



Il Planning Diary 2008 è un viaggio all'interno del mondo fantastico di un ospite speciale: Riccardo Dalisi, architetto, designer, artista.

Parole, disegni e paesaggi immaginari in *Camminare come un samurai vietnamita (Essere un samurai della vita)* offrono una mappa quotidiana di pensieri che riconquistano i ritmi di un tempo più lento ed interiore, in cui saggezza e fantasia si mescolano.

Ringrazio con stima ed amicizia Dalisi per aver trasformato con la sua anima artistica il contenuto del taccuino in un vero e proprio "libretto" da leggere per meditare, da guardare per immaginare.

Il Presidente
Arch. Paolo Malara



personal
planning diary

2008

OARC

Ordine degli Architetti, Pianificatori, Paesaggisti e Conservatori
Provincia di Reggio Calabria - Italia

www.rc.archiworld.it

a cura di

Patrizia De Stefano
Maria Rosa Russo

anno terzo

DUEMILAOTTO

Camminare, correre, passeggiare è ritmo così come parlare e pensare...

nome

cognome

indirizzo

c.a.p.

città

tel. mobile

e-mail

altro

.....



gennaio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

febbraio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29		

marzo

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

aprile

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

maggio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

giugno

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

luglio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

agosto

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

settembre

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

ottobre

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

novembre

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

dicembre

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

2008

gennaio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

febbraio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

marzo

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

aprile

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

maggio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

giugno

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

luglio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

agosto

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

settembre

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

ottobre

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

novembre

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

dicembre

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			





gennaio 2008

1 martedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

2 mercoledì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

3 giovedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

4 venerdì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

5 sabato

8

9

10

11

12

13

14

15

6 domenica

17

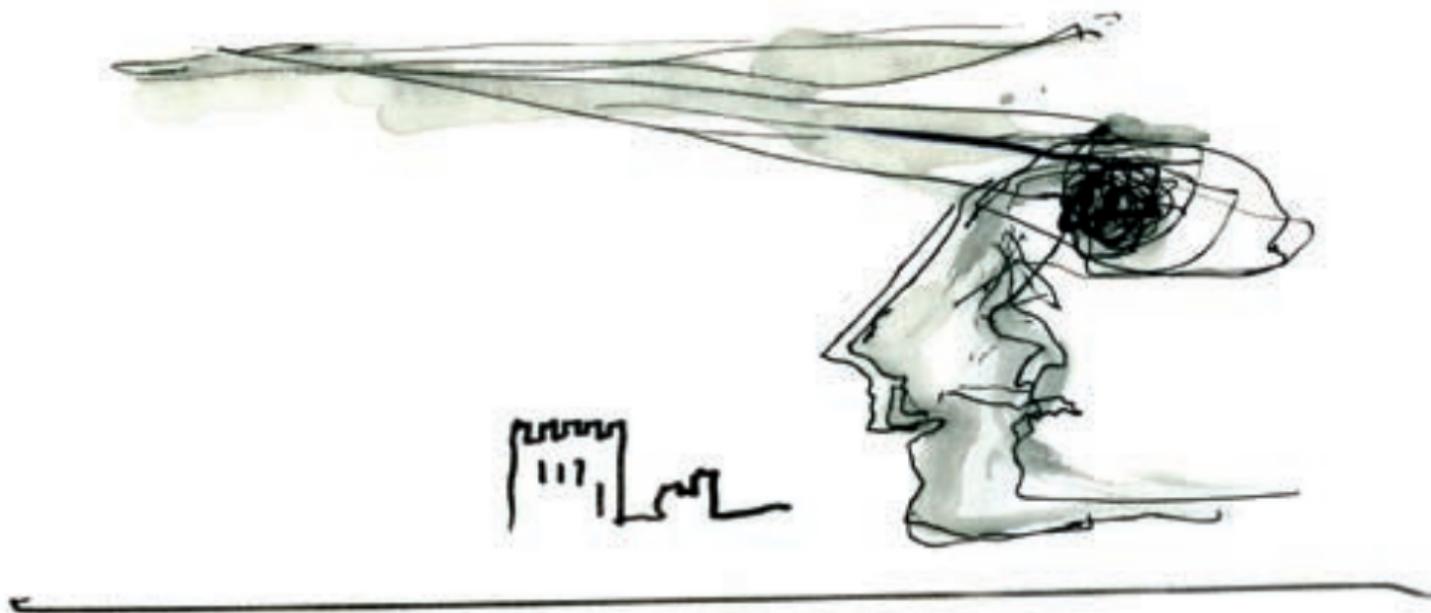
18

19

20

21

gennaio 2008



7 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

8 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

9 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

10 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

11 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

12 sabato

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

13 domenica

gennaio 2008

14 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

15 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

16 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

17 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

18 venerdì

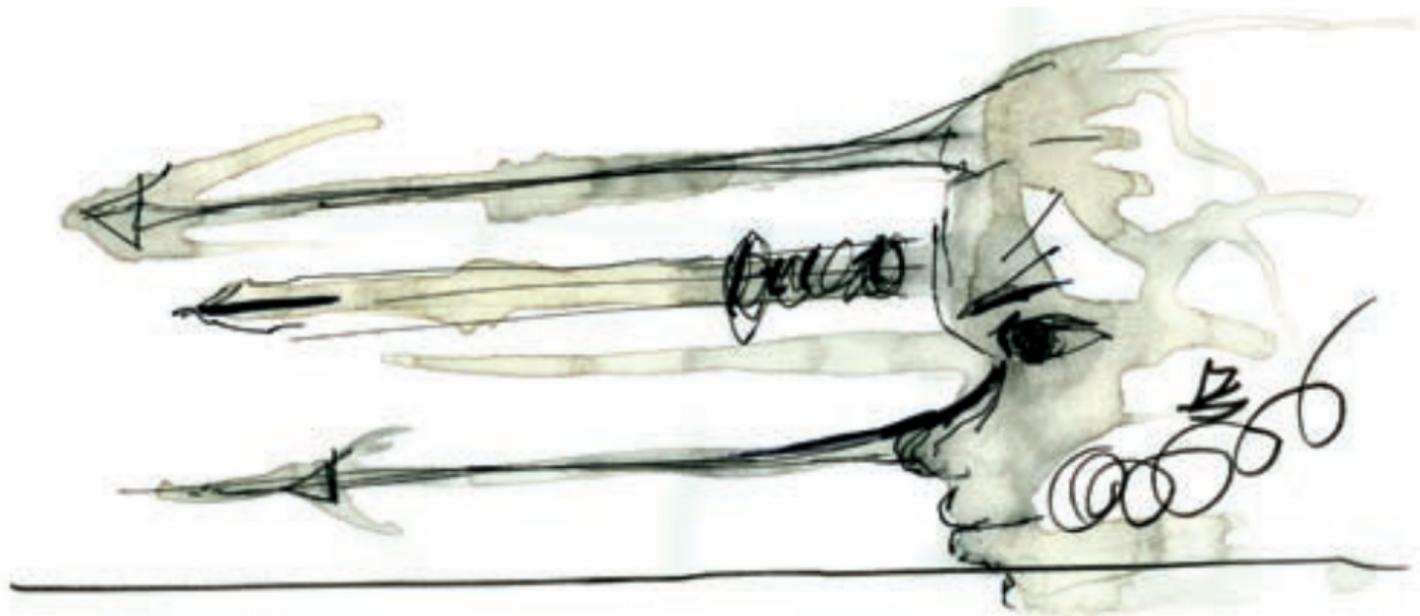
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

19 sabato

8
9
10
11
12
13
14

20 domenica

gennaio 2008



21 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

22 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

23 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

24 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

25 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

26 sabato

8
9
10
11
12
13
14

27 domenica

gennaio 2008

28 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

29 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

30 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

31 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

gennaio 2008







febbraio 2008



1 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
20
21

2 sabato

8
9
10
11
12
13
14



3 domenica

.....

