

In questa disciplina orientale il musicista, minato dalle droghe, cercò un equilibrio
Un libro appena uscito racconta quel percorso interiore durato fino all'ultimo istante

Nel Tai Chi i sottili segreti dell'esistenza di Lou Reed



Lou Reed durante la pratica del Tai Chi a Central Park, a New York / Alamy

menez, pagine 280, euro 22,00) è un'opera composita, scheggiata, a più voci. Rimanata sotto forma di abbozzo - Lou Reed vi lavorò per anni, dal 2009 fino alla sua morte, avvenuta nel 2013 - è stata completata da Laurie Andersen, compagna di vita del rocker. Nel caleidoscopio finale de *Il mio Tai Chi*, trovano spazio gli appunti e le annotazioni del cantante di *Magic and Loss*, le interviste, le testimonianze di quanti hanno affiancato Reed nel lungo percorso di avvicinamento prima e di pratica dopo del Tai Chi. E poi le immagini. Tante. Molte catturano il rocker mentre esercita le forme dell'arte marziale, il volto segnato da una ragnatela profonda di segni, il corpo invece ancora nervoso, scattante, giovane. Alcune fotografie lo ritraggono assieme al maestro Ren GuangYi, l'uomo che lo ha accompagnato - a volte anche sul palco - nel percorso di addestramento. Proprio il rapporto discepolo-maestro è fondamentale nell'universo delle arti marziali. Vi è contenuto un insegnamento fondamentale: non si avanza, non si apprende se prima non ci si affida, se non si ammette l'insufficienza della propria dotazione di conoscenze. Ma il rapporto duale restituisce anche un altro "arcano" della conoscenza: appartiene a ogni sapere il dono della trasmissione. Non c'è arte o sapienza, senza eredità. E ancora: non c'è apprendimento senza correzione, e non c'è correzione senza sofferenza. L'intero percorso è racchiuso nelle parole del rocker: «Tutta la pratica del mondo - scrive Lou Reed - non servirà a nulla se quello che stai facendo è sbagliato e la correzione di solito è fonte di sofferenza: devi credere al tuo insegnante quando ti dice che ce la farai». Solo interiorizzando questi passaggi, trasformandoli in gesti e forme, si arriva ad entrare «in contatto con la forza invisibile dell'universo. Le migliori energie diventano disponibili e presto il tuo corpo e la tua mente diventano quella forza invisibile».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

RIVELAZIONI

"No Other Land" reso accessibile

Inaugurata il 6 agosto la 26ª edizione del Luncania Film Festival, che proseguirà fino al 10 agosto all'insegna dell'inclusività.

Pioggia di applausi per l'esibizione di Frida Bollani Magoni (per la prima volta in tour al piano elettrico) insieme al musicista Mark Glentworth, e non solo. Altro momento significativo, infatti, è stata la proiezione della pellicola *No Other Land*, Oscar al Miglior documentario 2025. Per l'occasione, il film è stato reso accessibile, in anteprima mondiale, a persone cieche e ipovedenti, grazie alla collaborazione con Artis-Project.

LUCA MIELE

Per uno che amava - e praticava - gli estremi, come aveva fatto fuori e dentro il palco Lou Reed con ferrea (e autolesionistica) ostinazione, il Tai Chi doveva sprigionare un'attrazione disarmante. E irresistibile. Cosa potevano avere in comune un musicista newyorchese, abituato a occhieggiare "il lato selvaggio" - che nella sua musica aveva spiazzato il dolore e la perdita cantando, come pochi anni saputo fare nella storia del rock, la malattia e il disfacimento -, e quell'arte marziale cinese apparentemente esotica e lontana? Eppure, a pensarsi bene, il Tai Chi con la musica ha ben più di un punto di tangenza. Primo: perché come avviene nella musica, il Tai Chi coinvolge, passa e si esprime attraverso il corpo per "materializzare" qualcosa che però va oltre il corpo, trascendendolo. Secondo: come accade per la musica, la disciplina cinese può ancorare, stabilizzare, saldare. In un certo senso, salvare. Uno dei "segreti" del Tai Chi è proprio questo: non ci sono segreti, non c'è un sapere esoterico, non c'è un'epifania improvvisa e totale che dischiuda una dimensione altra, ma soltanto e sempre una ferrea disciplina. Sudore, fatica, pratica. È la ripetizione - come insegnano tutti i rituali orientali, persino quelli minimi come la cerimonia del thé - il "segreto" di gesti e forme che bastano a sé stessi.

