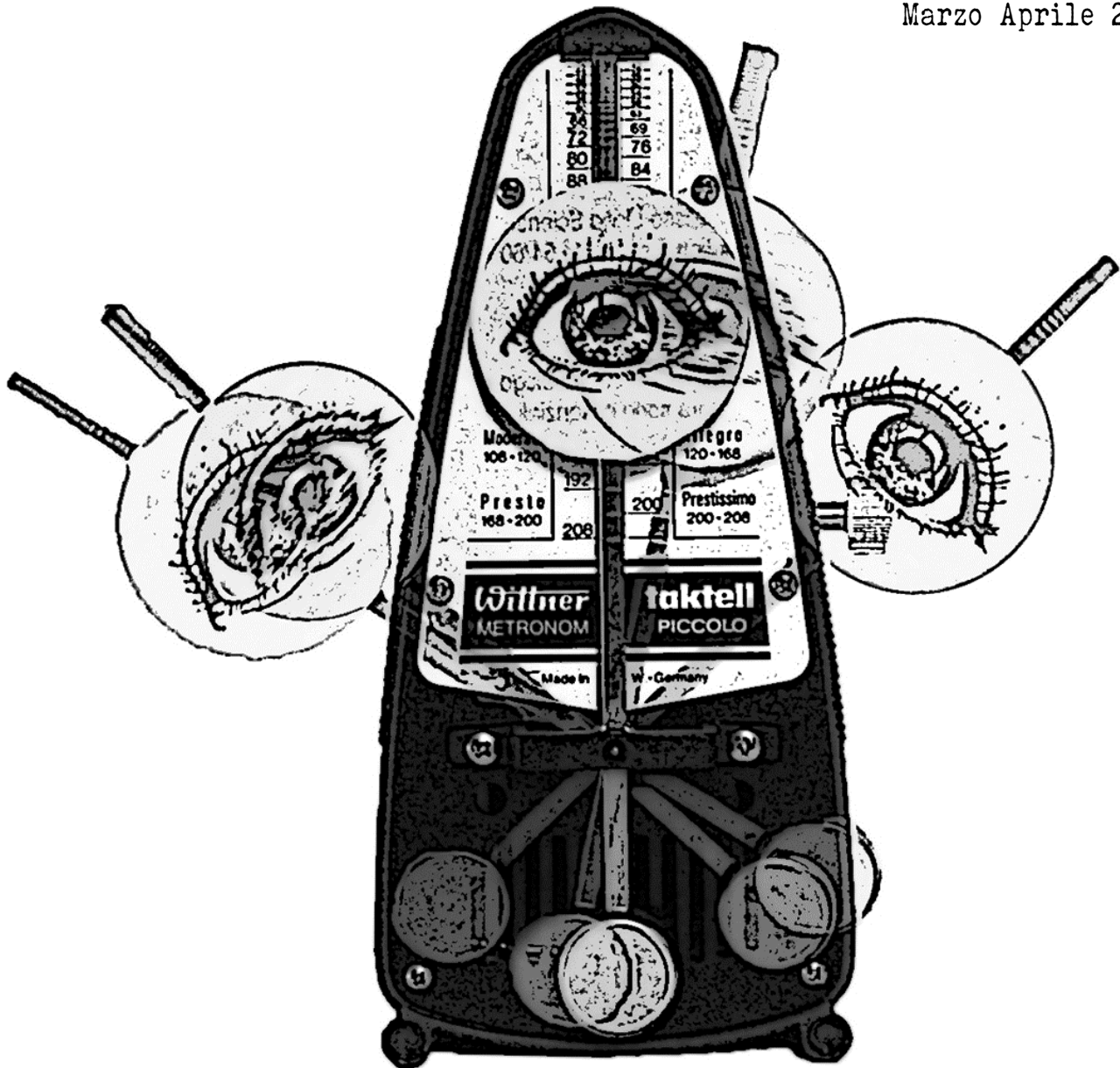




L'ulcera del signor Wilson

N.1 - Anno I

Marzo Aprile 2016



Il ritmo.

Sommario #1

Pag 2. Breve discorso intorno al ritmo
Jacopo Bucciantini

Pag 3. Panta Rei
Maria Chiara Vita

Pag 5. Ritmo e sport: un binomio fondamentale
Riccardo De Marco

Pag 7. I miei metronomi
Tommaso Donferri Mitelli

Pag 8. L'armonia cosmica
Francesco Presentini

Pag 10. Il ritmo nel videogioco: breve analisi
nell'interazione dalla sala giochi allo
Smartphone
Paolo Simi

Pag 11. Sonno e ritmi biologici
Alice Caperdoni

Pag 12. Sentiamo il tempo
Daniele Bianchi

Pag 14. Il ritmo di tutto ciò
Milton Lisi

Dichiarazione di intenti della rivista

L'ulcera del signor Wilson è una rivista di stampo culturale indipendente, nata al fine di difendere la libertà di espressione attraverso una tipologia di scrittura creativa e personale.

Il nome della rivista deriva direttamente dall'omonimo programma radiofonico andato in onda tra il 2014 ed il 2015, sulle frequenze di Groove Radio Italia, onde continuare ed implementare gli obiettivi posti alla base del medesimo progetto.

L'ulcera del signor Wilson è una rivista gratuita, distribuita bimestralmente, che fa utilizzo di un sito internet contenente una maggior quantità di materiale rispetto a quello pubblicato su carta.

L'ulcera del signor Wilson intende essere una rivista culturale apolitica e contraria alla faziosità e all'estremismo.

L'ulcera del signor Wilson intende dissociarsi dalla attuale tendenza alla disinformazione, mediante l'utilizzo di fonti certe, dati esatti e moderazione intellettuale.

L'ulcera del signor Wilson, come rivista, non intende avvalersi di sponsorizzazioni da parte di enti commerciali, bensì di patrocini e donazioni.

L'ulcera del signor Wilson intende diffondere le idee e le opinioni, che rispettino la dichiarazione di intenti, di coloro che vi scrivono, solo nel caso in cui siano esse basate su logiche argomentazioni e giustificate adeguatamente.

L'ulcera del signor Wilson intende avvalersi della collaborazione di chiunque desideri aderire al progetto, rispettando totalmente la relativa dichiarazione di intenti.