febbraio 2008

4 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

5 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

6 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

7 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

8 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

9 sabato

8
9
10
11
12
13
14

10 domenica

febbraio 2008

11 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

12 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

13 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

14 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

15 venerdì

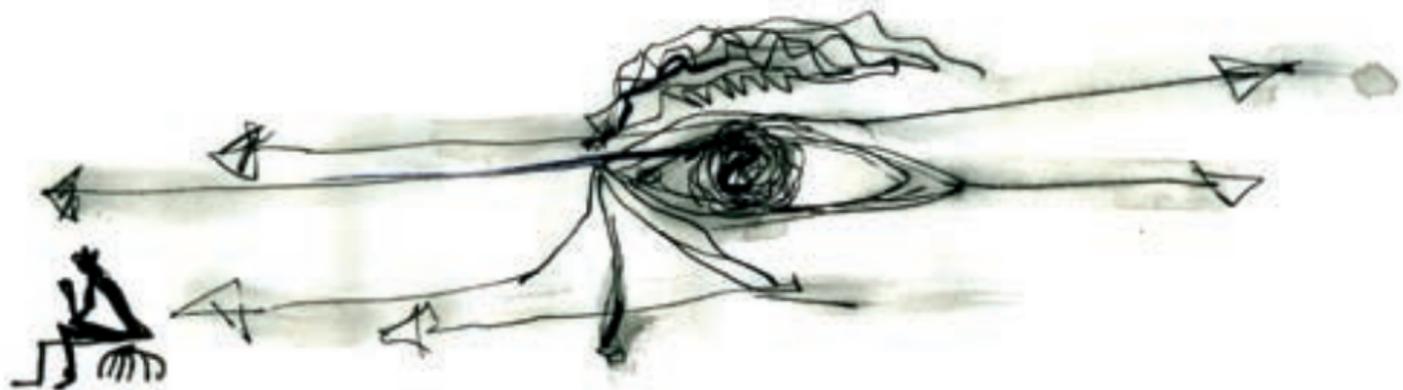
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

16 sabato

8
9
10
11
12
13
14

17 domenica

febbraio 2008



18 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

19 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

20 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

21 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

22 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

23 sabato

8
9
10
11
12
13
14

24 domenica

febbraio 2008

25 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

26 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

27 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

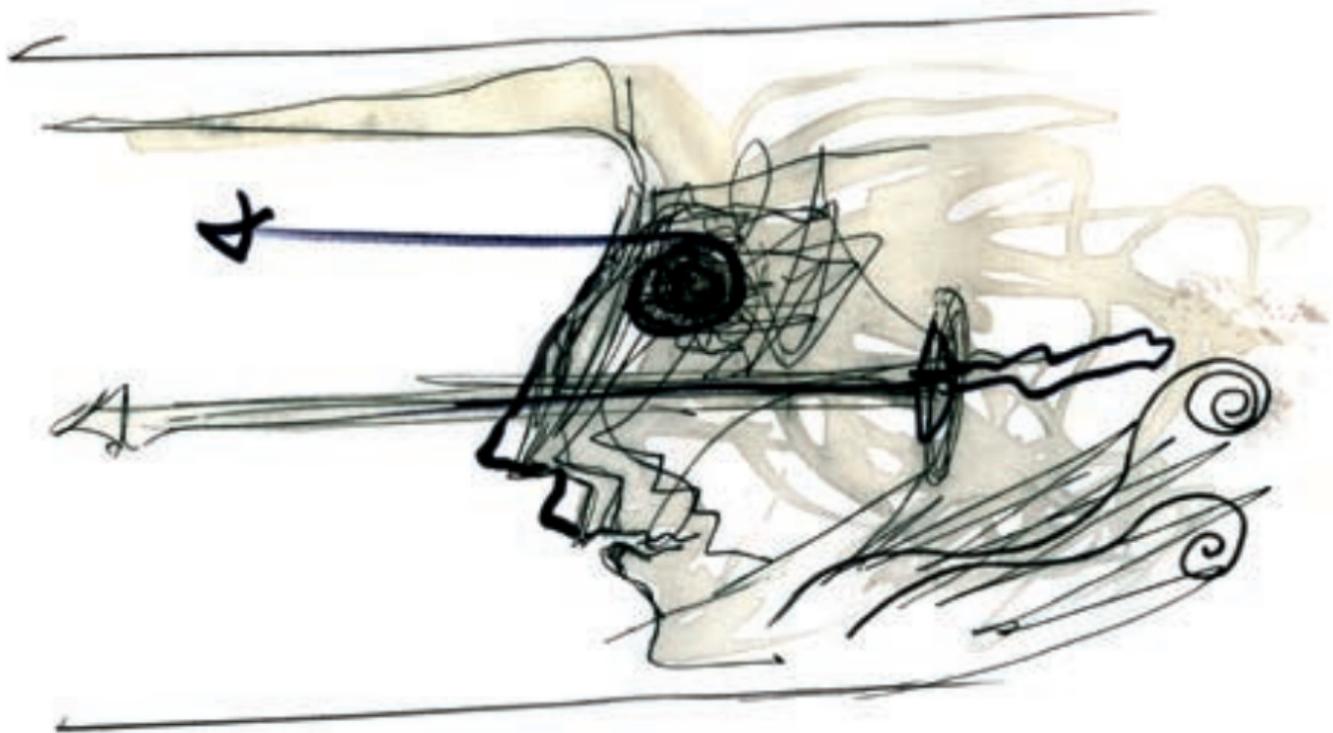
28 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

29 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

febbraio 2008







marzo 2008



1 sabato

8

9

10

11

12

13

14



2 domenica

marzo 2008

3 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

4 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

5 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

6 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

7 venerdì

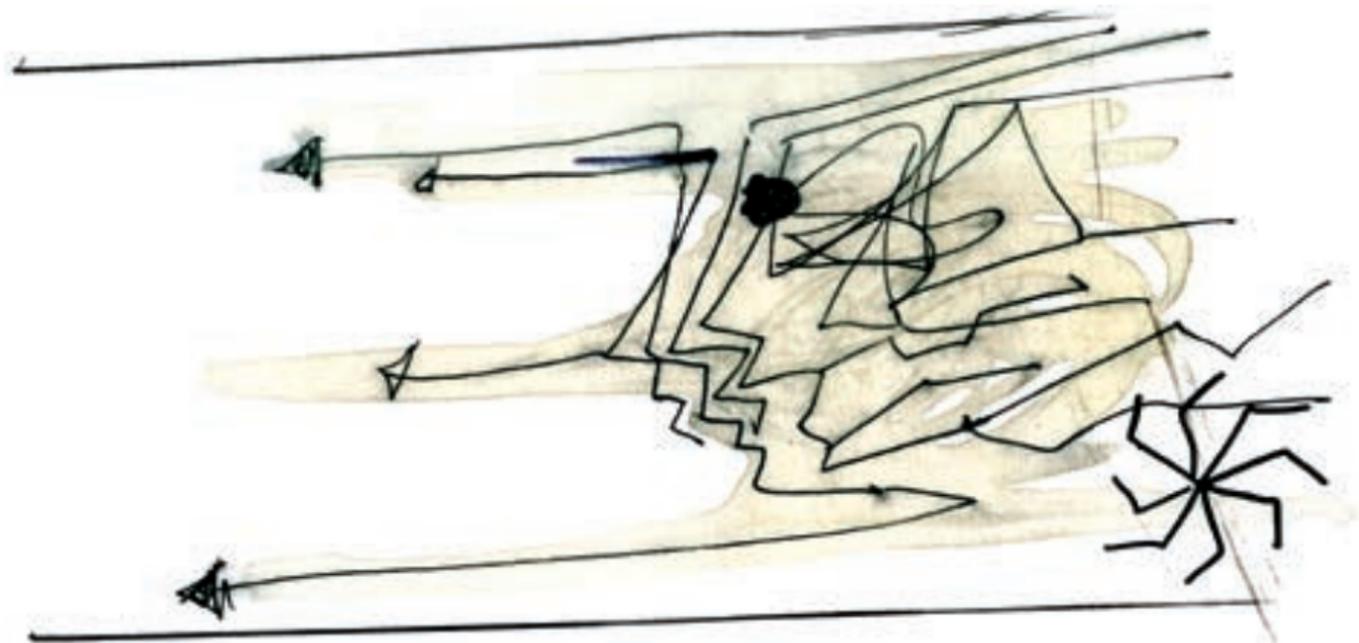
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

