri interlocutori.** I vangeli ci insegnano che la **preghiera incessante**, insistita e, direi, sfrontata può **persuadere Dio a "fare qualcosa che senza di essa non farebbe"** (Walter Wink), poiché lo libera dai vincoli che Egli si impone per amore della libertà umana. ○

Matteo Della Torre



**Lettera aperta a Sua Santità Benedetto XVI**

Frédéric Vermorel  
monaco eremita

Santo Padre,

**Il grido che sale dal Popolo di Dio a causa dell'allontanamento di Mons. Giancarlo M. Bregantini dalla sede episcopale di Locri-Gerace** ci interpella nel profondo.

Non sono mancate e non mancheranno le analisi socio-politiche della vicenda che ci occupa, ma non intendiamo inoltrarci in quest'aspetto. Ci preme molto di più farne una lettura spirituale ed ecclesiologicala.

P. Giancarlo ha scelto di obbedire, ben conscio del fatto che non vi può essere risurrezione senza passare attraverso la morte a se stesso. In questo, egli testimonia come non mai il suo grande amore per Cristo e per la Chiesa. Proprio per questo sappiamo che amerà il Popolo di Dio che sta a Campobasso quanto ha amato quello della Locride.

La partenza di P. Giancarlo è, pure per noi, cammino pasquale. Come Eliseo raccolse il mantello di Elia, siamo chiamati a raccogliere l'eredità di p. Giancarlo, per vivere del suo spirito. Come lui, vogliamo camminare alla sequela di Gesù, forti della speranza che sa scorgere il bene nelle realtà più buie, animati dalla



fede che sa trasformare le pietre di scarto in pietre angolari, pervasi di quell'amore che non è null'altro che lo stesso Spirito di Dio. Sul versante ecclesiologicalo, tre questioni emergono con prepotenza:

...continua a pag. 3



Un esempio concreto di una nuova sensibilità ambientale della Pubblica Amministrazione

## Comune a 5 stelle

Marco Boschini

Dallo scorso anno il **municipio di Formigine (MO)** è a basso consumo energetico, **efficiente e rinnovabile!** Insomma, l'esempio lampante di cosa dovrebbe fare **ogni sindaco di buon senso** per tradurre le parole in fatti, i sogni in **progetti concreti**, fatti di mattoni e buone prassi! L'edificio, sede unica di tutti i servizi dell'amministrazione comunale, occupa **un'area di 5.445 m2**. È stato progettato con un'ele-



**vata attenzione alle tematiche della sostenibilità ambientale**, del risparmio energetico, nonché dell'utilizzo delle fonti energetiche rinnovabili; la struttura è stata infatti dotata di un **sistema di produzione di energia tramite pannelli**

**fotovoltaici** e di un **sistema di cogenerazione** ad alta efficienza energetica; è stata inoltre costruita con **tecniche edilizie moderne**, al fine di favorire il **risparmio energetico** e valorizzarne le risorse. La potenza dell'impianto fotovoltaico installato sulla **copertura a vetro della piazza** centrale è pari a **20 kW**; la produzione media annua stimata è di 23.000 kWh. L'impianto consente di **risparmiare fino a 2,01 Tep all'anno** e di **ridurre le emissioni di CO2 di 15 tonnellate all'anno**. L'impianto di cogenerazione possiede una potenzialità pari a **90 kW di elettrico e 200 kW di termico**; la produzione annua stimata è di 225.000 kWh elettrici e 425.000 kWh termici. L'impianto di cogenerazione consente inoltre un risparmio annuo di **20 Tep**, nonché una riduzione delle emissioni di CO2 in atmosfera di **300 tonnellate/anno**. In termini economici, l'impianto di cogenerazione consente un **risparmio medio annuo di circa 25.000 euro**. È stato calcolato che **entro 7 anni** il bilancio economico energetico dell'edificio dovrebbe essere **completamente ammortizzato**. A fronte di un **investimento iniziale** ingente, si sostanzieranno notevoli vantaggi in termini di risparmio energetico e quindi economico. ○

.... continua dalla seconda pagina

## Lettera aperta a Sua Santità Benedetto XVI

- lo scandalo recato ai piccoli
- la ferita inflitta alla dignità del Popolo di Dio
- lo scarso rispetto della dignità episcopale.

