

**CONCESIO.** L'antico rito della camminata sui carboni ardenti riproposto in chiave moderna tra balli rituali, musiche ancestrali e corsi aperti anche a semplici curiosi

# «Sfidare il fuoco per riaccendersi alla vita»

Il progetto di Carla Bontempi e Leonardo Manuini è diventato realtà: «Sconfiggere resistenze e paure attraverso un'esperienza spirituale»

Marco Benassenti

Riscoprire l'energia interiore, superare le paure, trovare la forza per dare una svolta alla propria vita: per tutto questo (e non solo) c'è chi ha riesumato un rito antico come la camminata sui carboni ardenti e l'ha trasformato in un'esperienza per riaccendere il sacro fuoco che è dentro di noi.

**LA PROPOSTA.** Succede a Concesio, dove Carla Bontempi e Leonardo Manuini, formatori con esperienza decennale in campo olistico, accompagnano le persone in un percorso di conoscenza e valorizzazione individuale.

Di che si tratta? I partecipanti al corso (il prossimo partirà il 22 settembre) si riuniscono attorno a un grande falò per danzare accompagnata da rulli di tamburo e suoni che hanno la funzione di incrementare l'adrenalina e l'empatia.

«Un'esperienza che crea emozioni e da cui arrivano insegnamenti - spiega Bontempi - La prima parte della giornata è didattica e si parla del fuoco. L'obiettivo è conoscerlo e comprendere che quotidianamente lo viviamo sotto varie forme. Quando si ha una bassa autostima c'è il fuoco che scarseggia, mentre la sessualità, la passione, l'entusiasmo per la vita sono la massima espressione di questo elemento. Comincia poi il momento di socialità, durante il quale si prepara il falò; si



Il rito del «fire walking» ha trovato i suoi adepti anche in Valtrompia

inizia a lavorare sulla propria trasformazione abbandonando paure e resistenze. Segue la camminata, con il gruppo che supporta il singolo per

aiutarlo a entrare in contatto spirituale con l'elemento e risvegliare il fuoco interiore». Ogni fuoco insegna qualcosa: a non fermarsi nonostan-



La preparazione della pira



Il fuoco diventa un alleato

te le difficoltà, ad andare oltre i problemi per ritrovare la luce.

**LA PASSEGGIATA** sulle braci ricorda che nella vita ce la si può fare, basta volerlo. «La giornata non termina con lo spegnersi delle braci - precisano gli organizzatori - Il fuoco continua a lavorare dentro di noi: l'energia acquisita aiuta a esprimersi se stessi, a proporsi, a rendersi visibili o a chiarire situazioni accantonate».

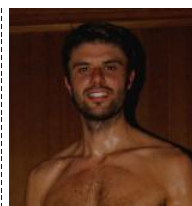
Insomma, non c'è nulla di religioso, piuttosto qualcosa di spirituale che trasmette forza ed energia. Una piccola spinta per andare avanti. «È una tecnica utilizzata da migliaia di anni per sconfiggere le paure, i tabù e recuperare le virtù - aggiunge Leonardo Praticchi, maestro del fuoco - Praticchiama una danza particolare per attivare una componente mentale stimolando i centri del piede che inducono uno stato alterato di coscienza per svuotare la mente e riallinearsi con il cuore e le emozioni». C'è chi questa esperienza l'ha vissuta più volte.

«La prima per curiosità - racconta Claudia Lancini - La seconda volta l'ho voluto rifare con un approccio più consapevole e mi ha fatto sentire piena di emozioni ed energia. Mi ha toccato l'anima. Ogni fuoco è diverso dall'altro». Per saperne di più sull'esperienza formativa può navigare sul sito carlabontempi.com. ●

A Sarezzo

## Aufguss, quando la sauna si trasforma in una danza

È possibile trasformare una passione in un lavoro? A quanto pare c'è chi ci riesce. È il caso di Nicola Gozio, maestro di sauna trentenne di Villa Carcina e ora residente a Concesio, che da un anno e mezzo collabora con l'Hotel Quelle Nature, un resort a 5 stelle della Val Pusteria, nel cuore delle Dolomiti, e da qualche settimana porta i suoi aufguss (getti di vapore) anche nella palestra Special One di Sarezzo e nel centro Aquaria delle Terme di Sirmione. Cosa è l'aufguss? Un rituale di benessere, purificazione e svago svolto in sauna. Qualcosa che riesce a tonificare il fisico e lo spirito. Un'esperienza unica e rigenerante.



