



Anno 4 - numero 3 - marzo 2024

RAYS OF LIGHT

Giornalino scolastico bimestrale



**PRENDERE
COSCIENZA
DI UN DISTURBO
PSICHICO
È COME
ACCENDERE
UNA STELLA
NELLA NOTTE**

Istituto tecnico per il turismo, Liceo linguistico
e Liceo delle scienze umane "P.P. Pasolini"

RAYS OF LIGHT

INDICE

ATTUALITÀ

A fair “conquest”!, by Elena Petronella p.3

La via per l'autostima, di Eluna Espejo p.3

Quando la mente è immersa nel buio, di Nour Ahmed Hassanein p.3

WRITING ABOUT LITERATURE

Un amore che brucia, di Elisa Ferraro p.4

Storie che colmano l'attesa, di Giorgia Canicoba p.4

Un eroe inadatto alla vita, di Elena Petronella p.4

Consigli di lettura dalla prof. Papa: libri per la primavera p.4

MUSICA, CINEMA E SPETTACOLI

Una serata tra suspense ed emozioni potenti, di Fiammetta Colombi p.5

Musica per riflettere, di Alessia Leone p.5

Molière, le spectacle musical, di Valentina Scapellato p.5

LET'S TRAVEL

Parigi, la bellissima città della luce, di Valentina Scapellato p.6

Assisi, città di rinascita, di Fiammetta Colombi p.6

AFFASCINIAMOCI CON L'ARTE

Dolore e sollievo nell'arte, di Nour Ahmed Hassanein p.8

Invisibile, di Samir Sraighina p.8

Sulla soglia dell'eternità, di Kristhel Moreno p.9

Follia, la fragilità del normale, di Gabriel Josue Di Gorga p.9

Un peso interno, di Samir Sraighina p.10

La difficoltà di riconoscersi, di Daniele Viganò p.10

Emmeline Pankhurst (Manchester, 14th July 1858 – London, 14th June 1928) was an English suffragette. She fought all her life to obtain the right to vote for women, which arrived in 1918, when Parliament voted the law allowing women's suffrage.

ing, this awareness changed the condition of women in the context of the family, the working world, education and politics.

From the Second World War to the Eighties, the first feminist theories were born that affirmed female identity. The initiatives began with the French Revolution: Olympe de Gouge, a French writer, proposed a charter of women's rights, a kind of regulation that protected women from male domination. Mary Wollstonecraft, a revolutionary that was active in Britain, in 1792 demanded the right to education and work.

The origin of women's day dates back to the early twentieth century. The first National Women's Day was in fact celebrated on February 28, 1909 in the United States, in memory of the strike of thousands of women who, the year before, had claimed better working conditions. The following year the celebration of National Women's Day was introduced in Europe thanks to the Socialist International, which, during the Copenhagen Congress, decided to establish this day to promote women's rights and to support the campaign for universal suffrage.

In 1917, in Saint Petersburg, women protested to end the war. The greatest degree of emancipation is perhaps that of women in the early years of Bolshevik Revolution, recognized as subjects of law with the possibility of participating in political and social life, to contribute to the construction of a new society and to decide on one's own life. The Russian Provisional Government granted women the right to vote and it was Lenin that established March 8 as an official holiday.

In Italy the first International Women's Day was celebrated on March 22, 1922.

In 1946, thanks to Teresa Noce, Rita Montagnana and Teresa Mattei, the mimosa was chosen as its official symbol, because it is a flower of season and it is inexpensive. Yellow is also the color that represents the transition from death to life, thus becoming a metaphor for women who fought for gender equality.

voting, education, jobs considered the prerogative of men, freedom in customs and cloth-

Psicologia & benessere

La via per l'autostima

di Eluana Espejo

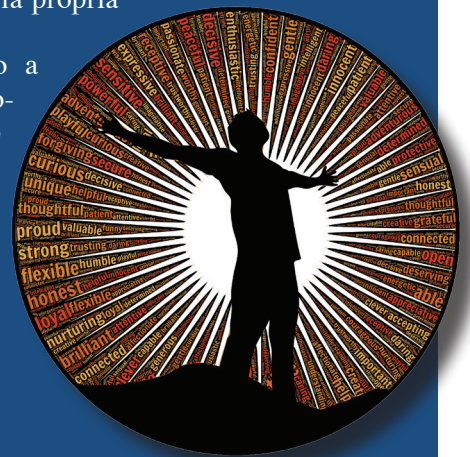
Nel periodo post Covid si è aperta una vera ferita nella società, i disagi psicologici, e a dirlo sono diversi studi pubblicati, tra cui "L'era del disagio" di INC Non Profit Lab in collaborazione con AstraRicerche.

Secondo questa ricerca circa sei italiani su dieci soffrirebbero di problemi psicologici; la percentuale si alza però se si prendono in considerazione solo le donne e gli adolescenti, arrivando a valori fra il 65% e il 75%. Ecco che allora il Governo italiano ha rifinanziato il bonus psicologico, un sostegno economico fornito per accedere a servizi di supporto psicologico che si può richiedere dal 18 marzo 2024 e fino al 31 maggio 2024. Il bonus (da 500 euro a 1500) potrà essere utilizzato presso un elenco di psicologi accreditati entro 270 giorni dall'emissione.

Non esiste un unico motivo che spieghi perché le donne possono soffrire più facilmente di disturbi psicologici rispetto agli uomini, che però non sono certo esenti da problemi di salute mentale.

