

Il mondo è pieno di pazzi, un poco lo siamo pure noi...

# ModestaMente

*Il giornale delle comunità psichiatriche della fondazione Gusmini di Vertova*

Anno 9 n. 86

Maggio 2023

## EDITORIALE

Le capsule del tempo sono contenitori pensati per proteggere il loro contenuto e conservarlo allo scopo di essere ritrovato poi in un'epoca futura.

La voglia di tramandare e lasciare ai posteri qualche cosa di nostro o di importante è un desiderio che da sempre è presente nell'uomo: il futuro è immaginato e idealizzato quasi sempre positivamente. L'ambizione che qualcosa di noi si tramandi anche quando noi non ci saremo, in questo tempo futuro sconosciuto, è qualcosa di magico che probabilmente dà anche speranza.

Rimanere per sempre nei ricordi di qualcuno è la consolazione di chi vive il presente sapendo che non ci sarà per sempre.

Qualche informazione in più rispetto alle capsule del tempo:

Ad oggi la capsula del tempo più antica del mondo risale al 1795.

-Secondo la International Time Capsule Society vi sarebbero più di 10 mila capsule del tempo nel mondo. Solo una su mille viene ritrovata. Le altre si perdono e, a volte, diventano molto preziose.

-Probabilmente la capsula più celebre del mondo è la "Cripta della civiltà", sigillata alla fine degli anni '30 presso l'Università di Oglethorpe, ad Atlanta.

Contiene oggetti di vita quotidiana, documenti audio e video, letteratura e molto altro materiale dell'epoca.

-Il contenuto delle capsule possono essere molteplici: variano in base allo scopo per cui sono pensate per esempio possono contenere oggetti o conoscenze comuni piuttosto che personali. Le capsule del tempo sono occasioni per salvare dei momenti nella storia e capaci di conservare il fascino del loro tempo.

Scoprire cose del passato è una qualcosa che mi ha sempre affascinato fin da bambina. Ricordo che frugavo tra le cose della nonna (se chiudo gli occhi sento ancora il profumo di quelle scatole di metallo) dove trovavo fotografie datate, bigliettini, preghiere, bottoni, ricette... Cose senza valore che però per me avevano un'attrattiva fortissima dove attorno vi ricamavo favole e leggende. Quando andavo da nonni leggevo sempre un libro dove si parlava di cose antiche, di edifici di Vertova passati. Questo libro alla fine me lo regalarono: un libro consumato, dalla copertina marrone, scritto con un italiano in disuso che però per me era stupendo. Anche quando andavo in biblioteca cercavo i libri più vecchi per vedere se trovavo appunti a lato delle pagine... erano piccoli tesori. Impazzirei di gioia al pensiero di ritrovare io una capsula del tempo: sarebbe meraviglioso!

Forse questo non potrà accadere... ma potrei a mia volta essere io a creare una capsula da lasciare da qualche parte la nel mondo: chissà!!!



Paola

**“ABBIAMO TUTTI LE NOSTRE MACCHINE DEL TEMPO.  
ALCUNE CI RIPORTANO INDIETRO E SI CHIAMANO  
RICORDI. ALCUNE CI PORTANO AVANTI E SI CHIAMANO  
SOGNI”**

**J. Irons**

## LA CAPSULA DEL TEMPO



“Se io potessi possedere una capsula del tempo ci metterei i miei ricordi migliori sotto forma di fotografie. Aggiungerei poi i pochi oggetti d’oro che mi sono rimasti. Se ci penso aggiungerei anche una cosa strana, come si faceva anni fa: una ciocca dei miei capelli biondi”  
 Nadia ma poi c’è il rischio che ti clonino! E sarebbe un bel grosso rischio!!! ;)  
 “Aprirla sarà sicuramente un momento di commozione! Chi la aprirà farà fatica a capire chi sono perché non mi ha conosciuta nella mia quotidianità, nei miei punti di forza e nelle mie debolezze. Per lui o lei sarò sicuramente una persona idealizzata: dalle foto emergerà una bambina, una ragazza e poi una donna più vecchia come sono ora trasandata...”