8 sabato

8
9
10
11
12
13
14

9 domenica

marzo 2008



10 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

11 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

12 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

13 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

14 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

15 sabato

8
9
10
11
12
13
14

16 domenica

marzo 2008

17 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

18 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

19 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

20 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

21 venerdì

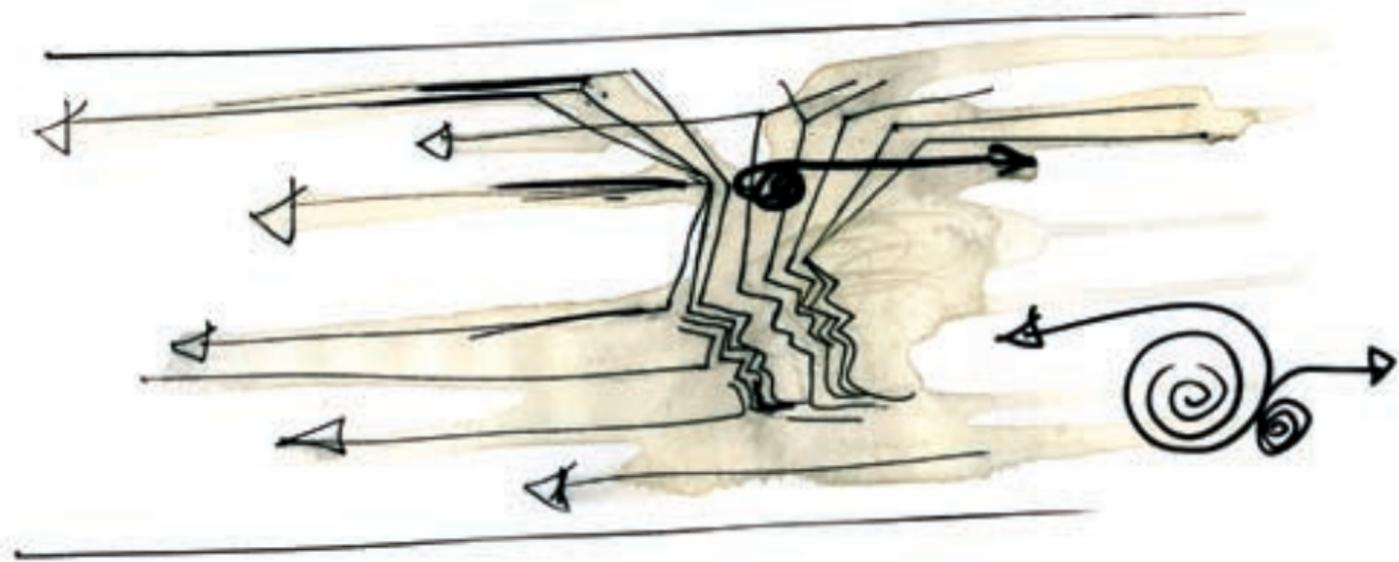
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

22 sabato

8
9
10
11
12
13
14

23 domenica

marzo 2008



24 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

25 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

26 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

27 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

28 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

29 sabato

8
9
10
11
12
13
14

30 domenica

marzo 2008

31 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21



marzo 2008





aprile 2008

1 martedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

2 mercoledì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

3 giovedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

4 venerdì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

5 sabato

8

9

10

11

12

13

14

6 domenica

aprile 2008



7 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

8 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

9 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

10 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

11 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

12 sabato

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

13 domenica

aprile 2008

14 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

15 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

16 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

17 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

18 venerdì

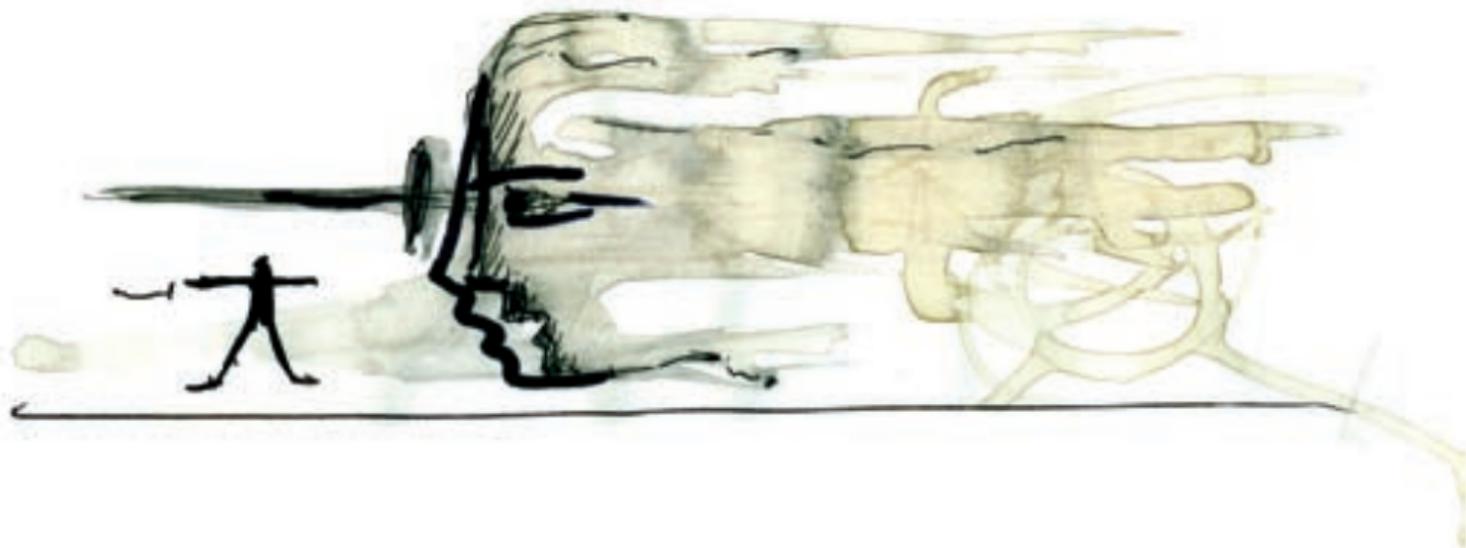
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

19 sabato

8
9
10
11
12
13
14

20 domenica

aprile 2008



21 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

22 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

23 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

24 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

25 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

26 sabato

8
9
10
11
12
13
14

27 domenica

aprile 2008

28 lunedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

29 martedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

30 mercoledì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

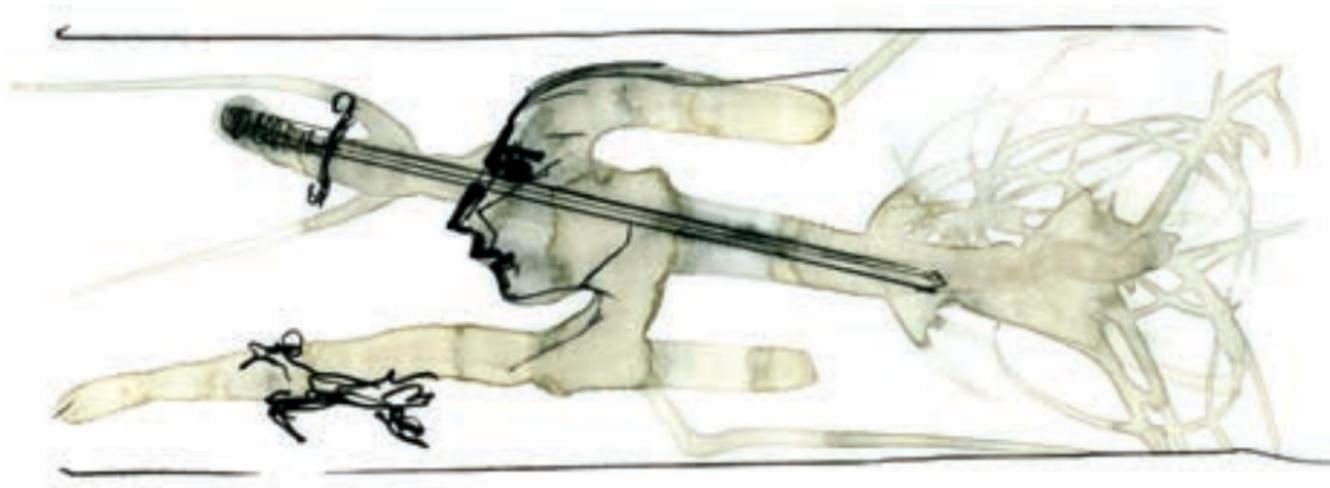
18

19

20

21

aprile 2008







maggio 2008



5 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

6 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

7 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

8 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

9 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

10 sabato

8
9
10
11
12
13
14

11 domenica

maggio 2008

12 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

13 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

14 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

15 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

16 venerdì

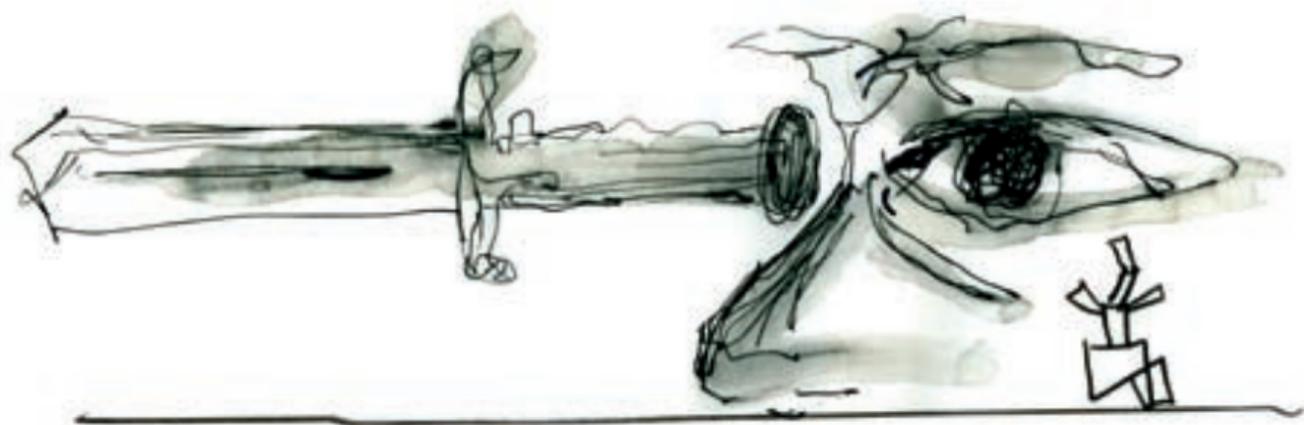
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

