

La Ribellula

Numero 1 - Marzo 2020



MAI L'INDIVIDUO È STATO COSÌ COMPLETAMENTE ABBANDONATO A UNA COLLETTIVITÀ CIECA, E MAI GLI UOMINI SONO STATI PIÙ INCAPACI, NON SOLO DI SOTTOMETTERE LE LORO AZIONI AI PROPRI PENSIERI, MA PERSINO DI PENSARE. I TERMINI DI OPPRESSORI E OPPRESI, IL CONCETTO DI CLASSI, TUTTO CIÒ È ESTREMAMENTE VICINO A PERDERE OGNI SIGNIFICATO, TANTO SONO EVIDENTI L'IMPOTENZA E L'ANGOSCIA DI TUTTI GLI UOMINI DAVANTI ALLA MACCHINA SOCIALE, DIVENUTA UNA MACCHINA PER COMPRIMERE CUORI E SPIRITI E PER FABBRICARE L'INCOSCENZA, LA STUPIDITÀ, LA CORRUZIONE, LA DISONESTÀ E SOPRATTUTTO LA VERTIGINE DEL CAOS.

REAGIRE CONTRO LA SUBORDINAZIONE DELL'INDIVIDUO ALLA COLLETTIVITÀ IMPLICA CHE SI COMINCI COL RIFIUTO DI SUBORDINARE IL PROPRIO DESTINO AL CORSO DELLA STORIA. PER RISOLVERSI A UN SIMILE SFORZO DI ANALISI CRITICA BASTA AVER COMPRESO CHE ESSA PERMETTEREBBE A CHI VI S'IMPEGNASSE DI

SFUGGIRE AL CONTAGIO DELLA FOLLIA

E DELLA VERTIGINE COLLETTIVA, TORNANDO A STRINGERE PER CONTO PROPRIO, AL DI SOPRA DELL'IDOLO SOCIALE, IL PATTO ORIGINARIO DELLO SPIRITO CON L'UNIVERSO.

Da Simone Weil, *Réflexions sur les causes de la liberté et de l'oppression sociale* (1934)



Delitto e castigo

1. Una storia del tutto impreparata.

Ma cosa credete – gridava Razumichin, alzando la voce – credete che io parli così perchè dicono degli spropositi? Sciocchezze! A me piace quando ne dicono! Il dirli è l'unico privilegio umano di fronte a tutti gli altri organismi. Con gli spropositi arriverai alla verità! Sono uomo appunto perchè ne dico. Non c'è verità alla quale si sia pervenuti senza aver prima spropositato quattordici volte, e forse anche centoquattordici, e questa è nel suo genere una cosa onorevole; sì, ma anche di spropositare col nostro cervello non siamo capaci! Tu dimmi una frottola, ma dimmela a modo tuo, e io allora ti bacerò. Dir frottole a modo proprio è quasi meglio che dir la verità al modo degli altri; nel primo caso sei un uomo, nel secondo sei soltanto un pappagallo! La verità non ci scapperà, ma la vita si può massacrare; se ne sono avuti degli esempi.

Iniziarono con immunità di gregge e fake news. Temi collaterali, difficili da affrontare con ingombranti bagagli analitici ma agevoli a propagandarsi nella semplificazione positiva del potere: Salute e Verità in termini assoluti, senza le discussioni che per migliaia di anni questi concetti si erano portati dietro, erano improvvisamente diventate limpide, ovvie, evidenti. Anzi, evidenze.

La Salute è: vivere più a lungo possibile, posticipare il finevita (“morte” è tabù) sperando che frattanto si trovi un modo di evitarlo del tutto, allungare l'aspettativa di vita. Dati statistici solidi, sulla base dei quali posticipare l'età del pensionamento, fondare un mercato geriatrico innanzitutto farmacologico, far crescere le nuove generazioni in subordine a quelle precedenti.



La Verità è: ciò che dicono le autorità, come nel Medioevo ma con un'accezione più ristretta di auctoritas, infatti neppure il parere di certi settori dell'establishment culturale conta più niente, se non si allinea alla vulgata, se non si limita cioè a evidenziare le evidenze, i dati statistici solidi. L'algoritmo che spiega la vita.

Salute e Verità prosperarono, nella loro nuova mise, a scapito di altre idee meno a la page, prima di tutte, Libertà.