Il maestro di sauna Nicola Gozio

trasformato in una professione a tempo pieno. Nicola lavora per molte saune all'estero, e, per la Special One, dove ogni martedì dalle 17.30 alle 20.30 propone una serie di eventi. «I due titolari della palestra, Marco Crescini e Marco Alprandi, hanno da poco rinnovato il centro benessere appoggiandosi a me per una consulenza - spiega Nicola - Sono anche stati ospiti al Quelle per vedere come funziona una Spa a 5 stelle. Il loro obiettivo è quello di portare in un contesto urbano una gestione a 5 stelle del nuovo centro benessere della palestra».

**INSOMMA, CI SONO** le saune tradizionali e poi c'è l'aufguss, che è tutt'altra storia. Una «danza» che anche in Valtrompia sta facendo registrare il tutto esaurito in attesa di conquistare il resto del mondo. **M.BEN.**

**PERTICA BASSA.** L'opera è stata ricollocata sull'altare della parrocchiale di San Zenone

## La tela di San Giuseppe è rinata e Ono Degno ritrova un tesoro

Il restauro ha consentito di ricostruire una porzione del dipinto lacerata da un profondo strappo

Ono Degno, torna ad essere lo scrigno di una grande opera d'arte. Ieri mattina in occasione delle Cresime, nella chiesa parrocchiale dedicata a San Zenone è stato ricollocato il dipinto «San Giuseppe con Bambino Gesù e Santi» reduce da un radicale restauro. Il dipinto su tela ha ricevuto la sua attribuzione definitiva solo nel 2015, quando un esperto di cartura internazionale come Stefano L'Ocaso ex presidente del polo museale lombardo, ha stabilito che l'autore è Bartolomeo Scotti vissuto tra il 1685 e il 1737. Il quadro realizzato nella prima metà del Settecento, era in ostaggio del degrado, coperto da una spessa patina che impediva di apprezzare la bellezza del dipinto. Il recupero è stato affidato allo staff del restauratore Leonardo Gatti che ha fatto ricorso alle più moderne tecnologie per riportare a nuova vita l'opera: in particolare la pulitura è stata eseguita con speciali impacchi di solvente a ph neutro.

Il restyling condotto sotto l'egida del funzionario della Soprintendenza di Brescia Angelo Loda è durata quasi



Il dipinto restaurato dallo staff guidato da Leonardo Gatti

un anno. Determinante è stato il contributo finanziario della Fondazione della Comunità Bresciana. L'altare di San Giuseppe della chiesa della frazione di Pertica Bassa torna dunque ad essere impreziosito dal quadro. Legittima la soddisfazione del parroco don Lorenzo Emilguerri, che ha avuto il coraggio e la tenacia di portare a termine un intervento complesso che richiedeva ingenti risorse finanziarie.

Il quadro nella parte centrale presentava un taglio effettuato per consentire l'inserimento del tabernacolo. Ironia della sorte, proprio la lacerazione ha consentito a Leonardo Gatti di effettuare un'autentica scoperta. In effetti, dopo avere ritrovato dei frammenti originali della tela ritagliati appunto per consentire l'inserimento del tabernacolo, è cominciata una meticolosa opera di riposizionamento, realizzata con abilità manuale, che ha restituito all'opera le sue condizioni iniziali, riportando alla luce anche il piede del santo. È stato insomma ricomposto una sorta di mosaico ricostruendo la parte mancante del quadro. La Valsabbia insomma ha ritrovato un tesoro artistico che potrà essere ammirato nel suo originario splendore, che sembrava ormai perso irrimediabilmente. ●