Artwork di copertina di Jacopo Bucciantini

Impaginazione di Davide Luciola

Breve discorso intorno al ritmo

Incessante e regolare è il suono delle onde che vanno ad infrangersi contro la costa: esso scandiva il tempo di molte delle poleis della Grecia antica ed è per tale ragione che, forse, gli autori di numerosi dizionari etimologici sono giunti alla conclusione che il sostantivo usato dai greci per indicare il ritmo (*ῥυθμός*), derivasse direttamente dal vocabolo utilizzato per esprimere l'idea del fluire del mare (*ῥῶ*). Per quanto verosimile tuttavia, la precedente ipotesi viene messa in dubbio agli inizi della seconda metà del ventesimo secolo dal linguista francese Émile Benveniste che ha individuato la radice del termine nella parola greca usata per comunicare l'astratto concetto di "forma" (*μορφή*). È lecito domandarsi dunque cosa sia teoricamente il ritmo e per quale ragione esso affondi le proprie radici all'interno di un concetto ineffabile quale il succitato.

Al fine di comprendere pienamente il rapporto che intercorre fra le due astrazioni portanti in questione sarebbe necessaria un'ampia speculazione preliminare intorno ad entrambe, ma per ragioni di concisione basti pensare che la nozione di forma, partecipe di un'evoluzione filosofica avvenuta attraverso la distinzione delle svariate correnti di pensiero nel tempo, essendo stata pensata da Aristotele come ciò che rende molteplici le cose del mondo, da San Tommaso D'Aquino come l'essenza degli angeli, da Bacone come l'oggetto delle scienze naturali, da Hegel come la totalità delle determinazioni, da Bergson come un'istantanea presa su di una transizione, solo per citare alcuni pensatori, è permeata costantemente da un sostrato di fluente elasticità capace di mutare se stesso in un'infinità di strutture differenti: il ritmo, abbracciata l'accezione benvenistiana, sembra dunque sussumere una connotazione fortemente volubile, eppure paradossalmente stabilissima nella sua volubilità. Certo è che quanto affermato finora non è sufficiente a statuire l'essenza ultima del ritmo ma si rivela fondamentale per protrarre la dissertazione. Immaginiamo un ingranaggio squisitamente rotondo che ruota ad una velocità regolare, sulla circonferenza del quale è posta una matita, e sotto cui scorre sempre a velocità regolare, un infinito

Jacopo
Bucciantini

foglio a contatto con la mina: ciò che verrebbe impresso sulla carta sarebbe una lunga ed uniforme sinusoide, nella fattispecie una rappresentazione figurativa del ritmo, ergo una trasformazione dei movimenti, scanditi da un moto armonico circolare, in un disegno adatto a manifestare il ritmo in una sua forma precisa; in tale circostanza sarebbe possibile dividere in modo simmetrico la sinusoide mediante una linea retta che vi passasse attraverso, (semplicemente ponendo un'altra matita sotto al fulcro sul quale ruota l'ingranaggio) ottenendo così una serie di tanti semicerchi alternati per posizione e direzione, scambievolmente. Concependo la linea retta come fosse un processo generico e la sinusoide quale risultante di un fenomeno relativo al processo, allora la rappresentazione grafica in analisi mostrerebbe un alternarsi di fenomeni opposti all'interno dello stesso processo, ovvero l'alternarsi di massimo e minimo, di caduta e di elevazione, nello sviluppo di un unico fatto che produce le condizioni ottimali per il suo ininterrotto riprodursi: trattasi di simmetria sfasata in modo ordinato e costante.



Foto di Jacopo Bucciantini

Il ritmo perciò sussume ora due aspetti apparentemente in contrasto, ovvero la morbida ma imprescindibile deformabilità ed il rigore meccanico del proprio succedere a se stesso, che tuttavia trovano il loro punto di incontro nella possibilità di previsione dell'evoluzione ritmica, quale incognita partecipe di un sistema matematicamente definito. La precedente assunzione implica necessariamente quindi che per quanto vasta sia la libertà del ritmo, essa resti comunque di tipo hobbesiano, quindi non assoluta, ma concentrata nei rispetti di quella struttura individuata che rende meccanico lo sviluppo ritmico: più ingranaggi anziché uno solamente, dalle forme più varie ed irregolari anziché rotondi, che si muovano a velocità differenti e discontinue, disegnando linee su fogli che invertano a loro volta la direzione del proprio moto e che mutino la propria velocità, seguendo però dei parametri certi per quanto numerosi e complessi. È in un caso estremo come quello appena citato che potrebbe sembrare venire meno il fenomeno della generazione di condizioni ottimali per l'ininterrotta riproduzione ritmica, ma esso continua a sussistere indispensabilmente con la differenza che si dilata in un arco processuale molto più esteso, al punto tale che un qualsiasi relativo fenomeno potrebbe esaurirsi prima della fine del decorso stesso.

Dal punto di vista noumenico si evince, in conclusione, che il ritmo può essere, al massimo della generalità, definito come la prevedibile scansione coerente in termini di ripetizioni fenomeniche di un dato processo all'interno di un sistema dinamico i cui costituenti siano noti.

Tutto scorre

(Πάντα Ρεῖ)

Maria Chiara
Vita



30/01/2016, h.12.58



01/02/2016, h.12.56



02/02/2016, h.13.00



03/02/2016, h.12.58



04/02/2016, h.13.54



05/02/2016, h.12.27



06/02/2016, h.12.59



08/02/2016, h.12.02

Ritmo e sport:

un binomio
fondamentale

“Il ritmo, nel pugilato, è tutto. Qualsiasi movimento tu faccia, nasce dal cuore: o questo ha il ritmo giusto, o sei nei guai!”

Questa frase pronunciata da Sugar Ray Robinson, uno dei più grandi interpreti di tutti i tempi nell'ambito della boxe, ci fa intuire quale sia l'importanza del ritmo nello sport; è un concetto fondamentale e semplice per chiunque abbia, nel corso del tempo, praticato un'attività fisica agonistica o meno.

Il termine “intensità” è abbastanza esplicativo nello spiegare tale tematica.

Prendiamo in esame un match, di un qualsiasi sport, giocato individualmente o in squadra: sentiamo spesso parlare in telecronaca di ritmo di gioco basso o viceversa, nel caso in cui si alzi l'intensità della sfida.

Consideriamo dunque come esempio un incontro di tennis nel suo momento culminante, ovvero quando velocità del gioco e margine di errore agiscono in maniera inversamente proporzionale.