Un momento cardine dello sviluppo del binomio fu la Crociata dei Vaccini, ove si verificò che sui media Libertà era pollice verso e che i suoi tradizionali fan, rivoluzionari, anarchici, ribelli, anime belle e utopisti non potevano farci niente: in parte perchè la Crociata era di fanciulli, e come si sa i veri rivoluzionari non fanno figli o perlomeno non se ne occupano, in parte perchè gli argomenti dei no/ free - vax erano spesso troppo naive, in altra parte perchè un pochino, se non altro almeno in base a una falsa logica conseguente la constatazione che ogni tanto un vaccino ci è utile eccome, un pochino questa idea di Salute... aveva convinto anche loro!

Infatti si videro non poche titubanze altrimenti inspiegabili a quei famosi tempi del Coronavirus che invece fecero subito dire ad altri "ecco, ci siamo".

Già, perchè come quando si studiavano i lager nazisti alcuni sostenevano che lo si facesse proprio per saperli riconoscere nelle loro nuove forme (in Palestina, a Lesbo, a Lampedusa...), così quando si parla del Ventennio fascista, si canta "Bella ciao", ci si dichiara antifascisti bisognerebbe sapere che il Duce difficilmente risuscita talquale, e se qualcuno gli somiglia è uno specchietto per allodole che segna semplicemente a che punto è la notte, come a Weimar, e che ora che Weimar è caduta, nel sorgere del Reich si squagliano allodole e sardine, voti utili e facili consolazioni, equilibrismi e compromessi. E le parole tornano ad avere un peso unicamente in forza dei fatti che sottendono.



Si parla molto in questi giorni di “salute collettiva” che, se non è soltanto, è quantomeno anche sicuramente la somma degli stati di salute individuali.

Innanzitutto quindi da individui dovremmo sviluppare e frequentare a proposito della salute un nostro pensiero quotidiano, abituale, disposto all’ascolto e all’apprendimento, al confronto e alla negoziazione, sì, ma anche solido e personale, che fondi le nostre scelte di singoli.

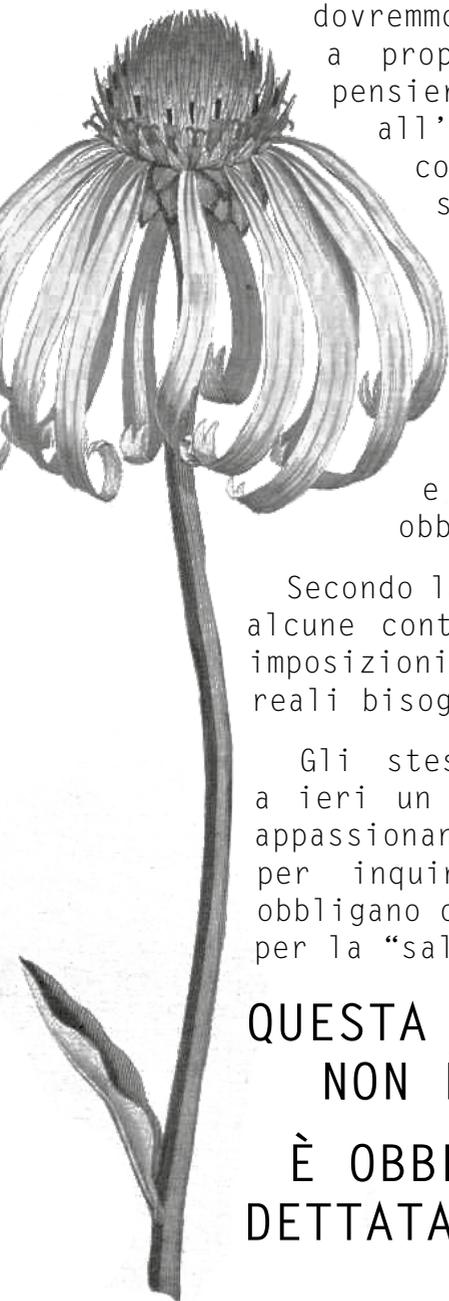
Ci si accorgerà così che la salute non è cosa che possa essere affrontata in modo emergenziale: la cura è una scelta consapevole e personale, non può essere un obbligo per nessuna ragione.

Secondo la stessa ottica si evidenzieranno alcune contraddizioni inaccettabili tra le imposizioni dello Stato di Emergenza e i reali bisogni della nostra salute.

Gli stessi che ci hanno imposto fino a ieri un sistema che ci fa ammalare (ci appassionano altrettanto le cifre dei morti per inquinamento?) sono quelli che ci obbligano oggi a rinunciare ad ogni libertà per la “salute pubblica”.

