



ILLUSTRATI

IL RIPOSO O LA LIBERTÀ
#GENESI #SETTIMOGIORNO

illustrati.logosedizioni.it
numero.61
dicembre 2019
COPIA OMAGGIO



© Eliana Micheli
tecnica mista e digitale | elianamicheli.com

La vita è così (la vita è così), That's life (that's life), that's what
lo dicono tutti | V J: Okay, I'm s... Yeah, I'm sorry. It's just, you know, it's been
ad aprile e a maggio sei a | a rough few weeks, Murray, ever since I killed those three
| ma io so che cambierò | wall-street guys.
quando a giugno tornerò | M: Okay. I'm waiting for the punchline.
massimo. Ho detto, la vita è così | J: There is no punchline. It's not a joke.
così (la vita è così), | AUDIENCE: Get him off!
può sembrare strano | M: You're serious, aren't you? You're telling us you killed
diverte a calpestare | those three young men on the subway?
ma non mi lascio | J: M-hm.
perché questo video | M: And why should we believe you?
continua a girare | J: I've got nothing left to lose. Nothing can hurt me
un burattino, un poveraccio, | anymore. My life is nothing but a comedy.
pirata, | M: Let me get this straight, you think that killing those guys is funny?
e un re | J: I do. And I'm tired of pretending it's not. Comedy is
ancora e ancora | subjective, Murray. Isn't that what they say? All of you, the
cosa sola: | wrong the same way that you decide what's right or
ritrovo faccia a | AUDIENCE: Get him off!
e ritorno in gara. | M: Well, okay, I... I think I might understand that you did this
vita è così), non | to start a movement, to become a symbol.
ti dico. Ho pensato | J: Come on, Murray, do I look like the kind of clown that
tesoro | could start a movement? I killed those guys because they
non ci sta. Se | were awful. Everybody's awful these days. It's enough to
che valga la pena | make anyone crazy.
un solo tentativo | M: Okay. So that's it, you're crazy. That's your defense for
groppa a un | killing three young men?
volerei. Sono stato | J: Nah. They couldn't carry a tune to save their lives. Oh!
un poveraccio, un | Why is everybody so upset about these guys? If it was me
poeta, una pedina e | dying on the side-walk, you'd walk right over me. I pass you
sono stato su e | everyday and you don't notice me! But these guys, what,
ancora | because Thomas Wayne went and cried about them on TV?
ogni volta che mi | M: Well, you have a problem with Thomas Wayne, too?
terra | J: Yes, I do. Have you seen what it's like out there, Murray?
La vita è così (la vita è così), | Do you ever actually leave the studio? Everybody just
vita è così e non | yells and screams at each other. Nobody's civil anymore!
Molte volte ho pensato | Nobody thinks what it's like to be the other guy. You think
finita ma il mio cuore non | men like Thomas Wayne ever think what it's like to be
| someone like me? To be somebody but themselves? They
| don't. They think that we'll just sit there and take it like good
| little boys! That we won't werewolf and go wild.
| M: You finished? I mean, there is so much self-pity, Arthur. You
| sound like you're making excuses for killing those young men.
| Not everybody – and I'll tell you this – not everyone is awful.
| J: But you're awful, Murray.
| M: Me? I'm awful? Oh, yeah? How am I awful?
| J: Playing my video, inviting me on the show. You just
| wanted to make fun of me.
| You're just like the rest of 'em.
| M: You don't know the first thing about me, pal. Look what
| happened because of what you did, what it led to. There
| are riots out there. Two policemen are in critical condition
| (Joker laughs) and you're laughing. You're laughing.
| Someone was killed today because of what you did.
| J: I know. How about another joke, Murray?
| M: No, I think we got enough of your jokes.
| J: What do you get...
| M: I don't think so.
| J: ... when you cross a mentally-ill loner with a society that
| abandons him and
| treats him like trash?
| M: Call the police, Gene.
| J: I'll tell you what you get.
| M: Call the police!
| J: You get what you fucking deserve!
| (Joker shoots at Murray, stands up and shoots again, then
| he walks toward the TV camera and talks to the audience)
| J: Good night. And always remember:
| up in a big ball and die.
| My, my!



JULIA PASTRANA

scritto da Ivan Cenzi e illustrato da Marco Palena
#logosedizioni





FIGA E CUCCIOLI_03

Mi piacciono certe cose che succedono.
Quando un nero-nero incontra un bianco-bianco.
Quando un segno fine ne incontra uno grosso.
Come il sale.
Mi piace quando cadono piccole gocce nere vicino al segno.
Mi piace quando tutto è facile.
Quando le cose si rivelano da sole.
Mi piace quando tutto è giusto tranne una cosa.
E mi piace quando tutto è sbagliato.
Tranne una cosa.
Mi piace che sembri sporco invece è pulito.
Che sembri pulito invece è sporco.
Mi piace aggiungerci dettagli anni dopo.
Tenere calda la mano.
Mi piace disegnare mentre in TV ci sono documentari.
E sul monitor del computer pornografia.
Figa e cuccioli.
Come al TG.
Mi piace la natura.
Odio la natura.
Non me ne frega un cazzo della natura.
Certe volte capita che in TV due elefanti si mettono a scopare.
E sul computer 3 lesbiche mangiano il gelato.
Mi piace quando mi sconvolgo.
Mi metto a lavorare.
Quasi assente.
Anche tutta la notte.
Senza senso.
Poi dimentico.
E ritrovo il tutto 3 anni dopo.
E ne capisco chiaramente il senso.
È come scrivere un diario dal futuro.
Documentario sulla P2 e compilation di Cumshot.
Non guardo solo animali.
A differenza dei TG.
Disegnare è un fatto di seduzione.
Come certi uccelli che fanno il loro numero per impressionare la femmina.
Gonfiano le piume.
E danzano.
È un fatto di gesti.
Un atto di atti.
Senza musica.
Senza parole.
Mi piace quando un bianco-bianco incontra un nero-nero.
Mi piacciono quelle cose che succedono.
Quando tutto sembra sbagliato.
E invece.