17 sabato

8
9
10
11
12
13
14

18 domenica

maggio 2008



19 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

20 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

21 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

22 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

23 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

24 sabato

8
9
10
11
12
13
14

25 domenica

maggio 2008

26 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

27 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

28 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

29 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

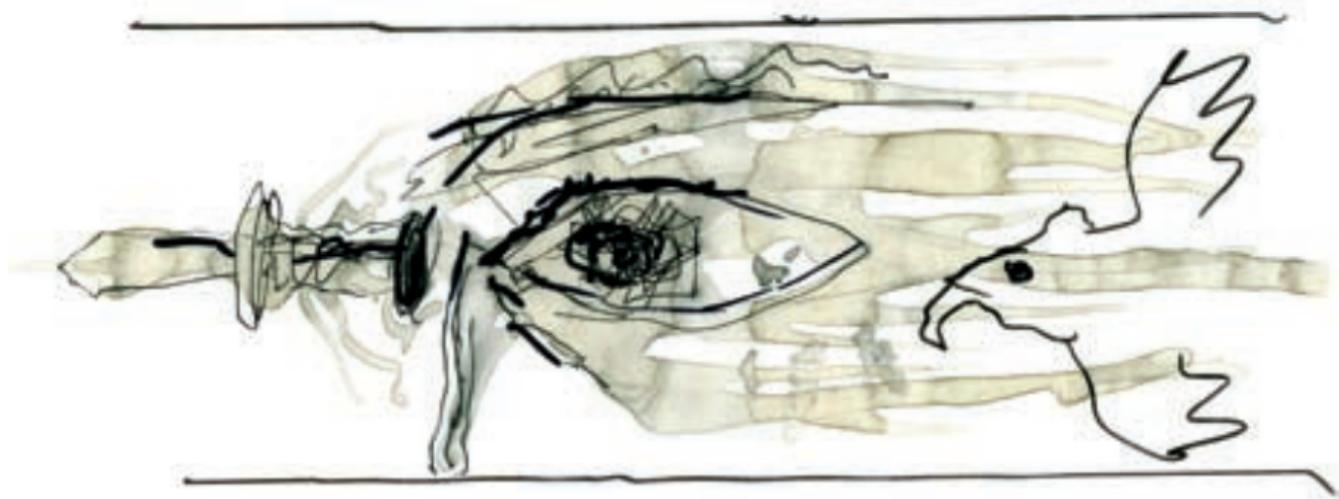
30 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

31 sabato

8
9
10
11
12
13
14

maggio 2008







giugno 2008

1 domenica



giugno 2008



2 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

3 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

4 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

5 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

6 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

7 sabato

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

8 domenica

giugno 2008

9 lunedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

10 martedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

11 mercoledì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

12 giovedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

13 venerdì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

14 sabato

8

9

10

11

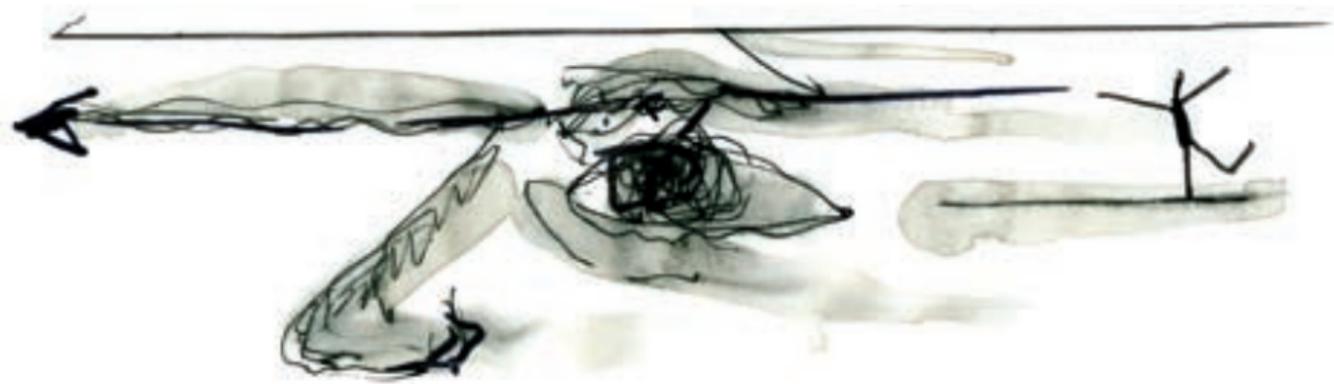
12

13

14

15 domenica

giugno 2008



16 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

17 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

18 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

19 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

20 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

21 sabato

8
9
10
11
12
13
14

22 domenica

giugno 2008

23 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

24 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

25 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

26 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

27 venerdì

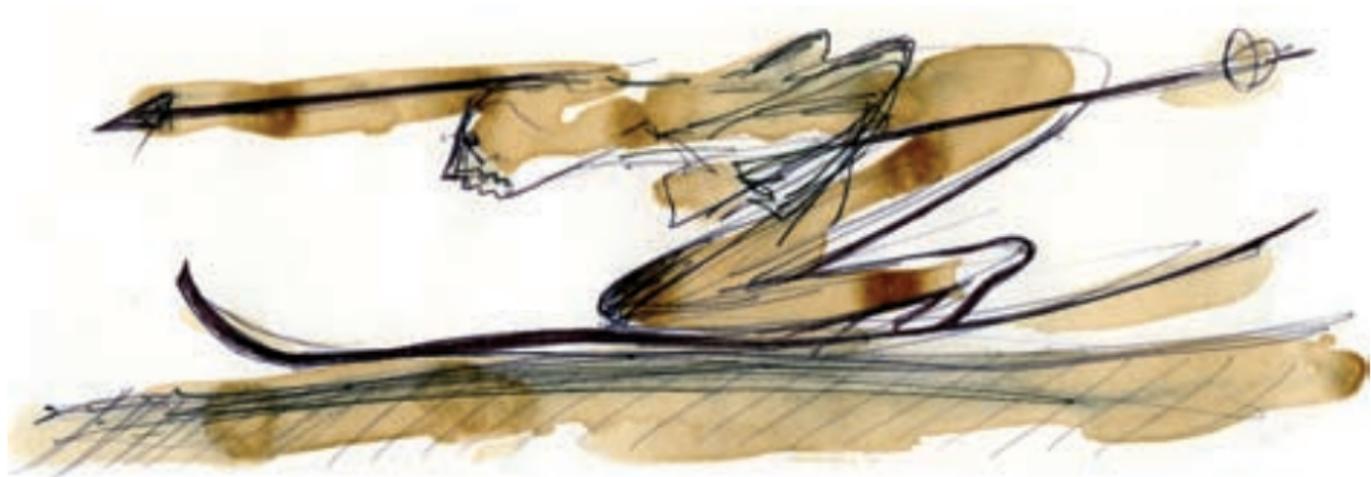
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

