NELLO STUDIO DI VALLAURIS DEL GRANDE PITTORE

Incontro con Pablo Picasso

Più energico, più chiaro, più giovane di prima - Il grande paesaggio della villa "Californie,, di Cannes - Un commento ai fatti recenti: "Io non so fare discorsi. Parlo in pittura. Ed è perciò che si impedisce l'apertura del Tempio della Pace. Le guerre condotte contro il popolo sono sempre gravide di fascismo, come in Spagna,, - I sei elementi della lunetta che completerà le due allegorie picassiane

(Nostro servizio particolare)

CANNES, luglio — *Nei giorni stessi in cui il ministro gollista Berthoin vietava l'inaugurazione del «Tempio della Pace» di Vallauris, il governo francese riammetteva in patria, a piede libero, l'ex ministro dell'Educazione Nazionale di Vichy, Abel Bonnard, condannato a morte per intelligenza col nemico nel 1945 e vissuto tredici anni in Ispagna sotto la benevola protezione di quei vescovi e di Francisco Franco.*

I lettori conoscono la storia del sopruso di Vallauris ma non è male ricordarla alla luce di questa eloquente coincidenza. Come non è male sapere che la motivazione della Direzione dei Musei di Francia per impedire l'apertura del «Tempio della Pace» («la vecchia cappella non ha una uscita di sicurezza») è una sciocca menzogna: poco lontano da Vallauris, a Villetranche, un'altra vecchia cappella priva di doppia uscita, ma tuttora consacrata e decorata dagli affreschi religiosi di Matisse, è da tempo aperta al pubblico senza aver mai attirato la vigilanza delle autorità.

Non vedevo Picasso dal 1953. L'ultima volta gli avevo fatto visita a Vallauris con Sergio Amidei e Luciano Emmer per la preparazione del film a colori sulle sue mostra di Roma e Milano. Sono passati cinque lunghi anni e Picasso m'è parso più energico, più chiaro, più giovane di prima. I suoi occhi «color della terra» li ho visti, se così posso dire, ancor più «color della terra» e avidi di guardarla, di possederla fin dentro le sue profondità.

Non a caso il primo grande quadro che ti colpisce entrando nello studio-atrio della nuova abitazione di Picasso, la villa Californie di Cannes, è un paesaggio. Una tela rettangolare di circa due metri di base per un metro e mezzo d'altezza dove, in una sintesi che riduce all'essenziale molteplici somme di elementi, la realtà appare aggredita da un colpo d'occhio altrettanto improvviso che documentato: vele, scafi, strutture edilizie sfiorate da un aereo pennello, bulinate nell'intimo fino a un rosso tappeto, a una gialla cortina, sartie, reti, profili ritorti di vecchie cancellate, prismi di terra verde protesi a bandiera in cuspidi di candide correnti che emergono e sommergono tese folate di azzurro mare: e, come turbini arrivati nel pulviscolo meridiano, placati in prodiga voluta, le palme mediterranee. E' la radiografia fulminante d'un trionfo marino. Sul retro della tela Picasso ha annotato con pennello grosso e colori diversi i giorni di lavorazione: 19 aprile, 9 e 31 maggio, 9 e 17 giugno 1958.

Dall'alto della collina di Mougins il paesaggio della baia di Cannes riappare in natura: è difficile non ritrovarvi misura su misura, la stessa ampiezza, la stessa complessità e sintesi dello spazio e della luce-colore, la stessa brulicante ma limpida ricchezza di elementi che Picasso ha imerbolizzato sulla tela. Mi dice: «Bisogna tornare a dipingere il paesaggio con gli occhi per vedere una cosa occorre vederla tutte. Bisogna dipingere il paesaggio con gli occhi e non con i pregiudizi della propria testa: magari con gli occhi chiusi — aggiunge subito con quel suo tipico modo di torcere sarcasticamente e a volte disarticolatamente i concetti — ma con gli occhi».

Dipinto con gli occhi

Tutti conoscono la serie dei paesaggi di Vallauris e di Antibes del 1950-'53. Il paesaggio di Cannes del 1958 va ben oltre quella bellezza: è altrettanto cristallino, altrettanto mineralizzato, direi, meno descrittivo più umanamente narrato. E' dipinto con gli occhi di un uomo che, giunto ai settantasei anni di età, vuole sempre guardare la verità e affinare la propria capacità di scoprirla e di dominarla su di essa.