Ecco che ci ricollegiamo al concetto iniziale, ovvero che senza il ritmo giusto sei nei guai. Gli addetti ai lavori infatti sono soliti dire che i primi cento tennisti al mondo sappiano giocare pressoché allo stesso modo, ma che soltanto i primi dieci posseggano le attitudini confacenti a muoversi nella maniera corretta quando il ritmo sale. C'è da dire che in uno sport come il tennis, in cui la tenuta mentale è importante tanto quanto le abilità di gioco, possono subentrare molti fattori ad influenzare il rendimento e il sottile equilibrio necessario per avere continuità e costanza nell'arco di più ore. Pure negli sport di squadra chi riesce ad imporre il proprio ritmo gode di una posizione vantaggiosa rispetto all'avversario; nel caso in cui le squadre arrivino ad eguagliarsi sotto questo aspetto, finiremmo per assistere molto probabilmente ad un grande spettacolo. Non esistono però soltanto aspetti favorevoli a sostenere la necessità di avere un ritmo superiore a quello dell'avversario. Molti sportivi e molte squadre utilizzano spesso la tattica



Riccardo
De Marco

contraria se consapevoli di schierarsi di fronte ad un contendente di qualità superiore, o comunque con caratteristiche tali da non poter essere contrastato sul piano dell'intensità. Cosa accade quindi, in questi frangenti, se si contrappongono sfidanti con concezioni opposte sotto questo aspetto? In un incontro a squadre, il team che decide volutamente di schierarsi con un ritmo più basso concederà sicuramente più iniziativa di gioco alla squadra avversaria, cercando di sfruttare altri fattori favorevoli derivati dal tipo di sport praticato. Difficilmente assisteremo così ad un incontro memorabile, ma quando si vuole raggiungere la vittoria con ogni mezzo, anche se ciò significa giocare male o comunque in maniera poco appariscente, la tattica generata per tentare di disinnescare le inventive degli rivali diventa imprescindibile. Tale strategia diventa certamente più vistosa se messa in pratica in un incontro individuale e, volendo usare ancora il tennis come campione per dimostrare tale tesi, potremmo fare anche un excursus nei decenni passati. Nato come sport prettamente d'élite, con il passare dei decenni e il finire del XX secolo è stato progressivamente sdoganato da questo ambito e frequentato da una sempre più ampia cerchia sociale, al punto da divenire un fenomeno di massa e con risonanza mondiale già negli anni '80. Ciò ha portato allo sviluppo delle più variegate tipologie di tennisti, in conseguenza anche dell'utilizzo di nuovi materiali e tecnologie, oltre che alla necessità di renderlo uno sport sempre più alla portata di tutti. Le ultime tendenze delle scuole preparatorie hanno inoltre sempre più spinto sullo sviluppo fisico, rendendolo importante perlomeno quanto l'aspetto tecnico. Le attuali e nuove generazioni di tennisti hanno usufruito di questo trend, con il risultato che adesso abbiamo in grossa percentuale di atleti nel vero senso del termine, con un'ottima preparazione sul piano aerobico; le caratteristiche più “antiche” invece sono andate via via sparendo, creando una “discendenza” di tennisti che ten-

dono ad assomigliarsi sempre più l'uno con l'altro, eliminando quasi del tutto la componente derivata dall'inventiva, dall'originalità e dalla genialità dei colpi. Abbiamo quindi sfide sempre più incentrate sull'intensità e sulla forza fisica, ottenendo delle vere e proprie battaglie tra gladiatori dei giorni nostri. Il confronto con i pochi giocatori che ancora sposano uno stile classico crea sipari spesso ben più avvincenti, grazie alla netta divergenza nell'impostazione della partita. Riassunto celermente, si potrebbe dire che i giocatori moderni sfruttino ritmo costante e tenuta fisica, mentre quelli di stampo classico tendano a fare esattamente l'opposto, variando l'intensità tra i colpi e affidandosi molto ad estro e creatività. Potrebbe sembrare un tennis più monotono quello praticato dalle nuove leve, ma questo cambio di rotta epocale del gioco ha garantito anche ai meno dotati tecnicamente di poter usufruire di altre capacità, allargando il bacino d'utenza e dando sempre maggiore visibilità a questo sport. Ho utilizzato una disciplina specifica per meglio descrivere questo tema; ciò non toglie che molti altri sport siano comparabili in modo relativamente semplice nell'analizzare ed applicare tali ragionamenti e conclusioni. Il calcio stesso ha vissuto molte trasformazioni dal suo stadio primordiale, dovute in parte al bisogno di avere una sempre maggiore tenuta fisica nell'arco delle gare e di campionati interi.

Ma il ritmo non assume soltanto questo significato "astratto". Ci sono degli sport in cui ha un'accezione molto più concreta e tangibile, ovvero quelli nei quali si aggiunge la lotta contro il tempo, come accade negli sport motoristici, ciclistici, podistici e così via.

Con dei dati certi ed inoppugnabili, ottenuti grazie a dei rilevamenti cronometrici elettronici, è possibile stabilire con estrema precisione vari elementi inerenti ad una manifestazione sportiva che ne faccia uso; parlo di fattori come la velocità media oraria, il tempo impiegato per per andare da un certo settore ad un altro (il cosiddetto intertempo), la capacità di mantenere un'andatura di gara analoga per un lasso di tempo esteso, ecc... L'insieme di questi fattori ci consente di stabilire chi stia imponendo il proprio ritmo alla gara, tenendo sempre a mente che l'ovvia differenza tra la fatica umana e l'usura o danneggiamento di componenti

meccanici comporti, nel corso di una gara, il verificarsi di diverse situazioni anomale atte a modificare gli equilibri instaurati fino a quel momento. Per cui potrebbe capitare di assistere alla disfatta clamorosa di un pilota, a pochi giri dal termine di una corsa motoristica, per colpa di un guasto inaspettato; un evento simile potrebbe capitare ad un maratoneta, negli ultimi chilometri di gara, nel caso in cui questo avesse mal gestito le proprie forze. Negli sport in cui la componente meccanica sia assente, o comunque poco influente, subentrano di nuovo degli elementi molto somiglianti a quelli già scorti in precedenza. Le squadre ciclistiche, ad esempio, sono solite suddividere i propri atleti in gradi a seconda dei compiti da svolgere; i gregari sono coloro che, prendendo la testa della corsa e impostando un ritmo concordato con il proprio team, consentono ai compagni dotati di qualità migliori di poter risparmiare le forze e di predisporre adeguatamente per certe fasi di gara presenti successivamente. Difficilmente vedremo elogiare nelle pagine delle riviste sportive queste gesta, perché i suddetti atleti svolgono tali mansioni fino al momento in cui la corsa entra in una certa fase, dopodiché fanno spazio ai propri compagni più dotati e finiscono nelle retrovie. In un certo senso potrebbe essere definita come una "scorta", ma il valore di queste azioni è tanto più alto quanto più si conoscono le difficoltà dello sport in questione; come si suol dire: *"È uno sporco lavoro, ma qualcuno deve pur farlo"*.

[Continua a pag. 7]





Foto di Jacopo Bucciantini


Non va mai sottovalutato, come sempre, l'aspetto psicologico: se è vero che stare a ridosso di un compagno/avversario garantisce minor fatica, grazie alla diminuzione dell'attrito con l'aria derivato dal fenomeno fluidodinamico della scia, è anche vero che mantenere il comando di una gara impostando la propria andatura può far scaturire maggiore forza di volontà e motivazione in certi sportivi. Concludendo, non resta che sottolineare come sia stata di grande aiuto l'evoluzione tecnologica, che ha consentito di passare da rilevamenti cronometrici manuali, ottenuti per mezzo di commissari di gara, a rilevamenti cronometrici elettronici.