I benefici dati da un percorso di psicoterapia sono molti: supporto emotivo, riduzione dello stress lavorativo, miglioramento delle relazioni interpersonali e del benessere mentale, quindi riduzione della sensazione di isolamento che spesso si prova in una condizione di disagio emotivo. I risultati alla fine di un percorso psicologico spesso sono notevoli, perché le persone diventano più consapevoli di sé, riescono a raggiungere più facilmente i loro obiettivi, incrementando la propria autostima.

Dunque l'accesso a cure adeguate, il sostegno psicologico e la consapevolezza di sé sono fondamentali per promuovere la salute mentale sia per le donne che per gli uomini.



gesto. Queste notizie non ci devono fare pena, bensì far riflettere, aprire gli occhi e cercare di rivoluzionare questo sistema, rendere almeno la scuola un contesto inclusivo e di conforto per lo studente. Ho parlato della scuola, ma c'è un milione di ambiti dove una persona può iniziare a stare male psicologicamente e questo va cambiato. Davvero siamo disposti a continuare a far finta di nulla davanti a tutta questa sofferenza?

Un piccolo spoiler...

di Elena Petronella

Vi sarà capitato di sentire **stereotipi** un po' **offensivi sulle donne**, come "rompe le scatole come tutte le donne!" oppure "non le va mai bene niente!" Ma **come si scardinano?** Ve lo spiego **nel prossimo numero**, quando vi presenterò un **progetto** che la **5AL** ha svolto con la prof. Anna Melloncelli di religione!

International women's day

A fair "conquest"!

by Elena Petronella

On March 8, we celebrate Women's Day, during which we remember all the political, social and economic achievements of Women.

The only acceptable gap between men and women, is the recognition that all women have come to their rights by shedding blood, climbing endless obstacles, which have forced them to always remain a step behind men, which, on the contrary, have had the road paved from the beginning. For this reason, the achievement of women's rights is defined as a "conquest", often not understood as a right that is always expected equally to men.

The concept of women has evolved in direct proportion to the progress of the entire species and is constantly changing, like society. Its identity has increased and gender inequality has diminished through a long process. As we can well imagine, the role of women until 1700 was relegated around motherhood and marriage. During the nineteenth century and until the early twentieth century women were able to grab new opportunities in society and in politics:

Salute mentale & disagi interiori

Quando la mente è immersa nel buio

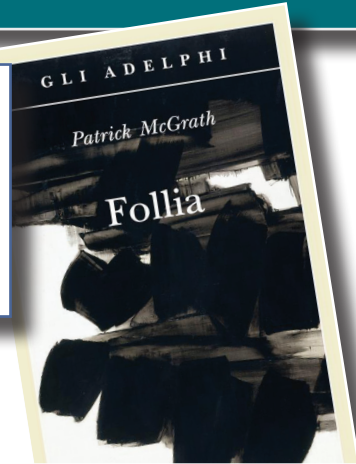
di Nour Ahmed Hassanein

La salute mentale è sempre stata sottovalutata e purtroppo lo è ancora oggi. Ormai nella società stare male psicologicamente è visto come una "mancanza di voglia" o in casi più gravi come pazzia. Ma è davvero così? Davvero dobbiamo continuare a chiudere gli occhi su questo aspetto? Una morte per suicidio deve essere considerata alla stregua di una morte per una malattia fisica. Sono sullo stesso livello, in entrambi i casi si soffre. Nonostante il bonus psicologico oppure lo sportello psicologico nelle scuole, c'è ancora tanta strada da fare.

to, può sfociare in altro, portando la persona nei casi più gravi alla morte. Un contesto particolare in cui molti giovani tendono a stare male psicologicamente è la scuola. Insuccessi nonostante l'impegno, rimproveri insensati, discriminazioni, bullismo: tutti questi sono fattori che portano la persona al limite. Quanti casi di suicidio a scuola si stanno sentendo ultimamente? "Ragazza si toglie la vita a scuola dopo un brutto voto": dietro questa frase si nasconde un mondo. Chissà quante ne ha passate la persona in questione prima di compiere l'estremo

La salute mentale non è da sottovalutare. Se un disagio non viene curato, o trattato nel modo corretto,

Patrick McGrath, di origini inglesi, è autore di *Follia* (1996), da cui è stato tratto l'adattamento cinematografico *Asylum* (2005), di David Mackenzie.



Letteratura & salute mentale

Un amore che brucia

di Elisa Ferraro

La bellezza di *Follia* di Patrick McGrath è dovuta soprattutto allo stile magnifico dell'autore, che riesce a descrivere alla perfezione la psiche di ogni personaggio, raccontandone tutti gli aspetti, dal più affascinante al più folle e oscuro, così da rendere questa lettura incredibile.

Come racconta l'autore «le storie d'amore catastrofiche contraddistinte da ossessione sessuale sono un mio interesse professionale ormai da molti anni. Si tratta di relazioni la cui durata e la cui intensità differiscono sensibilmente, ma che tendono ad attraversare fasi molto simili: riconoscimento, identificazione, organizzazione, struttura, complicazione, e così via. La storia di Stella Raphael è una delle più tristi che io conosca».