**Molti sono rimasti sconvolti dalla notizia del trasferimento di P. Giancarlo. Molti si sono sentiti traditi dai pastori della Chiesa.** L'eminente dignità dei poveri è stata ancora una volta calpestata da chi, più di tutti, dovrebbe tutelarla. Purtroppo, **tutto ciò non potrà che alimentare la silenziosa apostasia che colpisce le nostre Chiese.**

Il comportamento della Curia romana è stato vissuto come uno **schiaffo dato al volto della Chiesa**, sposa di Cristo, Popolo di Dio.

Nessuna considerazione è stata dimostrata per il fatto che la Chiesa di Locri-Grace era entrata nel secondo anno di preparazione al sinodo; nessuna attenzione al fatto che **questa Chiesa, piccola, povera, piena di contraddizioni ma coraggiosa, è oggi segno di speranza per tanti in Italia e fuori Italia nella lotta contro il malgoverno, la malasanta, i poteri occulti della 'ndrangheta e della massoneria...**

Il Concilio Vaticano II ha sottolineato con forza l'**eminente dignità del vescovo**, figura di Cristo pastore e sposo, responsabile perciò della porzione del Popolo di Dio a lui affidata e, assieme a Lei, Santo Padre, e sotto di Lei, con gli altri vescovi, responsabile di tutto il Popolo di Dio.

Ora la vicenda del trasferimento di P. Giancarlo dimostra, accanto a tanti altri esempi, una **riduzione della figura episcopale a semplice prefetto della Santa Sede.**

Santo Padre,

**urges una conversione della Chiesa al suo Signore**, che si è fatto schiavo di tutti.

**Urge una riforma radicale dei modi di elezione dei vescovi.**

**Urge una riforma della Curia romana che le restituisca la sua funzione di semplice collaboratrice del Papa, aliena da ogni carrierismo, gusto dei titoli altisonanti e qualsivoglia forma di prepotenza.**

Oda, Santo Padre, **il grido che sale dalla Calabria**, amara ma amata terra! Con affetto filiale.

Frédéric Vermorel

monaco eremita professo, Monastero S. Ilarione (Caulonia - RC).



Dacci oggi le nostre botte quotidiane

## Pestaggi di stato. Legali

Tra il 2 e il 3 marzo 2003 picchiarono alcuni migranti. Assolti per "causa di giustificazione".

Alessio Di Florio

**"Io la sfondo e sfondo anche voi"**. Poche parole ma che riassume i fatti di quella notte. Tra il 2 e il 3 marzo 2003 il **Centro di Permanenza Temporanea** di via Mattei fu teatro di un **pestaggio punitivo dai contorni drammatici**. Gli agenti in servizio quella notte entrarono nelle celle e nella saletta comune e **pestarono a sangue**, lanciando poi dei lacrimogeni, i **migranti detenuti. Nel pomeriggio alcuni detenuti avevano protestato per la brutalità della repressione del tentativo di fuga di due migranti.** Dopo aver atteso che la situazione si calmasse la carica è partita. Le parole di prima sono state pronunciate da uno dei responsabili della sicurezza nel cpt quella notte. I migranti si erano offerti di aprire volontariamente la porta se i picchiatori avessero fermato il loro comporta-

mento violento. La risposta è stata appunto quella riportata. Sono passati quattro anni e, escluso un breve intervallo, l'autore di quella frase è ancora in servizio nel cpt bolognese. Solo che ora è il massimo responsabile dei flussi in entrata e in uscita. Il mese scorso è arrivata la sentenza di primo grado. La sentenza accoglie la ricostruzione dei fatti effettuata dai migranti. Come dichiara a **MeltingPot** l'avvocato Simone Sabattini "infatti le conclusioni del processo avrebbero dovuto essere molto diverse, tant'è che **tutti si aspettavano una condanna.** Nella prassi giudiziaria quotidiana per arrivare ad una condanna serve molto molto meno". E invece è arrivata l'assoluzione. **Il giudice ha assolto gli imputati per "causa di giustificazione"**. È stato affermato che è **legittimo e nei poteri della polizia**

**pestare a sangue e massacrare delle persone disarmate e inermi. Una sentenza che legittima anni di soprusi e violenze nei lager italiani**, sempre più fuori da ogni principio umano. **Situazioni che hanno spinto alcuni migranti a suicidarsi**

(come è accaduto a Modena per due volte alcuni mesi in sole 48 ore). Ora tutto questo riceve anche una "causa di giustificazione". Meno di un anno fa ci fu l'annuncio che questo governo avrebbe programmato il superamento dei Centri di Permanenza Temporanea. Un anno dopo si è superato ogni limite. "Il silenzio è uguale a morte", dov'è oggi



il ceppalónico? Dove sono i "garantisti per tutti" (parole del presidente di un partito di pochi mesi fa). Causa di giustificazione. Botte, lacrimogeni, manganelli, calci. "Io la sfondo e sfondo anche voi". ○

## Una chiesa al venerdì diventa moschea

«Non c'è dialogo se si chiudono le porte. Preferisco i musulmani che pregano ai cristiani che bestemmiano».