Dove puoi contattarci o seguirci?

 **Pagina Facebook:**
www.facebook.com/ulceradelsignorwilson

 **Twitter:**
[@ulcerawilson](https://twitter.com/ulcerawilson)

 **Sito Web:**
www.lulceradelsignorwilson.it

 **Instagram:**
[@lulceradelsignorwilson](https://www.instagram.com/ulceradelsignorwilson)

 **Mail:**
info@lulceradelsignorwilson.it

I miei metronomi

Tommaso
Donferri
Mitelli

Ritmo! Splashhh!
Mi è finita la saliva
Ho il rimedio
Un goccio di tequila
Te! Qui! La!... Swing Azteco

Be bop che batte
3, 2, 1... si fa giorno
Apro gli occhi appiccicosi
Ritmo lento
Guardo la sveglia
La guardo, la sveglia

Inizia la guerra
Crepitii in 4/4
Aizzano le gioie

Ma a me non interessa
Come le canzoni
Che dicono "Oh baby"

Dunque benvenuti alla messa
Metronomo d'emozioni
Orgasmi di frizioni
Cibarsi d'occasioni

Cieli annoiati
Danno il tempo
Agli umori

Cieli in festa
Danno il rock
Anche a violini
D'orchestra



Il mio occhio però
Non vede mai il maestro
Non vede spartito
Nemmeno di riflesso
-E aspetto-

Ultima bomba
Finisce la guerra
E tutto è come prima
Ma inesorabile
Senza tregua
Riattacca la prossima battuta

Danzami in 7/8
Come i lontani nostri avi
E prosegui finché ne hai voglia
Un tempo
a fottere
Noia
Pareri
Dispiaceri
Spiacevoli pensieri

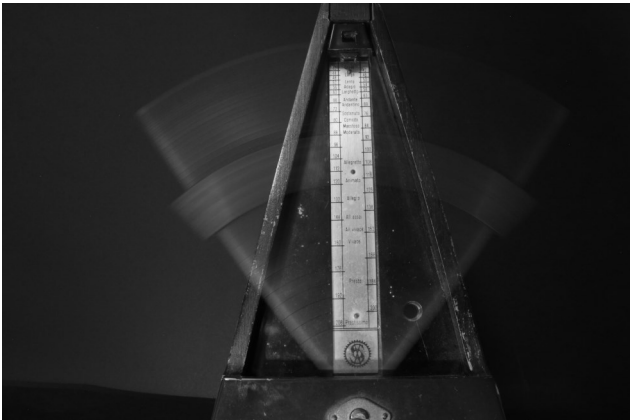


Foto di Maria Chiara Vita

L'armonia cosmica

Francesco
Presentini

Quante volte capita di trovarsi davanti ad un limpido e luminoso cielo stellato, e contemplare attoniti il meraviglioso spettacolo celeste, domandandosi come sia possibile quella tale perfezione che ci sovrasta? Sono ormai millenni che l'uomo si pone instancabilmente queste domande osservando e studiando il cosmo, dalle manifestazioni più semplici, come le stesse stelle che decorano la profondità dell'infinito, ai fenomeni più rari e spettacolari, come le comete e le stelle cadenti, tutti eventi creati da quel congegno fisicamente impeccabile che è il mondo in cui viviamo. Se infatti si ha la fortuna di poter assistere a tali meraviglie lo si deve solo al nostro universo e a tutte le sue parti, che muovendosi coordinatamente e lavorando in perfetta armonia, danno loro vita. Le comete sono piccoli corpi celesti composti da rocce, materiali volatili e da una notevole quantità di ghiaccio. La loro unicità sta nel fatto di essere totalmente oscure ed invisibili durante tutta la loro esistenza, fino a quando non si avvicinano ad una stella, grazie al cui calore il ghiaccio degli strati più esterni va incontro ad un'improvvisa sublimazione e viene spinto lontano dal vento di particelle uscenti dall'astro, formando così la splendida coda luminosa visibile a milioni di

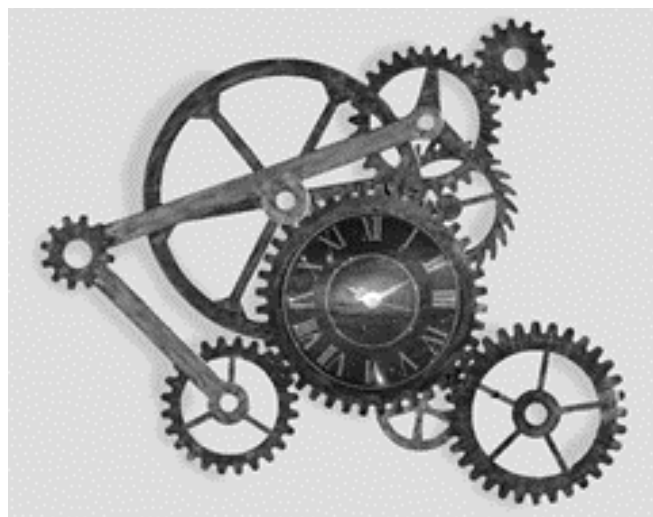
chilometri di distanza. Esistono due principali gruppi di comete, quelle che orbitano ellitticamente intorno al sole ed appartengono quindi al nostro sistema, e quelle che vengono attratte dalla gravità solare solo lungo un breve tratto della loro traiettoria, che assume dunque una forma parabolica o iperbolica, venendo coinvolte nel nostro sistema solare solo per un periodo di tempo finito. Il primo è il gruppo più numeroso e importante riguardo agli studi cosmologici, poiché di queste comete, ruotando attorno al sole come i pianeti del sistema, se ne sono potute analizzare con precisione le caratteristiche. Ma stupefacente è la varietà dei periodi di rivoluzione di tali corpi che spazia dalle poche decine di anni alle discrete centinaia di millenni, rendendo la visione di alcune di esse più unica che rara, ma permettendo allo stesso tempo all'essere umano di poterne monitorare il moto con regolarità durante il corso degli anni: quello della celeberrima cometa di Halley, è l'esempio più eclatante di una cometa, dal periodo di rivoluzione di circa 76 anni, che è stata osservata sin dai primi astronomi cinesi del III sec. a.C., fino ai più moderni telescopi del XX sec. d.C., grazie ai quali abbiamo oggi innumerevoli reperti fotografici risalenti al suo ultimo passaggio del 1986.

La brillante e luminosa coda non è però l'unico fenomeno spettacolare regalatici dalle comete. Esse sono infatti strettamente legate ad un altro evento cosmico molto più vicino a noi osservatori...