CUNT AND PUPPIES_03

*There are some things I like when they happen.
When a black-black meets a white-white.
When a fine sign meets a thick sign.
Like salt.
I like it when black drops fall nearby the sign.
I like it when everything is easy.
When things reveal themselves on their own initiative.
I like it when everything is just right except for one thing.
And when everything is all wrong.
Except for one thing.
I like it when it seems dirty but it's really clean.
When it seems clean but it's really dirty.
I like adding details years later.
To keep my hand in.
I like drawing when there's a documentary on the TV.
And pornography on the computer screen.
Cunt and puppies.
Like on the main TV news.
I like nature.
I hate nature.
I couldn't give a shit about nature.
Sometimes I see two elephants fucking on the TV.
While 3 lesbians eat ice-cream on the computer.
I like getting turned on.
I start to work.
Almost absent.
All night long, sometimes.
Without any purpose.
Then I forget.
And I find it all again three years later.
Understand its meaning clearly.
Like writing a diary from the future.
Documentary on the P2 Freemasonic lodge plus Cumshot compilation.
I don't only watch animals.
Unlike the main news.
Drawing is an act of seduction.
Like certain birds doing big numbers to show off to the females.
Puffing up their feathers.
And dancing.
It's a matter of gestures.
An act of acting.
Without music.
Without words.
I like it when a white-white meets a black-black.
I like it when those things happen.
When everything seems wrong.
But really.*



COME UN PICCOLO OLOCAUSTO

AkaB

#logosedizioni



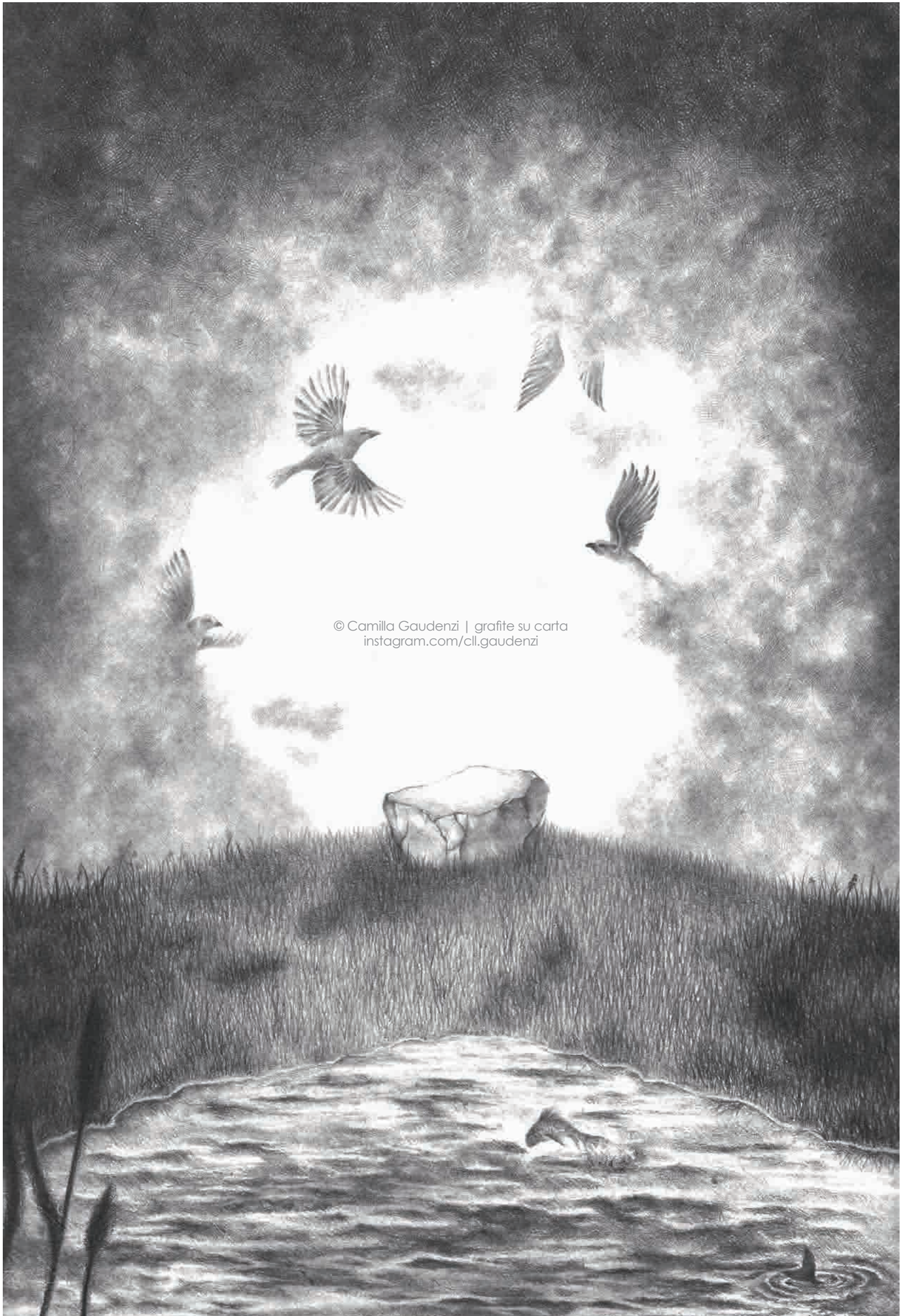
© Laura Saggi | tecnica mista
[instagram.com/catigno.79](https://www.instagram.com/catigno.79)



© Emy Guerra | acilico e matite | [instagram.com/emykrieg](https://www.instagram.com/emykrieg)

© Martina Perozzi | pittura digitale
instagram.com/malune_illustrations





© Camilla Gaudenzi | grafite su carta
[instagram.com/cli.gaudenzi](https://www.instagram.com/cli.gaudenzi)



RESTA CON ME

scritto da Francesco Ceccoli

illustrato da Nicoletta Ceccoli

#logosedizioni



#suldivanoleggo LA LIBERTÀ

Se chiedo alla mia sarta di farmi un indumento di forma un po' strana, ella mi dice gravemente: «Così non se ne fanno più», senza dare enfasi alcuna a quel «Loro» sottinteso, quasi si riferisse a una autorità impersonale come il Fato, cosicché m'è difficile farmi fare ciò che voglio, semplicemente perché ella non può credere ch'io voglia quanto chiedo, vale a dire che io sia tanto inconsiderato.