28 sabato

8
9
10
11
12
13
14

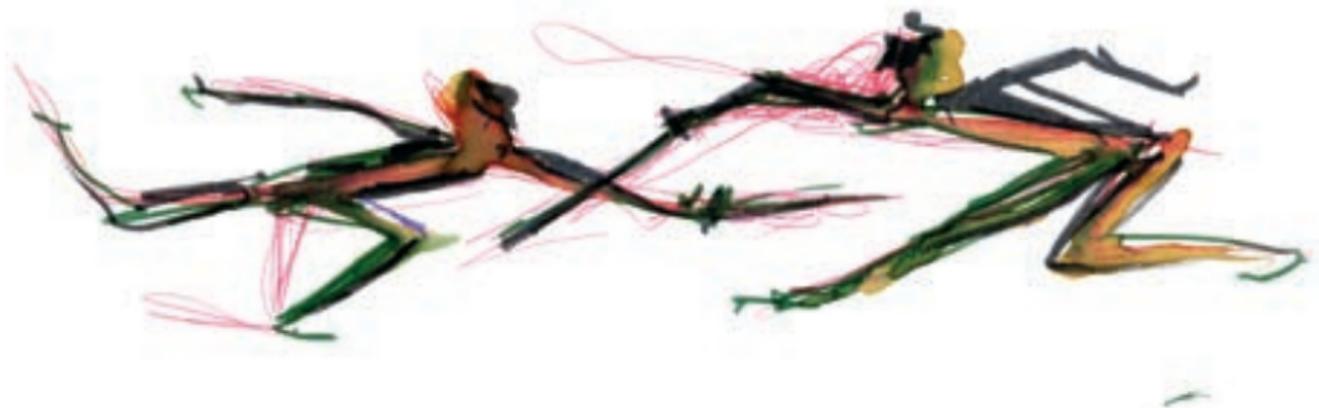
29 domenica

giugno 2008



30 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21



giugno 2008





luglio 2008

1 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

2 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

3 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

4 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

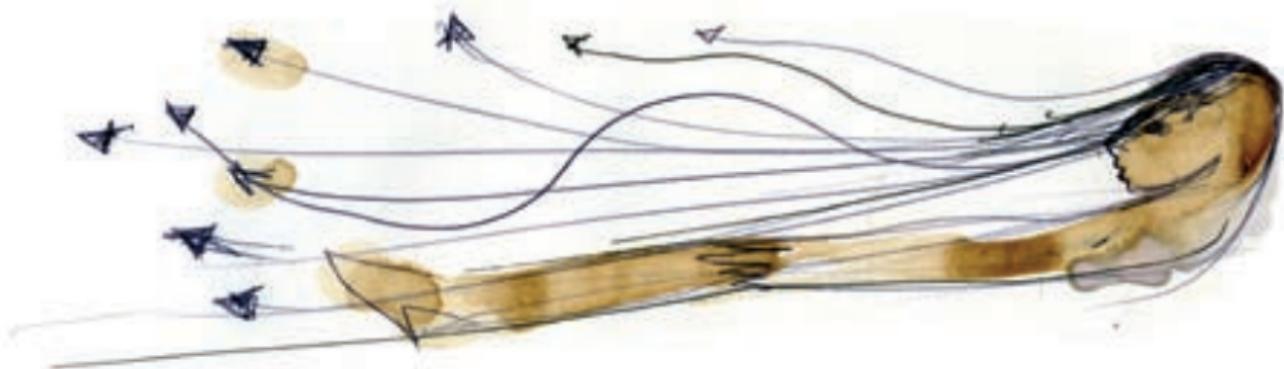
5 sabato

8
9
10
11
12
13
14

6 domenica

17
18
19
20
21

luglio 2008



7 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

8 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

9 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

10 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

11 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

12 sabato

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

13 domenica

luglio 2008

14 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

15 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

16 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

17 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

18 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

19 sabato

8
9
10
11
12
13
14

20 domenica

luglio 2008



21 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

22 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

23 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

24 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

25 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

26 sabato

8
9
10
11
12
13
14

27 domenica

luglio 2008

28 lunedì

8 :
9 :
10 :
11 :
12 :
13 :
14 :
15 :
16 :
17 :
18 :
19 :
20 :
21 :

29 martedì

8 :
9 :
10 :
11 :
12 :
13 :
14 :
15 :
16 :
17 :
18 :
19 :
20 :
21 :

30 mercoledì

8 :
9 :
10 :
11 :
12 :
13 :
14 :
15 :
16 :
17 :
18 :
19 :
20 :
21 :

31 giovedì

8 :
9 :
10 :
11 :
12 :
13 :
14 :
15 :
16 :
17 :
18 :
19 :
20 :
21 :

luglio 2008







agosto 2008

1 venerdì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

2 sabato

8

9

10

11

12

13

14

3 domenica

agosto 2008



4 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

5 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

6 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

7 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

8 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

9 sabato

8
9
10
11
12
13
14

10 domenica

agosto 2008

11 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

12 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

13 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

14 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

15 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

16 sabato

8
9
10
11
12
13
14

17 domenica

agosto 2008



18 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

19 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

20 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

21 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

22 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

23 sabato

8
9
10
11
12
13
14

24 domenica

agosto 2008

25 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

26 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

27 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

28 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

29 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

30 sabato

8
9
10
11
12
13
14

31 domenica

agosto 2008







settembre 2008

1 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

2 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

3 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

4 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

5 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

6 sabato

8
9
10
11
12
13
14

7 domenica

settembre 2008



8 lunedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

9 martedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

10 mercoledì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

11 giovedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

12 venerdì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

13 sabato

8

9

10

11

12

13

14

14 domenica

settembre 2008

15 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

16 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

17 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

18 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

19 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

20 sabato

8
9
10
11
12
13
14

21 domenica

settembre 2008



22 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

23 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

24 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

25 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

26 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

27 sabato

8
9
10
11
12
13
14

28 domenica

settembre 2008

29 lunedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

30 martedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

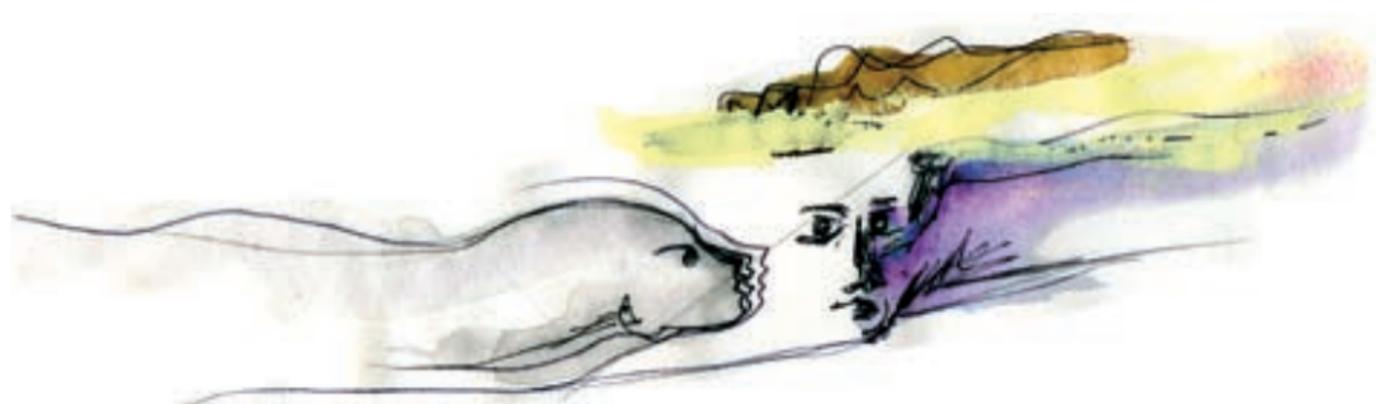
18

19

20

21

settembre 2008







ottobre 2008

1 mercoledì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

2 giovedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

3 venerdì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

4 sabato

8

9

10

11

12

13

14

5 domenica

ottobre 2008



6 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

7 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

8 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

9 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

10 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

11 sabato

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

12 domenica

ottobre 2008

13 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

14 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

15 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

16 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

17 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

18 sabato

8
9
10
11
12
13
14

19 domenica

ottobre 2008



20 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

21 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

22 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

23 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

24 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

25 sabato

8
9
10
11
12
13
14

26 domenica

ottobre 2008

27 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

28 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

29 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

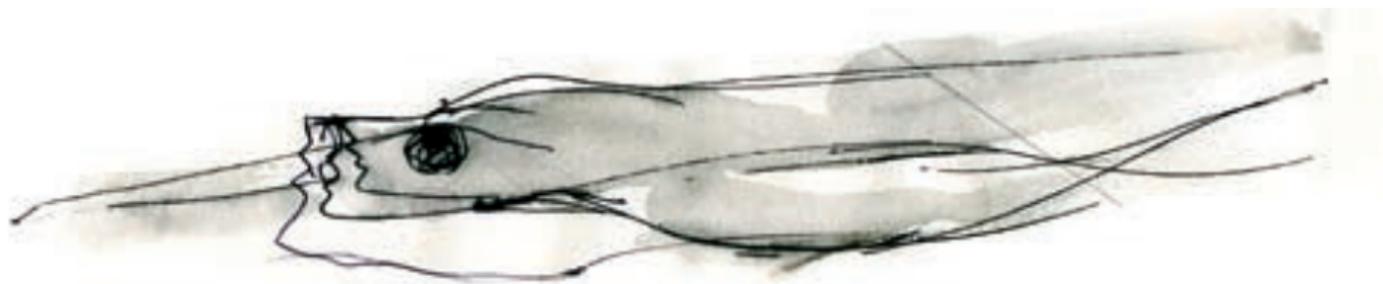
30 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