«Ricordo — dice ancora Picasso — due versi di Apollinaire per un mio amico d'segno. Erano pecore e capre che brucavano. Apollinaire scrisse: «Mes enfants, si vous ne serez pas sages — vous ne mangerez plus du paysage». E dava-vo capre e montoni, mangiare e greggi, e l'uomo stesso forse, non mangiano che paesaggio: il paesaggio è luogo, spazio, situazione, filo o dettaglio, stelo di fiore o tegola, come infinita prospettiva, interminabile e mutevole vicenda del tempo. Picasso scorge un incrocio di fili ad alta tensione che passano quasi rasente alla terrazza dove pranziamo, guarda la tazza volante candida nell'azzurro, il pezzo di tralccio che scetta e dice a Renato Guttuso: «Sarebbe bello dipingere quel solo particolare. Ma per coprirlo, per dipingerlo e trasformarlo in immagine occorre dipingere la intera veduta che lo fa esistere così. Non è possibile dipingerlo direttamente senza tutte le sue infinite relazioni oggettive. Una volta dipinsi un paesaggio interminabile: colline, terrazze, mare, alberi e non so più che cosa. A un certo momento, trovai sul mio cammino una pèsca. La dipinsi con attenzione ed evidenza, con avidità. Alla fine mi accorsi che di tutto il resto non m'importava. Volevo dipingere proprio quella pèsca. Ma la pesca da sola non avrei nemmeno saputo vederla».

Pozzo imperiale

Non sono andato a Cannes per intervistare Picasso sulla pittura o sulla politica. Un'intervista è per lui un'assurdità come dipingere una pesca o un altro qualsiasi particolare separato dal contesto vitale. Eppure quelle sue frasi spezzate, che di anno in anno aumentano il loro mordente logico, trasmodando solo di rado nella boutade, mi hanno aiutato a scoprire meglio il senso attuale del suo lavoro. Una pittura tutta affrattata al problema della realtà oggettiva, della tradizione e della elaborazione d'un metodo (non di un gusto) moderno: dove «moderno» sta a significare, se reggono le forze dell'uomo, più ricchezza, più complessità, più razionalità, meno erosione, meno religiosità, più materialistica fantasia. Quindi anche più spiccata antiformalista.

Il valore antiastratto delle nuove opere di Picasso è talmente netto da non apparire neppure polemico. Voglio dire che c'è in quasi tutte le sue nuove pitture il rovescio dei riguardi d'irrazionalismo informale che Madama Moda infiora nelle mostre artigiani di nastri, di cheques, di trofei. Picasso non ama il discorso su questi argomenti. E così rifugge dal sentir parlare di guerra, di vecchiaia, di distruzione dell'uomo. Respinge queste ipotesi, delle quali tanta parte della sua produzione è stata per anni uno specchio deformante, con tutto il suo essere e lo mostra, «nella sola cosa che so fare» — mi dice —, nel lavoro. Un velo di tristezza passa sui suoi occhi mentre ascolta della alluvione estratta dei giovani artisti spagnoli alla XXIX Biennale.

Molto meno lo arena colpito l'esposto ente governativo per impedire l'apertura del «Tempio della Pace». Ho sentito come ne parlava con Madeleine Rifaud, una compagna dell'Humanité che Eluard ali presentò ancora adolescente appena uscita di prigione nel 1945 e che egli ha dipinto in un ritratto bellissimo rimasto finora sconosciuto: «Io non so fare discorsi. Parlo in pittura. Ed è perciò che si impedisce l'apertura del Tempio della Pace. Le guerre condotte contro i popoli sono sempre gravide di fascismo, come in Spagna». E gli ha anche sentito raccontare non so bene se a proposito della Quarta Repubblica o dell'attuale situazione delle arti, ma forse delle due cose assieme, questo fatto: «Pare che ai tempi in cui la Spagna perdeva le Fiandre, i Paesi Bassi e tutto il suo impero, un pittore di blasoni eseguì per il monarca, a guisa di emblema araldico, un pozzo con secchia e ferricello. Il cartiglio sentenziava cortigianamente: Plus on lui enleve — plus il est grand». Non è sempre facile nè giusto accordarsi con la tagliente ironia di Picasso, tutta intersecata di immagini tronche, di aforismi arrovesciati, di allusioni e, all'improvviso, della più sornona arguzia contadinesca, ma quel richiamo al pozzo imperiale che più perdeva e più diventava «grande» mi parve un modo assai efficace per definire il tragico quotidiano della società che cogliamo sconfiggere.