C'è una chiesa, a Paderno di Ponzano Veneto, che di venerdì diventa moschea, per favorire l'integrazione religiosa. Il parroco di Santa Maria Assunta, don Aldo Danieli, ha deciso di riservare alcuni locali della parrocchia alla preghiera e all'incontro degli immigrati musulmani. A Ponzano, che si trova in provincia di Treviso, risiedono 11.400 abitanti mentre i nuclei familiari di immigrati stranieri sono 232, circa 650 persone, provenienti soprattutto dal Nord Africa e dall'Est Europa.

### IL DIALOGO AVVIENE SE NON SI CHIUDONO LE

PORTE - «È inutile parlare tanto di dialogo se poi gli sbattiamo la porta in faccia. Papa Wojtyła li ha chiamati cari fratelli musulmani, come si fa allora a chiudergli la porta? Per me sono tutti figli di Dio». Agli immigrati di fede musulmana che vivono a Paderno di Ponzano Veneto e dintorni Don Aldo, 69 anni, le porte le ha spalancate mettendo a loro disposizione per la preghiera del venerdì l'oratorio della parrocchia, con annessa cucina e palazzetto, che ha contribuito a costruire anche con le sue mani. Il venerdì sono circa 200 i musulmani che arrivano da varie parti e si riuniscono a pregare nel locale che un giorno alla settimana diventa una moschea, ma per la fine del Ramadan e la festa del montone il numero sale a 1000-1200. «Loro me l'hanno chiesto e io ho detto di sì - spiega il parroco - Gli oratori del resto rischiano di fare le ragnatele».

CRITICHE E RESISTENZE - Una decisione quella presa da don Aldo due anni fa che all'inizio ha fatto storcere il naso a più di un parrochiano. E non solo visto che, come racconta lui stesso, anche il vescovo e la Curia hanno fatto arrivare all'orecchio di don Aldo le loro perplessità: «Io, ingenuamente, non avevo chiesto il permesso né al vescovo, né a nessun altro perché per me è come fare la carità - ha spiegato don Aldo -. Del resto sono più vecchio del vescovo e sono stato anche suo professore. Comunque se me lo avessero proibito non sarei stato disposto ad obbedire». Don Aldo è molto convinto della propria scelta e con i suoi parrochiani più recalcitranti è stato chiaro fino alla provocazione: «Preferisco i musulmani che pregano ai cristiani che bestemmiano. Se pensate di farmi diventare razzista vi sbagliate». L'anno scorso a don Aldo erano arrivate alcune e-mail che lo sollecitavano a stare «con le sue pecorelle» invece di aprire le porte ai musulmani: «Qualcuno mi diceva di stare attento - racconta - perché dove vanno a pregare prima «ci sgozzano i montoni» e «poi diventano padroni loro». Insomma le contestazioni non sono mancate, ma io ho riunito il Consiglio pastorale e ho spiegato che non bisogna avere paura. Il Papa ci invita a spalancare le porte a Cristo e Cristo sono anche i musulmani. Adesso va meglio. È un processo lento e faticoso, ma sta cominciando». ○

(Corriere della Sera)



## Perdonare fa bene alla salute ma soltanto se si è sinceri

Diversi studi scientifici mostrano i benefici terapeutici legati al superamento della rabbia. Dalla pressione bassa al rischio minore di cadere in depressione o di avere un infarto.

Alessia Manfredi

La vendetta potrà anche essere dolce, ma il perdono alla lunga è molto meglio. Se ne sta accorgendo anche la scienza, che dedica sempre più studi ai benefici psicologici e fisici che si innescano quando si smette di provare risentimento, rancore, rabbia, sostituendoli invece con sentimenti positivi.