**QUESTA NON È RESISTENZA,
NON È RESPONSABILITÀ:**

**È OBEDIENZA CIECA
DETTATA DALLA PAURA.**



Fra le misure prese dal governo italiano per fronteggiare il contagio da COVID 19 alcune sono particolarmente sorprendenti perché concorrono a indebolire il sistema immunitario della popolazione proprio in un momento in cui bisognerebbe rinforzarlo, soprattutto se la durata delle misure è prolungata nel tempo come sta avvenendo.

Il divieto di uscire di casa impedisce l'esposizione al sole.

Vitamina D

Come in tanti sanno la vitamina D è la vitamina del sole. Viene sintetizzata dalla nostra pelle quando si è esposti al sole. È la vitamina delle ossa, infatti è fondamentale per permettere l'assorbimento del calcio nelle ossa, ma serve anche per molte altre funzioni biologiche.

L'esposizione al sole, che avviene naturalmente durante i mesi caldi svolgendo una vita all'aria aperta, permette di avere delle riserve per i mesi freddi nei quali il calore del sole si fa più desiderare. Come si può immaginare le società moderne sono caratterizzate di loro da un'importante carenza di vitamina D. Aumentata ulteriormente da una vera e propria fobia del sole, messo oramai sul banco degli imputati con una gravissima accusa: sarebbe il principale colpevole del cancro alla pelle. Abbiamo dimenticato che fino all'altro ieri tutti vivevano tranquillamente sotto il sole? Semplicemente non si esponevano di colpo al sole in spiaggia, a ferragosto, dopo un anno intero rinchiusi tra casa, macchina, ufficio o scuola; ma l'esposizione era graduale fin dalla prima primavera. E per proteggersi dal sole troppo forte non esistevano creme solari ricche di nanoparticelle, bensì:

vestiti a manica lunga,
cappelli in testa,
ombra nelle ore più calde.

Per far fronte alla carenza di vitamina D si stanno diffondendo sempre più degli integratori. Ma in realtà contengono la vitamina D2 prodotta da funghi e da alcune piante esposte alla luce del sole. Questa vitamina però non è nella stessa forma della vitamina D, non è altrettanto efficace e se assunta sopra il fabbisogno individuale può risultare



tossica perché il corpo non è in grado di gestirne un eccesso (cosa che non avviene con la vera vitamina D).

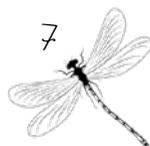
L'unica alternativa (ci si augura complementare) al sole per assumere la vitamina D sono pochi alimenti: uova, burro, strutto e fegato. L'olio di fegato di merluzzo (extravergine o fermentato) è di gran lunga la migliore fonte alimentare di vitamina D, ed è per questo che storicamente è molto presente nelle diete tradizionali di tanti popoli man mano che ci si allontana dall'equatore.

La carenza di vitamina D provoca o concausa:
scarse difese immunitarie e suscettibilità alle infezioni;
rachitismo (anche infantile) e osteomalacia;
diabete, dal momento che la vitamina D è essenziale per il controllo dello zucchero nel sangue;
malattie autoimmuni;
obesità;
osteoartrite;
debolezza muscolare e poca coordinazione neuro-muscolare;
alta pressione sanguigna;
iperparatiroidismo;
cancro.

Tante di queste problematiche sono direttamente correlate anche al motivo principale della carenza di vitamina D, ossia all'assenza di attività fisica all'aria aperta.

Inoltre bisogna considerare il fatto che la vitamina D non funziona da sola, ma le piace stare in coppia assieme alla vitamina A. Ed infatti la vitamina A protegge la pelle dalle ustioni solari. Le due vitamine lavorano assieme e soprattutto si bilanciano a vicenda. La carenza di una provoca l'eccesso dell'altra fino a renderla tossica. La carenza di vitamina D può dunque rendere nociva la vitamina A.