È il 1959, quando Peter Cleave, psichiatra di un ospedale penitenziario di massima sicurezza vicino a Londra, narra di Stella, moglie di Max, vicedirettore del manicomio, immergendosi accuratamente in ogni suo pensiero, paura o desiderio, esprimendo talvolta dei giudizi. Stella è una donna bellissima, elegante, dell'alta borghesia, capace di rapire l'attenzione di tutti con i suoi modi fini, una donna apparentemente meravigliosa, ma con un animo frustrato, delusa della sua vita, con una continua tristezza angosciante che la rende sempre più fragile. Il bisogno di sentirsi, anche solo per un momento, completa e soddisfatta diventa talmente forte da crollare di fronte a un amore malato, un amore che pian piano la porta vicino alla distruzione, un amore che prova verso il caso clinico più destabilizzante e sovversivo che Peter abbia mai incontrato; si tratta di Edgar Stark, uno scultore affetto da un incontrollabile disturbo paranoico, detenuto per uno uxoricidio disumano. Edgar è un uomo folle, incapace di una relazione sentimentale senza provare ossessione, possessione e insicurezza.

Quando gli viene concessa la semilibertà, Edgar si occupa di restaurare la serra nel giardino di Stella. Vedendo una donna così bella, ma allo stesso tempo tanto triste e manovrabile, usa la sua crudele manipolazione per averla, distruggendo ogni sua forma di resistenza. La passione sessuale estremamente selvaggia scoppia in poco tempo. La salute mentale e la vita di Stella vanno in pezzi, così quella tristezza, che per un piccolo periodo si era alleviata, torna, molto più devastante.

Pochi riescono a comprendere veramente Stella, che viene vista come una poco di buono che ha mandato in rovina un'intera famiglia, ma non si riflette sul fatto che forse l'unica cosa che Stella bramava più di tutte era la felicità, che purtroppo non conoscerà mai, se non nei piccoli istanti di illusione che passa con Edgar. «Le donne romantiche, rifletti. Non pensano mai al male che fanno in quella loro forsennata ricerca di esperienze forti. In quella loro infatuazione per la libertà.»

Letteratura di svago (... ma non troppo)

Storie che colmano l'attesa

di Giorgia Canicoba

Ho recentemente terminato la lettura di un libro che mi ha teletrasportato in un unico luogo, una semplice stazione del treno, una di quelle che vediamo tutti i giorni, un luogo a cui è difficile dare un significato più profondo. Eppure questo libro ci è riuscito, perché una banale stazione del treno diventa nell'arco delle pagine, un punto d'incontro per persone diverse. Queste persone si scambiano una sola occhiata, qualche parola o un gesto di mano, non hanno mai una vera conversazione, sono comparse l'una nella vita dell'altra. «Vivere, in fondo, non è che una serie di storie che si chiudono e riaprono, un continuo stringere la presa e lasciar andare. Una catena infinita di incontri e di addii». Quante esistenze attraversano una stazione affollata, quanti volti celano desideri, paure, dolori e speranze.

Matteo Bussola si inserisce nella storia come una presenza costante, con il suo berretto giallo e lo zainetto in spalla. Conosciamo allora LaMarta, al cui nome l'articolo è rimasto incollato, con le sue buste della spesa e lo sguardo perso, che aspetta alla stazione un treno che non deve neanche prendere. Facciamo la conoscenza di

Giulio e Claudia, che tra panni sporchi e figli si sono persi, e hanno cominciato a considerare il loro matrimonio come "un'auto abbandonata in giardino con la batteria scarica".

Poi Renato, che vuole amare disperatamente Vale, che invece ama in solitudine.

Piccole storie tenute insieme dal filo comune della stazione, frammenti di vita che riempiono l'attesa, perché le storie hanno il potere di farci sentire meno soli.

Il libro si legge in una giornata, è suddiviso in tanti brevi capitoli autoconclusivi, ma che si intrecciano con quelli che seguono e che precedono, senza che i protagonisti se ne rendano conto.

Perché è così che funziona la vita: tutto scorreva prima e scorrerà anche dopo il nostro passaggio, eppure siamo passati. Questo è qualcosa che fa la differenza più spesso di quanto si possa credere.



Classici & psiche

Un eroe inadatto alla vita

di Elena Petronella

La coscienza di Zeno è uno dei romanzi più importanti della letteratura del '900. Per iniziare a spiegare il libro dobbiamo partire da una città, Trieste, nel 1927. La città è molto significativa per l'autore, Hector Schmitz, di padre tedesco e madre italiana, che per rendere omaggio alle sue origini differenti, utilizza lo pseudonimo di Italo Svevo. Trieste non è una città qualsiasi, la sua posizione tra Italia, Austria e Slovenia, la molteplicità di lingue, etnie e tradizioni, la rendono una città speciale, un punto d'incontro tra molteplici culture. Non è un caso quindi che *La coscienza di Zeno* sia un libro assolutamente unico nel suo genere.

Italo Svevo di ispira molto a Freud e a Joyce, difatti la psicoanalisi sarà il tema centrale dell'opera e lo stile di scrittura è ampiamente influenzato da quest'ultimo.

