



# Cibo per la mente e per il corpo

**D**all'inizio dell'anno accademico sono già trascorsi più di tre mesi e possiamo condividere le prime impressioni. Una sorpresa è stata certamente il gradimento entusiasta espresso dai corsisti per il corso di Storia Biblica del docente Carlo Clerici. Nelle sue prime lezioni le presenze sono andate via via crescendo fino a riempire totalmente la Sala delle Capriate.

Come è possibile che la lettura di brani della Bibbia possa scatenare tutto questo interesse?

Basta assistere ad una lezione di Carlo Clerici per capirlo: docente del liceo di Saronno, Clerici è abituato a parlare ai giovani e, di conseguenza, ha un linguaggio spontaneo e diretto. Non ha alcun timore di essere provocatorio contraddicendo il nostro tradizionale pensiero, anzi, è proprio questo suo coraggio a farcelo piacere!

Un'altra novità è il corso di Cultura Islamica di Roberto Siciliano che tratta un argomento che potrebbe far nascere obiezioni e discussioni animate. Invece l'obiettività e la pacatezza del docente non hanno suscitato opposizioni e sono riuscite addirittura ad ottenere l'adesione ad un viaggio di sei giorni in Giordania, una novità assoluta per la nostra UTE che non

ha mai proposto escursioni della durata superiore alla singola giornata.

Sempre molto seguite le lezioni del dott. Giuseppe Iannoccaro del corso "Allenare la mente" nelle quali i posti a sedere sono sempre esauriti. Il docente ha appena pubblicato il romanzo "Mensana Jones e l'elisir longevamente" che parte da un'idea geniale: l'intreccio tra la narrazione avventurosa del romanzo con esercizi cognitivi, alternando lo scorrere della storia con momenti di allenamento mentale.

Fra le lezioni più frequentate si confermano quelle dei docenti Silvio Chierichetti del corso di "Medicina e Scienza", di Giovanni Selva del corso "Alla scoperta dell'universo", Alida Galli del corso "La bellezza in arte", ma sarebbe giusto citare tutti i docenti che ci offrono tempo e competenze in modo davvero ammirevole, an-

che quelli che si rivolgono a piccoli gruppi di corsisti.

È il caso del corso di "Movimento creativo ed espressivo" di Lorena Ranzani che propone di danzare in cerchio favorendo la connessione fra danzatrici e simboli ancestrali. La dolcezza della musica e la lenta gestualità che l'accompagna toccano l'anima nel profondo.

Che dire poi del corso di Shiatsu del docente Antonio Santoro che, fin dal primo anno, è seguito con estrema fedeltà da un bel gruppo di corsiste, e di Natasha Seminara che ci accompagna in "Esperienze di benessere" attraverso bagni sonori, automassaggi al corpo e meditazioni con campane tibetane. Insomma la UTE ci offre cibo per la mente e per il corpo restando coerente al suo motto "Se smetti di imparare incominci ad invecchiare".

**Silvio Tomatis**

