



# l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Maggio 2021

€ 0,00

Rivista realizzata dalla Sotto Sezione CAI UET e distribuita gratuitamente a tutti i soci del CAI Sezione di Torino

## Incontro sulle piste

In memoria di Karol Wojtyła

## Prodigio a piè dell'Alpi

Romanzo di un miracolo al Santuario di Trana (parte VI)

## Un anello per la cappella della Cotelivier da Chateau Beaulard

I viaggi del nostro Marco Polo

## La sposa del Monte Bianco e l'umile cameriera

Henriette d'Angeville e Marie Paradis

## Una Escursionista torinese a bordo della "Memphi"

Ricordando Vittorina Gniffetticrocerossina in Libia

SOTTO  
SEZIONI  
E GRUPPI



seguici su



Anno 9 – Numero 89/2021

Autorizzazione del Tribunale di Torino 18 del 12/07/2013





Sezione di Torino



## *In un Mondo “invaso” dalla plastica*

La plastica è diventata la materia più usata dall'umanità: per vestirci, per proteggere gli alimenti, per il trasporto di materiali e per l'industria in generale.

Sempre più spesso si trovano materiali di plastica abbandonati per le strade, fuori dai contenitori dei rifiuti che si spargono nell'ambiente complice il vento.

Le ricerche scientifiche affermano che le microplastiche, frammenti di plastica di dimensioni da 5 micron a forme infinitamente più piccole, un milionesimo di metro, invadono i corsi d'acqua dalla montagna al mare.

Questi provengono dall'industria, dall'abbigliamento, dalla cosmesi, dall'agricoltura e dall'alimentazione, gli agenti atmosferici contribuiscono a spargere queste microplastiche nei luoghi più nascosti.

La rivista “Vita in Campagna” del mese di marzo 2021 afferma che questa situazione è dovuta a scarsa responsabilità dei singoli cittadini nella corretta gestione dei propri rifiuti e dalla scarsa consapevolezza dei responsabili dei vari settori.

Questi comportamenti scorretti danneggiano gli animali che ingeriscono la plastica causandone la morte, ad esempio i bovini perché non riescono a ruminarla, mentre le foche e le tartarughe rimangono soffocate, ed i cetacei muoiono per occlusione intestinale.

Le microplastiche vengono ingerite dai pesci, dai crostacei che noi mangiamo, quindi anche noi siamo coinvolti. Sono state trovate anche nel sale marino e negli animali domestici, alimentati con farine derivate dallo scarto dei prodotti della pesca.

Anche l'acqua che sgorga dai rubinetti di casa contiene questo materiale, questo è il risultato di ricerche svolte negli Stati Uniti. Tutte le Nazioni hanno questo problema e in Europa pare che questo inquinamento sia meno grave che negli USA, ma non si conoscono i dati certi.

L'acqua in bottiglia, l'acqua minerale comprata al supermercato, contiene microplastica e questo è stato riportato da “La Stampa” in un articolo del 3 Dicembre 2019 dove si mette in rilievo che il 93% dei campioni esaminati, ne contenevano 10,4 particelle per litro.



Se queste particelle sono di dimensioni inferiori a 100 micron, possono essere assorbite dal nostro sistema gastrointestinale e quindi passare nel sangue e nel sistema linfatico e giungere a tutti i nostri organi.

Queste particelle che ingeriamo con alimenti e bevande, possono creare problemi ai nostri organi, sia a breve che a lungo termine, ma per avere una situazione più precisa, dobbiamo attendere le informazioni che ci daranno i ricercatori scientifici.

Per sopperire a tutti questi problemi, vi sono laboratori impegnati nella ricerca di materiali biodegradabili per fabbricare una plastica non derivata dal petrolio.

La bioplastica è fatta con amidi completamente metabolizzabili da microrganismi esistenti in natura; un materiale di derivazione biologica e senza componenti di origine fossile come i derivati del petrolio, che inoltre ne condiziona anche il prezzo.

Questa plastica “buona” non creerebbe problemi alla natura anche se dispersa nell’ambiente.

Le nuove plastiche per essere ritenute tali, non è sufficiente individuarle come biodegradabili ma devono possedere caratteristiche corrispondenti alla classificazione “EN 13432”.

Questo argomento ci offre la possibilità di meditare, come Escursionisti, su quanto sia importante accrescere il nostro impegno nella difesa della natura, su questo Mondo, nostro bene comune.



Sezione di Torino



**Domenica Biolatto**

*Presidente UET*





SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

## Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 9 – Numero 89/2021  
Autorizzazione del Tribunale  
18 del 12/07/2013

Redazione, Amministrazione e Segreteria  
Salita al CAI TORINO n. 12 - 10131 Torino tel.  
011/660.03.02

Direttore Editoriale  
Mauro Zanotto

Condirettore Editoriale  
Laura Spagnolini

Direttore Responsabile  
Roberto Mantovani

Relazioni con il CAI Sezione Torino  
Francesco Bergamasco

Redazione UET Torino

Comitato di redazione : Laura Spagnolini, Luisella Carrus, Domenica Biolatto, Luciano Garrone, Ornella Isnardi, Giovanna Traversa, Piero Marchello, Franco Griffone, Walter Incerpi, Ettore Castaldo, Mauro Zanotto, Sara Salmasi, Christian Casetta, Beppe Previti, Emilio Cardellino, Luigi Sitia, Aldo Fogale, Luigi Leardi, Maria Antonietta Pinto, Maria Teresa Bragatto, Pier Mario Migliore

Collaboratori esterni : Beppe Sabadini, Chiara Peyrani, don Valerio d'Amico, Maria Teresa Andruetto Pasquero, Giulia Gino, Sergio Vigna, Marco Giaccone, Giovanni Cordola, Gianluca Menichetti, Cristina Natta Soleri, Veronica Lisino, Fabrizio Rovella, Michela Fassina, Annamaria Gremmo

Email : [info@uetcaitorino.it](mailto:info@uetcaitorino.it)

Sito Internet : [www.uetcaitorino.it](http://www.uetcaitorino.it)

Facebook : unione escursionisti torino

Facebook : l'Escursionista

## Sommario Maggio 2021

Editoriale – Riflessioni della Presidente	
<b>In un Mondo “invaso” dalla plastica</b>	<b>02</b>
Sul cappello un bel fior – La rubrica dell'Escursionismo Estivo	
<b>La mia prima volta</b>	<b>05</b>
Penna e calamaio – Racconti per chi sa ascoltare	
<b>Prodigio a Piè dell'Alpi (parte VI)</b>	<b>09</b>
Il cantastorie Il cantastorie - Fiabe, saghe e leggende delle Alpi	
<b>I dodici fondamenti della verità</b>	<b>15</b>
Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweis	
<b>L'è ben ver che mi slontani</b>	<b>22</b>
Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare	
<b>Il Pane, com'era</b>	<b>27</b>
C'era una volta - Ricordi del nostro passato	
<b>I riti e le usanze della notte di San Giovanni</b>	<b>30</b>
la Vedetta Alpina - la rubrica del Museo Nazionale della Montagna	
<b>Il MuseoMontagna all'estero</b>	
<i>L'International Alliance for Mountain Film lancia online il Modulo di iscrizione Multi-Festival</i>	<b>34</b>
Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli	
<b>Un anello per la cappella della Cotelivier da Chateau Beaulard</b>	<b>38</b>
Terre Alte - Riflessioni sull'ambiente alpino	
<b>La Montagna è gratis?</b>	<b>42</b>
Il medico risponde - Le domande e le risposte sulla nostra salute	
<b>3 passi per uscire dalla Dipendenza Affettiva</b>	<b>45</b>
Protagonisti - Intervista ai Protagonisti della Montagna	
<b>La sposa del Monte Bianco e l'umile cameriera Henriette d'Angeville e Marie Paradis</b>	<b>49</b>
<b>Incontro sulle piste</b>	
<i>In memoria di Karol Wojtyla</i>	<b>53</b>
Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici	
<b>Strizzacervello</b>	<b>57</b>
Prossimi passi - Calendario delle attività UET	
<b>Maggio asciutto e soleggiato, molto grano a buon mercato</b>	<b>64</b>
Reportage – Ai confini del mondo	
<b>Sabbia</b>	<b>66</b>
Color seppia - Cartoline dal nostro passato	
<b>Una Escursionista torinese a bordo della “Memphi”</b>	<b>68</b>



Per comunicare con la redazione della rivista  
scrivici una email alla casella:  
**[info@uetcaitorino.com](mailto:info@uetcaitorino.com)**



Finalmente una giornata di sole !

Dopo settimane di sistematici weekend piovosi, questa domenica il tempo pare che terrà ... e si sa, il sole incoraggia la partecipazione degli amici uetini e rallegra i loro animi .

Quest'oggi siamo davvero tanti, venticinque persone e più, per questa bella escursione nella valle Orco nell'alto Canavese: meta della giornata, il grazioso Santuario di Sant'Anna dei Meinardi a 1600 metri sopra la frazione di Fey .

Solito compattamento delle persone nelle auto e via, direzione Parco del Gran Paradiso, con sosta a Cuornè per l'irrinunciabile colazione "sfiziosa" presso una pasticceria a noi ben nota per la qualità delle sue buonissime crostate alla frutta .

Arriviamo a Fey, si parcheggia, cambio delle pedule con gli scarponi e pronti a partire .

Ma non può mancare l'usuale benvenuto a tutti i partecipanti da parte del Franco e quattro parole per introdurre l'escursione che ci apprestiamo a fare relativamente al territorio che attraverseremo e lo spirito religioso degli abitanti di questa vallata da

sempre impegnati nella tutela e nel presidio delle proprie chiese e santuari di montagna .

E poi... viene il momento della mia "prima volta" ...

Nella presentazione degli accompagnatori di escursionismo che guideranno il gruppo e dei "giovani apprendisti" in aiuto agli accompagnatori stessi, ho per la prima volta il piacere di essere annoverato tra questi .

Ricordo ancora quando quest'inverno il Luca mi chiese se avrei avuto piacere di iniziare un percorso di formazione per diventare accompagnatore di escursionismo : credo che impiegai meno di un secondo per rispondere SI ma alcune ore (successivamente) per immaginare quale sarebbe stata la reazione di mia moglie alla notizia e quale "istruttoria difensiva" avrei dovuto inventare per convincerla della bontà di questa disponibilità offerta all'UET .



E adesso ci siamo : questa è la mia “prima volta” ... come aiuto accompagnatore... e con un incarico operativo preciso, laddove si dovesse verificare un’eventuale emergenza : responsabile dello sfollamento” durante le operazioni di pronto intervento o salvataggio .

Beh, rifletto, ogni ruolo è importante per il buon esito della gita e per la conduzione in sicurezza del gruppo di escursionisti... quindi, benissimo !

Partiamo, un po’ in ordine sparso simil “gregge” ma i metri che precedono l’imboccatura del sentiero sono sempre per definizione un po’ “naif” ... l’armonia del gruppo che procede ordinatamente sulla via di salita ... verrà dopo .

E puntualmente questo accade : il Franco in testa che dà l’andatura, gli altri accompagnatori ed aiuto-accompagnatori sparsi lungo il “serpentone” di uetini e la Domenica in fondo che chiude il gruppo .

Ed è proprio dalla Domenica che mi sento chiamare e chiedere : “Mauro, avresti voglia di chiudere tu, il gruppo ? sai, è importante per capire le necessità di chi ha il passo più lento e non deve essere lasciato solo !...” Benissimo! le rispondo. Sono qui per imparare e per servire ! Quindi, nessun problema ... chiuderò io il gruppo !

Ora, camminare in fondo ad un gruppo per me non è mai stato un problema, anzi . Ti lascia la tranquillità per “ascoltarti” dentro : il tuo cuore che batte, il respiro che cerca il suo ritmo, i pensieri che volano nel cervello districando le ansie della settimana .

Ma camminare in fondo ad un gruppo ed essere attento, vigile, alle necessità degli ultimi ... è tutta un’altra cosa .

Soprattutto quando le persone che per ultime seguono il gruppo sono anche quelle che “vantano” una esperienza come escursionisti che tu onestamente ti sogni : e questo tu lo sai e capisci che allora non ti resta che giocarti la carta della discrezione, del “servire” in silenzio, un po’ in disparte, rispettando il passo cadenzato del compagno che hai davanti ed affiancandogli a poca distanza, il tuo .

Ed il passo che infatti mi ritrovo ad affiancare è quello del Piero, lento, cadenzato, quasi elegante .

Conosco Piero da qualche anno (pochi in verità) . Da quando, frequentando come allievo la scuola Mentigazzi ho imparato ad apprezzarlo per quel suo fare mite, garbato e che quando deve relazionarsi con altri privilegia l’ascolto del punto di vista altrui all’esposizione delle posizioni proprie .

Ed adesso è il proprio il passo del Piero a precedere il mio . Un passo che osservo e studio con piacere : sempre costante, regolare, senza strappi ... un passo reso sicuro da quell’ esperienza “alpina” che ti fa sempre trovare il sasso giusto sul quale appoggiare il piede, avanzare con la gamba e fare il movimento successivo sul sentiero .

Piero non credo se ne stia accorgendo, ma con discrezione cerco e riesco a sincronizzare il mio passo – che lo segue a pochissima distanza – con il suo ed il nostro procedere diventa un tutt’uno armonioso ... quasi una danza .