Nel corso della narrazione si ripercorrono le tappe della vita di Zeno Cosini, caratterizzata dai suoi inutili tentativi di smettere di fumare. Nel rapporto di Zeno con le sigarette sono presenti tutti i temi principali del romanzo: la malattia e il suo ricorso allo psicanalista per guarire dalle proprie ossessioni; l'inettitudine, ovvero l'incapacità non solo di smettere di fumare, ma di affrontare la vita. Zeno infatti è definito "un inetto", che non riesce a prendere decisioni e si lascia trasportare dagli eventi della vita: sono quasi sempre gli altri a decidere per lui. Poi il tema del tempo, in quanto le sigarette coprono l'intera narrazione, e infine la scrittura come mezzo di salvezza dalla vita.

Più che di un romanzo si tratta in realtà di un diario manoscritto del protagonista che il suo psicanalista pubblica per vendetta in seguito all'abbandono della terapia da parte del paziente. Il romanzo non è solo il racconto

della vita di Zeno Cosini, ma è anche l'analisi del fluire della sua coscienza e interiorità.

È davvero affascinante notare come Italo Svevo riesca a descrivere così bene le sensazioni, i pensieri e i contrasti dell'animo umano.

È una lettura sicuramente non di facile comprensione e non sempre scorrevole, ma di grande impatto, che consiglio a chi è amante della psicologia come me.

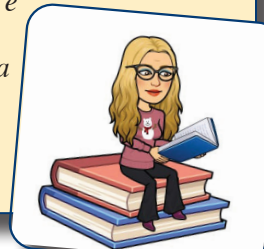


Consigli di lettura dalla prof. Papa Libri per la primavera

Parchi in fiore e sole? Quale occasione migliore per leggere un libro seduti su una panchina o stesi su un prato? Ecco alcuni consigli di lettura della prof. Papa:

- ◆ Cristina Rivera Garza, *L'invincibile estate di Liliana*.
- ◆ Enrico Brizzi, *Jack Frusciante è uscito dal gruppo*.
- ◆ Melissa Bank, *Manuale di caccia e pesca per ragazze*.

Buona lettura a tutti!



Mitologia & teatro

Una sera tra suspense ed emozioni potenti

di Fiammetta Colombi



Clitemnestra è l'adattamento teatrale della *Casa dei nomi* di Colm Tóibín, per la regia di Roberto Andò, in cui una bravissima Isabella Ragonese veste i panni di Clitemnestra.

Il 9 febbraio 2024, il nostro docente di lingua e letteratura italiana ci ha proposto uno spettacolo serale al Piccolo Teatro Strehler di Milano: *Clitemnestra*. La messa in scena della tragedia greca, però, non ricalcava quella dell'antico drammaturgo Eschilo, ma seguiva la trama del romanzo *La casa dei nomi*, dello scrittore irlandese Colm Tóibín, romanzo che il regista Roberto Andò (conosciuto anche per essere sceneggiatore e direttore artistico) ha adattato per il teatro. «Ho dimestichezza con l'odore della morte. L'odore nauseabondo e zuccherino che si diffondeva nel vento raggiungendo le stanze di questo palazzo»: queste le profonde parole con cui si apre il romanzo di Tóibín. Andò ha dichiarato, più volte, di aver provato intense emozioni nella lettura del romanzo, tanto da volerne mettere in scena il personaggio più grandioso che vi è narrato: Clitemnestra. E così, la sera del 9 febbraio, io e alcune compagne di classe ci siamo tro-

vate davanti all'ingresso del Piccolo, dove non ero mai stata prima di allora. La rappresentazione teatrale di Andò ha messo al centro il tragico e infelice destino che avrebbe colpito improvvisamente Clitemnestra: quello di doversi unire a molti uomini, i quali le avrebbero arrecato tantissima sofferenza e dolori inenarrabili. Quando diviene la moglie di Agamennone, il suo triste destino non muta: il re di Micene, infatti, con un inganno fa chiamare la loro giovane figlia, Ifigenia, per darla in sposa ad Achille. Una falsità! Ifigenia, infatti, era stata condotta a Palazzo per essere offerta in sacrificio agli dei, al tempo della guerra di Troia. Palpabile l'inconsolabile dolore provato dalla protagonista (interpretata da Isabella Ragonese) nell'apprendere che la sua giovane e amata figlia morirà. Un dolore straziante che, fra pianti e urla, porterà Clitemnestra a compiere un efferato omicidio, quello di Agamennone. La figura della protagonista diventa quasi ambivalente: presentata prima negativamente quale donna infedele, irruenta e sanguinaria, Clitemnestra appare poi anche una donna determinata e dalle forti passioni, in grado di risolvere pragmaticamente le situazioni, una donna che nonostante tutto non si arrende e lotta per uscire vincitrice. Sono rimasta positivamente colpita dalla scenografia teatrale: il palco, allestito in una dimensione arcaica ed onirica, sembrava coinvolgere il pubblico in ogni singola scena. Un altro elemento che riusciva a catturare l'attenzione degli spettatori era la tonalità delle luci, fioche e tenui, che si muovevano creando un gioco di sole e gocce d'acqua. Esse si schiarivano nelle scene diurne, per diventare più buie in quelle notturne. Un elemento, invece, che generava angoscia era la moltitudine di suoni stridenti, ponendo lo spettatore in un contesto di grande suspense. Una rappresentazione densa di emozioni potenti e intense, davvero... uno spettacolo!

Sul Festival di Sanremo

Musica per riflettere

di Alessia Leone

Quest'anno, dal 6 al 10 febbraio, è andato in onda, in diretta televisiva Rai e in Eurovisione, il settantaquattresimo Festival di Sanremo a cui hanno partecipato trenta artisti di tutti i generi e le generazioni.