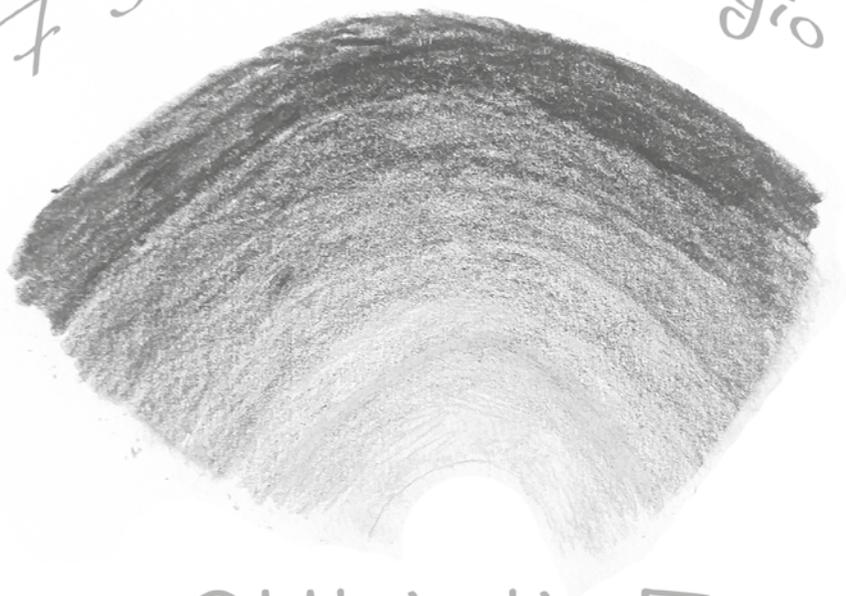
D'altro canto la vitamina A oltre a essere utile per tantissimi aspetti (la vista, le ossa, ecc.) è la vitamina che il nostro corpo brucia per far fronte alle infezioni (batteriche o virali che siano), non è dunque il momento di limitarla nella nostra alimentazione. La si può assumere in due forme, in maniera diretta (il retinolo) mangiando i cibi animali sopracitati (infatti i cibi ricchi di vitamina D



sono anche ricchi di vitamina A), o in maniera indiretta (il beta-carotene) mangiando carote, zucche e in generale frutta e verdura arancione, in questo caso un enzima nell'intestino ne trasforma una parte in retinolo, ossia in vitamina A.

Ma per assimilarla a pieno bisogna poter uscire al sole, altrimenti i suoi benefici vanno a farsi benedire....

7 sfumature di grigio



CHI VIVE
SPERANDO...



C'era una volta una Lepre che sgzanocchiava allegramente germogli di betulla in una radura. All'improvviso un ramoscello secco si spezzò e fece CRACK! La Lepre si prese paura e cominciò a correre all'impazzata. Lì vicino dormiva una Volpe che si svegliò e vide la Lepre sfrecciargli davanti; si domandò come mai la Lepre correva così e si prese paura, dunque iniziò a correre anche lei dietro alla Lepre. Poco distante brucava un Capriolo che udì le zampe veloci della Volpe e i salti agili della Lepre e subito prese paura anche lui e si mise in fuga a sua volta. Un cinghiale che cercava ghiande vide la Lepre, la Volpe e il Capriolo scappare a perdifiato e si diresse tra sé: se loro fuggono ci deve essere qualche buon motivo! E anche il Cinghiale li seguì terrorizzato. Il panico era generale e si diffondeva tra gli animali di tutto il bosco. Ad un tratto, improvvisamente la Lepre si arrestò nei pressi di un prato fiorito... E tutti gli animali si arrestarono di conseguenza, passarono dei minuti di silezio, solo allora qualcuno osò chiedere alla Lepre il motivo di tale corsa, ma quest'ultima fece un paio di balzi più in là e scomparve tra i giunchi. Gli altri animali si sentirono così stupidi che vergognosamente si dileguarono.....





Come Re Magio venne dall' Oriente
questo virusse tanto sovversivo
ed ora anche in Italia gli è presente
in Lombardia s'è dimostrào cattivo
Passò i' Po come se 'un fosse niente
e in quà e làe s'è bell'e fatto vivo
gli assomiglia a i' peggjo dittatore
t'inietta la paura dentro i' core.

L' Italia ha reso tutta d'un colore
e zona rossa è stata dichiarata
ci si parla a distanza e con timore
e la mano a nessun pol' esser data
Con le botteghe aperte poche ore
la scuola d'ogni grado poi serrata
ognuno è stralunato e assai perplesso
Costretto a star da solo con se stesso.

Chi ha fortuna approfitta pe' fa sesso
ed altri fanno lunghe passeggiate
e c'è chi a cucinare allor s'è messo
chi dai balconi canta e fa sonate
Chi se ne frega e fòri esce lo stesso
chi le mani mille volte s'è lavate
come i' cane legato alla catena
così si vive a stare in quarantena.