Quando sento questa sentenza oracolare, per un istante mi raccolgo in me stesso, e passo in rassegna ogni parola per comprenderne il profondo significato; per poter scoprire da quale grado di parentela «Loro» siano legati a «me», e quale autorità separatamente essi possano avere in una questione che mi tocca tanto da vicino.

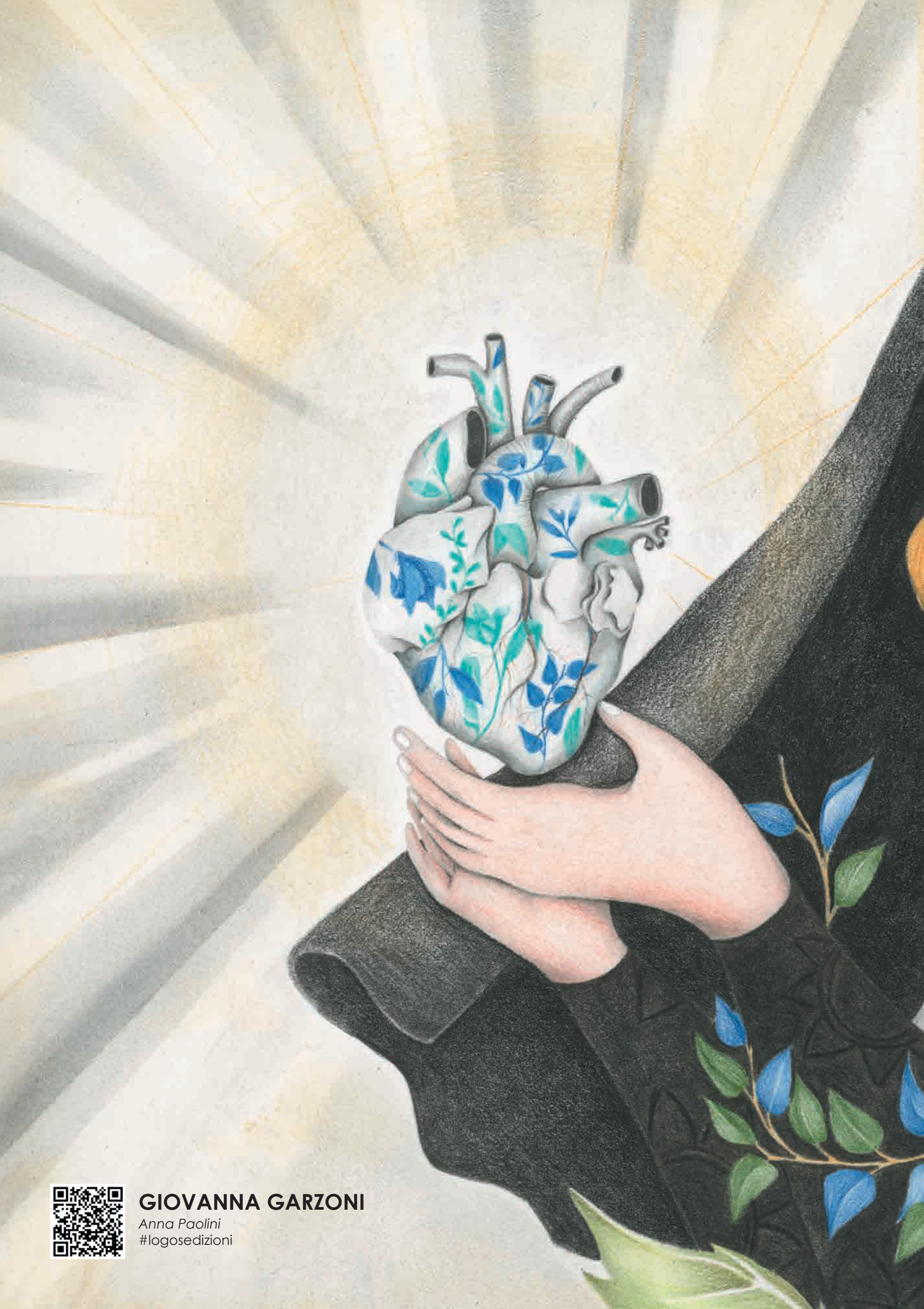
When I ask for a garment of a particular form, my tailoress tells me gravely, "They do not make them so now," not emphasizing the 'They' at all, as if she quoted an authority as impersonal as the Fates, and I find it difficult to get made what I want, simply because she cannot believe that I mean what I say, that I am so rash.

When I hear this oracular sentence, I am for a moment absorbed in thought, emphasizing to myself each word separately that I may come at the meaning of it, that I may find out by what degree of consanguinity 'They' are related to 'me', and what authority they may have in an affair which affects me so nearly.

WALDEN OVVERO VITA NEI BOSCHI

Henry David Thoreau
BUR, 1988





GIOVANNA GARZONI

Anna Paolini
#logosedizioni



Santa Restituta d'Africa

Il martirio di Santa Restituta è probabilmente uno dei più teatrali e poetici, sia per la messa in scena, sia per la spettacolarità.