D’intanto in tanto prova il Piero ad invitarmi a passare avanti, accampando come scusa il suo lento incedere, ma io non ci “casco” : “Piero... non preoccuparti... tieni il tuo passo, nessuno ci corre dietro... arriveremo al santuario magari qualche minuto dopo ... ma arriveremo” diventa la mia risposta, garbata, a tratti scherzosa ma che non lascia dubbi all’interlocutore sulle mie ostinate “intenzioni” di aiuto accompagnatore .

In effetti è un camminare lento il nostro ma che lascia il tempo per osservare un fiore, vedere volare via una farfalla, godere di un soffio di vento che ti rinfresca il volto .

Ma il gruppo che ci precede non si è dimenticato di noi ... tant’è che dopo qualche rampa di sentiero lo sorprendiamo ad osservarci dall’alto mentre passo dopo passo ci stiamo a lui ricongiungendo .

L’ultimo tratto di sentiero, una bella via della GTA (Grande Traversata delle Alpi) la facciamo quindi tutti insieme e bastano una ventina di minuti per arrivare alla nostra meta della giornata : il Santuario di Sant’Anna dei Meinardi . La classica costruzione in pietra con tetto fatto in lose e facciata rigorosamente intonacata con calce bianca ed annesso campanile per chiamare a raccolta i fedeli delle borgate alte e pregare insieme .

E’ bellissimo questo Santuario !



*Santuario di Sant'Anna  
dei Meinardi*

Affrescato internamente con tenui colori pastello che avvolgono la statua della candida Sant'Anna in preghiera, offre al viandante che lo raggiunge una balconata con vista mozzafiato sulle cime ancora innevate dei monti antistanti .

Ed è bello essere qui, ora, con tutti questi amici dell'UET ed insieme mangiare un panino, raccontare una barzelletta, intonare un canto e concludere la visita del Santuario



*L'allegria brigata Uetina*

con l'immane foto di gruppo .

Ora però il cielo però pare volgere al peggio .  
Ci ha regalato un bel sole durante la  
sgambata di avvicinamento al Santuario ma  
ora potrebbe cambiare .

Vabbè... capiamo che è ora di rimettere lo  
zaino a spalle e tornare a Fey .

La discesa è sempre però un'altra cosa : un  
po' perché il sentiero del ritorno sembra  
sempre più lungo di quello dell'andata ed un  
po' perché sotto l'effetto della minor fatica e  
soprattutto del fiato richiesto, si chiacchiera  
sempre molto volentieri ed è lì che senti le  
cose magari più strane o divertenti e che  
ricorderai per tutta la settimana successiva .

Ridiscendiamo a Fey e con noi c'è ancora  
quel bel sole caldo che ci aveva  
accompagnato al mattino !

Siamo nuovamente alle macchine : via gli  
scarponi, un bel pediluvio gelido nella fontana  
del paese per i più coraggiosi e poi ... vai di

merenda sinoira !

Ora, va detto che non sempre siamo stati  
fortunati con le merende sinoire e le "piole"  
ma l'accoglienza, la qualità e la simpatia del  
personale che si prende cura dei nostri  
appetiti voraci... questa volta è veramente  
all'altezza anche del gruppo CAI più esigente .  
Ed per questo che vi consigliamo, lettori cari,  
caso mai doveste passare da Fey, di non  
trascurare l'idea di assaggiare qualche buon  
antipasto piemontese ed un buon piatto di  
agnolotti alla boscaiola presso la Trattoria da  
Antonella in Frazione Fey di Locana (tel  
0124/800183) .

Parola di Uetino doc !

**Mauro Zanotto**



## Prodigio a Piè dell'Alpi

*Trovati il Santuario di Maria Santissima della Stella sulle fini di Trana, sopra un monte a piè dell'Alpi, in posizione, che può dirsi amena e deliziosa, sulla strada provinciale, che da Pinerolo tende a Susa, e da Torino a Giaveno. Due montagne, una a notte, e l'altra a mezzogiorno lo difendono dai gelidi venti del Nord, e dagli estuanti meridionali. Una piccola e sufficiente elevazione di terreno ben imboschita, lo garantisce a ponente dalle malsane evaporazioni de' mareschi, e de' laghi di Avigliana. Pienamente aperto dalla parte del levante, mentre ne respira il dolce e salutare zeffiro, ne resta la vista dilettevole ed appagata nelle varie vedute in lontananza, e delle pianure co' suoi bei fabbricati, e della collina di Moncalieri, e persino di quelle di Monferrato, il cui complesso presenta all'occhio un orizzonte dilettevolissimo.*

*Scritto iniziale del libretto del Santuario di Maria Santissima della Stella datato 1832*

### CAPITOLO IX

Quella sera Rinaldo non mangiò quasi nulla. Finito il diverbio con la moglie, uscì per scaricare la rabbia accumulata, e soprattutto nascondere l'ansia per il figlio.

Olga smise di piangere e, come sua abitudine nei momenti difficili, si mise in testa la veletta da messa e si inginocchiò vicino al letto recitando il rosario.

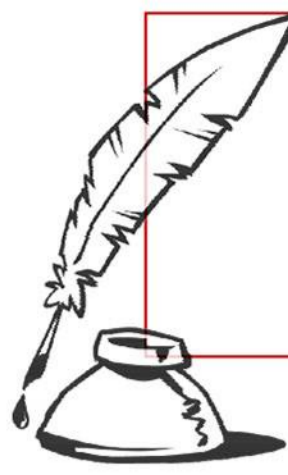
Tra un mistero e l'altro supplicava la beata Vergine di proteggere il suo Giacomo, domandandole inoltre in cosa avesse sbagliato. Pregò così intensamente che il marito la trovò ancora inginocchiata al ritorno.

“Mentre ci sei, chiedile da che parte è andato, così questa notte dormiremo più tranquilli!”. Olga non rispose alla provocazione e finì l'ultima litania che stava dicendo.

La preghiera intensa e la fede forte e sicura la lasciarono preoccupata, ma non disperata.

Alle due di notte, contrariamente alle sue convinzioni, Rinaldo girava per la cucina come un animale in gabbia.

La stanchezza fisica era tanta, ma l'angoscia di sapere suo figlio fuori casa, e chissà dove, gli impedivano di prendere sonno. Era la prima volta che succedeva, non gli era



## Penna e calamaio Racconti per chi sa ascoltare

capitato nemmeno per il parto della moglie o per le numerose discussioni parentali.

Anche la moglie non dormiva, ma la preghiera e la fede in Maria, la distoglievano un po' dai brutti pensieri.

“Vado nell'orto a prendere un po' di erbe per un infuso caldo, vedrai che dopo ti sentirai meglio!”. Rinaldo non si oppose a quell'aiuto, anche se era certo dell'inutilità della cura.

Dopo mezz'ora, la coppia stava seduta attorno al tavolo, di fronte a due scodelle fumanti, con un profumo intenso di salvia che si espandeva per la casa.

“Vorrei avere la tua fede, io non ho che la rabbia che mi annebbia il cervello. Mi sento vuoto e inutile e non so cosa fare.”

Il braccio della donna si allungò dolcemente verso il centro del tavolo, cercando la mano del marito. La sua esistenza era sorretta da due solidi pilastri: Rinaldo e Giacomo. Ora che uno dei due aveva ceduto, come poteva non cercare l'aiuto dell'unico rimasto?

La mano sottile di lei strinse con forza quella callosa dell'uomo, riportando nei due l'equilibrio perduto. La rabbia, mista a delusione e paura, combatteva con l'amore per il fuggiasco, e la loro unione era come rinforzata dall'insolita e preoccupante circostanza.

Si misero a parlare fino al primo canto del gallo, lasciando prigionieri della notte i pensieri cattivi e le ansie negative.

Rinaldo si diresse verso la cava come tutte le mattine, d'accordo con Olga di sentire il parere del curato sulla fuga del figlio.

La decisione era stata accettata dall'uomo più per accontentare la moglie, che per convinzione della sua utilità.

La povera donna spiegò l'accaduto al prete con estrema fiducia, certa di avere da lui un aiuto concreto.

“Benedetta figliola! Potessi fare qualche cosa sarei il primo a farlo, ma come possiamo sapere da che parte si è diretto? Potremmo

iniziare le ricerche verso Torino, mentre lui sta andando dalla parte opposta! L'unica cosa sensata, credo sia parlare ai reali carabinieri di Giaveno. Vedrai che in pochi giorni loro te lo porteranno a casa sano e salvo.”

Alla parola carabinieri, la sventurata scoppiò a piangere, pensando alla vergogna che quella denuncia avrebbe procurato.

Erano passati appena otto anni da quando il re Vittorio Emanuele I aveva istituito il corpo militare di polizia nell'esercito italiano, con l'arma dei Carabinieri.

L'Arma fu voluta dal re nell'ambito del cosiddetto *personale di buon governo*, a tutela della pubblica e privata sicurezza, ma il popolo, soprattutto nelle campagne, anche se favorevole all'ordine e alla caccia ai briganti, vedeva i gendarmi con estrema diffidenza.

Anche il prete aveva dei dubbi, ma il dolore letto negli occhi di quella mamma sofferente, lo avevano indotto a consigliare il ricorso alle guardie, in assenza di altre idee.

“Nosgnor! (*per l'amor di Dio!*) I panni sporchi si lavano in famiglia. Pensavo che lei potesse avvisare i preti di altri paesi o... non so cosa, ma se l'unica strada sono i carabinieri, ha ragione mio marito, aspettiamo, sperando che torni!”.

Il parroco assicurò a Olga tutto l'appoggio possibile, impegnandosi a scrivere ai curati dei paesi vicini, ma per dovere di onestà, dovette anche dirle della poca fiducia che nutriva per quell'iniziativa.

Olga lo ringraziò infinitamente, un po' sollevata al pensiero che qualcuno si stesse interessando al loro dolore.

La pioggia era cessata, ma le nubi continuavano a stagnare nel cielo coprendo con un manto grigio la valle intera. Giacomo vide l'argine del fiume come una benedizione.

I piedi gli dolevano e la giacca inzuppata dall'acqua lo faceva tremare dal freddo, ma proseguì lungo la scarpata risalendo la corrente, fiducioso di potersi riposare sotto un qualsiasi tetto. Camminò molto, ma la speranza di trovare un riparo si spense assieme alla luce del giorno.

“Possibile che non ci sia nulla? Papà non può avermi detto una bugia!

Se almeno non piovesse! Chissà che cosa staranno pensando i miei genitori!

Povera mamma! Potessi almeno dirle che sto bene! Sarebbe una bugia però: non sto bene per niente! Ma questo è meglio che non lo sappia.”

Giacomo era triste e demoralizzato. Il pensiero di dormire un'altra notte all'aperto, sotto quel cielo grigio, lo spaventava: in fondo aveva solo otto anni compiuti da poco!

Il rifugio che cercava non lo trovò. In compenso vide, abbandonata su una spiaggetta, una minuscola barca capovolta. Il buio era incombente, così decise di fermarsi e di arrangiarsi come poteva.

Raccolse poco lontano due grossi pezzi di legno portati dalla corrente e, con non poco sforzo, li collocò sotto la barca come due puntelli. Li sistemò in modo tale da alzarla da un lato.

Questo gli permise di essere riparato e nel contempo respirare agevolmente e controllare l'eventuale arrivo di qualche malintenzionato.

La fastidiosa pioggia autunnale, che aveva tormentato il ragazzo durante il giorno, continuò debolmente anche nella notte. Se la carena della barca lo protesse dal cielo, nulla poté salvarlo dall'acqua che scorreva sulla sabbia, ma dormì così profondamente che solamente al risveglio si accorse di averlo fatto su di un giaciglio bagnato.

Mentre si lavava il viso sul greto del fiume, arrivò un pescatore solitario che incuriosito dalla giovinezza del ragazzo, lo interrogò:

“Cosa fai qui, così di buon mattino? Non vedo la canna da pesca, pensi di pescare con le mani in questo punto? Qui la corrente è troppo forte! Se hai questa intenzione, devi risalire ancora un bel pezzo prima di trovare l'acqua bassa. Ma fai attenzione, perché con questa pioggia, anche lì il livello si sarà alzato.”

Giacomo ringraziò lo sconosciuto per la raccomandazione, facendo credere che proprio di pesca con le mani si trattasse. Ognuno andò per la sua strada: uno nella speranza di guadagnarsi la giornata con i pesci, l'altro di vincere lo scoramento che stava aumentando.

Arrivò nel paese di Sant'Ambrogio con il naso all'insù. La Sacra di San Michele osservava la



*Salendo alla Borgata  
Pratovigero*

sua fuga dall'alto del monte Pirchiriano. Giacomo non aveva mai visto una costruzione così imponente, anche se la mamma gliene aveva parlato.

“Ma come avranno fatto a farla tanto grande, in un posto così ripido? Io che pensavo al nostro santuario come a uno dei più grandi! Mamma me lo aveva detto, ma non avrei mai immaginato di vedere una cosa simile!”.

Il ragazzo non riusciva a darsi pace di quanto fosse imponente quella chiesa. Nessuno gli aveva spiegato la sua storia.

La curiosità di risalire lungo i boschi e visitarla era tanta, ma da buon ragazzo di montagna capì subito quanta strada avrebbe dovuto percorrere. E lui questo non se lo poteva permettere.

Oltrepassò l'abitato e proseguì con passo svelto, ma verso mezzogiorno la fame cominciò a farsi sentire. Le poche provviste le aveva finite al mattino e la sua pancia poteva riempirsi solo di acqua. Pensò di chiedere da mangiare in cambio di lavoro, ma appena si avvicinò a una vecchia che stava tagliando erba, si sentì inveire.