Le piogge o sciami meteorici, più comunemente chiamati stelle cadenti, sono una delle meraviglie astronomiche più ammirate dall'uomo, fin dall'antichità, quando il pianto del cielo significava cattivi presagi. Tutt'oggi è ormai diffusissima la tradizione, nelle notti che si aggirano intorno al 10 Agosto, di osservare le stelle cadenti, nella speranza di riuscire a vedere qualche scia luminosa ed esprimere un desiderio; ma in cosa consistono effettivamente? Le piogge meteoriche non sono altro che del materiale cosmico che viene catturato dall'attrazione gravitazionale terrestre, ed entrando nella nostra atmosfera a delle velocità fra gli 11 e i 72 km/s, a causa dell'attrito con l'aria, diventa incandescente, formando le lunghe traiettorie luminose visibili dalla superficie planetaria fino a consumarsi del tutto. Non rimane che da chiederci

da dove provengano questi frammenti cosmici, e per quale motivo questi eventi si verifichino così regolarmente: è proprio qui che entrano in gioco le comete. Ogni volta, infatti che una cometa attraversa il suo perielio, subendo quindi l'influenza del calore e del vento solare, lascia lungo la sua traiettoria un ammasso di detriti, liberi di muoversi nello spazio circostante e pronti ad essere attratti dal primo oggetto massivo nelle vicinanze. Quando dunque l'orbita terrestre attraversa quella di una cometa, i detriti persi da quest'ultima vengono attratti dalla terra, precipitando nella nostra atmosfera e regalandoci magnifici spettacoli di luce, visibili non solo quindi nel mese di Agosto, ma durante tutto l'anno, ogniqualvolta la nostra orbita e quella dei corpi celesti in questione si intersecano.

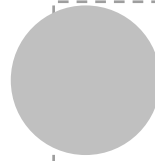
Il nostro universo, come ci è mostrato da questi straordinari fenomeni, che non sono più di un infinitesimo di tutti quelli di cui è costituito, è dunque una macchina perfetta, simile ad un antico orologio i cui ingranaggi, di diversa ampiezza e colore, girano meccanicamente in una dolce armonia, regalandoci spettacoli unici e una casa dove vivere, il tutto frutto di una perfetta sincronia temporale e geometrica.



Artwork di Davide Luciola

Il ritmo nel videogioco:

breve analisi dell'interazione dalla sala giochi allo Smartphone



Paolo
Simi

A volte mi capita di fermarmi e riflettere su dove siamo arrivati, come ci siamo arrivati e dove arriveremo. Si sa, la storia dell'essere umano è un lungo e strano percorso tracciato da mille variabili che definiscono il nostro momento storico e sociale. Sarebbe bello poter analizzare insieme a voi il contesto in cui viviamo, questo stranissimo decennio pieno di contraddizioni, ma con ogni probabilità non sono la persona più adatta a questo compito. Ed è per questo motivo che vi parlerò dei videogiochi.

“Videogiochi? In una rivista culturale?” Lo so cari lettori, molti di voi staranno storcendo il naso di fronte ad una scelta simile, ma ahimé, tra le mille passioni che avrete avuto modo di apprezzare tra queste pagine, il Signore, o chi per lui, mi ha fatto videogiatore; e una volta appreso che avrei dovuto in qualche modo parlarvi di “ritmo”, la mia mente si è immersa nella riflessione alla quale accennavo nell'incipit.

D'altronde il videogioco diventa un fenomeno culturale fin dall'inizio, a cavallo tra gli anni '70 e gli anni '80, quando i cabinati delle sale giochi entrarono nell'immaginario collettivo e perfino oggi rappresentano un tassello fondamentale della cultura pop. Tra un nichelino e l'altro, ragazzi e ragazze di tutto il mondo si riuniscono per la prima volta davanti a uno schermo nero, macinando monete su monete e premendo furiosamente tasti colorati per battere quel maledetto record. È la frenesia a farla da padrone nell'era d'oro dei videogames: non passeranno più di un minuto o due in Donkey Kong prima di arrivare al Game Over. È questo un elemento ricorrente nei giochi dell'epoca: partite rapide, anzi rapidissime. Niente introduzioni, niente dialoghi, niente filmati. Anzi, proprio Donkey Kong passerà alla storia come il primo videogioco a pogiare su una trama, il che fa ridere se pensiamo che essa può essere riassunta come “salva la principessa rapita dalla scimmia”. Prima di Donkey Kong il gioco era soltanto il gioco; di solito, “spara e non farti sparare”, se vogliamo proprio analizzare la tendenza di quei decenni.

Ma soprattutto, “fai un errore e inserisci un'altra moneta, o cedi il posto al ragazzo dietro di te”. Mordi e fuggi, per usare un modo di dire che più consumistico si muore.

È con l'avvento delle console casalinghe che la tendenza cambia, pur in maniera progressiva. Se con i primi microcomputer gli sviluppatori si limitano ai cosiddetti “porting” dei giochi arcade, con il tempo ci si rende conto che giocare a casa può aprire degli scenari totalmente nuovi. Siamo di fronte ad un contesto completamente diverso a quello della sala giochi; non c'è bisogno di essere frenetici, né di spremere monete ai ragazzi che, comprando una -anche ai tempi- costosa cartuccia di gioco, si sono assicurati un numero di partite virtualmente illimitato. Per la prima volta si gioca da seduti e senza altri ragazzi dietro le spalle pronti a prendere il nostro posto a mo' di sciacalli. Ed è qui che il videogioco si rilassa e nascono generi videoludici altrimenti impensabili, come il gioco di ruolo e lo strategico. Ve lo immaginate un Final Fantasy in sala giochi? Già, totale utopia.

Ecco che il videogame inizia ad aver bisogno di ulteriori elementi per stimolare l'utente, ecco le prime trame e i primi contesti che portano il giocatore a voler andare avanti per scoprire cosa succede; ecco che la sessione di gioco può durare ore e ore, e potrebbero volerci giorni interi per arrivare a vedere la fine della storia. Nascono i salvataggi, prima mediante un sistema di password e poi tramite supporti esterni, che consentono di proseguire la partita in un secondo momento. Il mondo dei videogiochi è completamente rivoluzionato.

Intorno alla metà degli anni 2000, inizia una nuova rivoluzione senza precedenti, portata avanti con coraggio e con gran rischio da Nintendo. Con le console Nintendo DS e Nintendo Wii, il videogioco diventa per tutti, e i dati di vendita di que-

sti dispositivi conferma il successo dell'operazione commerciale. Le nuove console Nintendo arrivano in ogni casa, e il gioco diventa per tutti, madri, padri, e addirittura nonni, proveranno un intrattenimento nuovo e che prima era visto come inavvicinabile e complicato. E il mondo dei videogiochi cambia per sempre, ancora una volta. Il mercato si satura di titoli di facile fruizione, giochi che non richiedono più di qualche secondo per poter essere padroneggiati e che non prevedono partite singole più lunghe di una decina di minuti.