Dopo essere stata torturata a lungo, la santa fu appesa per i capelli, con i piedi inchiodati a una roccia. Durante il supplizio, due angeli scesero dal cielo e andarono a posarsi accanto a lei, uno alla sua sinistra e l'altro alla sua destra. La loro missione era consolarla con salmi e cantici, senza liberarla, a conferma della volontà celeste di accompagnare i martiri nel loro estremo proposito.

Il corpo di Restituta resisté mirabilmente a tutti i tormenti, perciò, stanco dell'interminabile peregrinare della donna verso la morte, il proconsole Anulino ordinò ai carnefici di procedere a un'esecuzione più efficace.

Così, con il corpo già spezzato, la santa fu legata a un palo e caricata su una barca piena di resina e stoppa per essere bruciata viva in alto mare.

Tuttavia, quando vennero accese le torce che dovevano appiccare il rogo, di colpo il vento si mise a soffiare in circolo, dirigendo le fiamme verso la barca dei boia, che si incendiò immediatamente. I carnefici si tuffarono in mare tra colonne di fumo e fuoco e si allontanarono a nuoto da quella catastrofe.

Qualche istante dopo, da un simile scenario emerse Santa Restituta martire, che si librò in volo verso il firmamento guidata dagli angeli che l'avevano accompagnata.

Il suo corpo era intatto.





© Eleonora Simeoni | tecnica mista
behance.net/eleosimeoni





Photo © Simona De Pascalis

Una funeraria in legno intagliato per la conservazione delle ceneri di una bimba defunta.
L'iscrizione recita: "A Giole Minelli nata in Torino il 3 Giugno 1890 cremata il 10 Giugno 1891. I Genitori"

*Carved wooden funerary urn preserving the ashes of a dead child.
The inscription reads: "To Giole Minelli born in Turin on June 3, 1890, cremated on June 10, 1891. Her Parents"*

Poemata

versi contemporanei
a cura di Francesca Del Moro

LA FINE. L'INIZIO.

Allora. Al settimo giorno consacrato posò
la Mano. Piovve e la luce smaniò per la stagione
che stava perdendo. Un'ape già stava nel freddo

e con la paura di essere morta.

All'aperto le passeggiate dei malati (e degli ultimi
giovannotti nudi alle braccia) a fianco le aiuole
incrostate di acqua, sul selciato. La fontana, tutta

anima e osso. Tutti ancora attaccati ai rumori.

Allora. Al settimo giorno, turbato dal non avere
più niente, si fece sconcerto di quella minutaglia
che chiedeva affetto e una rinuncia allo smagrire

del respiro. La schiacciò, in un goccio rosso.

Rossa, la paura di poca anima. Fa pareggio con la morte.

THE END. THE BEGINNING.

Then. On the sanctified seventh day he laid down
his Hand. It rained and light craved for the season
it was losing. A bee was already in the cold

afraid of being dead.

Outdoor the strolls of the sick (and of the last
youths with bare arms) beside the flowerbed
encrusted with water, on the cobblestones. The fountain, all

soul and bone. Everybody still clinging to noises.

Then. On the seventh day, troubled by not having
anything anymore, he became bewildered for those trifles
asking for affection and the giving up of the slimming down

of breath. He crushed them, in a red drop.

Red, the fear of little soul. Equating death.

LO SCAFFALE DELLA POESIA ALLA LIBRERIA FIACCADORI DI PARMA



Situata nel centro storico di Parma a due passi dal Duomo e dal Battistero, la libreria Fiaccadori nasce nel 1829 per volontà del tipografo e editore Pietro Fiaccadori, che affitta alcune stanze all'interno del palazzo vescovile. Fino alla fine degli anni '90 svolge anche attività di casa editrice pubblicando soprattutto testi di poesia, storia locale e religione. Oggi la Fiaccadori è una libreria di varia con una vasta offerta di libri di argomento religioso, letteratura per l'infanzia e volumi illustrati, oltre a saggistica, narrativa e poesia. La libreria organizza frequenti presentazioni di volumi di saggistica e narrativa e ogni mese ospita gli appuntamenti del circolo di lettura 'Malamud', che vedono la partecipazione della sua clientela più affezionata. A cadenza mensile, vengono inoltre proposti incontri dedicati alla poesia.

Located in the old town of Parma a few steps from the Cathedral and the Baptistry, the Fiaccadori bookshop was founded in 1829 by printmaker and publisher Pietro Fiaccadori, who rented some rooms inside the Bishop's palace. Until the late 1990s, it was also a publishing house focusing on poetry, local history and religion. Now, Fiaccadori is a bookshop with a vast range of books on miscellaneous subjects, including religious books, children's literature, illustrated books, essays, fiction and poetry collections. The bookshop frequently organizes presentations of non-fiction and fiction books and every month hosts the meetings of the 'Malamud' reading club which are attended by its most loyal customers. The bookshop also holds monthly meetings about poetry.