Perdonare, arrivando ad augurarsi il bene di chi ci ha fatto soffrire, si traduce in un calo della pressione, minori sintomi depressivi e un senso di benessere generale. Un balsamo non solo per l'anima, quindi, ma anche per il corpo. Ne è convinto uno dei guru della nuova "scienza del perdono", lo psicologo Robert D. Enright dell'Università del Wisconsin, ma la tendenza è in atto già da una decina d'anni, durante i quali - riferisce il Los Angeles Times - i ricercatori hanno ammassato una discreta mole di dati sugli effetti terapeutici di quella che finora è stata considerata più che altro come una virtù insegnata dalla religione o tutt'al più un'arte per pochi eletti.

Per chi ha subito uno sgarro o un vero e proprio trauma - compresi casi estremi come la violenza fisica, l'assassinio di un familiare, le mutilazioni dei conflitti etnici - pensare di andare oltre, superare il dolore augurandosi la felicità del proprio aguzzino, può suonare improbabile o essere vissuto come una provocazione. Eppure, sostengono gli scienziati, è questa la chiave per diminuire il rischio di sviluppare malattie cardiache e disturbi mentali scatenati dal ricordo ossessivo di cosa ci ha fatto male. Proprio come correre o giocare a tennis, il perdono è qualcosa che si può imparare allenandosi: ci sono corsi specifici, in cui si comincia a stare meglio anche dopo poche sedute. Pioniera in questo campo è stata l'équipe dello psicologo Loren Toussaint della Luther University di Decorah, in Iowa, che per prima ha stabilito un nesso fra la salute e la propensione al perdono. Un loro studio nazionale, pubblicato nel 2001 sul Journal of Adult Development, mostrava che solo il 52 per cento degli americani dicevano di essere riusciti a perdonare chi aveva fatto loro del male. Ma fra questi, quelli che avevano 45 anni o più, godevano di miglior salute rispetto agli altri che non erano riusciti a perdonare.

Gli scatti d'ira aumentano il rischio di aritmie, attacchi cardiaci e causano un aumento della pressione sanguigna, spiega al Los Angeles Times il dottor Douglas Russell, cardiologo, che in uno studio del 2003 ha documentato come dopo sole 10 ore di "corso di perdono" le funzionalità coronariche dei pazienti già migliorassero.

"Il rancore, la ruminazione mentale è uno degli aspetti chiave in questo tipo di disturbi" chiarisce Stefano Pallanti, neuropsichiatra e direttore dell'Istituto di neuroscienze dell'Università di Firenze. "Ora ci si sta occupando sempre di più di questo aspetto. L'obiettivo è rompere questo meccanismo, spesso autodistruttivo, sia intervenendo con un approccio psicologico che farmacologico". Si può quindi imparare a guarire; l'importante è "partire dalla consapevolezza che c'è un problema di fondo e affrontarlo. Altrimenti, l'allenamento in sé vale poco" conclude Pallanti. Il campo è in evoluzione ed ha suscitato molto entusiasmo; eppure l'insistenza sul superamento felice del trauma ad ogni costo non convince tutti. A volte, come nel caso delle vittime dell'incesto, parlare di perdono può essere troppo, sostiene Linda Davis, a capo della associazione Survivors of Incest Anonymous: "arrivare ad una forma di accettazione è già abbastanza. Il perdono è un di più, non è necessario raggiungerlo". Non solo. Qualcuno fa anche notare che se il perdono arriva troppo facilmente, potrebbe nascondere ben altro, come un senso di colpa che porta la vittima ad assolvere gli altri prendendo su di sé la responsabilità di una violenza: atteggiamento tutt'altro che terapeutico. In uno studio su pazienti che hanno contratto l'Hiv Lydia Temoshok, dell'Istituto di virologia umana dell'Università del Maryland, ha identificato in modo specifico questa tipologia di pazienti, che ha classificato come "C". Se il tipo "A" è arrabbiato e può andare incontro a problemi cardiaci a causa della propria ira e il tipo "B", invece, riesce ad avere uno stato di salute migliore degli altri perché affronta la malattia nel modo giusto, il tipo "C" nega i problemi e sopprime i propri reali sentimenti: proprio quest'ultima categoria va incontro ad una maggiore possibilità di sviluppare l'Aids e il melanoma per lo stress eccessivo in cui vive e cui sottopone il proprio sistema immunitario. ○

### KENYA: UN AUGURIO PER IL 2.008