L'edizione del 2024, per il quinto anno consecutivo "targata" Amadeus, non è passata inosservata: accanto ad alcuni brani dal sapore nazionalpopolare, molti artisti hanno portato sul palco tematiche sociali e spaccati di vita quotidiana: la guerra, le differenze sociali, il bullismo, il tema dei migranti, un manifesto di donne per le donne, l'importanza di amare se stessi e di inseguire i propri sogni.

Molti artisti hanno espresso le loro opinioni "apertis verbis". Il più impattante per clamore mediatico è stato sicuramente il noto rapper e produttore discografico milanese di origini tunisine Ghali: dopo la sua esibizione con la canzone *Casa mia*, il cantante in una gag con la maschera aliena RichCiolino, ha chiaramente affermato "Stop al genocidio", riferendosi in particolare al conflitto fra Israele e Palestina, da decenni senza soluzione.

L'affermazione, che ha colto di sorpresa anche Amadeus, è stata molto criticata da alcuni esponenti politici, mentre è stata particolarmente gradita e sostenuta sui social. Ghali ha respinto le accuse di voler strumentalizzare una "neutrale" rassegna canora per finalità politiche, sostenendo che le persone hanno paura di perorare la pace, perché intimorite da una politica del terrore, politica deleteria per la società. Ghali ha poi ricordato che in tutti i conflitti ci sono vittime e tra queste le più vulnerabili sono certamente i bambini, che hanno dei sogni e il diritto di realizzarli. Alcuni commentatori hanno inoltre affermato che il palco dell'Ariston di Sanremo non è il luogo adatto per esprimere certi pensieri lontani dalla musica: a questi Ghali ha risposto che il ruolo dell'artista è anche quello di generare dibattiti e riflessioni all'interno della società.

Un musical su una grande personalità del teatro francese

Molière, le spectacle musical

di Valentina Scapellato

Recentemente, a Parigi, è stata portata in scena una commedia musicale sulla vita del commediografo Jean-Baptiste Poquelin, diventato poi celebre con il nome d'arte Molière. Lo spettacolo comincia con la nascita dell'Illustre Théâtre, la compagnia teatrale fondata appunto da Molière, la sua compagna Madeleine Bèjart e i fratelli di lei, Louis e Joseph. In seguito si aggiungono altri attori, come Marquise, la donna che Louis ama, data poi in sposa a un altro membro della troupe. Inizialmente la compagnia non riscuote molto successo, quindi Molière decide di viaggiare per la Francia, con la speranza di acquisire un po' di fama per poi fare ritorno a Parigi. Passa qualche tempo e la troupe torna alla Ville Lumière sotto la protezione del Principe de Conti, fedelissimo di re Luigi XIV, ma gran donnaiolo e peccatore. Tra feste, balli e banchetti, il commediografo conosce Armande, figlia segreta di Madeleine, che dopo non molto sposerà contro il volere

del padre, che non avrebbe mai voluto che fosse un attore e tantomeno sposato con una donna di quel mondo. Ad un certo punto, la situazione della compagnia sembra tranquillizzarsi, ma subito dopo il loro protettore, il Principe de Conti, si trasforma improvvisamente e diventa un cattolico radicale, condannando tutte le opere di Molière, ritenute da lui ormai scabrose. Il fratello del re, a quel punto, decide di prendere in mano la compagnia come nuovo protettore, portandola alla gloria, facendo però "montare la testa" al grande drammaturgo. Sorgono tra Armande e Molière dei grandi problemi dopo la morte del loro primo figlio; la coppia attraversa infatti una profonda crisi. Il commediografo, per orgoglio e vanità, si inimica la compagnia, portando alcuni attori, tra cui Marquise, ad andarsene e a concludere così la storia d'amore con Louis. Dopo poco sia il padre del drammaturgo che Madeleine muoiono e Molière è perseguitato



PETITOM (pseudonimo di Tommy Tremblay), figura poliedrica poiché è autore, coreografo, compositore, ballerino e acrobata, veste i panni di Molière nel musical. Foto di Hyronik <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:PETITOM.jpg>

dai sensi di colpa, così decide di fare ammenda, ed essendo ormai vecchio e malato mette in scena un'ultima commedia prima di morire.

Lo spettacolo è composto interamente da canzoni, originali e in lingua francese, pochi dialoghi e coreografie acrobatiche studiate nei minimi dettagli. Il cast è formato da attori con poca esperienza, ma si rivela all'altezza dei vari ruoli. Infatti, ogni personaggio canta e balla; alcuni hanno persino un doppio ruolo, il che rende tutto ancor più di qualità. Nonostante sia tutta cantata, la commedia non annoia un attimo, gli attori riescono a tenere alta l'attenzione degli spettatori per oltre due ore. Lo spettacolo è fresco, innovativo e brillante e il racconto della vita di Molière non risulta mai pesante come invece gli studenti dicono di trovarlo sui libri di storia e di scuola.

Svago & cultura

Parigi, la bellissima città della luce

di Valentina Scapellato



La Basilica del Sacro Cuore sorge sopra Montmartre, dove nel III secolo san Dionigi, dopo la sua decapitazione, avrebbe fatto alcune miglia portando la testa mozzata fra le mani.