Il mio Tai Chi. L'arte dell'allineamento (Ji-



"Time in jazz", Bollani e Rava tra i big di Fresu

MASSIMO IONDINI

E siamo a quota 38. La potente idea di Paolo Fresu è sempre più storia con l'ennesima edizione del suo festival jazz nella sarda terra d'origine, tra la natia Berchidda e il magnifico territorio circostante che pullula di turisti. Più che mai allora "What a wonderful world" come il celeberrimo brano di Louis Armstrong del 1968 che fa da titolo alla nuova edizione al via oggi fino a sabato 16 agosto. «Anche a noi piace pensare che il mondo sia luminoso e bello da vivere - commenta Paolo Fresu, avendo invece sotto gli occhi questa folle guerra a pezzi - Crediamo che la musica e l'arte abbiano la forza di trasformarlo, di dipingerla a colori. È per questo che abbiamo scelto "What a Wonderful World" come filo conduttore, in continuità ideale con le edizioni precedenti dedicate a Rainbow, Future e A Love Supreme».

Protagonista come sempre la musica, nelle cinque serate in programma a Berchidda, da lunedì 11 a ferragosto, si avvicerà sul "palco centrale" del festival, in Piazza del Popolo, un nutrito cast di artisti di caratura internazionale: Stefano Bollani con il Danish Trio, Enrico Rava con i Fearless Five, Danilo Rea in piano solo, il trio Mare Nostrum di Paolo Fresu, Richard Galliano e Jan Lundgren, Ze in the Clouds, i danesi Svaneborg Kardyb e Trentemøller. A Les Amazones d'Afrique il compito di suggerire le serate berchiddesi nella tradizionale festa di Ferragosto, immancabile abbraccio tra "Time in Jazz" e il suo pubblico, con la piazza del Popolo aperta all'ingresso gratuito. Tanti i nomi di spicco anche nelle varie tappe fuori Berchidda, da Nick The Nightfly a Simona Molinari, da Ivan Segreto a Stefania Tallini e Franco Piana, da Bebo Ferrer e Salvatore Maiore a Ettore Fioravanti col quartetto Opus Magnum. A Paola Turci spetta invece il compito di tenere l'immancabile concerto in omaggio a Fabrizio De André a L'Agnata, in quella che è stata la residenza del cantautore genovese: un appuntamento, come ogni anno, già sold out. Altro "classico" di ogni edizione del festival, la traversata marittima in musica dal porto di Livorno a quello sardo di Golfo Aranci su una nave della Sardinia Ferries; a bordo il quintetto di fatti e percussioni

Mefisto Brass. A precedere i concerti in piazza ritorna il FestivalBar, la mini rassegna ospitata dai bar di Berchidda, quest'anno tutta al femminile. E non è tutto, perché il 5 e il 6 settembre - novità nella storia del festival - il cartellone prosegue sotto il titolo "What a Wonderful World in September", con due giornate negli spazi all'aperto di "Sa colte 'e su 'olitu", il giardino accanto a Sa Casara, ex casificio ora quartier generale di "Time in Jazz".

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Oggi in tv



6.00 **L'ORA SOLARE** Talk show
7.00 **SANTO ROSARIO DA CASCIA** Rubrica religiosa
7.30 **DI BUON MATTINO** Attualità
8.25 **TG 2000 FLASH** Informazione
8.30 **SANTA MESSA** Evento
9.10 **DI BUON MATTINO** Attualità
9.45 **IL MIN MEDICO** Rubrica
10.30 **VEDIAMOCI CHIARO** Rubrica
11.00 **QUEL CHE BOLLE IN PENTOLA** Rubrica
11.55 **ANGELUS** Rubrica
12.00 **TG 2000 - METEO** Informazione
12.20 **L'ORA SOLARE** Talk show
13.20 **GRECIA** Soap
14.55 **TG2000 FLASH** Informazione

15.00 **LA CORONCINA ALLA DIVINA MISERICORDIA** Rubrica religiosa
15.15 **SIAMO NOI** Attualità
16.00 **GRECIA** Soap
17.30 **SOU** Rubrica
18.00 **ROSA DI LOURDES** Rubrica religiosa
18.30 **TG 2000 - METEO** Informazione
19.00 **SANTA MESSA** Evento
19.30 **IN CAMMINO** Rubrica
20.00 **SANTO ROSARIO DA CASCIA** Rubrica religiosa
20.45 **TG 2000** Informazione
21.10 **L'ALTRO VOLTO DELLA SPERANZA** - Drammatico (Fin 2017). Di Kari Kaurismäki, con Sherwan Hajri
22.45 **EFFETTO NOTTE** Rubrica
23.15 **LA COMPIETA' PREGHIERA DELLA SERA** Rubrica religiosa
23.35 **ROSAARIO** Evento