“Ci mancava anche un forestiero! Se i tuoi genitori non sanno come mantenerli, non credere di andare di qua e di là a chiedere pane in cambio di qualche lavoretto. Qui nessuno è ricco e la miseria regna in tutte le famiglie. Vattene via e torna da dove sei venuto...!”.

Giacomo, che non si aspettava una risposta così brusca, balbettò che in fondo aveva solamente chiesto di lavorare, ma tanta fu la vergogna e la rabbia che scappò via, prima che la vecchia vedesse le lacrime nei suoi occhi.

Si rifugiò ai piedi di un castagno, primo di un bosco intero. In quella zona, la castagna era da secoli una delle risorse principali. Il ragazzo si appoggiò al tronco, cercando di capire i sentimenti negativi che in quei due giorni si erano accumulati.

Pensò alla fame, al freddo patito, alla stanchezza e all'ignoto futuro. Si morse le labbra al pensiero di quella vecchia megera.

Queste avversità le aveva in parte previste, ma non pensava quale peso avrebbe potuto avere il rimorso! Già, il rimorso! Un compagno scomodo e sornione, che dal momento in cui

Giacomo scrisse le poche parole d'addio, s'insinuò nel ragazzo demolendo a poco a poco la sua volontà come un cancro.

Si domandò cosa avessero fatto i suoi genitori di così grave per punirli in quel modo! In fondo stavano cercando di dargli un'arma in più per il futuro e, anche se lui continuava a ritenere lo studio una perdita di tempo, non poteva negare la bontà dei loro propositi. Pensò con tristezza al dispiacere di suo padre, ma fu il pensiero della mamma che lo piegò.

Senza volerlo, tornò sui suoi passi. L'aveva già notato prima, ma adesso si fermò davanti al pilone votivo situato all'incrocio tra due strade, e guardò il piccolo volto della Madonna consolatrice con spirito diverso dell'andata.

Ricordando l'insegnamento religioso, vi si accostò e, inginocchiatosi in terra, recitò una Ave Maria, sperando che la Vergine gli indicasse cosa fare. Continuare in quelle condizioni, oppure tornare e subire l'umiliazione della sconfitta?!

Un vecchio contadino, seduto su un carro di fieno trainato da un lento mulo, passò proprio mentre il fuggitivo chiedeva l'aiuto divino. Rallentò senza fermarsi e, togliendosi dalla bocca il mezzo toscano spento, sputò prima di parlare:

“Se sei diretto ad Avigliana, puoi salire dietro, così terrai compagnia a me e a Burich”. E rivolto al mulo continuò: “ Sei d'accordo vecchio testone?” La povera bestia continuò la sua lenta marcia, ma le lunghe orecchie ebbero un tremito. Era una risposta al padrone, oppure si era scrollato via le mosche fastidiose?

Giacomo si alzò da terra e, con gli occhi ancora rossi per il pianto, ringraziò e saltò sul carro. La mano tesa del brav'uomo e la gioia di vedersi considerato, lo rincuorarono. Lentamente si allontanava dal pilone, ma lo sguardo continuava a rimanere fisso sul piccolo ritratto, sicuro che il contadino e il mulo altri non erano che una risposta alla sua preghiera.

“Tu credi sia io a condurre Burich? No, è lui che sa dove andare. Non mi ricordo da quanti anni siamo assieme! Forse quindici, forse venti, chissà! La memoria mi tradisce ogni giorno di più, proprio come una bella donna!”.

Il vecchio parlava, sempre con il mezzo toscano spento in bocca, senza aspettare risposta. Raccontava la sua vita, bestemmiando sulle sue disavventure, alternandole con commenti sul tempo e imprecazioni sul re e i suoi ministri. Giacomo pensò che se quel contadino l'aveva mandato la Consolata, aveva scordato di ascoltarlo prima. A quel pensiero sorrise: era la prima volta da quando era partito!

“Bel fiolin, guarda che i soma rivà! *(bel ragazzino, guarda che siamo arrivati!)*”. Il vecchio aveva fermato il mulo, all'inizio della

salita che portava al castello.

Giacomo, al richiamo dell'uomo, si svegliò di soprassalto. Stava dormendo come fosse nel suo letto.

“Grassie tante dal passaggi!*(tante grazie del passaggio!)*” disse scendendo dal carro.

“E' stato un piacere averti come compagno... sai, non mi ascolta mai nessuno!”.

Fine parte sesta

**Sergio Vigna**



# *Il rifugio Toesca riconosciuto come una "Eccellenza Italiana"!*



*La pandemia finirà...*

*E noi*

*vi aspettiamo!!!*



## I dodici fondamenti della verità

*Nelle valli delle Alpi Marittime ancor oggi si racconta la leggenda dei “Dodici fondamenti della verità”, storia che parla della fede semplice delle gente di quelle vallate e che in versioni più o meno uguali la si trova in molte altre regioni della nostra penisola...*

Dovete quindi sapere che proprio tra questi monti profumati di fiori selvatici, viveva una povera famiglia di montanari in un casolare rovinato dal tempo e dalle tante nevicate invernali che anno dopo anno si erano succedute in quelle valli .

Questa famiglia di montanari era abituata alle ristrettezze della vita sui monti (mai facile) e viveva dei pochi frutti che la terra ed i boschi davano loro .

Ma venne un anno in cui la carestia fu davvero terribile ed il capo famiglia, un povero montanaro di nome Gilberto, disperato per la miseria e la fame patita dalla sua famiglia, non sapeva più cosa fare per dare da mangiare ai suoi figli .

Un triste giorno senza pane, sconcolato più che mai, lasciò a casa la moglie Rosa ad accudire i bambini e partì deciso a fare qualunque cosa che gli consentisse di tornare con un po' di cibo . Pensava che non avrebbe avuto ritegno nel mendicare od implorare la gente del suo paese pur di avere un po' di farina ed un pezzo di pane da portare ai suoi figli . Semmai fosse stato necessario, avrebbe anche venduto l'anima al diavolo pur di avere qualcosa da mangiare .

Così pensando tra sé e sé, camminò e camminò sempre più sconvolto ed al tramonto giunse sul versante di un monte dal quale si intravedevano le luci dei paesi sulla costa e l'immensità del mare sempre più nero : stanco e triste si accasciò su un masso piangendo senza accorgersi che un altro uomo lo stava osservando, sorridendo .

Si avvicinò infatti un ricco signore dagli occhi neri e penetranti, elegantemente vestito con un abito cremisi e nero ed osservandolo con attenzione gli disse : “Dimmi, buon uomo, quale cosa ti rende così triste e disperato ?”



## Il cantastorie Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

“Sono un povero disgraziato, rispose Gilberto con voce singhiozzante – ed ho lasciato la mia famiglia per cercare la carità di un po' di pane, perché siamo in miseria ...” e tornò a piangere disperato .



Ma il signore scoppio in una grande risata, lo aiutò a rialzarsi e gli mise nella mano una borsa gonfia e pesante, dicendogli : “Sono tutti qua i tuoi problemi ? Avanti... prendi questa borsa, contiene tanto di quell'oro da far stare bene te e tutta la tua famiglia per l'intera vita !”

Gilberto afferrò la borsa, rallegrato dall'improvvisa fortuna che gli era capitata, ma subito dopo il suo buon senso da montanaro ebbe la meglio e cominciò a ragionare : Ma come farò a rimborsarvi tutto questo oro che mi state imprestando ... perché è un prestito, vero ? E se tale è sappiate che lavorerò duro tutta a vita pur di restituvi fino all'ultimo centesimo quanto mi avete dato” .

Ma così parlando Gilberto si rese ben conto di aver detto un sacco di stupidaggini : come avrebbe potuto lui, che era un poveretto che

viveva a stenti grazie al sudore della fronte, rimborsare quel generoso signore di quel che aveva ricevuto in prestito? Neppure 10 vite sarebbero bastate, neppure lavorando giorno e notte, a mettere da parte tanto denaro ... quindi finalmente capì: stava stipulando un patto con il diavolo, perché proprio il diavolo in persona ora lo stava osservando con quel suo sorriso maligno di chi già confida di aver catturato un'altra anima in pena. "Non dovrai restituirmi nulla, Gilberto, stai tranquillo! Potrai tenere per te e per la tua famiglia tutto l'oro che ti è dato, ma questo ad una condizione però: fra tre anni ed un giorno, esattamente da oggi, quando sentirai il campanile della chiesa suonare i dodici rintocchi della mezzanotte, allora ci rivedremo e ... se saprai dirmi quali sono i dodici fondamenti della verità ... ebbene, resterai ricco e non dovrai restituirmi nulla,, diversamente la tua anima diventerà mia!"

Gilberto sapeva che avrebbe dovuto dire di no a quell'offerta del diavolo ... anche perché neppure sapeva quale potesse essere il "valore" di un'anima, ma la fame era brutta e tutto considerato pensò, quella furba della moglie Rosa senz'altro sarebbe stata in grado di rispondere alle dodici domande del diavolo e quindi accettò. E tra lampi, tuoni e puzza di zolfo il diavolo sparì!

Così Gilberto tornò a casa, felice di quell'incontro e ricco di tutto quell'oro e si presentò alla moglie: "Rosa, presto corri, vieni a vedere con cosa sono tornato ... roba da pazzi ... roba da non credere!" e le raccontò quello che era successo e del suo incontro con il diavolo.

Rosa ascoltò incredula al racconto di Gilberto e quando il marito le rovesciò sul tavolo l'oro della borsa, lei spaventata arretrò facendosi il segno della croce. Ma come tutte le donne, Rosa capiva bene cosa avrebbe rappresentato per lei, il marito ed i suoi bambini tutta quella ricchezza e si riprese subito di coraggio: "Che Dio ci protegga per quello che hai fatto! Però hai ragione Gilberto... tre anni sono lunghi, possono accadere tante cose e ci penseremo... intanto potremo far vivere bene i nostri figli e mangiare tutti i santi giorni!"

E così fecero.

Con tutto quell'oro comprarono ogni cosa loro

necessaria (e pure anche tante cose superflue ... in verità), comprarono una bella casa, della terra intorno da coltivare, continuarono a lavorare sodo ed accrebbero la loro fortuna. Ebbero animali, greggi e armenti, anche cavalli da tiro e da sella. Insomma vissero proprio serenamente facendo sempre buon uso di tutto quell'oro che avevano ricevuto ed i figli crebbero sani e rispettosi dei genitori e devoti al Signore.

Spesso tornava loro alla memoria il patto che avevano fatto con il Diavolo e pensavano a questi "dodici fondamenti" senza però riuscire a trovarne la soluzione, quindi allontanavano i dubbi e tornavano alle occupazioni di ogni giorno, usando bene la ricchezza e aiutando i poveri del paese che a loro si rivolgevano bisognosi.

Insomma, il tempo passava e Gilberto e Rosa quasi si erano dimenticati della loro scadenza con il diavolo, che una sera verso il tramonto udirono bussare alla porta di casa. "Chi è? Chi bussa" domandò Gilberto affacciandosi dalla finestra.

"Sono un povero mendicante signore!" rispose una voce dabbasso, "senza casa e non mangio da giorni... vi prego, aiutatemi questa notte!"

Gilberto prontamente scese ad aprire la porta di casa ed invitò il mendicante ad entrare e ripararsi dal freddo e dal temporale che stava arrivando: "venite in cucina, buon uomo" disse Gilberto e riscaldatevi!"

"Grazie Signore!" rispose il mendicante.

La cucina era accogliente, calda, con un buon profumo di pietanze appena cucinate e Rosa subito aggiunse un posto a tavola per questo mendicante: "entrate, disse, unitevi con noi alla tavola ed intanto riscaldatevi accanto il fuoco, asciugatevi e datemi il vostro pastrano che ha bisogno di qualche rattoppo, lo riparerò!"

Il poveretto ringraziò con gli occhi bassi, intimidito di tanta generosità.

Cenarono in silenzio quella sera, il mendicante non parlò mai e né Gilberto né Rosa vollero chiedere alcunché al loro ospite.

Dopo la cena il mendicante si accantucciò vicino al camino e contento del buon pasto caldo e dell'ospitalità ricevuta si addormentò.

Intanto fuori infuriava un terribile temporale





come da anni non se ne vedeva . Ma dentro casa, al caldo le ore passavano liete .

Venuta la mezzanotte, dopo che la campana del paese rintoccò i dodici rintocchi risuonò una voce terrificante : “ I Dodici fondamenti della verità! !” urlò una voce ed era quella del diavolo tornato ad esigere le sue risposte e Gilberto e Rosa piombarono nel panico .

“Si ... si ... ora te le daremo !” dissero .

“Presto” chiese il diavolo “qual è la prima ?”

In quel momento il mendicante si risvegliò (e non sembrava più un povero mendicante ... in verità) ed avvicinandosi ai due ingenui montanari disse loro “Lasciate fare a me “ Il primo fondamento è ... “Un solo Dio !” .

“Ed il secondo ?”

“I due misteri della Fede !”

“Avanti,, ed il terzo?” urlò il diavolo ancora più irritato da questo imprevisto aiuto dato a Gilberto .

“La Trinità : Padre, Figlio e Spirito Santo “

“Il quarto ?”

“I quattro evangelisti !”

“Il quinto ?”

“Le cinque piaghe di Gesù Cristo !”

“Il sesto ?”

“I sei precetti della Santa Chiesa”

“Il settimo ?”

“I sette sacramenti !”

“E l’ottavo ?”

“Le otto porte di Roma ! la città santa !”

“Sai proprio tutto ! razza di miserabile !” impreca il diavolo ! ma chi sei ? “Ed il nono ?... presto !”