Parigi non è famosa solo per essere la capitale della Francia, anzi, la città è spesso ricordata per moda, pasticceria, arte, letteratura e grandi monumenti. Quando si sceglie di visitare Parigi è bene alloggiare in un punto strategico ma non troppo centrale, per evitare di spendere cifre troppo alte. La città, infatti, è molto ben collegata con diverse linee di metropolitana, tram e autobus che consentono di raggiungere facilmente il centro e i vari luoghi di interesse, anche se si alloggia in zone periferiche. Uno dei luoghi più vivi e colorati di Parigi è sicuramente Montmartre, culla di arte e colori, luogo dove gli artisti ancora oggi si riuniscono per dipingere e parlare d'arte nei caffè, così come si

faceva una volta. Camminando per il quartiere si arriva facilmente alla candida Basilica del Sacro Cuore, facilmente per così dire, perché per raggiungerla bisogna salire numerosi scalini, anche se per i meno temerari c'è un comodo passante. A circa un chilometro e mezzo dalla Basilica si trova il famoso quartiere a luci rosse, una via costellata di sexy shop in pieno stile parigino e night club, il più famoso tra tutti è il Moulin Rouge, storico mulino a cui l'omonimo film si ispira.

Un'altra meraviglia della città è sicuramente la cattedrale di Notre-Dame, che è stata lo sfondo del romanzo dello scrittore Victor Hugo, *Notre-Dame de Paris*, e che incanta i visitatori per la sua particolare architettura. Poco lontano si trovano numerosi musei tra cui il Louvre, con l'incantevole piramide di vetro e ampissime sale con opere provenienti da tutto il mondo, come, ovviamente, la Gioconda. Molto affascinante è anche il Musée d'Orsay che si sviluppa su cinque piani, tutti interamente dedicati a diversi periodi storici e artistici, uno dei più belli è sicuramente quello dedicato all'impressionismo. Il museo ospita anche bellissime mostre temporanee, la più recente è quella dell'olandese Van Gogh.

Con metropolitana, tram o autobus si raggiunge velocemente la zona degli Champs-Élysées, un lunghissimo viale da percorrere a piedi, dato che per la maggior parte è in discesa, in modo da poter osservare bene il panorama. Passo dopo passo si raggiunge così l'Arco di Trionfo, meraviglioso punto da cui poter osservare l'intera città dall'alto e godersi una vista spettacolare.

Altro punto da cui vedere un incredibile panorama è la Tour Eiffel, simbolo della città per eccellenza, che vista di sera regala un meraviglioso spettacolo fatto di luci che si illuminano a intermittenza.

Da non perdere assolutamente sono Les Galeries Lafayette, che ospitano numerosi negozi in cui i parigini sono soliti ritrovarsi per fare shopping e mangiare in rinomati ristoranti; inoltre, salendo sulle meravigliose terrazze, si può godere di una bellissima vista.



Gli Champs-Élysées (Campi Elisi) nascono da un'idea di Maria de' Medici nel 1616 e sono la via commerciale più famosa della capitale.

Altro luogo di grande interesse è Montparnasse, più tranquillo rispetto alle altre attrazioni, quartiere dove è possibile fare

lunghe passeggiate, perdersi in bellissimi parchi e zone verdi e visitare il cimitero.

Una delle attività più belle da fare a Parigi è sicuramente il giro in battello sulla Senna, dove guide esperte incantano i visitatori con i racconti storici sulla città e mostrano le bellezze di Parigi, è infatti perfetto se si vuole dare uno sguardo generale, seppur da lontano, alle attrazioni della città.

Che dire? Parigi è senz'altro una città sensazionale, ricca di arte, mistero e magia, luogo d'amore per innamorati e perfetta per un week-end romantico per evadere dalla realtà. Se si può, almeno una volta nella vita va assolutamente visitata.



La Piramide del Louvre, in vetro, acciaio e alluminio, funge da atrio al Museo del Louvre. Commissionata dal presidente Mitterrand all'architetto Ieoh Ming Pei, è stata inaugurata il 4 marzo 1988.

Viaggi & interiorità

Assisi, città di rinascita

di Fiammetta Colombi



L'estate scorsa, a settembre, sono andata a fare un piccolo viaggio di quattro giorni con mia madre ad Assisi, località dell'Umbria, nel cuore dell'Italia centrale. Appena arrivati, la cittadina medievale ci è apparsa dalla stazione di Santa Maria degli Angeli.

Abbiamo organizzato un itinerario sulle orme di San Francesco e Santa Chiara: il nostro percorso è iniziato dalla Basilica di San Francesco, inferiore e poi superiore. Con il naso all'insù abbiamo ammirato ogni affresco di Giotto, così minuziosamente pensato per raccontare la storia del Santo. La Basilica è imponente e la sua bellezza toglie il fiato. Abbiamo poi visitato l'Abbazia benedettina di San Pietro, anch'essa magnifica, avvolta in un silenzio che ci ha portato quiete. Dalla sua piazza, la vista verso la valle era mozzafiato. Poi abbiamo continuato con la Basilica di Santa Chiara, all'interno della quale si trova il Crocifisso di San Damiano che, si dice, parlò a San Francesco. Infine abbiamo raggiunto il Duomo di San Rufino, dove abbiamo avuto la possibilità di salire sul campanile e ammirare, dopo molti scalini, la città dall'alto.