Nadia

“Io metterei le foto dei ricordi di quando a un anno, quando ero piccolo biondo e con il codino, andavo al mare a Rimini con la mia famiglia e mio padre mi gettava in acqua per insegnarmi a nuotare!”

Le fotografie hanno il potere di evocare e bloccare gli istanti e i ricordi. Sono strumenti per fissare momenti”

Riccardo

Queste foto dovrebbero essere accompagnate da delle poesie.

Nadia: ne ho scritte davvero molto in passato e anche tu Riccardo dovresti provarci. E liberatorio. Scrivi quello che ti viene senza pensarci!

Chissà come sarà il futuro di chi aprirà le capsule del tempo. Probabilmente più tecnologico a discapito delle relazioni umane. Un pianeta dove viviamo sfruttato e sofferente...

Potremmo aggiungere nelle nostre capsule dei semi per non perdere certe bellezze e bontà: nella capsula del tempo ci starebbero bene fiori di pesco, fragole, ciliegie... Chicchi di caffè e erbe aromatiche curative.

E chissà cosa faremo noi nel nostro futuro: un pensiero che ci accompagna sempre ogni giorno in questo tempo in comunità un po' fuori dal tempo...

CPA RUGIADA

## LA NOSTRA CAPSULA DEL TEMPO

“Metterei un violino e un archetto, con la custodia e dentro il diapason, uno strumento che serve ad accordare le corde. Il violino è un bel ricordo della mia famiglia che me lo ha regalato. Metterei un’arpa celtica e un flauto irlandese perché nel futuro conoscessero la musica.”

Tiziana

“Vorrei mettere terra e acqua per salvarle per il futuro e spero ne abbiano cura. Metterei un manuale sulla buona educazione, una Bibbia perché non si perda l’educazione religiosa.”

Rosangela

“Io non metterei niente nella capsula, perché tanto non ci saremo più e se ci saremo vivremo sottoterra. Se proprio dovessi, vorrei mettere la radice di una quercia, l’acqua di mare e una bella minerale frizzante per far sentire come era buona l’acqua e infine il gelato alla nocciola.”

Francesco

“Il Vangelo di Luca e di Giovanni, perché vorrei venisse conosciuta la storia di Gesù, la sua intelligenza e lo Spirito Santo.”

Carla

“Io metterei degli gnomi, perché vivono già sotto terra. Scherzavo... metterei dentro i sentimenti mettendoci dentro un cuore, il mio, che contiene amore e la speranza di avere dei figli che vivano sereni.”

Costantino



“Metterei qualcosa per l’equitazione perché quando vado a cavallo mi sento libera e il the caldo.” **Clarisse**

“Metterei dei pattini da ghiaccio, perché è l’unico momento in cui sono con me stessa, e il the freddo.” **Asia**

“Ci metto il cubo di Rubick, una bella trentenne mora e, dato che non si sa mai, un perizoma. Mi piacerebbe che le prossime generazioni conoscessero il bello delle donne. Il cubo invece secondo me è affascinante, ti costringe a usare il cervello, è un simbolo generazionale.” **Marco**

“Metterei un libro scritto sulla mia infanzia, metterei dei libri di medicina, che sono la mia passione, metterei la chitarra, pianoforte e batteria. Metterei il racconto di com’è stare in comunità e un breve video dell’incontro con mia madre. Metterei anche il mio percorso di transizione, vorrei che le persone conoscessero il valore della crescita personale. Vorrei che esistesse un mondo più tecnologico nel futuro e gli lascerei smartphone e computer” **Justin**

**CRM AGORA’**



## ***OLTRE I CONFINI DEL TEMPO COSA METTERESTI NELLA CAPSULA DEL TEMPO PER RIVIVERLO NEL PRESENTE O TRAMANDARLO ALLE NUOVE GENERAZIONI?***