Ritrovo nello studio-atrio della Californie vecchie conoscenze: il suggestivo ritratto della figlia Maja con la bambola, i mostri per me tuttora incomprensibili e tedosi di Dinard, uno dei più possenti volti femminili in bronzo Troro muore abili invenzioni: sagome metalliche di tamburi che suonano l'umil sampogna, appena relati in bianco e nero (figure da giardino), piatti d'argento sbalzati, mosaici, niellati e battuti anche al negativo, prove di linoleum saorbate di tresco: un manifesto di corrida con la scritta Toros, una variazione su ritratto muliebre di Cranach Troro muore pitture, una vita natura morta con bucranio sullo sfondo d'una finestra spalancata e con una pianta di mughetto in primo piano cresciuta a dismisura, taglienti nelle sue lame verde bottiglia ma non meno gentile nei suoi fiori di nerez un contrasto di sangue, di morte e di tenera vita nascente. Colori densi del barattolo, con spessori erti un dito e relature appena soffiate. Troro sette o otto variazioni sul tema d'una trifora liberty della Californie, vista dall'interno della stanza con poltrone rosse, robe gialle, oggetti bianchi. Sui retri, dietro le esili striature di cemento, trascorre, nelle diverse tele, il capo turchino dell'ora di notte, il ceruleo della luna alta, il grigio cenerino dell'alba imbiancata da sbiadite stelle.

Nello studio del piano superiore, il cui balcone è diventato nido di intere famiglie di piccioni e colombi di differenti razze, il tema della «realtà», della «tradizione» e del «metodo moderno» riappare clamorosamente nelle quarantasei tele di dimensioni varie che Picasso ha dipinto dal settembre al dicembre del 1957 partendo dal famoso quadro di Velazquez Las Meninas. Trionfano qui, con inconsueta bonarietà e con plastica violenza, i motivi più amati: la Spagna, l'infanzia, il bello naturale, il grottesco e il picaro, l'amore degli «antichi» e il dileggio del «museo», il piacere di ripercorrere con acuti mutamenti un tema già da altri esplorato facendone sparire con un soffio tutta l'antica polvere e svelandone con lasci inadenti di luce altri tesori nascosti nelle pieghe più oscure. Queste quarantasei tele appariranno verso la fine dell'anno con altre quattordici, tutte sul tema «colombi» e dello stesso periodo, raccolte in tavole a colori dalla Casa Editrice Cercle d'Art. Lo scritto introduttivo sarà di Jaime Sabartes.

Domenica 9 giugno alla Californie si è festeggiato il nome di Pablo e di suo figlio Paulot. C'era il compagno Tabarand direttore del quotidiano comunista di Nizza, c'era Madeleine Rifaud, c'erano i coniugi Leiris, c'era il fotografo americano David Douglas Duncan, autore d'un famoso reportage sulla guerra di Corea e d'un recente libro su Picasso un tantino affetto da «culto della persona», c'era il critico d'arte inglese Douglas Couper, c'erano i compagni di Vallauris: il segretario della Sezione comunista, il Sindaco, il segretario del Sindacato dei vasai. Questi ultimi parlarono in strettissimo siciliano con Guttuso.

Bere alla libertà

Non sanno una parola di italiano: soltanto siciliano e francese. Sono figli di vecchi vasai di Patti e di Messina che, cinquant'anni fa, furono assoldati dai padroni di fornaci come spezzatori di sciopero. «Ma il cammino dei nostri padri non duro che una giornata — dice il più giovane — appena capirono si misero dalla parte degli scioperanti». C'era il compagno redattore di Cercle d'Art venuto a discutere per la copertina del libro su Las Meninas. C'era un immenso pandispagna coperto di zucchero verde, con tavolozza e pennello, offerto da amici torari. Guttuso aprì una vecchia bottiglia di Tio Pepito e bevemmo tutti alla libertà della Francia, alla pace, alla pittura di Picasso.

Sulla ghiaia del giardino prospiciente la Californie, sotto gli occhi dei suoi amici e delle sue più famose sculture, la Capra, la Donna, mentre, l'Uomo con l'agnello, e altre belle e brutte sparse tra l'erba delle aiuole, il vecchio maestro compose i sei elementi della lunetta che dovrà completare nel «Tempio della Pace». Insieme avà installato delle due famose allegorie: quattro sagome umane, un bianco, un giallo, un nero, un rosso, le quattro razze, sollevano su una base verde e contro un fondo azzurro chiaro la colomba della pace.