“I nove cori angelici, i dieci comandamenti, le undici lampade accese di Gerusalemme e ... i dodici apostoli !!!” concluse il mendicante con fare sereno .

“E tredici ?” osò ancora il diavolo con una risata stridula .

La risposta che ricevette allora fu un’ordine :” Torna all’ Inferno dal quale sei uscito !, diavolo della malora !”

“Ma chi sei, maledetto ! che osi dirmi questo ?” ruggì il diavolo che così come era comparso, tra lampi e fulmini e puzza di zolfo ora scomparve .

Rosa e Gilberto terrorizzati per quanto avevano assistito si inginocchiarono per ringraziare questo sant’uomo che li aveva salvati ma quando alzarono lo sguardo verso questo mendicante l’uomo non c’era più !

Al suo posto c’era una croce di legno che ricordò loro di essere sempre devoti e non abbandonare mai più la retta via per cedere alle tentazioni del demonio .

**Mauro Zanotto**

Sergio Vigna è nato a Torino nel 1945 e vive a S. Bernardino di Trana dal 1969.

Coniugato, con due figlie sposate e due nipoti, Sergio Vigna ha sempre scritto, ma solamente dal 2000, anno in cui ha smesso di girare l'Italia e parte d'Europa come direttore commerciale di un'azienda tessile, si è dedicato in modo più continuativo alla scrittura.

Il suo primo libro è stato per ragazzi, "Rasim", seguito dal primo libro per adulti, "Prodigio a piè dell'Alpi" (introduzione di Federico Audisio Di Somma) e dal suo secondo libro per adulti, "La lunga strada" (introduzione di Alessandro Barbero). In questi anni Sergio Vigna ha scritto molto per giornali ed associazioni, vincendo premi letterari regionali e scrivendo una pièce teatrale rappresentata al teatro Juvarra di Torino. Ha appena terminato un nuovo romanzo per adulti che uscirà in autunno.



A Pratovigero (Pravigé) sarebbe meglio esserci stati, almeno una volta, in pellegrinaggio. Frazione di Trana, borgata fantasma, Pratovigero è una specie di far west in val Sangone. Se non fosse così fuori mano, così malridotta, così autentica, il forestiero potrebbe immaginare che qualcuno l'ha costruita con lo scopo di set cinematografico e subito abbandonata per fallimento della produzione.

Nessuno la andrebbe a cercare nella Guida Michelin. Ma qualcuno vi capita, per abitudine, per scelta o per caso, e può perfino succedere che, in una certa condizione d'animo, la porti impressa in un particolare tabernacolo della memoria. E se è in grado di ascoltarne il genius loci può anche avvenire che ne diventi il trovatore.

A Sergio Vigna è successo. La pioggia, il trovare riparo in una baita abbandonata, una pietra mossa per caso, una scatola di biscotti arrugginita, un vecchio libriccino, una cronaca sul punto di squagliarsi in polvere: ecco l'idea letteraria. Pratovigero ha generato dalle sue rovine un racconto, quasi volesse dare voce alle sue creature, desiderando suggerirlo al viandante scrittore. Nasce Rinaldo, protagonista d'invenzione, e con lui il miracolo di una novella che reca il gusto e la sensibilità delle buone cose antiche...

Federico Audisio di Somma

*I personaggi di Sergio Vigna sono imprigionati in una situazione tristemente emblematica della nostra epoca: un matrimonio fallito, una figlia indesiderata, una relazione clandestina, il trauma della separazione, i disturbi comportamentali.*

*Ma da questo groviglio soffocante la storia decolla per un viaggio minuziosamente realistico eppure favoloso.*

*Partendo da solo in caravan con la sua bambina che non parla più alla ricerca del paese di Babbo Natale, Filippo non sa neppure lui se sta fuggendo da un dolore insopportabile o inseguendo una guarigione non prevista da nessun medico.*

*La risposta arriverà nel gelo del nord, con un incontro che ribalterà le parti e trasformerà Corinna nella vera protagonista del romanzo.*



*Ripensando a come l'avevo conosciuta mi convinco che le vie dell'impensabile sono infinite.*

*L'amore per Maria era esploso all'improvviso come un temporale estivo, violento e impressionante, e dire che, dal liceo in poi, di ragazze ne avevo avute, e non poche.*

*Era da un po' che desideravo visitare il museo del cinema alla Mole Antonelliana, ma non ne avevo mai avuto il tempo, o forse la voglia.*

*Quel pomeriggio mi decisi, m'immersi nelle viscere della terra e salii sulla metropolitana.*

*La prendevo spesso, ma nei giorni feriali ero sempre pigiato tra persone che parlavano tra loro o trafficavano con i cellulari.*

*Quel sabato no, poca gente seduta e nessuno in piedi, così lo sguardo si posò sui pochi passeggeri fotografando le particolarità dei volti e sorridendo nel constatare i tic di ognuno.*

*Mentre gli occhi carrellavano dentro il vagone, lo sguardo di una ragazza seduta verso il fondo incontrò il mio. Non era una cosa strana, sovente s'incrociano le occhiate tra due estranei che si trovano nello stesso luogo, di norma uno dei due cambia direzione, o sul panorama o su qualsiasi cosa di scritto che si ha a tiro.*

*Non mi era mai successo di lasciare il periscopio fisso sull'obiettivo, ma la cosa che mi sorprese fu che anche la ragazza non cambiò il suo. Le porte della carrozza si aprirono senza che nessuno scendesse o salisse e, quando ripartì, continuai a fissare quegli occhi come se un fluido magico mi avesse stregato, inquieto e stupito nel riscontrare lo stesso atteggiamento da parte sua.*

*L'incantesimo fu rotto da un anziano signore che, alzandosi, spezzò il magnetismo che si era creato. Guardai il tabellone delle fermate e mi accorsi che ne mancavano solamente due alla mia.*

*Mi sedetti e, curiosando le fermate scritte sul pannello sopra le porte, sbirciai in continuazione la ragione del turbamento.*

*Anche lei scese alla mia stessa fermata, facendo pensare che il caso mi stesse mettendo alla prova.*

*«Mi stai seguendo?» disse la ragazza prima di arrivare ai tornelli d'uscita.*



*l'ultimo romanzo di Sergio Vigna...*



*Bruciare di passione e non poterne fare a meno, a qualsiasi costo: ne conoscono bene il rischio i protagonisti di questa romantica storia d'amore ambientata a Torino.*

*Nell'incantato mondo dei diciottenni, dove tutto appare ancora possibile, Filippo e Martina imparano ad amarsi e a conoscere le sconfinata sfaccettature di una relazione: attraverso la scoperta l'uno dell'altra riconoscono le loro stesse identità, vivendo in un sogno che mai avrebbero potuto immaginare.*

*Ma la realtà, là fuori, è ben diversa e le loro stesse vite, troppo distanti per stato sociale e idee, si scontrano con la quotidianità di ognuno.*

*I sogni sono fragili e la passione non perdona: il destino a volte può avere la meglio sui nostri desideri.*

*Giulia Gino è nata e vive in Val Sangone.*

*Fin dall'infanzia ha sviluppato grande interesse e passione per la scrittura, producendo poesie e racconti con i quali ha partecipato a numerosi concorsi letterari, collocandosi tra i primi classificati.*

*Si è laureata al D.A.M.S. di Torino specializzandosi in teatro.*

*Dopo la laurea specialistica ha intrapreso la carriera di scrittrice, affermandosi come autrice emergente nel panorama letterario e facendosi notare per il suo stile semplice e fresco e per l'accurato ritratto psicologico dei personaggi.*

*Lavora come organizzatrice di eventi per una compagnia teatrale piemontese.*

*Nel 2010 ha pubblicato il suo primo romanzo "Fragile come un sogno", di cui "Ritournerà settembre", edito nel 2013, è il seguito ideale: i giovani protagonisti del primo romanzo sono cresciuti e si trovano alle prese con realtà e sentimenti più complessi.*

*scrittricedavenere@gmail.com  
<http://lascrittricedavenere.blogspot.it/>*

*Martina, giovane studentessa universitaria, distrutta dalla fine della sua storia d'amore con Filippo, e per questo chiusa a riccio nei confronti del mondo per paura di dover soffrire nuovamente, incontra Alberto, uomo misterioso, sicuro di sé e ambiguo, che, determinato a conquistarla, vince le sue resistenze dominandola con la sua personalità magnetica.*

*Ma Filippo, il suo primo amore, non si rassegna a perderla ed è disposto a rischiare la vita pur di riconquistarla.*

*Le loro vite s'incroceranno in un curioso gioco del destino che cambierà le loro esistenze perché ognuno dovrà fare i conti con se stesso e niente e nessuno sarà più uguale a prima.*





*l'ultimo romanzo di Giulia Gino...*

*Laura è una giovane e bella universitaria appartenente alla Torino bene, ma con problemi familiari e sentimentali alle spalle che l'hanno resa insicura e chiusa come un riccio nei confronti del mondo intorno a lei. I genitori, abili professionisti ma separati, hanno convinta una riottosa Laura a sottoporsi a una terapia psicanalitica presso l'originale dottoressa Monaldi. Durante una seduta di gruppo incontra il giovane Nicola, bello, spregiudicato e, ovviamente, a lei subito antipatico. In una Torino descritta nelle sue ampie piazze e piacevoli zone collinari, la vicenda dei due giovani si dipana tra equivoci e chiarimenti, resa anche più interessante dagli interventi di personaggi secondari, come la grande amica di Laura, Valentina, più che una sorella, di Paolo, affascinante culturista, innamorato di tutte le donne. I pensieri e le riflessioni di questi giovani sulla vita, sull'amore, sull'impegno sociale appartengono a tutte le generazioni e sono quindi estremamente attuali. Il percorso seguito da Laura la porterà dall'iniziale abulia ad interessi ed entusiasmi mai provati precedentemente, ma anche all'accettazione di realtà sgradite: una rinascita fisica ed intellettuale, un risorgere dalle ceneri, appunto, come la Fenice.*



## L'è ben ver che mi slontani

*L'è ben ver che mi slontani  
dal pais ma non dal cur.  
Sta pur salde, ma ninine,  
che jo torni se non mur.*

*Montagnutis ribassais  
faima a mi un po' di splendor,  
che ti viode ance une volte,  
bambinute del Signor.*

*E' ben vero che mi allontano  
dal paese ma non dal cuore:  
sta pur salda, bambina mia,  
che io torno se non muoio.*

*Abbassatevi montagne  
fatemi un po' di splendore  
che ti veda ancora una volta,  
bambinetta del Signore.*

Armonizzato da Mario Pedrotti, armonizzatore e direttore del coro SAT di Trento.

E' una delle più note canzoni friulane, già presente nelle prime raccolte di canti di montagna del 1929. Racconta il dramma del distacco dell'emigrante dalle proprie radici; nel lasciare la sua terra, prega perché le montagne si abbassino e gli lascino ancora una volta vedere il suo paese natale e promette a se stesso e alla sua bella che un giorno tornerà.

Il territorio del Friuli Venezia Giulia è segnato dalla presenza di un confine, che ha determinato negli ultimi due secoli diverse appartenenze statuali della popolazione: prima del 1866 tutta l'area regionale era inserita compattamente nell'ambito della Monarchia Asburgica, e dopo tale data fu ripartita tra Austria e Italia. Cambiamenti più complessi si verificarono a seguito delle due guerre mondiali, con l'espansione dello stato italiano nel 1918 e di quello jugoslavo nel 1945 nella valle dell'Isonzo, in Istria e in alcune isole del Quarnero.

Nei primi anni del Novecento, non poche donne della pedemontana del Friuli occidentale si spingono addirittura in Siberia, dove scalpellini loro compaesani di Forgaria e



della Val d'Arzino sono impegnati nella costruzione dei viadotti e dei ponti della Transiberiana: «Benefica risultava allora la rara presenza di alcune mogli di scalpellini friulani, che avevano coraggiosamente seguito i loro uomini fin laggiù e che volentieri si adoperavano per rendersi utili a tutta la comunità.

Da alcuni paesi del Friuli, donne e ragazze partono anche per le fabbriche di merletti a macchina del cantone di San Gallo, in Svizzera. L'arruolamento, come segnala il prefetto di Udine il 28 dicembre 1911, avviene tramite gli agenti delle fabbriche, che percorrono alcune zone del Friuli.

Per il console italiano a San Gallo «il maggior numero di ragazze arruolate per le dette fabbriche proviene dal Veneto e specialmente da Enemonzo, Forni [Avoltri], Montenars, Prata di Pordenone, Brugnera, Tarcento, ecc.», tutte località dell'allora circondario di Udine.

A San Gallo, le donne operaie occupano una particolare nicchia lavorativa, quella del ricamo a macchina, mentre i loro compaesani maschi sono soprattutto impegnati nel settore edile. Nei quindici anni che precedono la Prima guerra mondiale, il settore del ricamo attraversa una fase di notevole espansione.

Quasi tutte le donne di Forni Avoltri partite nei primi anni del Novecento ritornano in patria prima della Grande Guerra. Ricorda Bianca Cadore:

*Mia madre [Teresa Del Fabbro] era del 1886 ed è andata in Svizzera prima della I Guerra Mondiale insieme ad altre donne del paese [...] Si era trovata bene: vivevano tutte insieme e facevano pezzi a macchina in una fabbrica tessile. Cercavano di risparmiare il più possibile, per mandare soldi a casa. A volte mangiavano pane e cioccolato per non spendere. La mamma aveva vent'anni e si è sposata a Toblat, in Svizzera, nel 1906 con*

Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser

<https://www.youtube.com/watch?v=JkBGua8WfJA>



L'arrivo in America

Cadore Luigi, nato a Lauco il 9 novembre 1883. Sono rimasti là fino al 1911 e quando è nato il primo figlio, nel 1912, erano già rientrati in paese [...] Sono tornate tutte più o meno nello stesso periodo, prima della I Guerra. La località [dove lavorava mia mamma] era St. Fiden, periferia di San Gallo.