Ecco spiegato il successo di giochetti all'apparenza emplici come Wii Sport, il quale, nonostante sia necessario sottolineare il fatto che fosse venduto assieme alla console Nintendo Wii, con 40 milioni di unità vendute è diventato il gioco più venduto della storia, superando le vendite di Super Mario Bros. per NES che deteneva il record precedente. Nintendo aprirà la strada alla situazione contemporanea: è sotto gli occhi di tutti quello che è accaduto all'inizio degli anni '10 con l'invasione di smartphone e tablet, e i migliaia di giochetti, spesso gratuiti, che tutti quanti utilizzano. Ecco che Candy Crush, rappresentante di un genere videoludico che esiste da almeno vent'anni, batte ogni record di download; e, a giocarci ogni giorno, probabilmente saranno le vostre mamme.

Personalmente, non sarei mai riuscito a credere che un giorno pure un sessantenne avrebbe potuto divertirsi con quelli che fino a pochi anni fa erano additati come aggregati del demonio, ma tant'è. In ogni caso, il mondo dei videogiochi oggi appare spaccato a metà: da una parte sopravvive il videogioco classico, fatto di lunghe sessioni, trame sempre più complesse e un ritmo che si è fatto tendenzialmente più ragionato; dall'altra, giochi molto più snelli che richiamano in tutto e per tutto il periodo storico delle sale giochi. Trame assenti, partite frenetiche e brevissime e, elemento da non sottovalutare in termini di business, la formula free-to-play, che prevede un download inizialmente gratuito e successivamente microtransazioni per acquistare nuove vite o nuovi livelli. Insomma, non possiamo inserire fisicamente una moneta nel cellulare, ma concettualmente non vi sono differenze. Questa breve analisi di come ritmo e utenti nel mondo dei videogiochi siano cambiati con il passare degli anni e delle innovazioni tecnologiche, vuole essere uno spunto di riflessione originale su come anche il più insospettabile dei

passatempi sia influenzato dal contesto sociale; ma, in definitiva, perfino in un momento storico come quello moderno ognuno di noi conserva il suo diritto di scegliere. Correre con la massa, spaccare il minuto e grattare solo la superficie, oppure fermarsi un secondo e riflettere, sognare. La scelta è solo nostra, sia in un qualunque mondo virtuale, che in quello reale.

Sonno e ritmi biologici



Alice
Caperdoni

Nella maggior parte dei casi, chi crede di avere un sonno disturbato, in realtà non sa che, da certi punti di vista, non esiste un "sonno giusto" e quindi di conseguenza dei tipi di "sonno sbagliato", ma semplicemente, come in ogni cosa che riguarda le persone, vi sono delle differenze individuali. Infatti, rispondendo alle domande "quanto dormiamo?" e "quando dormiamo?", possiamo trovare quattro grandi categorie (due per ogni risposta), le quali rappresentano quei soggetti che si discostano maggiormente dalla media.

"Quanto dormiamo?"

Attraverso la somministrazione di alcuni questionari, la quantità media di sonno in giovani/adulti (bambini e anziani presentano delle differenze legate alla loro età) è stata calcolata come circa 7,5 ore su 24 (Horne, 1993). Tuttavia, vi sono delle differenze individuali identificabili come tratti biologicamente riconducibili; infatti sono stati trovati recentemente, dalla genetica molecolare, dei meccanismi che sembrano controllare la quantità di sonno (Tafti e Franken, 2002).

I "brevi dormitori" sono quelle persone che dor-

mono abitualmente meno di 6,5 ore, mentre i “lunghi dormitori” sono coloro che dormono più di 8,5 ore; sono state trovate anche altre due categorie, quella dei “brevissimi dormitori” (i quali dormono meno di 5,5 ore), e quella dei “lunghissimi dormitori” (i quali dormono più di 9,5 ore) (Webb e Friel, 1971). Il sonno “breve” sembra essere più efficiente, e alcune ricerche hanno trovato delle differenze di personalità fra queste due tipologie di persone: i “brevi dormitori” sarebbero più ottimisti ed estroversi dei “lunghi dormitori” (Hartmann e coll., 1972). Spesso, la sensazione di sonno insufficiente (che si ritrova specialmente in queste persone con una durata di sonno che si discosta significativamente dalla media), è data dalla discrepanza fra la durata ipotizzata e quella reale dell’episodio di sonno, e quindi da delle credenze e convinzioni del soggetto a proposito di un “sonno giusto” che magari non corrisponde al suo. “Quando dormiamo?”

Nell’adulto, uno dei fattori che caratterizza l’inizio dell’episodio di sonno, è la diminuzione dei valori della temperatura centrale. Soggetti definiti come “mattinieri” (o “allodole”) preferiscono anticipare l’ora di coricarsi e quella di alzarsi, mentre i soggetti definiti come “serotini” (o “gufi”) preferirebbero ritardarle (Duffy e coll., 1999). Le “allodole”, durante il giorno, hanno in generale una temperatura corporea più elevata di quella dei “serotini” (Horne e Östberg, 1976), inoltre l’intervallo fra l’addormentamento e il livello minimo di temperatura è inferiore che nei “gufi” (mentre l’intervallo fra il punto più basso della temperatura e il risveglio è maggiore) (Baher e coll., 2000). Quindi, solitamente, i “mattinieri” sono più stanchi la sera e si svegliano più riposati la mattina, mentre i “serotini” sono nel loro massimo della forma la sera e tendono a svegliarsi ancora stanchi. Il ritmo della temperatura, però, non influenza solo quello del sonno, ma ha un forte impatto anche sul nostro umore; infatti, esso assume la sua connotazione più negativa nel momento in cui la temperatura raggiunge il suo minimo, e tende a migliorare quando questa raggiunge il valore massimo (Boivin e coll., 1997). Quindi, anche in questo caso, si possono quindi trovare delle differenze relative ad aspetti psicologici. Concludendo, ho scelto di scrivere a proposito dei “ritmi del sonno” perché penso che sapere dell’esistenza di queste categorie possa essere utile, soprattutto a chi ci si rispecchia. Per me lo è stato, perché avendo sco-

perto di essere “serotina”, ora so che il mio non è un vero e proprio problema del sonno.