6.00 **RAINEWS24** Informazione
6.30 **TG 1** Informazione
6.35 **TGUNOMATTINA ESTATE** Attualità
6.39 **UNOMATTINA ESTATE** Attualità
11.30 **CAMPER IN VIAGGIO** Rubrica
12.00 **CAMPER** Rubrica
13.30 **CUORI 2** Miniserie
17.05 **ESTATE IN DIRETTA** Attualità
18.40 **REAZIONE A CATENA** Gioco
20.00 **TG 1** Informazione
20.30 **TECHETECHETE** Varietà
21.30 **THE HELP - Drammatico** (Usa/India/Emirati Arabi 2011). Di M. Johnson, con Emma Stone
23.55 **TG1 SERA** Informazione
0.00 **CODICE - LA VITA E DIGITALE** Documentario
1.35 **CINEMATOGRAFO ESTATE** Attualità
2.40 **RAINEWS24** Informazione



11.10 **LA NAVE DEI SOGNI - VIAGGIO DI NOZZE IN NORVEGIA** - Sentimentale (Ger 2018). Di Stefan Bühlung
13.00 **TG2 GIORNO** Informazione
13.30 **TG2 EAT PARADE** Rubrica
13.50 **TG2 SI, VIAGGIARE** Rubrica
14.00 **SQUADRA SPECIALE COBRA 11** Serie Tv
14.50 **S.W.A.T.** Serie Tv
16.25 **Prima tv SQUADRA OMICIDI SPALATO** Serie Tv
18.00 **RAI PARLAMENTO TG** Attualità
18.10 **TG2 L.I.S. - TG2** Informazione
18.35 **TG SPORT SERA** Notiziario sportivo
19.00 **THE ROOKIE** Serie Tv
19.40 **N.C.L.S.** Serie Tv
20.30 **TG2 - TG2 POST** Informazione
21.20 **THE AMERICAS** Documentario
23.00 **PROFESSOR T** Serie Tv
23.50 **PARADISE - LA FINESTRA SULLO SHOWBIZ** Show



13.15 **PASSATO E PRESENTE** Documentario
14.00 **TG REGIONE - TG3** Informazione
14.50 **PIAZZA AFFARI** Attualità
15.00 **TG3 L.I.S.** Informazione
15.10 **IL PROVINCIALE** Rubrica
16.00 **DI LÀ DAL FIUME E TRA GLI ALBERI** Documentario
17.00 **IL MONDO CON GLI OCCHI DI OVERLAND** Documentario
18.00 **GEO MAGAZINE** Rubrica
19.00 **TG3 - TG REGIONE** Informazione
20.30 **GENERAZIONE BELLEZZA** Rubrica
20.55 **UN POSTO AL SOLO** Soap
21.20 **THE TOURIST** - Azione (Fra/Ita/Usa 2010). Di Florian Henckel von Donnersmarck, con Johnny Depp
23.05 **EROCII! 100 ANNI DI PASSIONE E RACCONTI DI SPORT** Documentario (Replica)
0.00 **TG3 LINEA NOTTE ESTATE** Attualità



8.00 **TG5 MATTINA** Informazione
8.45 **MORNING NEWS** Attualità
10.00 **TG5 - ORE 10** Informazione
10.55 **FORUM** Real Tv
13.00 **TG5 - METEO** Informazione
13.40 **BEAUTIFUL** Soap
14.10 **FORBIDDEN FRUIT** Soap
15.15 **IF YOU LOVE** Soap
16.15 **SO FARAH** Serie Tv
17.15 **LA FORZA DI UNA DONNA** Soap
18.45 **SARABANDA** Gioco
19.55 **TG5 PRIMA PAGINA** Informazione
20.00 **TG5 - METEO** Informazione
20.40 **LA RUOTA DELLA FORTUNA** Gioco
21.20 **MEMORIES** - Drammatico (Tur 2015). Di Abdullah Ogut, con Neslihan Alagül
0.00 **TG5 NOTTE - METEO** Informazione
0.35 **PAPERISSIMA SPRINT** Varietà
1.20 **SOLO PER AMORE - DESTINI INCROCIATI** Miniserie
3.15 **UN ALTRÒ DOMANI** Soap



8.00 **DAYDREAMER - LE ALI DEL SOGNO** Soap
8.55 **ENDLESS LOVE** Soap
10.55 **LA ROSA DELLA VENDETTA** Soap
10.55 **FORUM** Real Tv
12.25 **LA SIGNORA IN GIALLO** Serie Tv
14.00 **LO SPORTELLO DI FORUM** Real Tv
15.30 **TG4 - DIARIO DEL GIORNO** Attualità
16.50 **SAFARI EXPRESS** - Avventura (Fra/Ger 1976). Di Duccio Tessari
19.00 **TG4 - METEO** Informazione
19.40 **LA PROMESSA** Soap
20.30 **4 DI SERA NEWS** Attualità
21.30 **VIAGGI DI NOZZE** - Commedia (Ita 1995). Di Carlo Verdone, con Carla Verdone
23.40 **TRAVOLTI DA UN INSOLITO DESTINO NELL'AZZURRO MARE D'AGOSTO** - Commedia (Ita 1974). Di Lina Wertmüller, con Giancarlo Giannini
1.50 **IERI E OGGI IN TV SPECIAL** Varietà