A noi però quel che ci dà più pena
sono le veglie che non possiamo fare
a i' Mulino a fa' l'apericena
e giù a cantà, sonàre e poi ballare.
Ma quando si ribalterà la scena
la vita torneremo a assaporare
qui' giorno più abbracciati balleremo
persino in bocca allor ci baceremo.

Da La Leggera, gruppo toscano



REBUS (10, 1, 2, 6)



Quante volte compare la parola VIRUS?

A	E	I	V	I	R	U	S	O	U	A	E	S	U	R	I	V	I	O	U
A	E	V	I	R	U	S	I	O	V	I	R	U	S	U	A	E	V	I	O
U	A	E	R	I	O	U	A	E	S	I	V	O	S	U	A	E	I	V	
V	I	R	U	S	V	I	R	U	S	A	I	V	E	I	O	U	R	A	I
O	U	A	S	E	I	O	R	U	A	V	R	E	E	V	I	R	U	S	R
L	S	U	R	I	V	I	O	U	A	I	V	E	I	O	U	A	S	E	U
I	O	V	U	A	V	E	I	O	V	R	S	V	I	R	U	S	U	A	S
V	V	I	R	U	S	E	V	I	R	U	S	I	S	O	U	A	E	I	O
I	U	R	A	E	I	O	U	A	E	S	I	U	O	U	A	E	I	O	U
R	A	V	E	I	O	U	A	E	I	R	O	U	A	V	I	R	U	S	
U	E	S	V	I	R	U	S	V	I	I	O	U	V	I	R	U	S	A	E
S	I	O	V	I	R	U	S	I	V	U	A	E	I	O	U	A	E	I	
O	U	A	E	I	O	U	A	R	E	I	O	U	V	I	R	U	S	A	E
V	I	R	U	S	V	I	R	U	S	I	O	U	A	E	I	U	O	U	S
A	E	I	O	U	A	S	E	S	I	V	I	R	U	S	O	U	S	A	U
V	E	I	O	U	U	A	E	S	I	O	U	A	V	E	I	O	U	A	R
I	E	V	I	R	U	S	I	U	O	U	A	E	I	O	U	A	E	I	
R	I	O	I	U	A	E	I	R	O	U	V	I	R	U	S	A	E	I	V
U	O	V	I	R	U	S	U	I	A	E	I	O	U	U	A	E	I	O	U
S	A	E	I	O	U	A	E	V	I	O	U	A	S	E	V	I	R	U	S

Per info, contatti e contributi

laribellula@anche.no



5 MODI ALLA PORTATA DI TUTTI PER ABBATTERE UN DRONE

Jammer: usato anche in campo militare è un disturbatore di onde radio in grado di disorientare il drone non permettendo più il controllo remoto. La frequenza di trasmissione è quella libera, cioè di 24 GHz, volendo si possono trovare su Internet a buon prezzo. Alcuni droni hanno una funzione di ritorno alla base quando non ricevono più il loro segnale madre.

Laser: Usando un puntatore laser e indirizzarlo verso la fotocamera del drone potremmo accecare il sensore visivo o bruciarlo: fungerà anche da dissuasore. L'utilizzatore del drone vedrà il raggio laser e ci penserà due volte a rischiare di rompere la sua attrezzatura.



Fucile a piombini: i droni perdono facilmente l'equilibrio se colpiti sulle eliche, un piombino messo a segno fa al caso vostro ma è comunque **SCONSIGLIATO** farlo a causa di possibili effetti collaterali, basti pensare a qualche proiettile vagante che manca il bersaglio.

Drone Kamikaze: su internet si trovano droni giocattolo a meno di 100 € un drone professionale può costare anche 15000 €. Potete, quindi, sacrificare il vostro velivolo facendolo collidere con quello del vostro spione, lui ci rimetterà sicuramente e tenterà di rientrare alla base.

Lenza da pesca: fissate in alto con dei pali o sfruttando la struttura del vostro edificio in modo da tendere queste insidiose trappole. Conseguentemente chi piloterà il drone non potrà mai vedere il filo trasparente e nemmeno voi.

Esistono certamente altri metodi per abatterli, come fionde e altri sistemi per lanciare reti o pietre, condividi con gli altri le tue conoscenze o le tue idee, con la scusa del COVID-19 stanno aumentando il controllo sociale.
AUMENTIAMO LA RESISTENZA!