31 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

ottobre 2008







novembre 2008

1 sabato

8:

9:

10:

11:

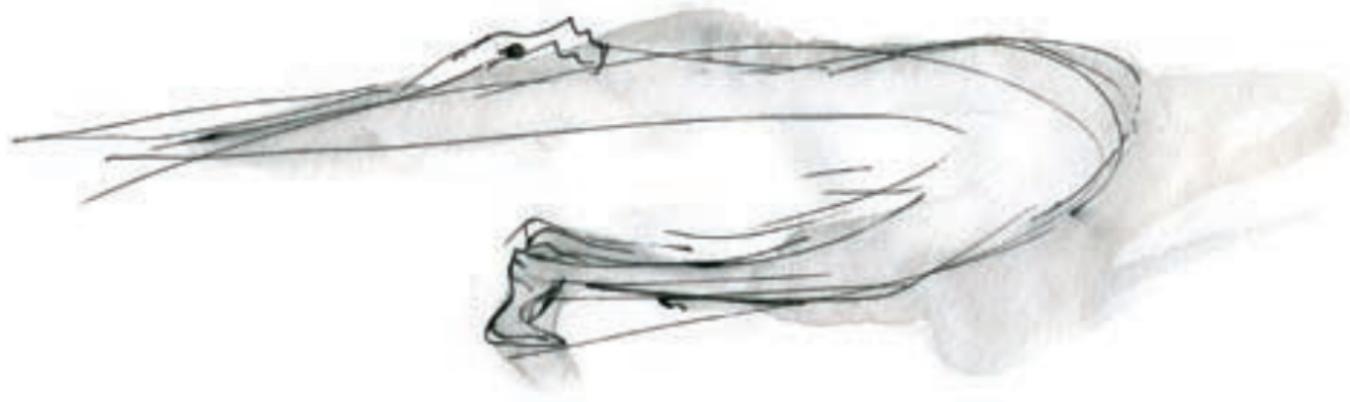
12:

13:

14:

2 domenica

novembre 2008



3 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

4 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

5 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

6 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

7 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

8 sabato

8
9
10
11
12
13
14

9 domenica

novembre 2008

10 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

11 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

12 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

13 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

14 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

15 sabato

8
9
10
11
12
13
14

16 domenica

novembre 2008



17 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

18 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

19 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

20 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

21 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

22 sabato

8
9
10
11
12
13
14

23 domenica

novembre 2008

24 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

25 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

26 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

27 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

28 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

29 sabato

8
9
10
11
12
13
14

30 domenica

novembre 2008







dicembre 2008

1 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

2 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

3 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

4 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

5 venerdì

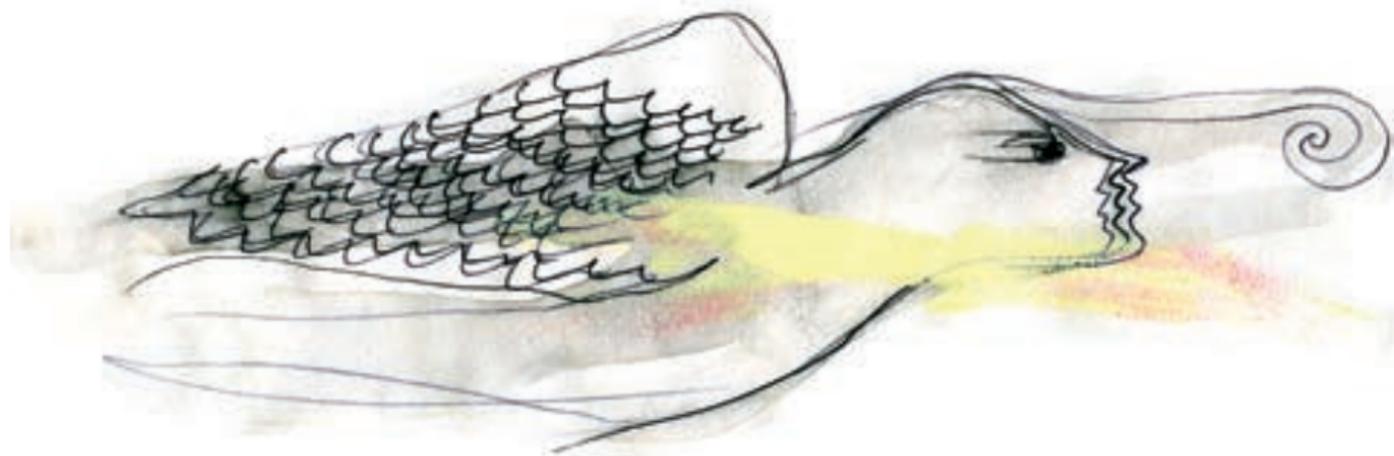
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

6 sabato

8
9
10
11
12
13
14

7 domenica

dicembre 2008



8 lunedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

9 martedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

10 mercoledì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

11 giovedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

12 venerdì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

13 sabato

8

9

10

11

12

13

14

14 domenica

dicembre 2008

15 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

16 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

17 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

18 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

19 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

20 sabato

8
9
10
11
12
13
14

21 domenica

dicembre 2008



22 lunedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

23 martedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

24 mercoledì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

25 giovedì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

26 venerdì

8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

27 sabato

8
9
10
11
12
13
14

28 domenica

dicembre 2008

29 lunedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

30 martedì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

31 mercoledì

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

dicembre 2008



CONSIGLIO DELL'ORDINE DEGLI ARCHITETTI P.P.C. DELLA PROVINCIA DI REGGIO CALABRIA

presidente:

Paolo Malara

segretario:

Luigi Meduri

tesoriere:

Giuseppe Campisi

consiglieri:

Domenico Corigliano

Antonio Cristiano

Santina Dattola

Giuseppe De Leo

Vincenzo de Nittis

Patrizia De Stefano

Paolo Galletta

Arrigo Lagazzo

Fulvio A. Nasso

Vincenzo Ricordo

Rocco Zito

Elisa Zoccali

segreteria:

Anna Fazio

Francesca Romeo

via Logoteta, 6 - 89100 Reggio Calabria

tel +39.0965.813345 - fax +39.0965.813344

e-mail: architettireggiocalabria@archiworld.it

web: www.architettireggiocalabria.it



Cassa Edile
della Provincia di
Reggio Calabria
Via Vecchia San Sperato, 2 A
Casella Postale 172
89128 Reggio Calabria
Tel. 0965 672107
Fax 0965 683245
www.cassaedilerc.it
info@cassaedilerc.it



COMMUNICATION NETWORK

www.publiglobe.it

Via XXIV Maggio, 23
89125 Reggio Calabria

Phone +39 0965 312191

Fax +39 0965 313896

info@publiglobe.it



FORME NUOVE
ARREDAMENTI MODERNI - DESIGN

**FORME
NUOVE** **0+**
L'ARREDO GIOVANE

Anna Maria Barilla
MOBILI D'ARTE

Poliform



TIEMME



PREGNO **zanaboni** *MAZZALI*
i grandi armadi



SOMASCHINI

Via Nazionale, 188/E
Catona Reggio Calabria
(uscita Gallico direzione Catona)
Tel. 0965 600730 - Fax 0965 600731

www.formenuovearredamenti.it

Via Nazionale, n. 80
Catona - Reggio Calabria
Tel. e fax 0965 301661

- when it has to be **right**



Leica Geosystem S.p.A

Leica Geosystems, leader mondiale nel mondo della misura, offre al mercato un'ampia gamma di strumenti e soluzioni ad alto contenuto tecnologico.

Costruzioni, Cantieristica, Guida di macchine operatrici, Topografia e Geodesia (Stazioni Totali e GPS), Misura 3D (laser scan e fotogrammetria), Controlli e Monitoraggio, GIS e Sistemi Informativi (Software e GPS).

Leica Geosystems S.p.A. è presente sul territorio italiano con sede a Lodi ed uffici di rappresentanza a Firenze e Roma ed un centro di formazione a Modena.