Siamo entrate nei diversi negozi di prodotti tipici: uno in particolare ci ha colpito per la vendita di lavanda, il cui profumo pervadeva ogni angolo. Squisiti anche i pranzi e le cene: oltre ad avere gustato gli strangozzi al tartufo, abbiamo assaggiato la zuppa di lenticchie, famose per provenire da Castelluccio di Norcia.

In quei giorni, camminando e girovagando per Assisi, ho osservato i movimenti della gente, ma soprattutto le espressioni dipinte su volti che non conoscevo. Mi sono soffermata tanto sui sorrisi. Assisi mi sembra proprio una città dove si rinasce, un posto tranquillo e pacifico. Ho provato proprio delle meravigliose emozioni in questo viaggio, breve ma pieno di avventure indimenticabili.

Ciò che ho apprezzato sono state le risate che abbiamo fatto. Il mio cuore, lì con mia madre, era pieno di gioia ed ero sempre sorridente. Le giornate erano davvero pazzesche. Il sole illuminava la città come non mai e abbiamo assistito a spettacoli incredibili del cielo: l'alba e il tramonto lo dipingevano con tinte forti, di un rosso radioso. Ed io, in questa piccola città, sono rinata!

L'arte rivela perfettamente tutte le emozioni confuse e disordinate che possono vivere all'interno di ogni persona; con la sua magia è capace di liberare la mente che viaggia incontrollata e gettarla in una poesia, in una melodia, in un disegno o in un quadro, rendendo il sentimento non più incomprensibile, ma chiaro. Per questo scegliere di riflettere su quadri che mostrano l'introspezione dei disagi psicologici ci è sembrata l'idea più giusta.

Dolore e sollievo nell'arte

Van Gogh, artista strabiliante, è stato considerato un uomo disturbato e un po' folle per alcune delle sue azioni, come quella di tagliarsi un orecchio. Ma davvero possiamo considerarla solo follia? In realtà il suo gesto lo si può considerare come una forma di **autolesionismo**, come una strategia: quando una persona inizia a farsi del male, ad autoinfliggersi del dolore, sta forse cercando di sopravvivere alle atrocità, ai traumi e ai dispiaceri che ha vissuto. Certo, non tutte le persone che soffrono si autolesionano, dato che questa è una delle tantissime strategie per sfuggire, seppure in modo disfunzionale, al proprio profondo disagio... Questo grande artista, a parer mio, stava solo cercando un modo per alleviare il suo dolore e mettere a tacere la sua profonda sofferenza.

Nour Ahmed Hassanein

Vincent van Gogh,
Autoritratto con l'orecchio bendato,
1889, olio su tela, 60 x 49 cm,
Courtauld Gallery, Londra (GB).



Henri Matisse, *La danza*,
1910, 2,6m x 3,91 m, olio su tela,
MoMa, New York (USA).

Invisibile

La danza di Matisse rappresenta un'esaltazione del corpo umano in movimento. Le figure dipinte sembrano danzare liberamente e felicemente, manifestando un senso di vitalità e di energia. Molte persone affette da **disturbi alimentari**, sperimentano invece isolamento e alienazione a causa della propria condizione. *La danza* può fungere da invito a esplorare il potenziale di supporto e di solidarietà generato dalle relazioni interpersonali. Infine, la vivace palette cromatica utilizzata da Matisse in questo dipinto può evocare una sensazione di gioia e vitalità che è in netto contrasto con le emozioni negative spesso associate ai disturbi alimentari, come l'ansia, la depressione e la vergogna.

Samir Sraighina

Vincent van Gogh,
Sulla soglia dell'eternità, 1890,
80x64 cm, olio su tela,
Museo Kröller-Müller, Otterlo (Olanda).