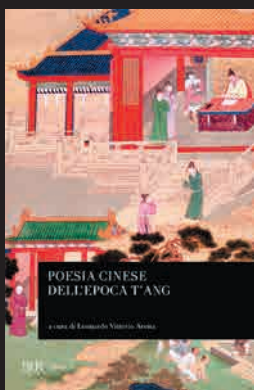
Libreria Fiaccadori – Via al Duomo 8/a - Parma – Tel: 0521 282445
Email: lsp.fiaccadori@stpauls.it – facebook.com/libreria.fiaccadori

POESIA CINESE DELL'EPOCA T'ANG

a cura di L. V. Arena
BUR, 1998

*Tra parole gradite e un garbato riposo,
noi godiamo del vino, quello buono, commossi.
Intoniamo canzoni delle brezze e dei pini;
alla fine dei suoni, stelle rade sul fiume.
Io ho una sbornia... ma tu sembri ancora più gaio!
Nell'ebbrezza della gioia, scorderemo noi stessi.*

*Among pleasant words a polite rest,
we enjoy the wine, the good one, moved.
We sing the songs of breezes and pines;
at the end of the sounds, stars sparse on the river.
I have a hangover... but you seem even more cheerful!
Intoxicated with joy, we will forget ourselves.*



Questa antologia, curata da Leonardo Vittorio Arena, ci porta alla scoperta della produzione poetica dell'epoca della dinastia T'Ang (618-907), l'età dell'oro della poesia e della pittura cinese, paragonabile al Rinascimento occidentale. Il libro comprende 140 liriche, composte da trentanove poeti, che cantano l'amore e l'amicizia, la natura e l'arte, la vita militare e la guerra. L'autore dei versi sopra citati, Li Po, vissuto tra il 701 e il 762, fu forse il maggior poeta cinese. Spirito anticonformista e gaio, grazie al suo indiscutibile talento ottenne significativi riconoscimenti ufficiali. Può essere senz'altro definito un taoista, per l'importanza che attribuiva alla spontaneità e alla vita semplice.

This anthology, edited by Leonardo Vittorio Arena, leads us to the discovery of the poetic production of the times of the T'Ang dynasty (618-907), the golden age of Chinese poetry and painting, comparable to Western Renaissance. The book includes 140 poems by 39 poets, dealing with love and friendship, nature and art, military life and war. The author of the lines quoted above, Li Po, lived between 701 and 762 and was perhaps the greatest Chinese poet. An unconventional and cheerful spirit, he gained official recognition thanks to his unquestionable talent. He can certainly be defined a Taoist, due to the importance he ascribed to spontaneity and a simple life.

LIBERTÀ

Paul Éluard
Gallucci, 2013

*Sul vigore ritornato
sul pericolo svanito
su l'immemore speranza
scrivo il tuo nome
E in virtù d'una parola
ricomincio la mia vita
sono nato per conoscerti
per chiamarti
Libertà.*

*On health returned
On danger disappeared
On hope without memory
I write your name
And by the power of a word
I start my life again
I was born to know you
To name you
Freedom.*



Nel 1942 Paul Éluard, poeta surrealista francese, collabora clandestinamente alla resistenza con libri, articoli e poesie contro il nazismo. Scrive anche la bellissima poesia "Libertà", che venne lanciata in migliaia di copie dagli aerei alleati sulla Francia occupata. La casa editrice Gallucci pubblica questi versi nella traduzione di Franco Fortini in un libro a fisarmonica delicato e raffinatissimo, illustrato da Anouck Boisrobert e Louis Rigaud. Il libro ha vinto il premio Andersen nel 2014 nella categoria "Miglior libro fatto ad arte".

In 1942, French surrealist poet Paul Éluard clandestinely collaborated with the Resistance movement with books, articles and poems against Nazism. He wrote the beautiful poem "Freedom", which was dropped in thousands of copies over occupied France by Allied planes. Éluard's lines were translated into Italian by the poet Franco Fortini and published by Gallucci Editore in a highly refined accordion book, illustrated by Anouck Boisrobert and Louis Rigaud. The book was awarded the 2014 Andersen prize in the category "Best book made artfully".



GENESIS 7

Sette piccole lezioni per riscoprire il quotidiano.
Sette giorni per la Creazione... di una nuova prospettiva.

Seven little lessons to rediscover our everyday life.
Seven days for the Creation... of a new perspective.

GIORNO 7 – IL RIPOSO O LA LIBERTÀ

DAY 7 – REST OR FREEDOM

Il dettaglio risaputo: È arrivato il week-end. Finalmente avete due giorni di tempo libero, utili per: 1) fare le pulizie; 2) impostare il pagamento online delle ultime bollette; 3) organizzare quella cena di lavoro, per la settimana prossima; 4) sgomberare il lavello dove si sono accumulati i piatti; 5) andare al concerto anche se non ne avete voglia, ma ormai avete comprato i biglietti; 6) studiare le nuove offerte dei gestori telefonici; 7) fare visita ai vicini per mantenere i rapporti (sono settimane che rimandate); 8) fare la spesa; 9) mettervi in pari con lavatrici e sessioni di stiratura arretrate; 10) varie ed eventuali. I due giorni passano in un batter d'occhio. La domenica sera, per scacciare quell'ombra che incombe nel retro della vostra mente, vi mettete a guardare quel filmato divertente su internet che in ufficio hanno visto tutti tranne voi. Un video tira l'altro, e alle tre di notte state ancora al computer. È già lunedì, e siete più stanchi di prima.