Questo tema, rimanda al concetto di “Tempo” inteso come entità su cui l’uomo non ha mai avuto un controllo. Quell’entità eterna, sempre esistita e che gli esseri umani hanno utilizzato per fare ordine nella loro realtà. Il tempo trascorre inesorabile, tutto ciò che è trascorso lo definiamo passato; tutto ciò che avverrà lo definiamo futuro. Questo per dire che nella vita, c’è sempre un prima e un dopo, un’azione e una reazione, la nascita, la vita e la morte, la pioggia e poi il sole. Il tempo scandisce il ciclo biologico della vita sulla terra e nel cosmo. Nell’esistenza umana il passato talvolta crea nostalgia o non vorremmo che ritornasse mentre il futuro crea disagio perché non lo si conosce oppure genera speranza. Il tempo è assoluto secondo le leggi della Fisica ma è anche relativo in quanto possiamo sentirlo trascorrere lento o veloce in base alle emozioni. Molti di noi vorrebbero fermare il tempo, portando nel presente cose belle del passato mentre ad altri piacerebbe che alcune cose del presente possano restare inalterate anche nel futuro. Ognuno di noi vorrebbe avere la possibilità di accedere alla modifica del tempo, per questo ci abbiamo messo tanta fantasia ed abbiamo creato la Capsula Del Tempo, un luogo in cui riporre libri, tradizioni, dolci, ricette, musica, bevande: oggetti ed esperienze del passato del presente e del futuro, da muovere sulla linea del tempo. Ognuno di noi ha dato risposte differenti relativamente a ciò che vorrebbe rivivere o tramandare. Tali differenze sono legate alle esperienze e alla storia personale, ai luoghi di provenienza, all’età e ai gusti. Leggendo però in maniera più analitica le nostre risposte, ci rendiamo conto che ognuno di noi, seppur declinato in modo differente, ha voluto mettere nella capsula del tempo un pezzo di sé

**IL PASSATO CHE DIVENTA PRESENTE**

Alcuni di noi vorrebbero che molte cose del passato ritornassero nel presente. Come i “dolci sardi preparati dalle mie zie e la tradizione di Santa Lucia che porta i doni ai bambini” come afferma CRISTINA.

Ad ANDREA invece piacerebbe portare nel futuro oggetti come uno dei primi modelli di playstation, vecchie foto di famiglia, le sciarpe delle squadre di calcio, vecchi orologi e francobolli, sperando che questi possano acquisire un valore per i collezionisti del presente

ANONIMO vorrebbe ritornare ad avere dei vecchi cd che non ha più, un lettore cd ed LP perché si dice appassionato di musica di tutti i generi; lui vorrebbe mettere nella capsula anche dei vecchi giochi che non si

trovano più come Street Fighter ed E Plus, come anche una bici di suo nonno, alta ma veloce e delle vecchie carte da gioco bergamasche di sua nonna, sbiadite ma molto carine

ALBERTO vorrebbe riportare nel presente dei vecchi libri specie quelli su curiosità storiche, come le monografie dell'autore e giornalista di viaggi Pietro Gerardo Jansen. Uno dei libri di questo autore di cui ha curato la traduzione dalla lingua francese è stato "TRA I CACCIATORI DI TESTE" che racconta la storia di popoli ormai estinti come i guerrieri JIVARO dell'Amazzonia

MICHELE vorrebbe ritornare ad avere la spensieratezza di quando era bambino durante i week end trascorsi in famiglia nella fattoria di suo zio in Puglia. Lo zio e la fattoria non esistono più; sarebbe bello riporli nella capsula del tempo per farli tornare a rivivere.

DAL PRESENTE AL FUTURO

Per quanto riguarda gli oggetti appartenenti alla realtà presente che vorremmo inserire nella capsula del tempo per portarli nel futuro ci sono "i fogli da disegno tecnico delle scuole superiori e tutti gli attrezzi che servivano a realizzare stupendi disegni tecnici insieme ai loro album" come desiderio di ANONIMO

CRISTINA invece tramanderebbe alle generazioni future tante cose tra cui il COMPUTER, gli attuali cellulari, NETFLIX, Internet, le comode scarpe da ginnastica, i libri di Louis – Ferdinand Cèline, la musica di NEIL YOUNG

ANDREA vorrebbe tramandare una copia della Bibbia nella speranza che la nostra religione non vada persa. Inoltre una o più bottiglie di birra rossa o una buona bottiglia di vino

ALBERTO vorrebbe che tutti i musei e le opere d'arte che oggi esistono sopravvivano nel tempo così da poter essere ammirate dalle generazioni future