Numerose sono le incombenze affidate alle mogli degli emigranti stagionali e pluriennali che rimangono in patria. Il marito affida alla consorte il compito di provvedere a se stessa, ai figli e agli anziani di casa, le delega il ruolo della conduzione della famiglia e dell'economia domestica.

Le donne, come ricorda Patrizia Audenino a proposito delle comunità alpine, sono «responsabili della gestione finanziaria dei risparmi procacciati dagli uomini nelle attività svolte nell'emigrazione.

Tra il 1905 e il 1915, per esempio, la friulana Giulia Fabris, nel lungo periodo di emigrazione stagionale del marito, Luigi Piccoli, e poi dei figli in varie regioni dell'Austria, non si sposta dal borgo natio, Zompicchia.

Giulia bada alla casa, accudisce i bambini, provvede ai lavori agricoli, acquista il maiale,



*Nasce nel 1950 il **Coro Edelweiss** del CAI di Torino, da un gruppo di giovani ed entusiasti amanti del canto di montagna. Conta oggi 35 elementi, tutti rigorosamente dilettanti. Nella sua lunga storia, ha visto passare oltre 180 coristi, 5 diversi maestri, ha eseguito centinaia di concerti in Italia e all'estero e inciso numerosi dischi e CD. Il Coro Edelweiss intende portare il proprio contributo alla salvaguardia e alla conservazione del formidabile patrimonio artistico e culturale del canto di montagna. Il repertorio del Coro, che spazia su tutta l'ampia produzione dei canti tradizionali alpini, è di circa 150 brani, di cui una trentina con armonizzazioni proprie.*

fa pervenire le comunicazioni del marito polier (capo-operaio) ai compaesani e amministra le rimesse che arrivano mensilmente dall'Austria.

La donna, quindi, è chiamata a prendere decisioni che tradizionalmente spettano al capo famiglia e che aprono vie di emancipazione estranee ai modelli elaborati dai ceti dirigenti e dalle gerarchie ecclesiastiche.

Per molte donne, infatti, l'assenza dei mariti «riporta ad una situazione di autonomia che se non intacca in teoria l'autorità maschile la sostituisce nelle decisioni di ogni giorno.

Scrivo Luigi Piccoli alla moglie il 10 settembre 1912 da Zell am See:

*Carissima Giulia, io ti ho spedito L. 40 quaranta lì otto del mese corente, greo che li abbi ricevuti, tu ti farai quella cura che ti è necessaria, in ogni modo io non ti ho dimandato né questo né quello, quel che fai è tutto ben fatto, non sarai una bimba, quello che è indispensabile no si può far di meno, io di quello che posso non ho mai mancato.*

Alle donne sono affidati anche i risparmi che, sotto forma di rimesse, giungono nei borghi e paesi del Friuli dagli emigranti che si trattengono per diversi anni oltreoceano, soprattutto nei cantieri edilizi, nei lavori ferroviari e nelle miniere canadesi.

Da Michipicoten Harbor sul Lago Superiore, nella provincia dell'Ontario, il 16 febbraio 1912 Giovanni Primus scrive alla moglie Matilde residente a Pantianicco, un piccolo borgo del medio Friuli:

*Carissima Moglie Ricevuta tua lettera in data 8 Gennaio p.p. bene intesi il tutto. Di ogni appare nulla mi sgomenta ma della tua poca buona salute che tanto a lungo tieni senza migliorare certo mi fa pensare e temere, io te lo già tante volte detto, e ora te lo ripeto, procura e cerca se puoi trovare qualche rimedio; e non guardar denaro per soffrire; voglio sperare poi che al raggiungere della presente ti trovi in miglioramento.*

*Ora per mezzo Posta ti spedisco Dollari 160.00 dico Cento Sesanta Dollari. Di questo denaro tu pagherai il mio Viaggio, il resto*

*prendi Biava per non andare ogni giorno col sacco sulla piazza; caso poi non è sufficiente il denaro che resta pei bisogni di famiglia, paga 500.00 Lire sulla cambiale grande così ti resta cento lire in più per famiglia, in fine ti dico tu sei in corente delle cose e saprai tu come devi fare e impegnare questo denaro.*

*Per imprestare denaro io so che tu ai ragione, ma si crede fare un piacere pel momento, poi tradiscono e mancano alle promesse; così fanno imparare.*

*Mi dispiace che Lasto [figlio di Giovanni, nato il 26 novembre 1900] non può andare a Scuola però gli raccomando almeno quando può di non mancare, e alla Comare Gioconda [Buttazzoni, maestra] dagli 10. Lire pregandola volerlo tenere sempre in lezione anche se resta a casa.*

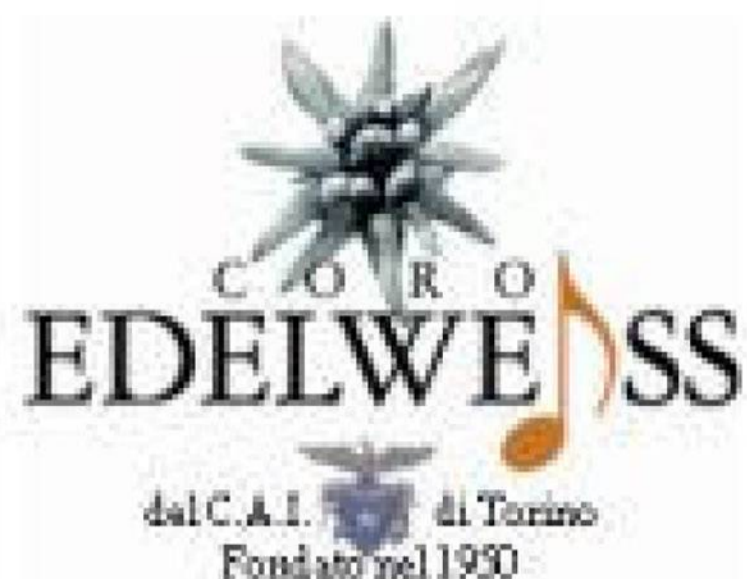
*Di salute io sto bene e lavoro sempre a eccesione di qualche giornata. Sperando trovarvi tutti sani, prima te e poi la nostra famiglia e parenti tutti, e salutandoti infinitamente unito ai figli e Madre, più tuo fratello e sua Moglie, poi tutti Cognati e Cognate; controcambio il saluto della Comare Gioconda, segnandomi per sempre Il tuo affe.mo Marito Gio Primus Harbor il 16 Il 1912.*

*Darai L. 5.00 a Cecilia; 5 a Italia e 5.00 a mia madre, per la tua povera Madre una messa; ai figli darai tu ciò che credi e alla piccola Olga pure il regalo dalle purché sia buona e che vada a scuola, fari dire come ogni anno la messa a St. Antonio.*

*Le donne governano l'economia familiare, amministrano con parsimonia le rimesse che arrivano cospicue dall'estero, pagano le cambiali, assistono gli anziani rimasti a casa, allevano i propri figli. Fino alla Grande Guerra, l'economia del Friuli dipende sostanzialmente dal lavoro esterno: i proventi ottenuti nei Paesi dell'Europa centrale e d'oltreoceano sostengono l'economia domestica perché gli uomini all'estero e le donne in patria concordano su mutua responsabilità e fiducia reciproca, intenti entrambi a migliorare le condizioni socio-economiche del gruppo familiare.*

**Valter Incerpi**





**Coro Edelweiss del CAI di Torino**

**Cerchiamo coristi!**

**Ti aspettiamo tutti i martedì alle ore 21  
presso la Sala degli Stemma  
al Monte dei Cappuccini**





*l'ultimo romanzo di Roberto Mantovani...*

*Un viaggio nel cuore della montagna, tra le valli cuneesi e quelle del settore alpino più meridionale della provincia di Torino.*

*Una tavolozza di storie, di ricordi e di incontri. Scampoli di esperienze e di vite vissute, più che frammenti di escursioni e di alpinismo. un piccolo coro di voci alpine la cui sonorità è stata per troppo tempo smorzata dal piccolo orizzonte della realtà contadina e che oggi, suo malgrado, deve fare i conti con il silenzio delle borgate abbandonate, dei boschi incolti e dei pascoli abbandonati all'incuria e al logorio del tempo.*

*Una doppia manciata di racconti che cercano di non lasciarsi intrappolare dalle sirene della nostalgia e che, pur senza rinunciare a riflettere sul passato, non dimenticano il presente e, soprattutto, si interrogano sul futuro.*

*Perché, anche se non è facile da immaginare, in quest'angolo delle Alpi l'avvenire non è affatto scontato: nel crogiolo delle valli che circondano il monviso, un po' ovunque - e non da oggi - si accendono segnali di speranza e di rinnovamento che lasciano intravedere promesse di un futuro migliore.*

# ROBERTO MANTOVANI FORSE LASSÙ È MEGLIO

**CRONACHE DA  
UN MONDO SOSPEO**



*Da questo mese l'Escursionista dedica la rubrica "Il mestolo d'oro" ad un ciclo di articoli dedicati all'alimento più importante delle nostre tavole: il Pane!*

*La penna autrice di questi articoli è quella dell'amico Marco Giaccone, patron di "Pane Madre", apprezzatissimo laboratorio di panificazione naturale in Buttigliera Alta (vicino a Torino) oltre che brand di successo sul world wide web con panemadre.it sito dedicato a tutti gli appassionati della panificazione di qualità, e docente nei tanti corsi di panificazione tenuti presso importanti aziende del comparto alimentare italiano.*

*Marco ci condurrà attraverso la storia evolutiva del Pane, con lui conosceremo le varie qualità dei cereali, del frumento, parleremo di farine, di glutine, di lievito pasta madre e delle tecniche di panificazione naturali con le quali Marco realizza nel suo laboratorio prodotti di eccezionale qualità.*

*Pronti allora a fare insieme a Marco questo "viaggio" nell'arte della panificazione?*

## *Il Pane, com'era*

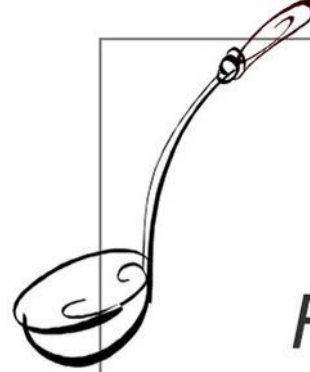
Oggi che la tavola di molti di noi abbonda del superfluo, spesso non ci soffermiamo più a contemplare il pane, questo umile cibo nato dalla terra attorno al mediterraneo qualche millennio fa, alimento così quotidiano e normale sulle nostre tavole eppure del quale non ci chiediamo, per lo più, cosa mangiamo.

Siamo abituati a consumare il cibo in fretta, dove capita, e possiamo dire che ingoiamo il cibo come fosse un carburante.

Il "pane quotidiano", sempre presente sulla tavola ha perso il senso che gli era proprio un tempo, quello cioè che lo faceva molto di più di un semplice nutrimento.

Oggi non si è più in grado di "capire il senso del pane" e spesso lo si sostituisce banalmente con qualcos'altro, a caso, il cui unico scopo è quello di smorzarci la fame senza "farci ingrassare" più di tanto. E spesso peggiorando così la nostra alimentazione.

Bene, scopo di questa serie di articoli, di cui questo è il primo, che parleranno "di pane", è quello di ricostruire gradualmente la conoscenza del valore storico prima e



## Il mestolo d'oro Ricette della tradizione popolare

nutrizionale poi, di questo alimento che io considero ancora importante per la nostra tavola, tentando perciò di riportare viva la "cultura del pane".

### **Un po' di storia**

E' nato nella cenere, sulla pietra. Il pane è più antico della scrittura e del libro. I suoi primi nomi sono stati incisi sulle tavolette d'argilla in lingue ormai estinte. La leggenda del pane affonda nel passato e nella storia.

La mitologia greca attribuisce la protezione della coltivazione dei cereali alla Dea Cerere, (divinità delle messi e dell'agricoltura), in onore della quale sarà dato il nome alle spighe di grano di "cerealìs" cioè sacre a Cerere.

Tuttavia resterà un mistero dove e quando germogliò la prima spiga di grano. La sua presenza richiamò lo sguardo dell'uomo, forse attratto dalla curiosa collocazione dei chicchi all'interno della spiga che offriva un modello di armonia, di misura. Il grano nasceva in diverse regioni del mondo.

Fu proprio la Dea Cerere, ritornando alla mitologia, a mandare sulla terra Trittolemo figlio del re Celeo, a spargerne i semi guidando un carro trainato da draghi e stipato di una grande quantità di semi di cereali.

Nella realtà storica, i cereali nascevano in diverse regioni del mondo. Le loro tracce sono state trovate nelle pianure della mezzaluna fertile e nel Corno d'Africa. Sugli altipiani dell'Etiopia e dell'Eritrea dove finisce il deserto, il clima diventa più mite ed umido, e poi da qui verso l'Egitto. Semi fossilizzati sono stati rinvenuti anche nella parte occidentale del deserto africano, nell'oasi di Farafra, su focolari vecchi di 8000 anni.