Il retroscena: Anche durante il tempo libero capita di sentirsi tutt'altro che liberi. Ingabbiati come siamo in uno scadenziario, in un tempo parcellizzato scandito esclusivamente da doveri pianificati e ineluttabili, anche quando non abbiamo nulla da fare tendiamo a riempire le nostre ore di stimoli e a mantenere la mente in movimento; altrimenti ci sembra di perderlo, il nostro tempo. Piuttosto che restare con le mani in mano, ci mettiamo a giocare a un mini-game sul cellulare: smettere di fare, oggi, è sempre più un tabù. La macchina del cosiddetto late-stage capitalism, il "capitalismo terminale", pretende da noi che produciamo costantemente (o che diventiamo noi stessi dei prodotti). L'eccitazione non si ferma un secondo, non c'è davvero riposo, non esiste noia. Forse basterebbe imparare l'antica arte cinese del "fare senza sforzo". Un esempio è quello del macellaio provetto, che non affila mai il coltello perché sa come sfruttare gli spazi all'interno della carne, la sua lama passa nelle intercapedini tra le ossa e non si spunta mai; eppure se gli chiedi come fa a tagliare in modo così perfetto forse non sa nemmeno spiegarcelo. Istintivamente, e grazie alla pratica, questo macellaio-ninja ha imparato a riconoscere il vuoto e il pieno, sa quando affondare il coltello e quando ritirarlo, è conscio che il segreto sta nell'alternanza tra sforzo e rilassamento, tra il fare e il non fare. Lo stesso Dio della Genesi, quando il settimo giorno si concede un po' di relax dopo le fatiche della creazione, non si sta solo riposando. Sta portando a compimento la sua opera tramite il riposo. La stasi è un momento essenziale del creare (e del creato), una parte così fondamentale che questo è l'unico giorno che Dio definisce sacro. Fare senza fare, completare col riposo: tutto questo è molto bello sulla carta, ma come applicarlo alla nostra quotidianità? Un aiuto ci arriva da uno stato d'animo spesso frainteso: la noia. Uno studio condotto nel 2013 dalla University of Central Lancashire suggerisce che svolgere un compito ripetitivo e poco stimolante può a volte influenzare in maniera positiva la creatività. A un gruppo di 40 soggetti venne affidato un lavoro monotono consistente nel copiare dei numeri di telefono da una rubrica; a un gruppo di controllo, invece, non fu richiesto nulla. Successivamente gli psicologi presentarono a entrambi i gruppi delle tazze di polistirolo, chiedendo ai partecipanti di inventarsi il maggior numero di utilizzi possibili per questi oggetti. Coloro che si erano annoiati copiando i numeri telefonici trovarono soluzioni creative decisamente più originali. La noia dà alla mente l'occasione di riposarsi, ma anche di fantasticare. Gli scienziati sono convinti che sognare a occhi aperti (mind wandering) sia essenziale per l'apprendimento, lo sviluppo del pensiero creativo, la risoluzione di problemi, la pianificazione e la simulazione degli eventi futuri, dunque per prendere decisioni.

La Settima Lezione: Visto che non siamo più capaci di smettere semplicemente di fare, ecco un esercizio sostitutivo. Provate a dedicarvi a un compito lungo, ripetitivo e soprattutto noioso. Può essere qualsiasi cosa: spolverare la vostra vecchia collezione di action figure, lavare i piatti a mano, dipingere una parete – meglio ancora se è un'attività del tutto inutile. Fatelo senza musica, senza notifiche dal cellulare, dimenticandovi del risultato e gustandovi appieno questa antica sensazione. Un po' di noia fa bene all'organismo, alla mente e perfino alla filosofia (molti pensatori, da Giacomo Leopardi a Bertrand Russell, l'hanno annoverata tra i più sublimi sentimenti umani). Rivendicatela dunque come un lusso o, meglio, un diritto inalienabile! Quando il lunedì mattina i colleghi vi chiederanno cosa avete fatto nel week-end, potrete dire con orgoglio: «Mi sono annoiato, ed è stato bellissimo».

The well-known detail: The weekend has arrived. You have two days of free time at last, which you can use to: 1) do the cleaning; 2) set up the online payment of the latest bills; 3) organize that business dinner for next week; 4) clear the sink which is full of piled up dishes; 5) go to that concert even if you don't feel like it, but you have already bought the tickets; 6) study the new offers from telephone providers; 7) visit your neighbours to maintain relations (which you've been delaying for weeks); 8) go shopping; 9) catch up with overdue laundry and ironing; 10) any other business. The two days are over in a jiffy. On Sunday evening, to chase away the shadow hanging over the back of your mind, you start watching that funny video on the Internet that everyone but you in the office has already seen. One video leads to another, and at three in the morning you're still on your computer. It's already Monday, and you're more tired than before.

The background: Even during free time you can feel anything but free. Caged as we are in our schedule, in a fragmented time marked only by planned and unavoidable duties, we tend to fill the hours with incentives and to keep our minds moving even when we have nothing to do; otherwise it seems to us we're wasting our time. Rather than just sitting around doing nothing, we start playing a mini-game on the phone: to quit doing things is increasingly becoming a taboo today. The machine of the so-called late-stage capitalism demands from us that we constantly produce (or become products ourselves). Excitement does not stop for a second, there is no rest at all, there is no boredom. Perhaps it would be enough to learn the ancient Chinese art of "doing without effort". For instance, the skilled butcher never sharpens his knife because he knows how to exploit the spaces inside the flesh, his blade passes through the cavities between the bones and never goes blunt; yet if you ask him how he can cut so perfectly maybe he won't be able to answer. Instinctively, and thanks to practice, this ninja-butcher has learned to recognize emptiness and fullness, he knows when to sink his knife and when to withdraw it, he is aware that the key is alternating effort and relaxation, doing and not doing. Even the God of Genesis, when on the seventh day he allows himself a little relaxation after the efforts of creation, is not just having a rest. He is completing his work through rest. Stasis is an essential moment of creating (and of creation), such a fundamental part that the seventh is the only day that God defines as sacred. Doing without doing, completing with rest: all this sounds very good on paper, but how does it apply to our everyday life? Help comes to us from an often misunderstood state of mind: boredom. A study conducted in 2013 by the University of Central Lancashire suggests that performing a repetitive and uninspiring task can sometimes influence creativity in a positive way. A group of 40 subjects was given a monotonous task consisting in copying phone numbers from a phonebook; on the other hand, a control group wasn't asked to do anything. Subsequently, psychologists presented polystyrene cups to both groups, asking the participants to come up with as many uses as possible for these objects. Those who had been bored by copying telephone numbers found creative solutions which were definitely more original than the others. Boredom gives the mind an opportunity to rest, but also to fantasize. Scientists are convinced that mind wandering is essential for learning, developing creative thinking, solving problems, planning and simulating future events, and then making decisions.