ANTONELLO TROMBADORI

Dal settembre al dicembre del 1957, Pablo Picasso ha dipinto quarantasei tele sul tema del famoso quadro di Velazquez «Las Meninas» e quattordici sul tema delle colombe. Questa fotografia, di alcune delle variazioni su «Las Meninas», è tra le prime che si pubblichino nel mondo

UN PERICOLO CHE INCOMBE SULLA VITA DI OGNI GIORNO

Attenti alla scossa

In quali condizioni le scariche elettriche colpiscono più duramente l'organismo - La terapia dell'elettrochoc e i fulmini - Un grave rischio professionale

La morte per folgorazione è un rischio professionale che incombe su quanti, a causa del loro lavoro, possono essere investiti dall'elettricità: elettricisti, conduttori di mezzi a trazione elettrica su ferrovia o su strada, lavoratori delle fabbriche i quali si trovano a contatto di macchinari azionati elettricamente. Che cosa accade nello organismo, nell'intimo degli organi e dei tessuti, quando esso viene investito da "una scarica elettrica"? Si può tenere, in modo un po' grossolano, che si eserciti una sorta di stimolo violento il quale agisca in misura più o meno deleteria secondo la sede dell'organismo colpita, secondo l'intensità dello stimolo, secondo la sua durata. In termini più precisi, l'effetto di una scarica elettrica dipende dal tipo di corrente (forma e frequenza), dalla tensione, dal suo voltaggio, dalla sua durata di azione, dal percorso che essa segue nel nostro organismo.

Pericolose sono le correnti a bassa frequenza: man mano che la frequenza aumenta la pericolosità diminuisce fino a sparire del tutto le correnti ad alta frequenza sono infatti completamente innocue, tanto da essere usate in terapia sotto forma di diatermia, onde corte (o marconiterapia), ecc.

Gli organi colpiti

Il pericolo e inoltre maggiore se maggiore è la cosiddetta tensione o voltaggio (rischio dei cavi ad alta tensione) e soprattutto se maggiore è l'intensità della corrente, cioè la quantità di energia che passa in quel dato momento. Per ciò che riguarda la durata d'azione della corrente, va da se che quanto più tale durata è breve tanto meno è dannosa, la «scossa», mentre se la durata è lunga la «scossa» può diventare mortale perfino nel caso che le altre caratteristiche (frequenza, voltaggio, intensità) non tocchino punte eccessive: il che vuol dire che anche una corrente di bassa intensità può avere un effetto letale quando duri a lungo.

Rimane da considerare la sede dell'organismo investita dalla scarica. Se questa sede è rappresentata da massem uscolari, si ha una contrazione di tali masse fino allo spasmo, come nel tetano: ed allora, se si tratta dei muscoli respiratori, il fatto che essi vengano immobilizzati in uno stato di contrazione spasmodica rende impossibili gli atti respiratori, cioè conduce all'asfissia. Situazione gravissima è anche quella in cui viene ad essere interessato il muscolo cardiaco: il violento stimolo elettrico determina in esso una fibrillazione ventricolare, con arresto della circolazione e quindi morte immediata. Egualmente a morte conduce una scarica elettrica la quale, attraversi la massa cerebrale con intensità e durata tali da disgregarla chimicamente i centri bulbari, cioè i centri delle funzioni organiche più vitali, che sono situati in quella parte del cervello detta bulbo.

In breve, dunque, la corrente elettrica è più pericolosa quanto è di tipo alternato, con bassa frequenza, con tensione (o voltaggio) elevata, con elevata intensità, quando dura a lungo, e quando decorre nell'organismo attraverso organi vitali (cuore, centri nervosi bulbari, muscoli respiratori). In altri termini si può sopravvivere a un'ad un investimento di corrente secondo che si verifichino o meno alcune o diverse delle suddette condizioni. Non importa dunque la corrente in se, con la sua frequenza, voltaggio e intensità, ma anche la durata della sua azione — e quindi la possibilità di sottrarre subito al contatto il soggetto colpito — e importa anche di più il discorso che la corrente segue nell'organismo. Il decorso che dipende dalla via di entrata e di uscita.