L'origine del pane accompagna la trasformazione delle popolazioni nomadi in stanziali, del cacciatore in pastore e di entrambi nell'agricoltore.



Seminare i cereali significava lavorare la terra e poi attendere lì parecchio tempo per il raccolto. E poi la nuova semina dei chicchi prodotti, e così via. L'uomo si fermava e nascevano i primi nuclei sociali. E con essi l'agricoltura.

Le semine ed i raccolti portarono alla suddivisione del tempo in stagioni, e con esse alla determinazione dell'anno, dei mesi e così via. Le prime coltivazioni attorno alle quali sono stati costruiti i modelli di civiltà erano di sicuro di cereali. Lo testimoniano i tanti ritrovamenti di cereali fossilizzati nelle tombe, nelle rovine degli insediamenti primitivi dell'uomo.

E' stato lungo il cammino dal chicco crudo al quello cotto, dalla farina alla focaccia. L'uomo che preparava il pane era già diverso dai suoi antenati, e così si l'uomo si affaccia alla soglia della storia.

L'agricoltore osservava la terra arata aspettandone il frutto. A casa la donna impastava e cuoceva, Era nata così la suddivisione del lavoro. "Le donne mescolano accuratamente la bianca farina preparando il pasto ai mietitori", sta scritto nell'Iliade, mentre

nell'Odissea viene rimarcata la differenza tra quelli che già mangiavano il pane e quelli che ancora mordevano i ramoscelli di loto -i "lotofagi", "barbari" che non sapevano neppure parlare a modo. Chi si nutriva di pane era già più avanti.

Il profeta Isaia preannunciò un'epoca in cui "le spade si sarebbero trasformate in aratri e le lance in falci". Ma il cielo non ha esaudito le sue parole. La terra è rimasta sorda al loro richiamo. La fede non è riuscita a disarmare il guerriero. Il potere ha sempre sostenuto più il soldato che il contadino. E nonostante ciò, il pane è diventato e rimasto parte del destino umano, tanto da generare guerre all'infinito per l'appropriazione delle terre atte a coltivare il grano.

"Non si vive di solo pane" si è ripetuto per secoli. Le conoscenze sul grano e sul pane sono state tramandate di generazione in generazione. Gli antenati lasciavano in eredità utensili ed attrezzi. Le epoche attraverso le quali sono passati questi strumenti ed arnesi sono state lunghe ed incerte.

Dal fuoco dei nomadi al focolare, al forno; dall'aratro rudimentale dei primi



nomadi/contadini, alla zappa, fino ai grandi vomeri moderni. Dai primi mortai per pestare i chicchi fino ai mulini di oggi ad alta velocità.

Tutti questi attrezzi, ognuno nel suo genere, connotavano il passato ed il presente del pane. Nel forno di pietra e poi rivestito di mattoni, nelle pignatte e pentole, la pasta riceveva la sua forma definitiva. Il pane veniva servito a tavola, servito nei banchetti, consacrato ed adorato sull'altare fino a diventare il corpo stesso della divinità e quindi cibo spirituale.

Cibo richiesto in elemosina per la strada, sottratto ai viandanti lungo le vie lontane ed i viaggi pericolosi.

Tutto questo, materia per nutrire il corpo e la mente, elemento per scatenare guerre fratricide ed editti di tutti i grandi sovrani dell'antichità. Questo ed altro è il pane.

Nei prossimi interventi ci avvicineremo gradualmente a capire di più di questo cibo noto a tutti, dal richiamo ancestrale ma ancora oggi al tempo stesso ancora misterioso ai più.

(fine parte prima)



**Marco Giaccone**



## *I riti e le usanze della notte di San Giovanni*

Mi piacciono le tradizioni, le usanze, e alcune di queste riguardano il 24 giugno, la notte di San Giovanni, da sempre considerata una notte magica, che segue il solstizio d'estate quando il sole è al suo apice e imprime forza e vigore alla natura e alle sue creature.

È una festa cristiana che, come spesso accade, si è innestata su una precedente festa pagana risalente probabilmente alla ritualità celtica (Litha solstizio d'estate) celebrata con riti propiziatori e l'accensione dei falò, usanza che ancora oggi illumina la sera della festa di San Giovanni in diversi paesi. In questo particolare periodo dell'anno, la natura raggiunge il suo massimo splendore, A Mocchie, Laietto, Frassinere e in tutte le borgate di Condove la mattina del 24 giugno, non mancavano mai porte di case e stalle con del ramoscello di noce appeso allo stipite ed un bacile su un davanzale contenente l'acqua o rugiada di San Giovanni.

Con fronde di noce si adornavano le case traendone responsi propizi dal sussurrare delle foglie al vento e dal loro avvizzire lento o veloce. Usanza conosciuta come il "ramoscello di noce di San Giovanni", albero che fiorisce verso la fine di giugno e porta i gustosi frutti in autunno, da porre all'ombra



*C'era una volta  
Ricordi del nostro passato*

prima che sorga il sole e verificare già dopo il mezzogiorno le condizioni della noce, come da antiche tradizioni contadine.

Se la noce appassisce prima di mezzogiorno estate molto secca, di contro se resta verde per più giorni estate piovosa. Per alcuni servivano anche a non far entrare in casa le streghe, in volo per raggiungere il luogo di ritrovo di cui parliamo più avanti.

L'acqua di San Giovanni, per chi non la conosce, è semplicemente un'acqua dove la sera del 23 Giugno vengono poste corolle di fiori e erbe.

Lasciata tutta la notte all'aperto su un davanzale, godrà dei benefici della rugiada di questa notte magica e il mattino dopo sarà pronta per essere usata per lavarsi viso, occhi e corpo avendo acquisito anch'essa poteri straordinari proteggerà dalle malattie, dalle disgrazie, dall'invidia.

La ricetta è semplice, un bacile, acqua, erbe e fiori. Per tradizione le erbe e i fiori dovrebbero essere raccolti da mani di donna, meglio a digiuno, al tramonto del 23, in numero dispari.



*La "magia" della notte di San Giovanni*

L'acqua meglio di fonte ed il bacile non di plastica.

Quali fiori, quali erbe? Si raccolgono 7 qualità diverse: i fiori di iperico detti anche di San Giovanni o scaccia diavoli contro il malocchio, di artemisia detta anche assenzio selvatico per la fertilità, di lavanda e malva, foglie di menta, rosmarino e salvia. Erbe e fiori legate al buonumore, alla prosperità e fecondità, all'allontanamento del maligno e delle negatività.

Al tramonto erbe e petali vanno adagiati in un bacile colmo d'acqua fresca, che verrà sistemato all'aperto in modo che possa ricevere il beneficio dei raggi della luna e della rugiada.

La mattina seguente si inizierà la giornata con il lavaggio del corpo o di una sua parte a scopo purificatorio con questo infuso che nella notte ha raccolto sostanze e profumi inebrianti e freschi. Al di là di credenze e riti, di storie e tradizioni, risulta una eccezionale delizia e un piacere ineffabile. Non si conserva, se avanza va regalata agli amici.

Nella tradizione cristiana la rugiada di San Giovanni rappresenta le lacrime che Salomé versò dopo essersi pentita di aver desiderato e provocato la decapitazione del Battista. Disperata e divorata dal rimorso, Salomé iniziò a coprire la testa del Santo di lacrime di disperazione, ma improvvisa, la bocca del Battista si spalancò rilasciando un vento fortissimo che spinse Salomé e la complice madre in aria, dove restarono a vagare per l'eternità.

Secondo la tradizione nella notte di San Giovanni la rugiada da forza generatrice ed energica. Bagnarsi gli occhi con la rugiada è un gesto di purificazione che rimanda al Santo Battesimo. Si dice che raccoglierla e poi berla allontani il malocchio e favorisca la fecondità.

Ma la notte di San Giovanni resta soprattutto collegata all'albero di noce e ai suoi frutti, E' proprio durante questa notte che si devono raccogliere le noci dette appunto di San Giovanni per la preparazione del nocino, il liquore ottenuto dalla infusione delle noci ancora verdi e immature, nell'alcol.

L'utilizzo del mallo di noce come ingrediente per medicinali, o liquori risale a tempi antichissimi. Le noci per fare il nocino sono sempre in numero dispari, 33 per un litro di

alcol, e devono essere verdi ancora nel mallo e tenerissime così da poterle tagliare in quattro parti.

Una credenza secolare è che in questa fase solstiziale dell'anno le streghe fossero solite darsi convegno nella notte tra il 23 ed il 24 giugno attorno ad un antichissimo albero di noce. Le leggende narrano che intorno a questo grande noce si svolgessero anche le famose danze delle streghe alle quali partecipavano le più famose streghe.

Durante il sabba le streghe raccoglievano erbe per creare pozioni con le quali "incantare" gli uomini. Tra queste erbe anche le noci acerbe. Che si veda come rito propiziatorio o no, il 23 giugno diventa così la notte delle streghe, attorno alla quale si sono sviluppate nei secoli ricorrenze, feste popolari e riti.

Tra le tradizioni popolari legati a questo periodo ci sono i fuochi di San Giovanni, falò accesi nei campi considerati propiziatori e purificatori, perché le lingue delle fiamme vadano a dare rinforzo al sole che accorciandosi le giornate inizia a perdere energia. Il fuoco è considerato purificatore e la tradizione dice che porti bene saltare sul fuoco pensando intensamente a ciò che vogliamo migliorare o modificare della nostra vita. E poi saltarne le ceneri, buttarsene un po' tra i capelli per preservarsi da tutti i mali.

La notte di San Giovanni è soprattutto una notte colorata d'amore: perché il 24 giugno è considerata la data più propizia ai matrimoni.

Molti rituali sono legati alla possibilità di trovare marito, o di sapere chi sarà o come sarà ricco o povero. Come l'usanza delle tre fave, che incartate e poste sotto il cuscino daranno il mattino dopo la misura di quanto sarà ricco il marito. A mezzanotte, prendere tre fave: alla prima togliere completamente la buccia, alla seconda togliere la metà della buccia, e alla terza lasciarla intatta. Incartare le tre fave come caramelle con tre carte identiche, metterle sotto il cuscino e dormirci sopra. Il mattino pescandone una a caso, se la buccia è intera vuol dire che s'incontrerà un marito ricco, con mezza buccia benestante e senza buccia povero.

In certe zone le ragazze usano, prima di addormentarsi, pregare San Giovanni di far mostrare loro in sogno il volto del futuro



*San Giovanni il Battista*

### Chi era Giovanni il Battista?

compagno; altri dicono che se una ragazza a mezzanotte si guarderà allo specchio, vedrà riflesso accanto al suo volto quello di lui. Anche mettere sotto il cuscino un mazzetto di foglie di alloro serve per sognare il volto del futuro amore.

Una leggenda dice che solo a mezzanotte in punto, una pianta di felce che nasce lungo i ruscelli fiorisca: chi riuscirà a cogliere questo fiore acquisterà la fama di saggio e capacità di leggere il passato e prevedere il futuro. Oppure cogliere un ramo di felce allo scoccare della mezzanotte aiuta ad aumentare le entrate economiche.

E che dire ancora sull'aglio che si deve comprare il giorno di San Giovanni e che, appeso in casa, porta ricchezza e protegge dalle streghe? Un vecchio proverbio recita: *“Chi non prende aglio a San Giovanni, è povero tutto l'anno”*.

Concludendo con la festa di San Giovanni si assiste alla glorificazione dell'acqua, simbolo della fecondità e della purificazione e vede il Santo protettore dalle influenze malefiche, assicurando la rinascita della luce.

Giovanni Battista è l'unico Santo, oltre la Madre di Gesù, del quale si celebra con la morte (29 agosto) anche la nascita (24 giugno). Fu il più grande fra i profeti perché poté additare l'Agnello di Dio che toglie il peccato del mondo. Giovanni è il precursore del Cristo con le parole e con la vita. Egli è l'ultimo profeta dell'antico testamento e il primo apostolo di Gesù, perché gli rese testimonianza ancora in vita.

Si dice nel vangelo di San Luca che era nato in una famiglia sacerdotale, suo padre Zaccaria e la madre Elisabetta. Essi erano osservanti di tutte le leggi del Signore, ma non avevano avuto figli, perché Elisabetta era sterile e ormai anziana.

Un giorno a Zaccaria, apparve l'angelo Gabriele che gli annunciò che Elisabetta avrebbe partorito un bambino al quale avrebbe dato il nome di Giovanni. Zaccaria fu turbato e non credette alle parole dell'angelo che lo rese muto fino alla nascita del bambino. Elisabetta diede alla luce un bambino che i sacerdoti volevano chiamare come il padre, ma volendo la madre chiamarlo Giovanni,



chiesero quindi a Zaccaria che nome mettere al bambino ed essendo quello muto chiese una tavoletta sulla quale scrisse "il suo nome è Giovanni": in quell'istante Zaccaria riacquistò la parola e cominciò a benedire Dio. Della sua infanzia e giovinezza si sa poco ma quando ebbe l'età giusta, Giovanni conscio della sua missione, si ritirò a condurre la dura vita nel deserto, portava un vestito di pelle di cammello e una cintura di pelle attorno ai fianchi, il suo cibo erano locuste e miele selvatico.

Iniziò la sua missione intorno al Giordano, esortando la conversione e predicando la penitenza. La gente accorreva da tutta la Giudea ad ascoltarlo; e Giovanni in segno di purificazione dai peccati, immergeva nelle acque del Giordano coloro che accoglievano la sua parola.