The Seventh Lesson: Since we are no longer able to simply stop doing, here is a replacement exercise. Try to dedicate yourself to a long, repetitive and above all boring task. You can do whatever you prefer: dust your old collection of action figures, wash the dishes by hand, paint a wall – or even better, perform a completely useless activity. Do it without music, without notifications from your mobile phone, unconcerned about the result and enjoying this ancient sensation to the full. A little boredom is good for the organism, the mind and even philosophy (many thinkers, from Giacomo Leopardi to Bertrand Russell, have included it among the most sublime human feelings).

Therefore, claim boredom as a luxury or, better, an inalienable right! On Monday morning, when your colleagues ask you what you have done on the weekend, you can proudly answer: "I got bored, and I liked it."

bizzarrobazar.com

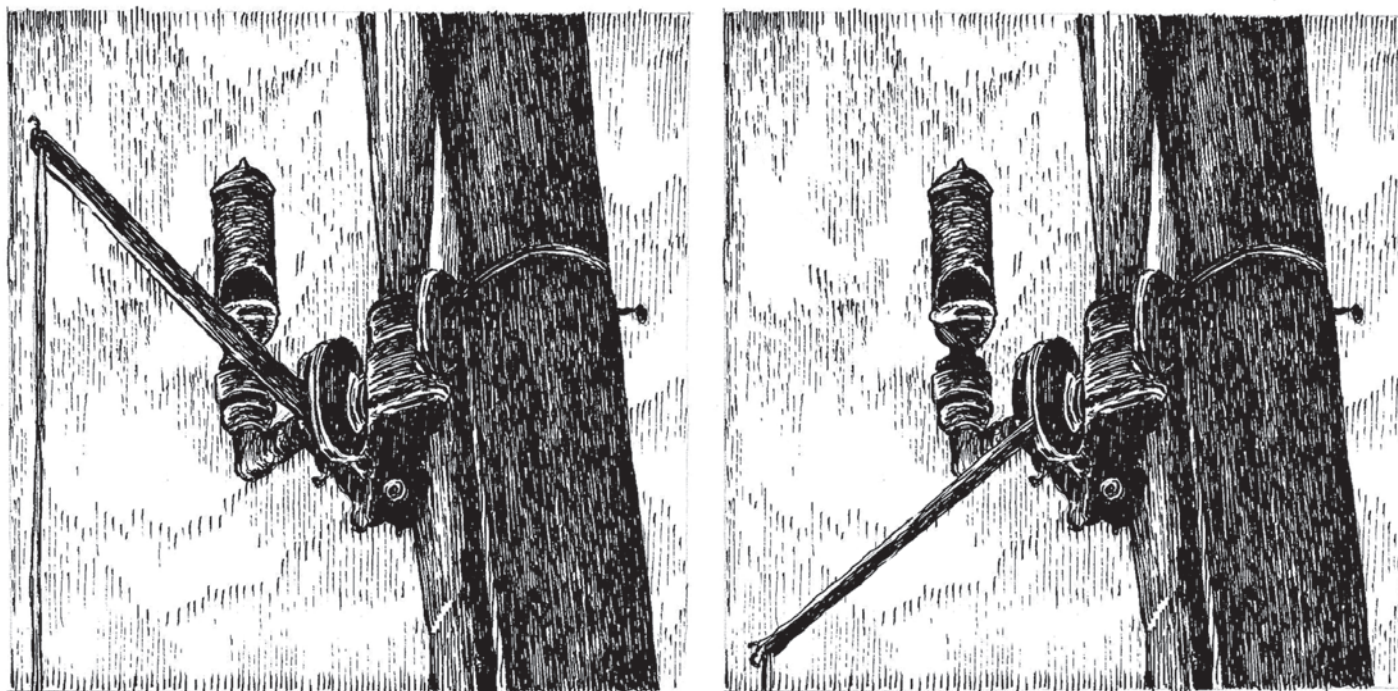


GENESI

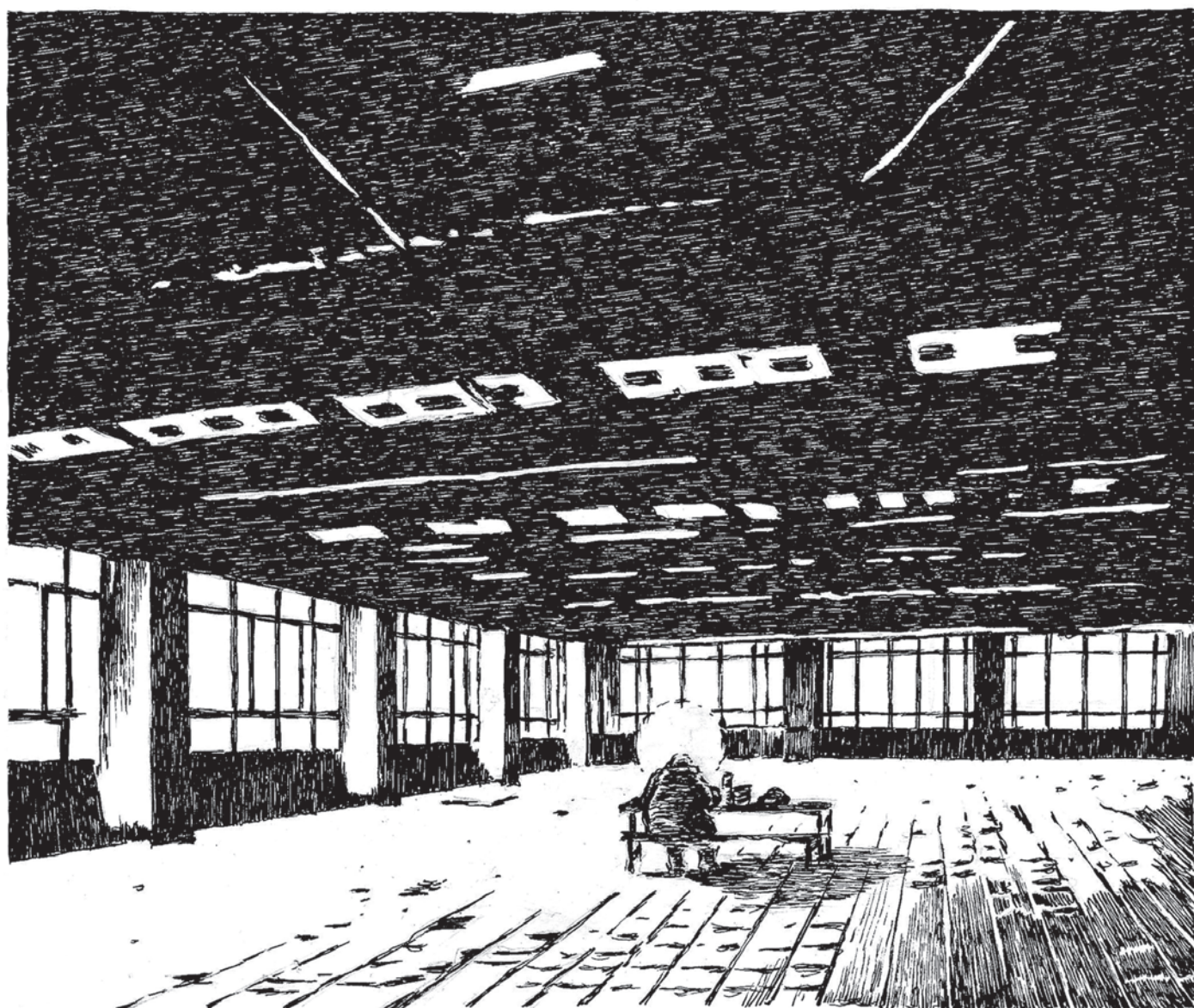
Sebastião Salgado
TASCHEN



IL LIBRO SACRO di Nicolás Arispe



Così furono portati a compimento il cielo e la terra e tutte le loro schiere.



Il settimo giorno, terminata la sua opera, Dio si riposò.



IL LIBRO SACRO
Nicolás Arispe
#logosedizioni

#ILLUSTRATI nasce dall'omonima pagina su Facebook. È cartacea come quella che state leggendo ora, ma ne esiste anche una **versione online** (illustrati.logosedizioni.it). #ILLUSTRATI viene distribuita in un centinaio di librerie italiane, e talvolta anche in alcune librerie scelte all'estero. #ILLUSTRATI ha un unico sponsor: #logosedizioni. Non vende pagine pubblicitarie, o non l'ha ancora fatto. Non ha nessuno scopo evidente, se non quello di creare un po' di conversazione e naturalmente promuovere il lavoro di #logosedizioni. Sette volte l'anno viene proposto un tema sulla pagina Facebook. Per ogni tema viene fatta una selezione di tutti gli elaborati che ci vengono inviati entro la data proposta. Tutti gli elaborati grafici vengono pubblicati sulla pagina Facebook. Ai selezionati per la rivista viene inviata una mail privata con le richieste per la stampa. Generalmente la copertina è a sorpresa uno degli elaborati partecipanti alla selezione. Non si vince niente se non la pubblicazione e tre copie della rivista stampata a casa. #ILLUSTRATI conta sempre sulla collaborazione di amici che per ogni numero creano un contenuto speciale. In questo numero ringraziamo #BizarroBazar, Nautilus e Poemata. Esiste la possibilità di richiedere gli arretrati cartacei, ma teniamo a ricordarvi che ogni numero è disponibile online, scaricabile e stampabile gratuitamente (illustrati.logosedizioni.it/download). Per ulteriori informazioni: illustrati@logos.info.