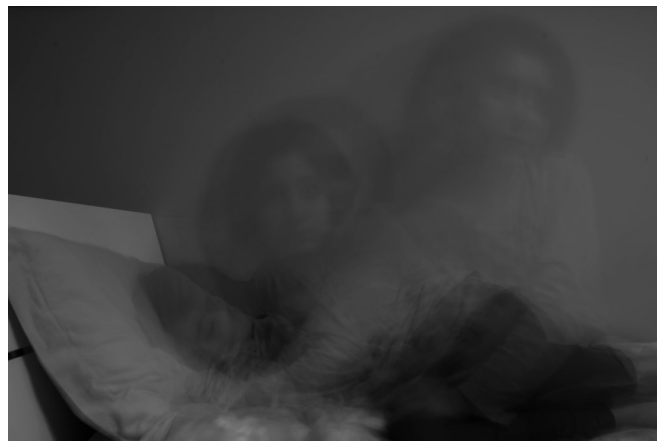


Foto di Maria Chiara Vita

Sentiamo il tempo

Daniele
Bianchi

“«Noi sappiamo cos'è la cosa, e sentiamo il tempo, Sal». Io volevo sapere cosa fosse la cosa. «Ah beh,» Dean rise «ora mi chiedi l'imponderabile!»”. È impossibile per Dean spiegare cosa sia la cosa, e cosa significhi sentire il tempo. Ma già nel '57 Kerouac ci pone un interrogativo indiretto assolutamente attuale, e in qualche modo ci fa accorgere di avere il fiato sul collo, mentre il nostro comincia a finire: è la condizione umana del 21esimo secolo, costantemente impegnata nel vano tentativo di tenere il ritmo del mondo. Ma ne vale la pena? Ci lamentiamo di non avere tempo, di non fare in tempo, che il tempo è finito e che il tempo è denaro, eppure è solo una percezione. Non possiamo affermare di vedere il tempo scorrere, possiamo solo percepirlo, sentirlo.

Eppure è la prima preoccupazione di tutti noi. “Il tempo è un'invenzione dell'uomo per lamentarsi dei ritardi” canta il gruppo bolognese Lo Stato Sociale, ed è difficile, in particolar modo oggi, poterlo negare. Perdere il passo, non essere capaci di mantenere il ritmo di chi ci sta intorno, fisicamente o no, fa paura. Ma perché? Probabilmente le infinite derivanti dello scorrere del tempo ci fanno sentire in competizione perenne, sia essa con noi stessi o con qualcuno o qualcosa. Infatti, di solito, la corsa è sempre contro il tempo. Dal perdere un treno, per esempio, possono derivare un'infinità di eventi: mancare all'appuntamento più importante della nostra intera vita o scampare all'esplosione di una bomba. E qui entrano in gioco le vere variabili: come nella musica comunemente il ritmo cambia mentre il tempo rimane costante, nella vita due secondi consecutivi saranno scanditi oggi come mille anni fa, ma avranno un significato diverso, o meglio un valore diverso: ciò che anche solo dieci anni fa sembrava sufficiente per fare, per dire, per sognare, oggi non ci basta più, nemmeno lontanamente. Pensiamo solo ai viaggi: abbiamo voli low-cost continuamente, tantissimi treni [rigorosamente in ritardo] a disposizione, mentre mezzo secolo fa tutto questo non era nemmeno immaginabile. È innegabile che tutti noi ci dividiamo in due grandi gruppi, che si dividono in coloro che apprezzano questa “vita accelerata” e quelli che rimpiangono i famosi “vecchi tempi”. La cosiddetta “generazione digitale”,



Illustrazione di Daria Zamorowska

ovvero quelle persone nate durante l'avvento della tecnologia, soprattutto nel campo della comunicazione e dell'intrattenimento, è, e sarà, abituata a ritmi serrati, di instantmessaging e di aggiornamenti costanti in tempo reale. Tempo reale: un meraviglioso “non-ossimoro”, poiché sì, il tempo esiste(?), ma come detto prima non è tangibile, e per questo ci appare comunque come un qualcosa di indecifrabile e misterioso. In fondo non siamo mai usciti da un lungo romanticismo dove il tempo era visto come un qualcosa dal significato inaccessibile e fondamentale. “Tempus edax”, il tempo divoratore da noi tanto temuto, è oggi diventato qualcos'altro: la paura di non riuscire ad andare a ritmo con chi ci circonda, di restare indietro.

O di restare soli. Stiamo assistendo ad un'auto-classificazione, in cui la velocità e l'efficienza sono fondamentali e molto richieste, ed innalzate a requisito indispensabile, in particolar modo nel mondo del lavoro, diventato ancor più selettivo che nel passato. Ma fino a che punto saremo disposti ad assecondare questa tendenza? Dov'è il confine in cui il lavoro smette di nobilitare l'uomo e inizia a debilitarlo? Ogni giorno sentiamo notizie di persone che si tolgono la vita a causa della perdita del lavoro e/o di problemi economici in generale. Non viene da chiedersi come siamo arrivati a questo punto? E la cosa peggiore è che sembra che questo non sia nemmeno il limite. Ovvero, le cose possono peggiorare ancora... ma quanto? E ripeto, dov'è il nostro limite di sopportazione?

Sono queste le risposte che dobbiamo trovare.

Infatti, la storia, “magistra vitae”, ci propone un buon numero di esempi in cui l'essere umano, grazie alla ragione, sfruttata al massimo quando messa alle strette, ha dato il meglio di sé: guardiamo alla Rivoluzione Inglese, o alle riforme che ha portato l'Illuminismo! Possiamo farcela!

Dobbiamo farcela! Io non ci sto. È importante riconoscere il bello, il giusto, e per quanto possibile, il vero. Indigniamoci quando qualcosa ci dà fastidio, non rimaniamo in silenzio quando vediamo un'ingiustizia, di qualunque tipo essa sia; e riprendiamoci il nostro tempo. Sono stanco di sentire che i giovani d'oggi siano senza futuro o privi di valori: Vogliamo solo fiducia, e un'altra possibilità.

“Un po' di possibile, sennò soffoco”, ci chiede il filosofo Gilles Deleuze. È ora di cambiare. È ora di andare al nostro ritmo. Adesso.

Il ritmo di tutto ciò...

Quello che noi vediamo come ritmo può essere visto come semplice monotonia. Tutto si ripete ed è affascinante pensare a quanto ci sia voluto per passare dalle teorie alle prove (da Tolomeo a Copernico ad esempio) sul fatto che tutto è regolato da leggi geometriche e matematiche, sia sulla Terra che altrove. Uno dei ritmi tra i più influenti ed intriganti riguarda sicuramente il ciclo lunare.