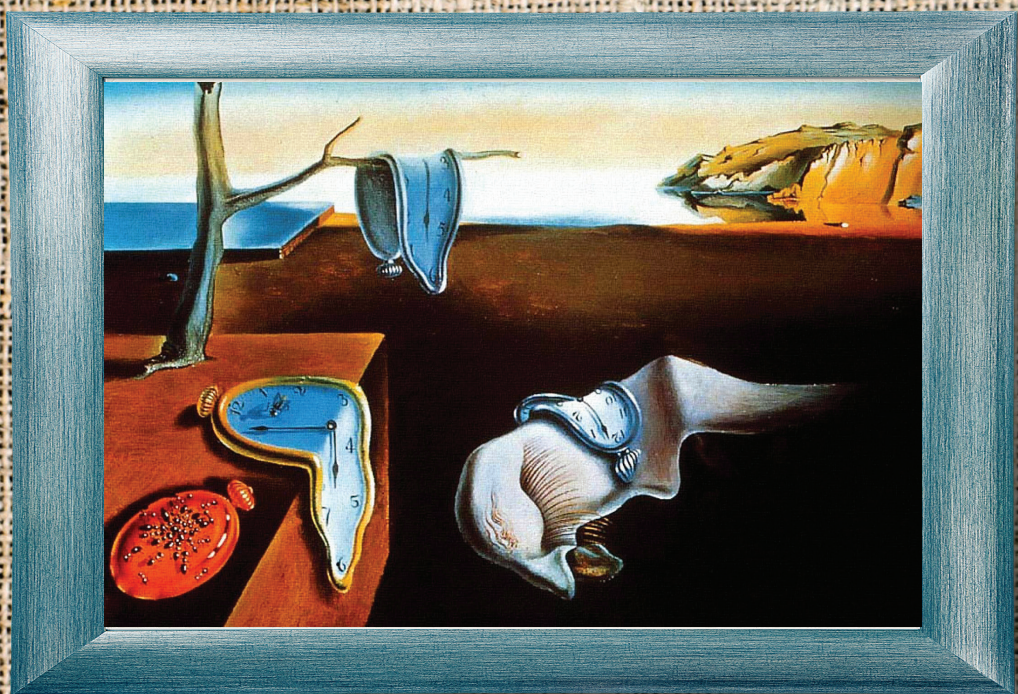
Sulla soglia dell'eternità

Sulla soglia dell'eternità è un dipinto del pittore olandese Vincent Van Gogh. Quest'opera ritrae un anziano che è con la testa inclinata verso il basso, in un atteggiamento che suggerisce il tentativo di chiudersi in se stesso, come se volesse sfuggire al mondo esterno. Le sue mani, strette a pugno di fronte al volto, sembrano cercare di nascondere il suo dolore interiore, in un gesto che riflette una profonda sofferenza emotiva. I colori prevalenti sono opachi e cupi, con tonalità di blu e grigio che dominano la scena, trasmettendo una sensazione di tristezza e afflizione. Lo sfondo scuro e indefinito aggiunge un senso di isolamento e disorientamento al dipinto. L'osservatore potrebbe pensare che l'uomo stia attraversando un periodo di **depressione**, poiché il dipinto cattura in modo potente la lotta emotiva e la disperazione che possono accompagnare tale stato d'animo.

Kristhel Moreno



Salvador Dalí, *La persistenza della memoria*,
1931, olio su tela,
24 cm x 33 cm, MoMA, New York (USA).



Follia, la fragilità del normale

La persistenza della memoria di Salvador Dalí, con i suoi orologi molli e un paesaggio onirico, evoca un senso di temporalità distorta e irrazionale. Quest'opera iconica può essere interpretata come una riflessione sulla natura fugace del tempo e sulla relatività del reale. Attraverso la rappresentazione di orologi che si sciolgono, Dalí suggerisce la fragilità della percezione umana e la caducità delle certezze. Il tema della follia emerge nell'assurdità e nella dissonanza di questo scenario, dove il senso del tempo è alterato e la realtà si dissolve. Dalí sembra esplorare la **dimensione psicologica della follia**, suggerendo che la mente umana è suscettibile alla distorsione e alla confusione.

Gabriel Josue Di Gorga



Edvard Munch, *L'ansia*, 1894,
94x74 cm,
Museo Munch, Oslo (Norvegia).

Un peso interno

Il quadro *L'ansia* di Edvard Munch offre uno sguardo profondo e inquietante sull'esperienza dell'ansia umana. Le linee contorte e i colori vivaci creano un senso di tensione e disagio, trasmettendo efficacemente l'angoscia emotiva del soggetto. La figura distorta e senza volto sembra essere avvolta in un vortice di turbamento interno, riflettendo la sensazione di essere intrappolati nella propria **ansia**. Secondo me, quest'opera invita gli spettatori a confrontarsi con la realtà dell'ansia e a riflettere sulla sua natura universale e spesso debilitante che compromette la serenità e la possibilità di vivere esperienze positive.

Samir Sraighina

La difficoltà di riconoscersi

La **disforia di genere** è qualcosa che sperimentano in pochi, qualcosa di complesso da comprendere se non vissuto sulla propria pelle. È come sapere di essere qualcuno, ma vivere al contempo nei panni di qualcun altro, avendo la costante paura di apparire al mondo come ciò che non si è. Soffrendo e a volte odiandosi, eppure senza aver colpa di ciò che sta accadendo. Non riconoscersi quando ci si guarda allo specchio, sperando che un giorno prossimo possa avvenire un cambiamento che riporti la serenità perduta; sperando che quel cambiamento cancelli ciò che è superfluo o mancante, sperando finalmente di guardarsi allo specchio e sapere di aver davanti la persona che davvero ci rappresenta, ciò che dentro si è sempre stati.

Daniele Viganò

Pablo Picasso, *Testa di donna*,
1962, linoleografia a colori su carta.



RAYS OF LIGHT

LA REDAZIONE

GLI ALUNNI DELLA REDAZIONE

Carl Myco Alonzo
Giorgia Valentina Canicoba
Michela Caruso
Fiammetta Colombi
Gabriel Josue Di Gorga
Eluana Espejo
Elisa Ferraro
Nour Ahmed Hassanein
Alessia Leone
Kristhel Moreno
Elena Petronella
Tiziano Sabatino
Valentina Scapellato
Samir Sraighina
Giulia Vaja
Daniele Viganò
Alice Zappelli

GLI ALUNNI RESPONSABILI DELLE PAGINE

Nour Ahmed Hassanein
(attualità)

Elena Petronella
(writing about literature)

Elisa Ferraro
(musica, cinema, spettacoli)

Alice Zappelli
(let's travel)

Gabriel Josue Di Gorga
(riflessioni)

IL CORRETTORE DI BOZZE

Gabriel Josue Di Gorga

GLI INSEGNANTI COORDINATORI DEL PROGETTO

Modesta Abbandonato
Joseph Michael Burrini
Laura Papa
Anna Sofia Pestalozza

IL RESPONSABILE DELLA PUBBLICAZIONE

Ornella Campana
(Dirigente Scolastico)