Si pensa a tal proposito che nell'*elettrochoc*, il quale è un sistema di cura per talune malattie mentali tutte e opportunamente regolato in modo che la corrente, applicata al capo, non venga deviata per il resto dell'organismo col rischio di investire il cuore, ma attraversi soltanto la massa cerebrale, il che può farsi innocuamente per la sua debolissima intensità e per la sua brevissima durata (frazioni di secondo).

Si consideri inoltre il caso di due individui colpiti dallo stesso fulmine (il quale non è che una scarica elettrica) di cui uno sopravviva e l'altro no: qui evidentemente, trattandosi dello stesso fulmine ed essendo uguali perciò tutte le condizioni relative alla scarica elettrica, è il differente percorso nell'organismo — e quindi gli organi diversamente vitali colpiti nell'uno e nell'altro individuo — che ha condizionato la morte dell'uno e la sopravvivenza dell'altro.

Fattore biologico

Il diverso effetto può essere legato anche alle condizioni particolari di ciascun organismo. La folgorazione cioè non dipende unicamente dal fattore fisico (elettricità e sue caratteristiche), ma pure dal fattore biologico, dal fattore umano, dalla suscettibilità o resistenza di ciascun organismo. A loro volta suscettibilità o resistenza di un individuo di fronte all'elettricità dipendono da elementi che ci sono noi, solo in parte. Il pari sesso e quello che si riferisce alla «conducibilità elettrica», che è notoriamente favorita dell'umidità. La nostra pelle oppone una buona resistenza alla corrente elettrica finché si mantiene secca o asciutta, ma se si sta in un bagno o anche solo con i piedi nell'acqua o se il contatto avviene con le mani bagnate, il rischio aumenta, perché l'acqua favorisce il passaggio della corrente nell'organismo.

Ciò è abbastanza noto, ma non è egualmente noto che una condizione simile si verifica col semplice sudore dovuto a una secrezione abbondante eccessiva (come si manifesta in alcuni soggetti) o all'ambiente troppo caldo o magari a una violenta, improvvisa emozione. Senza contare che, a favore la conducibilità elettrica, possono intervenire altri fattori di un meccanismo d'azione, come si è detto, conosciamo meno bene: l'alcoolismo, le malattie acute o croniche, gli stati di affaticamento, le condizioni di turbamento psichico, ecc.

Quello che conviene tener presente, in sintesi, è che generalmente una scarica elettrica, se non è molto intensa, da la morte per arresto cardiaco, mentre se è di maggiore intensità tende a investire i muscoli respiratori e a provocare la morte per asfissia. In questo secondo caso, quando si giunga in tempo e la situazione non sia ancora disperata, si può tentare la respirazione artificiale.

Al fine di prevenire il rischio professionale, i lavoratori che debbono operare con strumenti o veicoli o macchinari azionati elettricamente vanno sottoposti a visite periodiche accurate per escludere quelle malattie (neuropatie, cardiopatie ecc.) che potendo provocare malori improvvisi o perdite di coscienza finirebbero per far loro commettere quegli errori che sono causa di morte. Comunque è bene avvertire: 1) che pure i comuni voltaggi per uso domestico sono pericolosi; 2) che conviene assicurarsi sempre dell'integrità del materiale isolante, anche se si tratti dell'interruttore della luce o del bottone della radio; 3) che questi aggeggi non debbono mai toccarsi con mani bagnate o semplicemente sudate.

GAETANO LISI

Corriere radio-TV

Rubriche in cattedra

L'informazione culturale ha a disposizione con la TV i più ampi mezzi possibili. Il giornalismo, più il cinema, più il montaggio radiofonico. E' naturalmente, l'intervento diretto dell'educatore che può valersi di tutte queste cose messe insieme. «La strada è di tutti», «Un domani per i nostri figli», anche se svolti sul piano del reportage, avevano intenti palesemente educativi. Il risultato, comunque, fu raggiunto: mettere qualcosa in testa alla gente, compiere un'opera educativa senza aver l'aria di farlo, tale a dire senza annoiare.