8.45 **CHICAGO MED** Serie Tv
10.30 **LAW & ORDER - UNITÀ SPECIALE** Serie Tv
12.25 **STUDIO APERTO** Informazione
13.05 **SPORT MEDIASET** Notiziario sportivo
13.50 **PAPERISSIMA SPRINT** Varietà
14.20 **CORNETTO EXTRA BATTITI** Musica
14.50 **N.C.L.S.: NEW ORLEANS** Serie Tv
17.25 **THE MENTALIST** Serie Tv
18.20 **STUDIO APERTO** Informazione
18.55 **STUDIO APERTO MAG** Attualità
19.30 **C.S.I. MIAMI** Serie Tv
20.35 **N.C.L.S.** Serie Tv
21.25 **CHICAGO FIRE** Serie Tv
22.10 **CHICAGO MED** Serie Tv
23.00 **CHICAGO P.D.** Serie Tv
23.50 **LAW & ORDER - UNITÀ SPECIALE** Serie Tv
1.35 **FUORI LE PROVE! - INDAGINI AI CONFINI DELLA REALTÀ** Docum.



7.00 **OMNIBUS NEWS** Attualità
7.40 **TG 17** Informazione
7.55 **UNOMATTINA METEO** Attualità
8.00 **OMNIBUS - DIBATTITO** Attualità (Diritti)
9.40 **COFFEE BREAK** Attualità (Diritti)
11.00 **L'ARIA CHE TIRA** Attualità (Diritti)
13.30 **TG 17** Informazione
14.00 **EDEN - UN PIANETA DA SALVARE** Documentario
17.30 **LA TORRE DI BABELE DOC** Attualità
18.30 **FAMIGLIE D'ITALIA** Gioco
20.00 **TG 17** Informazione
20.35 **IN ONDA** Attualità (Diritti)
21.15 **SATURNO CONTRO** - Drammatico (Ita 2009). Di Ferzan Ozpetek, con Pierfrancesco Favino
23.15 **LA FINESTRA DI FRONTE** - Drammatico (Ita 2002). Di Ferzan Ozpetek, con Giovanna Mezzogiorno
1.10 **TG 17** Informazione



11.00 **TG NEWS SKYTG24** Informazione
11.05 **BRUNO BARBIERI - 4 HOTEL** Real Tv
12.25 **ALESSANDRO BORGHESE - 4 RISTORANTI** Real Tv
13.45 **L'INCUBO OLTRE IL GIARDINO - Thriller** (Usa 2023). Di John Mrlowski, con Kristi Murdock
15.00 **UN'ESTATE PER RITROVARSI** - Sentimentale (Can 2023). Di Avi Federighi, con Patch May
17.15 **RICETTA D'AMORE** - Sentimentale (Aus 2020). Di Rosalie Lurie, con Cindy Busby
19.00 **BRUNO BARBIERI - 4 HOTEL** Real Tv
20.20 **ALESSANDRO BORGHESE - 4 RISTORANTI** Real Tv
21.30 **ITALIAN'S GOT TALENT 2023** Talent show
0.00 **STAND UP COMEDY** Show
1.00 **SCIENTO - CHI L'HA DURÒ... A VINCI!** - Comico (Usa 2008). Di Jason Friedberg, con Sean Maguire



6.00 **HO VISSUTO CON UN KILLER** Real Tv
7.45 **ALTA INFEDELTÀ** Real Tv
10.15 **CHI CERCA TROVA** Real Tv
11.20 **CASH OR TRASH - CHI OFFRE DI PIÙ?** Gioco
14.00 **THE CAGE - PRENDI E SCAPPÀ** Gioco
15.05 **FAKING IT - BUGIE O VERITÀ?** Attualità
17.50 **LITTLE BIG ITALY** Real Tv
19.20 **CASH OR TRASH - CHI OFFRE DI PIÙ?** Gioco
20.30 **THE CAGE - PRENDI E SCAPPÀ** Gioco
21.30 **CALCIO, INCONTRO AMICHEVOLI MONDO - INTER (DALLO STADE LOUIS-II)** Evento sportivo
23.35 **ALIVE - I SOPRAVVISSUTI DELLE ANDIE** Documentario
2.40 **NUDI E CRUDI** Real Tv



10.50 **Prima tv GEO MAGAZINE** Rubrica
13.10 **OVERLAND 17 - L'ESTREMO SUD EST ASIATICO** Documentario
14.00 **LE ISOLE SCOTZESI** Documentario
14.55 **REGNO DELLE BALENE** Documentario
15.50 **LAS LEONAS. LA COPPA DEL MONDO** Documentario
17.35 **RAI 5 CLASSIC** Musica
18.05 **MEDITERRANEA**