Sede di Lodi:

Via Codognino, 12
26854 Cornegliano Laudense (LO)
Tel. 0371 6973 1 r.a.
Fax: 0371 6973 33

www.leica-geosystems.it
surveying@leica-geosystems.it



Impianti tecnologici per il benessere.

C/da Astracà Siderno (RC)
Tel. 0964 344390
Fax 0964 347872

www.sudimpiantiservizi.it
sudimpianti@sudimpianti.biz



Assistenza tecnica al servizio del tuo benessere.

C/da Astracà Siderno (RC)

www.pointservice.biz
Numero Verde 800 912 267



Soluzioni globali per installatori.
Materiale termoidraulico, elettrico, aeraulico, climatizzatori e attrezzature.

C/da Astracà Siderno (RC)
Tel. 0964 347962
Fax 0964 347823

www.si-com.biz

The logo for KOLLMAX S.r.l. features a large, stylized blue letter 'K' with a textured, dotted appearance. To its right, the word 'KOLLMAX' is written in a bold, black, sans-serif font. Further to the right, 'S.r.l.' is written in a smaller, black, cursive-style font.The logo for meridionale intonaci s.r.l. consists of a stylized blue 'mi' monogram with a red dot above the 'i'. To the right of the monogram, the text 'meridionale intonaci s.r.l.' is written in a red, lowercase, sans-serif font. Below this, 'SOLUZIONI PER L'EDILIZIA' is written in a bold, blue, uppercase, sans-serif font. At the bottom, the website 'www.meridionaleintonaci.it' and the phone number 'NUMERO VERDE 800 314163' are listed in a smaller, green, sans-serif font.

EVOLUZIONE TECNOLOGICA DEI MATERIALI DI FINITURA

Idroelastic - Malta impermeabilizzante cementizia biocomponente elastica.

Giotto - Rivestimento minerale colorato ai silicati.

Leonardo - Intonaco colorato ai silossani.

Raffaello - Intonaco colorato a calce.

La Kollmax S.r.l. è un'azienda che produce intonaci in pasta, pitture murali ed impermeabilizzanti. È presente su tutto il territorio nazionale.

La Meridionale Intonaci S.r.l. è un'azienda che produce intonaci, collanti e prodotti per l'edilizia. È presente su tutto il territorio nazionale, al suo interno lavorano 20 dipendenti e dispone d'impianti tecnologicamente avanzati.

www.meridionaleintonaci.it
Numero Verde 800 314 163





rubrica

A

telefono

mobile

e-mail

A series of horizontal dotted lines for writing, spanning the width of the page below the header.



telefono

mobile

e-mail

A series of horizontal dotted lines for writing, starting from the top right of the red block and extending across the page.

telefono

mobile

e-mail



A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, intended for writing contact information.



telefono

mobile

e-mail

A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, providing a template for writing contact information.

telefono

mobile

e-mail



A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, intended for writing contact information.

W

telefono

mobile

e-mail

A series of horizontal dotted lines for writing.

Y

telefono

mobile

e-mail

A series of horizontal dotted lines for writing, spanning the width of the page below the header.



Camminare come un samurai vietnamita

(Essere un samurai della vita)

Camminare, correre, passeggiare è ritmo così come parlare e pensare. È naturale: nel camminare il ritmo, naturale e necessario. Senza ritmo non si va lontano. Il segreto del correre è il ritmo in cui respirazione e movimento del corpo devono essere il più possibile armonizzati senza sforzo. Anche da fermi c'è ritmo; la meditazione è ritmo dell'anima. Non vi è rigidità ripetitiva, niente è più modulabile e naturalmente aderente alla vita. Una musica è tutta "strutturata" così; anche nelle sue variazioni continue è in armoniosa polarità. Viene quindi da riflettere sul camminare. Sperimentare un'opportunità ed un senso più completo che insorge nella vita moderna, convulsa e riversata sull'utile, inaridita di senso, funzionalista. I filosofi dell'agorà (non solo i peripatetici) riflettevano e conversavano passeggiando.

Passeggiare induce ad una riflessione calma e

distaccata. Sperimentare il camminare piano e rilassato induce calma nell'anima ed è propizio al dialogo. Propizio è dunque lo studio circa questa opportunità. L'ho fatto alla mia età (76 anni) ma sarebbe ottimo anche per chi è più giovane, anche per i ragazzi. Vien voglia di indagare (sempre con dolcezza) il ritmo nel cantare e nel parlare e... nel pensare. Una mia grande maestra di vita, quando stavo male, ero depresso e non mi spiegavo perché solo due giorni prima ero positivo, pieno di fiducia e desideroso di voli del pensiero, mi diceva pressapoco così: "Vi sono come due onde, ora in alto, ora in basso... è il ritmo della vita. La vita e la morte non sono necessarie alternanze che avvertiamo anche durante la nostra esistenza?"

Per non cadere in una sorta di idealità dell'ordine ripetitivo, in una sorta di visione meccanicistica si rende necessario alzare lo sguardo verso il grande ritmo delle cose: il giorno e la notte, il

moto delle stelle, il respiro del mondo, il ritmo che è nella poesia, riflesso di quel più grande respiro della vita.

Entrare nella bellezza e nella libera forza e regolarità del camminare, ad esempio, significa percepire l'eco di una più alta armonia: necessariamente, direi. E così a volte nel richiamare l'immagine del samurai avverto una forza che armoniosamente mi solleva.

Anche con i bambini si può fare... dei passi in quel modo, come in un gioco... mentre loro ci contageranno con il riso e la zampillante gioia di vivere.

Camminare è un evento spirituale, una possibilità mistico-religiosa a tutto campo (vedi la meditazione camminata di Thich Nath Han), mille volte più importante di un puro fatto fisico e motorio, un farmaco formidabile, una possibilità curativa di varie cose, un campo di sperimentazione di sé,

una nuova esperienza di gruppo ecc. Specie per chi ha una certa età, a volte camminare è penoso, stentato, è doloroso per l'artrosi, il freddo, la stanchezza, le asperità, le salite, i gradini, il vento, la folla...

Camminare è tante cose, è un'esperienza dello spazio, con un ambiente, con l'aria, il sole, il paesaggio naturale ed il mondo. È un'arte, un'arte cinetica, può essere un'arte, facciamo che sia un'arte salutare, un'avventura.

Vedo un mio collega camminare con la testa china, pensieroso, concentrato su sé, sui suoi problemi, assente ad ogni evento dello spazio tutt'intorno, non saluta, non s'accorge. Stamani ho visto una persona anziana camminare sbilenca, dinoccolata, stentata, abbandonata ai suoi limiti fisici; eppure quella persona potrebbe trasformare quell'universo di difficoltà, che ognuno di noi specie se anziano può avere, in una fonte senza

fine di esperienze, di scoperte interessanti di vita, di vera vita.

Ed ecco, mi si presentificano tutti i miei tentativi in merito: camminare ad occhi chiusi, che è diventato un libretto ed un capitolo sostanzioso. E di colpo l'ultimo mio sperimentare nel cammino del samurai.

Ero stanco e camminavo a fatica, un po' chino (pur essendo stato un atleta a quindici anni tendo ad ingobbire un pochino sin da giovane), piano e disarmonico, scontento di me. Mi sono ricordato l'incedere dei samurai nel famoso film di Akira Kurosawa. I contadini vanno in paese per reclutare sette samurai e, tra la folla, spiccano uomini che incedono nobilmente, decisi e fieri. Sono loro, sicuramente; incutono rispetto ed un po' di timore. Nulla dice che sono guerrieri indomiti tranne il loro incedere, forse una spada al fianco e non sempre. Per nulla ostentato o marziale, quel modo sembra

essere (diventato) del tutto assorbito e naturale, un modo di essere. E così ho richiamato in me quel muovere i passi e, piano piano, imitandoli per quel che potevo, sono andato... È stato bellissimo, è stato come entrare in un ritmo tutto sommato dolce, possibile, consono a me. E quel fastidioso provare i dolorini e i limiti delle mie gambe e del corpo è svanito fino alle spalle, al collo ed alla testa e, direi, anche allo sguardo ed ancora oltre, al pensiero. O, per meglio dire, tornando al pensiero perché di lì tutto era partito. Di contro una costante: il rievocare quel fascino che provavo guardando il film, guardando quel comparire tra la folla scomposta e disordinata una figura emergente, quasi incurante di tutto, con lo sguardo come in contatto con un mondo degno ed assoluto fermo davanti a sé (verso un infinito?). E mi colpiva l'umiltà, l'essere, quelle figure, parte del popolo eppur così emergenti, mai staccate.