Il telespettatore considera la TV, e giustamente visto che gli si chiede di pagare per vederla, come uno spettacolo. Può perdonare tutto, meno la noia. La noia è invece l'elemento predominante di una rubrica che avrebbe meritato altra sorte. Parliamo di «Quarta dimensione», in onda ogni domenica dopo «Un, due, tre». Avrebbe potuto essere una grande rubrica. L'argomento, riassunto dal sottotitolo, che parla di «viaggi nel tempo e nello spazio» è quanto di più affascinante si possa concepire: l'avventura della vita, dal formarsi del mondo alla apparizione dell'uomo, alle conquiste della sua civiltà. Ma decisamente alla TV (come ormai tutti sanno, non vi sono argomenti che non possano venir resi noiosi da una impostazione scolastica, pedantesca, quale è quella scelta per «Quarta dimensione»). Sembra che i suoi autori abbian dimenticato che la TV è cosa diversa dalla cattedra scolastica, e che i mezzi a disposizione del pubblico per gli argomenti prescelti sono i più vari e ampi. Si era cominciato bene, col funzionamento di quella «macchina del tempo». Poi si è arrivati a una serie di lezioni tenute da alcune persone degnissime e certamente competenti, le quali però paiono indotte dalla loro professione accademica a pensare ai telespettatori come a gente in possesso della maturità classica e scientifica, in grado quindi di orientarsi in un linguaggio che, parlato, non è e non può essere facile.

Noi non siamo di quelli che credono al motto dello «istruire divertendo». Capire, e capire cose tanto importanti, presuppone un minimo di lavoro, di interesse. E ci sono anche delle cose che non è agevole spiegare, rendere in parole povere, in linguaggio parlato. D'accordo. Bisogna però che coloro ai quali ci si rivolge, in questo caso gli spettatori, siano interessati in modo vivo al dramma, perché di un dramma si tratta, che si svolge sul teleschermo. E non basta dirgli che si tratta di cose grandi e belle, come si fa ad ogni piè sospinto. Bisogna che le cose appaiano da sè grandi e belle. E' difficile, certo. Ma è questo il mestiere della TV. Ultimenti si possono fare le dispense popolari, le lezioni per corrispondenza, le conferenze. Non si parla però di «viaggi nel tempo e nello spazio» non si promette alla fine di ogni puntata «meravigliose avventure» per la successiva. Chi promette, deve mantenere. Anche se si tratta della TV.

a. gi

Vedremo in settimana

La settimana che comincia oggi è dominata da alcuni spettacoli di varietà musicale. Molto bene. Siamo in periodo estivo. Fa caldo, e una canzoncina e uno sketch hanno un effetto digestivo e refrigerante. Intanto stasera cominciano «Un, due, tre». Domani sera, alle 22,40, un programma di varietà musicale - in ripresa diretta dal Nuovo Lido di Genova - con Sarah Vaughan e Achille Togliani. Per l'occasione farà la sua ricomparsa Adriana Serra come presentatrice. Martedì altro varietà musicale, stavolta americano. Fra le serie dei «Perry Como Show» cominciamo con «Dinah Shore Show». Dinah Shore è una bella donna, canta bene, si sa muovere, ha classe da vendere. Cammino che la classe si possa vendere. In questo caso si potrebbe anche comprare e chissà, anche le nostre cantanti. Spettamo bene Mercoledì «Marina piccola». Anche qui, data la situazione militare di Teddy Reno, non perfettamente chiara, speriamo bene. Giovedì altro «Varietà musicale», stavolta da San Remo con Renato Carosone, nientemeno, e la partecipazione di Rosanna Carteri. Soltanto venerdì, forse perché vigilia, niente musica. In compenso una commedia di Somerset Maugham, con Ernesto Calindri, Elsa Merlini e, andavate un po', Paolo Carlini.

Una settimana, quindi, con ben cinque trasmissioni di musica leggera. La TV le cose o le fa bene o niente. Non vorremmo aver l'aria degli incontentabili, ma pensiamo che forse anche in Italia ci sia qualcuno che gradirebbe qualche altro genere di spettacoli. Intendiamo dire che il problema del «dosaggio» esiste anche per la TV.

Alessandra Panaro, la «cognatina» del «Musichiere» si riposa dalle fatiche televisive sulla spiaggia di Capri, giocando con le sue coetanee. Ci sembra assai più a suo agio che alla TV.