## Brevi

### CASTEGNATO/1 NAVE DELLA LEGALITÀ LA CITTÀ DEI RAGAZZI È PRONTA A SALPARE

Da mercoledì a sabato la Città dei Ragazzi di Castegnato parteciperà all'evento sul tema della legalità in programma a Palermo, prima a bordo della Nave della Legalità, quindi con le visite all'albero di Falcone e Borsellino e alla casa-museo di Peppino Impastato. Sono 25 i ragazzi e dieci gli adulti, oltre all'assessore Massimo Alessandria ed alle insegnanti dell'Istituto comprensivo Cristina Leone e Caterina Melley, che potranno vivere questa importante esperienza grazie alla sinergia tra Comune, Istituto comprensivo, Gruppo Famiglie «Dipingi la pace» e Anpi di Castegnato.

### CASTEGNATO/2 DISABILI E ANZIANI DIRETTI ALLE URNE C'È UN BUSNAVETTA

In occasione delle elezioni europee e amministrative di domenica, il Comune di Castegnato in collaborazione con la Protezione civile organizza un servizio di trasporto ai seggi per le persone malate e disabili. Il servizio verrà effettuato dalle 9 alle 11 e dalle 14 alle 20. Gli interessati devono prenotarsi chiamando la Protezione Civile 338 3180752 o l'Ufficio Elettorale che risponde allo 030 2146820.

**IL CASO.** Polemiche dopo l'ok del ministro grillino

## «Tav, Toninelli dice sì ignorando l'analisi tra costi e benefici»

Balotta: «Anche gli esperti concordano sulla necessità di rivedere un progetto obsoleto e anacronistico»

La «benedizione» all'Alta velocità ferroviaria del Garda impartita dal ministro ai Trasporti Danilo Toninelli ha innescato un vortice di polemiche tra i no Tav, ma non solo. A spiazzare tutti è stato il via libera all'opera arrivato prima che venisse resa nota l'analisi costi-benefici. «E se i risultati fossero negativi? - si domanda Dario Balotta nella triplice veste di esperto di trasporti, esponente di Legambiente e candidato di Europa Verde alle prossime elezioni -. Bisogna riaprire il confronto su questa costissima opera da 8,6 miliardi, che al contrario della Torino-Lione, sarà tutta a carico dei contribuenti italiani». Balotta ricorda che in questo caso «non sono presenti vincoli internazionali, né finanziamenti europei», mentre esistono «alternative concrete e rilevanti che farebbero diminuire i costi, ridurre il consumo di suolo agricolo e raddoppierebbero la capacità di treni giornalieri».

Anche per questo si attende una presa di posizione ufficiale di Marco Ponti punto di riferimento della task force

che ha redatto l'analisi costi benefici. «Tutti gli esperti sono concordi - osserva Balotta - il progetto è superato tanto che a due anni dall'inaugurazione della linea dell'alta velocità Treviglio-Brescia, solo 60 treni giornalieri, ovvero meno di un terzo, la percorrono, mentre la capacità della linea è di 220 treni al giorno».

Il vero potenziamento necessario della tratta Brescia-Verona-Padova sarebbe invece, secondo Balotta, «il raddoppio dei binari vicini ai due esistenti con le stesse caratteristiche di velocità - 240 chilometri orari e la fermata a Desenzano-Peschiera. Una soluzione che porterebbe la capacità della tratta a 440 treni giornalieri rispondendo così a tutti i segmenti della domanda e rendendo possibile un consistente trasferimento di traffico dalla strada alla rotaia». Si potrebbe così collegare il Garda con quattro treni pendolari all'ora, mentre oggi ce n'è uno solo superaffollato e sempre in ritardo. Potrebbero inoltre coesistere le Preعرose, i treni Intercity e i treni notte con i convogli merci oggi ridotti al minimo per le restrizioni poste dalla linea esistente e che anche con l'Alta Velocità rimarrebbero tali. ●