Molti cominciarono a pensare che egli fosse il Messia tanto atteso, ma Giovanni assicurava loro di essere solo il precursore.

Anche Gesù si presentò al Giordano per essere battezzato e Giovanni quando se lo vide davanti disse: "Ecco l'Agnello di Dio, ecco colui che toglie i peccati del mondo", Giovanni lo battezzò e vide scendere lo Spirito Santo su di Lui nel segno di una colomba.

Aveva operato senza indietreggiare davanti a niente, sempre pronto nel denunciare le ingiustizie non ebbe paura nemmeno quando dovette accusare di adulterio il re d'Israele Erode Antipa, e fu proprio questa accusa che lo portò alla morte. Il re Erode provava rispetto per Giovanni e non voleva farlo uccidere, ma cedendo alle richieste di Erodiade lo fece imprigionare.

Una tragica sera, mentre Erode dava un banchetto, Salomè figlia di Erodiade, danzò per i convitati, ed Erode promise alla giovane donna qualunque cosa gli avesse chiesto. Salomè, istigata dalla madre, chiese "la testa di Giovanni".

Il Battista fu decapitato e la sua testa fu portata in un vassoio d'argento e portata alla ragazza che la diede alla madre.

Il suo culto si diffuse in tutto il mondo, sia in Oriente che in Occidente e a partire dalla Palestina si eressero innumerevoli Chiese e Battisteri a lui dedicati. La festa della Natività di San Giovanni Battista fin dal tempo di sant'Agostino, (354-430), era celebrata il 24

giugno, per questa data si usò il criterio, essendo la nascita di Gesù fissata al 25 dicembre, quella di Giovanni doveva essere celebrata sei mesi prima, secondo quanto annunciò l'arcangelo Gabriele a Maria.

Per quanto riguarda le reliquie c'è tutta una storia che si riassume; dopo essere stato sepolto privo del capo a Sebaste in Samaria, dove sorsero due chiese in suo onore, si dice che il suo sepolcro venne profanato dai pagani che bruciarono il corpo disperdendo le ceneri.

Per la testa che si trovava a Costantinopoli, purtroppo come per tante reliquie del periodo delle Crociate, dove si faceva a gara a portare in Occidente reliquie sante e importanti, la testa si sdoppiò, una a Roma nel XII secolo e un'altra ad Amiens nel XIII secolo.

Secondo la tradizione della Chiesa Cattolica a Roma si custodisce senza la mandibola nella chiesa di San Silvestro in Capite, mentre la Cattedrale di San Lorenzo di Viterbo, custodirebbe il Sacro Mento.

Il culto per San Giovanni si estese in tutto il mondo della Cristianità in poco tempo, sia per il modello di vita ascetica che per l'esempio di coerente fermezza fino alla morte, e molte città e chiese ne presero il nome.

In valle di Susa diverse chiese sono intitolate a San Giovanni Battista: Cesana, Foresto, Puy Beaulard, Salbertrand e Sauze d'Oulx, senza dimenticare il capoluogo del Piemonte: Torino.

**Gian dij Cordòla**  
**Gianni Cordola**  
[www.cordola.it](http://www.cordola.it)



la Vedetta Alpina  
la rubrica del  
Museo Nazionale della Montagna



## ONLINE MULTI-SUBMISSIONS FORM

All IAMF Festivals in one single entry.

[#mountainalliance](#)

[#oneentryonly](#)

[#1entry27festivals1archive](#)

[#iamfsubmission](#)

### *Il MuseoMontagna all'estero*

*L'International Alliance for Mountain Film lancia online il Modulo di iscrizione Multi-Festival*

Il Museomontagna da anni porta avanti un'intensa attività internazionale che si sviluppa principalmente in due direzioni: da un lato promuovendo la sua attività espositiva all'estero con mostre itineranti in tutto il mondo, dall'altro curando rapporti e collaborazioni con istituzioni straniere che operano nel settore culturale o affine.

Le due linee d'intervento si sono intrecciate nel progetto transfrontaliero *iAlp - Musei Alpini Interattivi*, che il Museomontagna ha condotto dal 2017 al 2020 con il Musée Alpin di Chamonix, collaborando alla valorizzazione dei rispettivi patrimoni culturali, lavorando sulle collezioni con attività di catalogazione e di digitalizzazione, miglioramento della conservazione dei materiali ed estensione della fruizione al pubblico tramite la creazione del portale multilingue [mountainmuseums.org](http://mountainmuseums.org) e la realizzazione di tre esposizioni transfrontaliere.

Il buon esito del progetto è stato frutto anche del sistema di reti in cui opera il Museomontagna: l'IMMA, l'International Alliance for Mountain Museums, di cui fanno parte sia il Museomontagna sia il Museo Alpino di Chamonix, riunendo enti di varia

tipologia, come musei e centri di documentazione, con l'obiettivo principale di promuovere la cultura e il patrimonio alpinistico, anche tramite progetti comuni. È l'IAMF, l'International Alliance for Mountain Film, di cui il Museo è socio fondatore e coordinatore dal 2000, quando l'Associazione è stata istituita.

L'*International Alliance for Mountain Film* è un'associazione che riunisce i più importanti enti che promuovono e conservano il cinema di montagna.

La sua sede è nell'Area Documentazione del Museo, che ne svolge anche la funzione di coordinamento.

L'IAMF è stata istituita a conclusione di un incontro che si è svolto nei giorni del 4 e 5 febbraio 2000 presso la Sala degli Stemmi del Museo Nazionale della Montagna di Torino, prosecuzione di un precedente incontro a Trento nel 1999, con una dichiarazione di intenti firmati da nove soci fondatori: i festival di Autrans, Banff, Breuil-Cervinia, Graz, Les Diablerets, Lugano, Torelló, Trento e il Museomontagna.

Oggi l'Alliance conta 27 membri: 26 festival di film di montagna e un museo, che





rappresentano 20 Paesi di Europa, Asia, Nord e Sud America, Oceania.

Dopo oltre vent'anni di attività, l'*International Alliance for Mountain Film* è oggi un centro di competenza per professionisti e organizzazioni che lavorano nel settore Montagna e fornisce una rete di festival che operano a livello globale, con eventi in ogni continente.

La rete consente uno scambio professionale e creativo tra registi, sportivi, società di outdoor e comunità della montagna, favorendo la condivisione di idee e la fornitura di servizi utili sia al cinema sia al mondo della montagna e ai membri dell'Alliance.

Diverse sono le iniziative di cui è stata promotrice in questi vent'anni, intensificando la sua attività interna ed esterna. Sotto l'egida della IAMF, vengono annualmente promosse iniziative come il Gran Premio IAMF, e le Giornate del Cinema di Montagna, una master class di regia cinematografica.

Lo scorso anno, a sostegno del cinema di montagna e della sua storia, è stato pubblicato il libro di Roberto Mantovani *Ciak si scala! Storia dei film di alpinismo e arrampicata*, edito dal Cai con l'International Alliance for Mountain Film e il Museo Nazionale della Montagna.

Inoltre, il numero di festival aderenti all'associazione è in continua crescita, così come quello di richieste di adesione, segno di un buon lavoro di squadra tra i membri e di

un'ottima comunicazione, entrambi fattori determinanti per rafforzare il legame dell'Alliance alla comunità montana e cinematografica.

La sua storia, una storia di passione per il cinema e la cultura di montagna che unisce i soci aderenti, è ripercorsa nel libro di Sandra Tafner *Storia di passione. 2000-2020* che celebra i vent'anni di attività raccontata dai tre direttori di tre rispettivi festival – Toni Cembran, Mireille Chiocca, Joan Salarich – che si sono succeduti fino al 2018 come presidenti dell'Alleanza e dal precedente coordinatore, Aldo Audisio, ex direttore del Museomontagna.

Ultima novità di un lavoro sempre più intenso è il lancio online del modulo di iscrizione Multi-Festival per consentire di iscrivere i film a tutti i festival della rete Alliance con un'unica operazione.

In quanto Istituzione consolidata, l'obiettivo principale dell'*International Alliance for Mountain Film* è promuovere, migliorare e preservare il cinema di montagna.

Nei vent'anni della sua esistenza, il cinema è cambiato immensamente, passando dai sistemi analogici a quelli digitali e adattandosi a un mondo sempre più connesso e online, a cui l'IAMF e i suoi membri si sono sempre adeguati.

Coscienti del cambiamento sia del cinema sia della società in genere che deve essere



sempre più concepita come un sistema di reti, l'IAMF ha ideato uno strumento facile per facilitare tutti coloro che si occupano di cinema di montagna. Da poco è stato lanciato infatti un modulo online per l'iscrizione multi-festival dei film, che rende possibile iscrivere le opere a tutti i festival aderenti all'IAMF con una sola operazione sul sito [www.mountainfilmalliance.org](http://www.mountainfilmalliance.org).

Da un lato, questo semplifica l'iscrizione per registi e produttori, che in passato dovevano compilare più moduli diversi, dall'altro, rende le iscrizioni accessibili a tutti i membri della IAMF e porta i film a un pubblico più vasto e globale.

Con il modulo di iscrizione multi-festival online è possibile iscrivere i film con una sola operazione a tutti i festival il cui periodo di iscrizione è aperto. Il modulo fornisce una panoramica dei festival a cui è stato iscritto il film ed è possibile impostare promemoria per sapere quando gli altri festival IAMF apriranno il periodo di iscrizione dei film.

I registi possono scegliere di lasciare una copia del loro film nell'archivio dell'*International Alliance for Mountain Film* presso il Museo Nazionale della Montagna di Torino, in Italia, con cui l'unico scopo di preservare e archiviare i materiali dei festival, documentando l'evoluzione del cinema di montagna nel tempo. I film non saranno

utilizzati per proiezioni (live o online) o per scopi commerciali, né potranno essere dati in prestito. Se qualcuno sarà interessato ai materiali archiviati, sarà messo in contatto con i titolari dei diritti dal Museo

Nazionale della Montagna.

L'International Alliance for Mountain Film continua a promuovere, far crescere e salvaguardare il cinema di montagna adattandosi e sfruttando le tecnologie che cambiano; parte di una comunità in cui, come avviene nelle cordate di alpinisti, lavorare insieme permette di raggiungere obiettivi più grandi, come offrire il maggior numero possibile di film di qualità a un pubblico che sta crescendo in tutto il mondo.

[International Alliance for Mountain Film](http://www.mountainfilmalliance.org) | c/o Museo Nazionale della Montagna

[www.mountainfilmalliance.org](http://www.mountainfilmalliance.org)

[www.facebook.com/mountainfilmalliance.org](https://www.facebook.com/mountainfilmalliance.org)

[info@mountainfilmalliance.org](mailto:info@mountainfilmalliance.org)



## Un anello per la cappella della Cotolivier da Chateau Beaulard



Marco Polo

Esplorando... per Monti e Valli

- Località di partenza: Chateau Beaulard mt. 1400
- Dislivello: mt. 700
- Tempo di salita: 2 ore e 15 minuti c.ca
- Tempo di discesa: 1 ora e 30 minuti c.ca
- Difficoltà: E
- Riferimenti: Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n° 1 Alta valle Susa Fraternali Editore

*La cappella di Notre Dame de Lumiere, ovvero Nostra Signora della Luce, si trova sulla prima elevazione del lungo crinale separante a Oulx, in alta valle Susa, la valle della Dora da quella della Ripa. Vi si giunge percorrendo una strada e alcuni sentieri salgono a questo piccolo edificio sacro partendo dagli abitati di fondovalle.*

*La vetta, facile da raggiungere da tutti i versanti, è meta degli escursionisti e degli amanti la mountain bike nella bella stagione, mentre d'inverno viene spesso raggiunta con le ciaspole o con gli sci. In questo itinerario si parte dall'abitato di Chateau Beaulard e sia per ascendere che per tornare si percorrono i pendii che degradano nella valle della Dora.*

*Ricoperti da fitte foreste d'abeti e di larici, s'aprono di tanto in tanto ad amene radure pascolative, mentre quelli della valle della Ripa, più impervi e soleggiati, erano un tempo costellati di insediamenti e borgate oggi tutte disabitate.*

*Si sale a questa cappella per l'ampia e aperta visuale che s'apre ampissima sulla media e alta valle di Susa e sull'estesa cerchia di monti che la racchiudono a cominciare dall'incombente Chaberton.*

Giunti a Oulx, in alta valle Susa, si prosegue seguendo il corso della Dora in direzione di Bardonecchia sorpassando per via case isolate e le borgate di Signols e Savoulx. Più avanti, all'inizio dell'abitato di Beaulard, lasciata la statale e oltrepassata la ferrovia al sottopasso delle stagioni, si prende la strada che sale a Chateau Beaulard che attraversata la Dora prende a salire ripida con ripetute

svolte un boscoso pendio in direzione di questa frazione di Oulx.

Alle prime case si prende a destra lasciando l'auto all'ampio parcheggio predisposto a monte dell'abitato nel punto in cui sorge l'indicazione per raggiungere il rifugio Rey.

Si percorre invece lo stradello che si porta verso il rio che si supera su un ponte di legno oltre il quale trascurata la traccia che scende direttamente a Oulx e quella che porta a Pierremenaud, si prende verso monte salendo alla successiva indicazione dove si prosegue per la cappella della Cotolivier perché per il Sentiero Balcone, il 715, si tornerà.

La traccia che porta al colletto Pourachet, sul crinale tra le due valli, che ora si percorrerà, sempre ben segnata di biancorosso e segnalata a tutti i bivi in modo tale che non è possibile sbagliare, per un buon tratto assai ampia, quasi uno stradello, prende a salire un boscoso pendio, dove a macchia s'aprono aperte radure pascolative, sostanzialmente sempre tenendo la linea di massima pendenza.