#ILLUSTRATI was born from the Facebook page of the same name. It is a paper magazine—like the copy you are reading right now—but there is also an **online version** (illustrati.logosedizioni.it/en). #ILLUSTRATI is distributed in about one hundred bookshops in Italy, and sometimes even in a few selected bookshops abroad. #ILLUSTRATI has just one sponsor: #logosedizioni. It doesn't sell advertising spaces, or it hasn't yet. It doesn't have any obvious purpose, except stirring a little conversation and of course promoting the work of #logosedizioni. Seven times a year we suggest a theme on our Facebook page. For each theme we select some works among those that are sent to us by the planned deadline. All images are published on our Facebook page. Those who are selected for the magazine will receive a private e-mail with our printing specifications. The cover generally comes as a surprise and is chosen among the works we receive. There is no prize for the winners except for the publication and three copies of the printed magazine delivered to your home. #ILLUSTRATI always relies on the collaboration of a few friends that create special contents for each issue. This time we wish to thank #BizarroBazar, Nautilus and Poemata. You can request paper back issues, but we would like to remind you that every issue is available online, and you can download and print it for free (illustrati.logosedizioni.it/en/download). For further information: illustrati@logos.info.



Come partecipare
How to participate



Le librerie che ci distribuiscono
Bookshops that distribute us

© Alessandra Lodrini | collage e matite colorate
[instagram.com/alessandralodri](https://www.instagram.com/alessandralodri)



Responsabile di progetto: Lina Vergara Huilcamán, illustrati@logos.info.
Impaginazione: Alessio Zanero – Redazione e traduzione inglese: Francesca Del Moro, Chiara Ronchi | Inter Logos Srl, via Curtatona 5/2, 41126 Modena, Italia – logosedizioni.it | Editore: Lina Vergara Huilcamán | Registrazione del tribunale di Modena n° 2085 del 30/03/2012 | #ILLUSTRATI è stampata in Italia da Tipografia Negri (BO) con inchiostro ecocompatibile su carta di cellulosa ecologica ad alto contenuto di riciclo.