Solcavano la calca come una barca tranquilla tra le onde.

Ho ripreso più di una volta l'esperimento di cui ho beneficiato sentendo la presenza della spina dorsale ed i pensieri si irroravano di una certa sicurezza. L'attenzione per i passanti, per gli episodi (ricchissimi sempre) del micro paesaggio urbano nella sua varietà non diminuiva. Si misurava un po' con il mio stato, col mio sentirmi un samurai napoletano. Non c'era in me nulla di ostentato o vistoso, nessun segno di curiosità nei passanti... Curioso che lo stato del mio sentire il corpo, lo stomaco, la respirazione, i dolorini si armonizzassero col ritmo dei passi e con i pensieri. Vi è qualcosa di creativo che conviene indagare. E, certo, possiamo fare molto per noi stessi, per modellarci secondo il meglio. Il respiro si armonizza come negli insegnamenti di Thich Nath Han.

A volte si genera in me un qualche timore per le persone che si incrociano per la strada, ragazzacci e, specie di sera tardi, tardissimo, un qualche pericolo si corre (due volte sono stato rapinato). L'ultima volta il rapinatore mi ha prima interpellato a distanza, poi ha mostrato di temere che fossi armato. Sono certo che se mi avesse visto incedere come un samurai ci avrebbe ripensato. Quel camminare così mi dà sicurezza e coraggio.

Era mezzanotte e tornavo a casa. Sono dovuto passare in mezzo a giovani tra loro ghignazzanti. Incurante e sicuro, ho avvertito un lazzo provocatorio da parte di uno di loro. Ho contenuto una naturale reazione, sono andato via mostrando disinteresse e sufficienza: è andata bene.

L'altra sera è comparso un dolorino al ginocchio sinistro. Andavo con un po' di apprensione ed ecco che ho praticato l'"incedere consapevole", regolare, calmo, con una piccola variante: ogni

volta che distendevo la gamba sinistra montava un pensiero di energia allo stesso tempo rilassante. Ha cominciato a funzionare, il dolorino è quasi scomparso. Comunque l'incedere del samurai dà quella fierezza dell'essere vivo e presente, dimentico dei problemi giornalieri.

1. Accorgersi appena di quel che ti scorre ai fianchi

Me ne andavo un po' claudicante per un improvviso ritorno del dolore al ginocchio. Mi sono seduto un poco ed ho poi ripreso a camminare con un'andatura via via regolare, ben respirando, la schiena dritta col minimo sforzo, senza più alcun accenno di dolore. Avevo riconquistato l'andatura sicura e sciolta di un "vero" samurai... vietnamita in omaggio a Thic Nath Han e alla sua "meditazione camminata" che si fa respirando ritmicamente. La mia meditazione è semplice: trascurando l'intorno, concentrato su di me, sul

respiro, sull'andatura, in una calma disinvolta. L'energia si avverte salire e scendere per la spina dorsale. Un accenno appena, ma il solo avvertirne la presenza dà forza e sicurezza...

Ad un certo punto un bambino a lato della strada mi guarda sgranando gli occhi. Il bambino si accorge di qualcosa che gli adulti non vedono. Vado dritto da consumato orientale. Ciò che accade intorno è presente, circola fuori da me. Solo qualcosa, per la sua singolarità, interrompe la mia concentrazione senza creare squilibri.

2. Camminare immaginando di portare una spada

Immaginare la presenza di un qualcosa che non c'è: un mantello, una spada, una lancia, una bandiera ecc. Camminare con una spada al fianco od una lancia sulla spalla, ad esempio in bilico, è cosa particolare. Semplicemente immaginando tutto ciò con dignitoso portamento conferisce

un'andatura convinta ed una forza particolare. Mantenendo questo ritmo per un buon tratto dà beneficio.

Il segreto è nella semplicità di quel minimo necessario a conseguire il primo risultato, l'idea stessa di qualcosa di assoluto aiuta: raddrizzare la schiena (senza forzature), camminare con regolarità, la testa dritta, lo sguardo raccolto davanti a te respirando regolarmente. Il semplice tentare tutto ciò è appagante, è un primo risultato importante.

Poi vengono le idee. Mi veniva spontaneo all'inizio pensare di avere una lancia appoggiata alla spalla destra, nel suo bel mezzo, in bilico. Ed ero capace di non farla cadere... Ciò che immagini di portare con te ti dà forza, è un'esperienza stupefacente. Credo sia diverso dal portare veramente con te una spada, un bastone, un mantello. Immaginarlo soltanto dà leggerezza e nessuno lo vede, solo tu lo "sai". Un consumato attore nel camminare

riuscirà a far "vedere" ad un eventuale spettatore spada, mantello ed altro. Ciò è anche un esercizio perché allena la fantasia. In questo caso lo si fa con l'intero corpo; è l'esperienza dell'attore. Un mantello lo si può pensare in tanti modi: che scende libero dietro, fino alle scarpe, oppure avvolto per intero lasciando solo la testa libera. Oppure che copre la testa o, ancora, tutto avvolto per intero l'avambraccio. Sono possibili ancora altre combinazioni, ad esempio il mantello è colorato o decorato, di panno pesante, di seta ecc. In realtà la "combinazione" ti può venire lei incontro a seconda del tuo bisogno. Ad esempio fa freddo ed il mantello, ancorché immaginario, ti copre, almeno coprirà la tua capacità immaginativa. Oppure verrà la curiosità di sperimentare varie situazioni. Ciò che insorge in noi, purché sia in modo dolce e naturale, è importante. È inutile dire che anche la spada può essere pesante, semplice, ricca ecc. La capacità

di immaginare prosegue illimitatamente.

Immaginare il paesaggio davanti a te ed intorno, il luogo dove sei diretto in tanti modi...

3. Samurai a metà

Anche a metà va bene. Me ne tornavo a casa un po' claudicante; il ginocchio ancora una volta mi doleva e mi sentivo stanco. Ho richiamato l'andatura del samurai. È riuscito in parte ma è andata bene. Il dolore è quasi scomparso e l'andatura è poi risultata discreta. Occorre non abbandonare mai la partita, senza sforzo, mai. Aiutano molto le immagini che si calibrano sul tuo stato di fondo. Infatti non riuscivo a richiamare la figura piena del samurai-soldato. Immagini e stato interiore devono riecheggiare reciprocamente. Si evidenzia l'interconnessione e la forza di relazione che si stabilisce con i limiti entro i quali ci si muove.

4. Samurai a metà con immagini doppie senza fine

Il giorno dopo il dolore non va via (andrà via!). Anche se sopportabile, interferisce troppo sulle capacità immaginative. Ad un certo punto vien su l'idea di una lancia in bilico sulla spalla destra, senza altro sostegno che se stessa. Reggo all'immagine quando l'asta si allunga a dismisura fino verso l'orizzonte. È benefica. Cosa significhi non so bene. Cosa importa se la psicanalisi suggerirebbe un'ipotesi impertinente? E sia! La lancia avanti e indietro distesa all'infinito ed io che, un po' claudicante, la reggo e quasi mi sento felice.

5. Essere samurai mentre si lavora

È un atteggiamento che si richiama interiormente, che è immagine di sé di grande serietà e compostezza. Lo si può fare anche nel pieno del lavorare e... in momenti di difficoltà. È un bel



coltivare lo spazio interno a noi stessi. È come aprire le finestre e cambiare aria con un'aria pulita, effervescente, limpida, serena e forte. Ed anzi, per i disguidi burocratici e per un litigio fastidioso ho dimenticato le possibilità dell'atteggiamento del samurai. Mi rammarico un po', non serve. Ripenso a ciò che mi è accaduto e mi rivedo in quell'atteggiamento, in quello stato; ripercorro il tempo in cui mi sono lasciato andare fino alla rabbia che, certo, non mi faceva bene e non creava bene attorno a me. Avevo il bisogno di esternarla spargendola a piene mani sugli altri. Ma ora anche questo può valere, rivedo, rifaccio l'esperienza in me, non lascio che si depositi in tutta la sua acerbezza. È importante ripulire i sottofondi dell'io. E poi tornando a casa.

6. Una lancia in levitazione

Ho provato a camminare con la lancia non più posta sulla testa bensì sollevata di circa dieci

metri, in levitazione appunto (la lancia, s'intende). Io avevo i piedi ben poggiati a terra. Ho provato un senso di leggerezza mai prima sperimentato. Cosa può l'immaginazione! La lancia era come se mi sollevasse un pochino. Se vi va provate anche voi, magari inventando qualcosa d'altro secondo il vostro essere.

Riccardo Dalisi