Un voto per ciascun programma

Telematch	*cattivo*
Un, due, tre	*mediocre*
Oreste	*buono*
Holiday on Ice	*mediocre*
Perry Como show	*buono*
Marina piccola	*buono*
Lascia o raddoppia	*cattivo*
Il cuore e il mondo	*mediocre*
Il musichiere	*buono*

COME VINCERE LA SETE

Preferenza alle bevande con succhi di agrumi

Esse non soltanto dissetano, ma per la presenza di vitamine nutrono l'organismo particolarmente affaticato nella stagione calda

Quando la colonnina di mercurio del termometro incomincia a salire ed il corpo ne avverte ogni più piccolo movimento attraverso una sempre più abbondante sudorazione, siamo spinti a far ricorso, per combattere il caldo, ma principalmente la sete, a ricette segrete di cui sottolineiamo la necessità. E' giusto e che tali ricette per avere il più delle volte come componenti fissi, il ghiaccio e l'anidride carbonica in grande quantità non sono affatto indicate a togliere la sete o, se la vogliamo, sono causa di malanni: dell'organismo di cui molti non sanno spiegarsi il perché.

Saper bere non è soltanto una necessità ma anche una norma igienica. Noi beviamo perché l'organismo consuma una certa quantità d'acqua e tale consumo è segnalato ai nervi sensitivi della bocca i quali, ogni volta occorre, fan riferimento, dando l'allarme attraverso quella sensazione così poco piacevole, che noi chiamiamo sete.

Se beviamo bevande molto ghiacciate, avvertiamo un beneficio, ma si tratta di un sollievo momentaneo. Le bevande ricche di anidride carbonica, cioè troppo gassate, hanno potere anestetizzante sui nervi sensitivi della bocca, tuttavia a lungo andare provocano il fastidioso inconveniente della dilatazione dello stomaco.

Il saper bere quindi non è sinonimo di bevande troppo ghiacciate e troppo gassate. L'ingestione di liquidi troppo freddi è una delle cause di quelle malattie che i medici definiscono stagionali: dalla gola, alla bronchite, fino alla polmonite. Inoltre la azione che il freddo esercita provoca sul corpo acceleratamente la traspirazione e copiosa, causa quindi improvviso malessere, tutto più pericoloso in quanto giunge improvviso.

Le bevande che da un punto di vista dietetico e terapeutico presentano un notevole interesse ed eliminano gli inconvenienti sopra lamentati, sono quelle a base di succhi di agrumi.

Esse, prese fredde e non ghiacciate, conservano l'aroma ed il sapore e non provocano i danni all'organismo di cui abbiamo fatto cenno per le bevande ghiacciate. Inoltre, ricche come sono di vitamine e di zuccheri, hanno particolari proprietà energetiche e sono quindi, particolarmente indicate durante l'estate, quando l'organismo, proprio per il caldo, è stanco ed affaticato.

Esse pertanto non soltanto dissetano ma anche nutrono. Tra le altre proprietà tali bibite, come il chinotto, hanno funzione tonica. Nel chinotto, bevanda presentata in Italia per la prima volta da un'industria romana, la china, il rabarbaro, la genziana, l'assenzio e i succhi di agrumi, hanno ben precise qualità digestive.

Anche in questo settore però esistono sofisticazioni. Infatti molte di queste bevande, di arancia o di limone non hanno che il nome ed il colore che però viene ottenuto con sostanze chimiche.

Per evitare di cadere nell'equivoco a tutto nostro danno in questo caso siamo di bere una cosa ed invece per ingerirne un'altra, sarà bene fare attenzione che la industria produttrice precisi, a corpo pieno e a base di succhi naturali. Tale precisazione non è soltanto una garanzia del prodotto a tutto vantaggio della salute dell'industria ma anche una garanzia del nostro organismo.

Vogliamo stabilire in pochi punti i regoli di saper bere dissetarsi, insomma tutto tenere presente, innanzitutto evitare di bere bevande liquide ghiacciate. La sensazione di freddo interna è sì certo piacevole ma, a parte il fatto che è tratta di una sensazione temporanea, attenua il sapore e l'aroma della bevanda. Tali tipi di bibite ghiacciate e fortemente gassate hanno la funzione di stimolare una abitudine e non di soddisfare un bisogno dell'organismo.

Molti ritengono che le bevande troppo gassate aiutino la digestione, ma è da osservare che la continua reazione artificiale cui viene sottoposto il nostro stomaco è fonte di dilatazione.

Abbiamo detto di fare attenzione alle sofisticazioni. Vi sono infatti in circolazione limonate e aranciate, ottenute con componenti chimici e non con il succo del frutto.

Poiché dunque bere è una necessità cerchiamo di bere non soltanto in favore dell'arsura ma anche in favore della salute.

M. C.