Molti popoli navigatori tenevano fortemente in considerazione la luna. Basti pensare che i Celti, oltre a basarvi il loro calendario, avevano già capito che per la produzione di fermentati (quali birra ed idromele) avrebbero dovuto attenersi al ritmo lunare e a tutt'oggi, non a caso, come potrà confermarvi un qualsiasi appassionato di enologia, il solo travaso di alcolici fermentati va effettuato obbligatoriamente durante la fase di luna calante. Stando alle scoperte astronomiche risalenti all'epoca della rivoluzione scientifica, abbiamo avuto risposte riguardo il rapporto che intercorre tra maree e fasi lunari e che possiamo facilmente osservare. Ma come può un ritmo così estraneo al nostro pianeta essere per noi così influente? Sembra strano ma ancora ci stiamo pensando.

Non meno importante è il ciclo dell'acqua. Anche se l'antropizzazione degli habitat naturali non gioca affatto a suo favore, visti gli sprechi, va sottolineata l'importanza che l'acqua ha per noi e per il nostro ecosistema proprio grazie ai ritmi che adotta, nonostante l'ovvietà di tale considerazione. Questo è sicuramente evidente in alcuni stati africani dove le carestie sono dovute in primis alla mancanza di precipitazioni (talvolta l'assenza di pioggia si protrae per anni dando via a genocidi che i media, a fronte di sport e gossip, danno per irrilevanti).

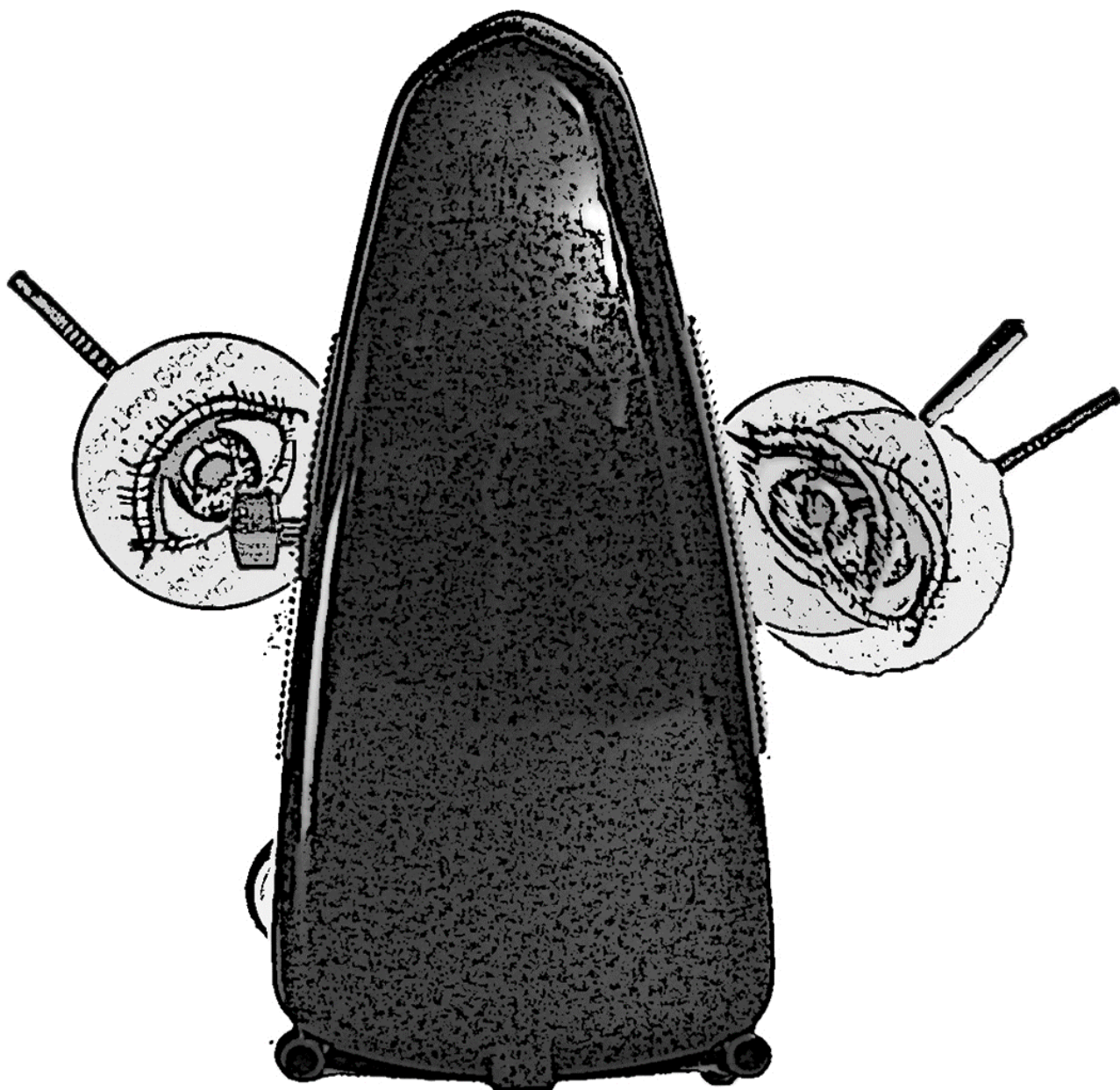
Se perciò la nostra inquilina si lamenta di dover annaffiare i fiori del balcone, o prendiamo un gavettone proprio il giorno di sciopero degli autobus, ricordiamoci, prima o dopo aver imprecato, che siamo "vittime" di un ritmo che ci tiene in vita. Eppure tutto questo ritmo può sembrare noioso: le stagioni si ripetono, così come i giri dell'orologio, così artificioso e disturbante. O la routine che ci abitua a trascorrere giornate programmate minuto per minuto. Altrettanto triste e ripetitiva la vita:

Milton Lisi

nonni, cugini e persone care nascono per poi andarsene, si lavora per mangiare e crescere i propri figli, che poi si faranno una vita lontani da noi... e cosa ci resta? Il ritmo di tutto ciò. Il tempo potrebbe essere ridotto ad un semplice artificio umano, concepito per facilitare spiegazioni su ciò che ci circonda, ma il ritmo questo non lo merita. La natura è un insieme di ritmi ed è perciò il ritmo stesso che fa proseguire la vita. In alcune filosofie orientali, durante la meditazione, si riproduce un suono tramite la respirazione circolare con lo scopo di emulare la vibrazione primordiale, che credono abbia dato vita all'universo. Ad avallare questa idea ci sono la sismologia (la Terra è un geode in continua evoluzione grazie al movimento della crosta terrestre) e la più nota teoria creazionistica: quella del Big Bang. Se a concepire tutto questo fosse stato un suono e se ad alimentare l'esistenza fosse proprio il ritmo, diremmo allora che la vita è musica.

Foto di Jacopo Bucciantini





Rivista culturale gratuita fondata nel 2016. Scritta dall'associazione culturale e di promozione sociale "L'ulcera del signor Wilson". Stampata dal centro d'Aggregazione Giovanile "ZAK" di Camucia di Cortona.