"Nella capsula per il futuro metterei, se si potesse, il ricordo delle attuali guerre, un ricordo che dovrà essere tanto vivido, così che le generazioni future possano utilizzarlo come monito e comprendere che la guerra non è la soluzione ma la causa di ulteriori guerre e sofferenze". – Michele -

CPM Quadrifoglio

## **LA NOSTRA CAPSULA DEL TEMPO – COSA VORREMMO LASCIARE DI NOI**

Non è facile pensare di lasciare qualcosa alle giovani generazioni. In questo momento ci vengono in mente le differenze tra la nostra generazione (dai 35 anni in su) e quella di adesso, una su tutte e forse la più evidente riguarda l'uso dei cellulari. Il nostro modo di comunicare era più diretto, i nostri amici li incontravamo e non avevamo i social.

Ma al di là delle differenze fra la nostra generazione e quella dei ragazzi di oggi, vorremmo lasciare a chi verrà dopo di noi i nostri pensieri, cosa secondo noi può rendere davvero migliore la vita, allora ecco la

### **NOSTRA CAPSULA DEL TEMPO:**

#### **Amicizie vere e non solo virtuali**



*Un mondo in cui si superino i litigi e ci sia collaborazione*



*Una società in cui ci sia il Rispetto delle persone oltre le differenze*



*Una vita circondati da chi ci ama: amici, famiglia*



*Un lavoro gratificante che permetta di vivere bene la propria vita e di sentirsi realizzati ma che lasci spazio per seguire le proprie passioni e i propri hobbies*



*Studio e cultura che permettano di aprire la mente*

*Concludiamo con questo messaggio che abbiamo letto e che vogliamo condividere con voi:  
"Seguite le vostre passioni, non riducete tutto alla carriera. Osate la speranza; soprattutto quella collettiva, che vi unisce per obiettivi comuni."*

## **RICARICA CULTURALE**

### **IL MAGLIO DI PONTE NOSSA**

Per questa ricarica culturale abbiamo pensato di parlarvi del Maglio di Ponte Nossa che abbiamo visitato la scorsa estate. Il Maglio Beltrami prende il nome da Beltrami Cornelio che l'ha gestito fino al 1964, anno in cui è stato chiuso. Poco distante da questo maglio ce n'era un altro che è rimasto in funzione fino al 1984 e che poi verrà a sua volta abbandonato.



Nel 1984 il Maglio Beltrami viene trasformato, dall'Amministrazione Comunale in museo, gestito dall'Associazione culturale Magli di Ponte Nossa.

In questo maglio si fondeva il ferro per realizzare strumenti per l'agricoltura e l'edilizia. La materia prima, cioè il ferro proveniva dalle miniere di Gorno e Parre.



Elemento cardine del funzionamento dei magli è l'acqua, in questo caso proveniente dalla Sorgente della Val Dossana che attraversa i paesi di Parre, Premolo e Ponte Nossa. Ora questa sorgente è gestita da Uniaque e fornisce acqua anche alla città di Bergamo.

I magli, infatti funzionavano attraverso l'acqua che veniva canalizzata e fatta cadere su grandi ruote di legno per produrre l'energia necessaria al sollevamento del grande martello, il maglio propriamente detto, collocato all'interno dell'edificio e utilizzato per la creazione degli oggetti più grandi, precedentemente arroventati. Inoltre le acque venivano usate per mantenere i legnami bagnati per garantirne la conservazione oppure fatte precipitare nella tromba idro-eolica per ottenere l'aria necessaria per alimentare i fuochi delle fucine.

È stata una visita molto interessante e ringraziamo della disponibilità i volontari dell'Associazione culturale Magli di Ponte Nossa.



**CDP Faro**

<https://www.altaviadellegrazie.com>

### **CONTATTI**

Per suggerimenti, idee, consigli, critiche e per tutti quelli che vogliono mettersi in contatto con noi:

035/737642 Monica e Valentina. CRM Agorà

035/737678 Gabry e Sonia. CPM Quadrifoglio

035/737643 Daniela e Paola. CPA Rugiada

035/737616 Manuela e Giulia. CDP Faro