L'ascesa, nell'ombroso lariceto, guadagnato un primo bivio prosegue sempre seguendo le segnature sugli alberi che ripetutamente si ripresenteranno puntuali per tutta la durata del percorso, anche il quello di ritorno.

Mai cessando di salire si raggiunge presso un rigagnolo un quadrivio di sentieri dove si continua verso monte per il colletto Pourachet e la Cotolivier allentandosi un tantino la pendenza quando si attraversano le radure pascolative che s'aprono nel bosco.

Lungamente continuando si perviene infine all'ultimo tratto, una balza superata che si ha si raggiunge il colletto Pourachet, che immette nella valle della Ripa, dove d'improvviso appare l'incombente mole dello Chaberton. Di poco sotto, presso delle indicazioni, transita lo stradello che sale da Oulx passando per Pierremenaud e Vazon che appena più avanti porta allo slargo dove è interdetto proseguire.



*Chiesetta della Cotolivier*

Piegando a sinistra e percorrendo fedelmente, con alti e bassi, il panoramico, boscoso crinale, in breve si raggiunge la cappella della Cotolivier mt. 2104 dove è stata allestita una piccola area di sosta.

Da questa irrilevante vetta la vista s'apre ampissima sulle valli e sui monti che le coronano: da una parte sullo Chaberton, sulla Clotesse, sulla Grand Hoche e sulle vette della conca di Bardonecchia, dall'altra sul Seguret, sul Vallonetto, sulle cime del crinale Susa – Chisone, Argentera – Thuras sino alla piramide del Pic de Rochebrune.

*2 ore e 15 minuti c.ca da Chateau Beaulard.*

All'opposto parte il sentiero 716 che scende a valle, verso Vazon. Si percorre fedelmente il ripido e scavato crinale discendente prestando alla bisogna la dovuta attenzione. In caso di neve o con il bagnato conviene utilizzare la strada, come suggerito.

Raggiunto il primo tornante, oltre il quale la pendenza s'affievolisce, proseguendo se ne rasenta un altro terminando più sotto la traccia sulla strada nel punto in cui sorgono ancora delle indicazioni. Trascurata quella che

dall'altra parte scende a Vazon si rimane sulla strada sino al primo tornante che s'incontra a monte del quale è stato predisposto un parcheggio.

Ignorato lo stradello che porta al rifugio Rey e alla Croce Turin, prestando la dovuta attenzione non è difficile scorgere, pochi metri più a valle, una traccia di sentiero alla partenza privo di indicazioni e segnature. Questo si prende.

Fatta la svolta un traverso nella pineta porta al bivio dove sulla destra si va a Vazon, mentre a sinistra si torna a Chateau Beaulard come riportato da un'indicazione e dalle ripetute segnature in biancorosso che si ripresenteranno puntuali scendendo.

Quello che ora si percorrerà, un tratto del Sentiero Balcone, è certamente una delle cose più significative dell'intero percorso. Ampia, sempre evidente, ben segnata, la traccia s'addentra lungamente in una fitta foresta d'abeti e larici sostanzialmente sempre mantenendosi lungamente pianeggiante, con alcuni tratti dove di poco si sale o si scende tanto per aggirare delle asperità.

ricordo di un bimbo, Pietro, di 8 anni che qui morì colpito da una bomba il 7 giugno 1926. (Così recita l'iscrizione).

*Dal parcheggio si raggiunge la croce in c.ca mezzora.*

**Beppe Sabadini**

Superati alcuni rigagnoli, incontrati per via dei pianori dove la foresta lascia il posto a radure pascolative, in progressione la piacevole traccia attraversando si porta in direzione di Chateau Beaulard diventando nell'ultimo tratto assai più ampia, quasi uno stradello.

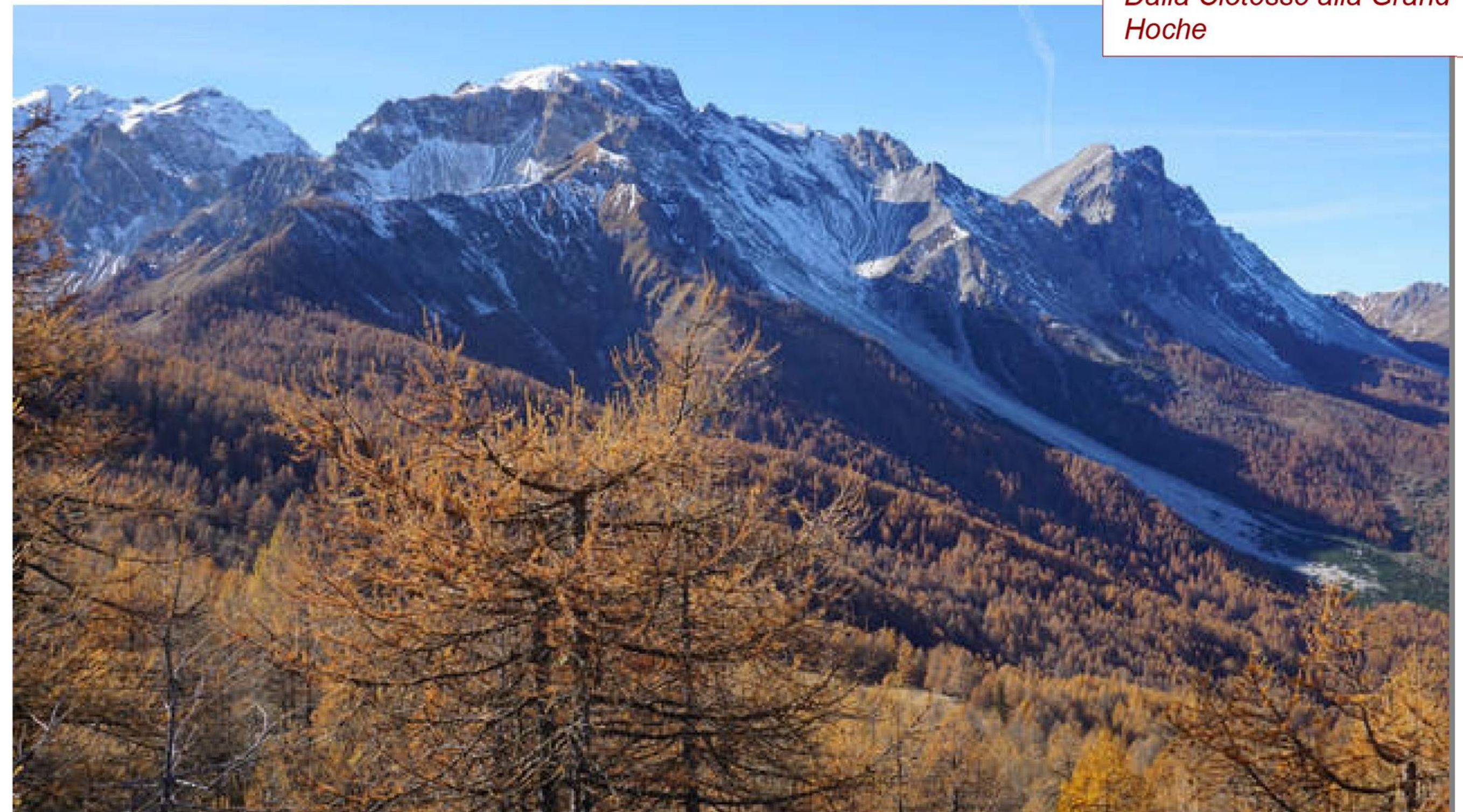
Nel punto in cui si scorgono in basso le case della borgata, per un tratto si scende ripidi terminando più sotto al bivio incontrato salendo, nel punto in cui questo anello si chiude. Attraversato sul ponte il rio in breve si raggiunge il parcheggio a monte dell'abitato.

*1 ora e 30 minuti c.ca dalla cappella della Cotolivier.*

Per scendere a Chateau Beaulard in alternativa si può prendere lo stradello, corrispondente al sentiero 750, che parte al parcheggio sulla strada che da Vazon sale alla Cotolivier.

Per via si incrocia la Croce Turin eretta in

*Dalla Clotesse alla Grand Hoche*





*Hai mai bevuto l'acqua di  
sorgente gassata?  
Beh.. da oggi al Rifugio Toesca  
lo puoi fare!*

*acqua gassata*

## *“Rio Gerardo”*

*come esce dalla sorgente  
ma con qualcosa in più...*

*Cosa aspettate? Venite ad  
assaggiarla al Rifugio Toesca!*

*Questa è una delle tante  
novità 2017  
che Vi aspettano  
al Rifugio Toesca!*



## La Montagna è gratis?

Recentemente, a seguito di un convegno presso il Museo di scienze naturali della Regione Piemonte, si è riproposto un tema a noi particolarmente caro, considerato che nel nostro patrimonio storico vi è il rifugio alpino Pier Giacchino Toesca, struttura del Club Alpino che è collocata nel parco regionale Orsiera Rocciavrè.

Il tema è il seguente: un parco naturale può aiutare un territorio a uscire dalla crisi? Può un parco regionale produrre ricchezza? Può rappresentare impresa?

Dallo studio presentato nel convegno, il patrimonio naturalistico in Italia vanta un'area di 34.000 chilometri quadrati distribuiti in 527 Comuni e garantisce il 3,2% della ricchezza nazionale, alimentando attività nella filiera eco-sostenibile, agricola e nel turismo, con un volume di affari proveniente dalle imprese private pari a 34,6 miliardi di euro nel 2011.

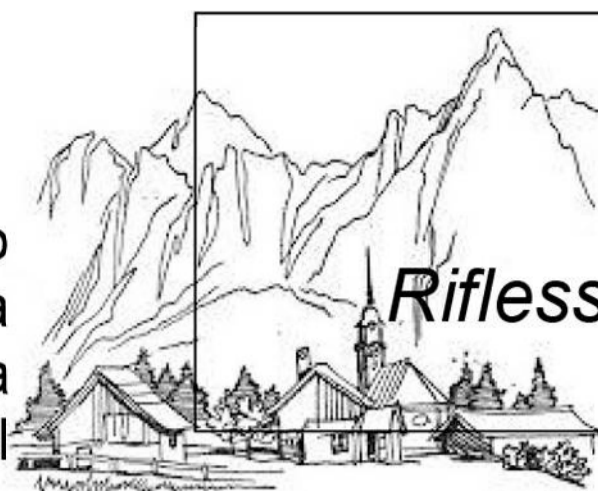
In particolare, in Piemonte ci sono 94 siti e più di 185mila ettari protetti, pari al 7,32% del territorio regionale, considerando le Aree protette e i due parchi nazionali della Val Grande e del Gran Paradiso versante piemontese.

Le aree protette, la Rete Natura 2000 e gli altri siti della Rete ecologica coinvolgono nella regione Piemonte 446.822,40 ettari, vale a dire il 17,59% del territorio totale. Alla rete di eccellenze naturalistiche si aggiungono i 7 Sacri Monti piemontesi, riconosciuti dall'Unesco nel 2003 Patrimonio dell'Umanità insieme ai due lombardi.

Il Gran Paradiso risulta il parco più conosciuto. Il 59% degli italiani sono attirati dalla natura incontaminata, il 68% si è recato in un parco. I visitatori delle aree protette sono oltre 30 milioni e 160 milioni risultano essere le presenze.

L'ecoturismo rappresenta il 16% dei turisti che scelgono il nostro Paese e se guardiamo all'Europa il 17% dei posti di lavoro è collegato a risorse "verdi".

In Piemonte, si stima che giovani e famiglie siano i principali frequentatori della Aree protette, oltre il 65% del totale, e siano per lo più provenienti dal territorio provinciale e regionale.



## Terre Alte

### Riflessioni sull'ambiente alpino

Dunque i parchi, se gestiti, possono diventare una preziosa fonte di lavoro?

Se poi consideriamo che le risorse regionali destinate alle aree protette nel bilancio regionale per l'anno 2012 sono diminuite, tant'è che solo 18 dei 25 milioni di euro sono stati destinati al loro funzionamento e la legge regionale n. 16 del 2011 ha ridotto gli enti di gestione da 28 a 14, il tema si ripropone in tutta la sua concretezza. Infatti gli stanziamenti pubblici ridotti pongono un problema non indifferente per il funzionamento dei parchi e fanno venir meno gli adempimenti comunitari volti a garantire la tutela delle biodiversità.

Venendo al nostro caso, il parco Orsiera-Rocciavrè di per sé non produce reddito diretto ma indotto sul territorio. Se consideriamo il parco in tutta la sua grandezza, tenete conto che è uno dei parchi regionali più grandi per dimensioni ma anche per caratteristiche territoriali, credo che si possa sostenere che ben valorizza le sue risorse naturali.

Mi vengono in mente le molteplici attività naturalistiche, culturali, turistiche, gastronomiche lanciate direttamente dal parco, l'interazione che il parco ha creato con le strutture ivi collocate come il nostro rifugio alpino o gli altri rifugi che sono sparsi sul suo territorio, nonché la convivenza del parco con i beni degli agricoltori e delle piccole aziende locali, che lavorano e producono reddito.

Alcuni hanno sostenuto la necessità di introdurre dei tickets di ingresso solo per il semplice fatto di poter accedere a questi territori, considerando il parco un bene da custodire e conservare e il principio della gratuità verrebbe meno soprattutto in questi periodi di crisi in cui gli enti parco sono stati dimezzati, accorpando tra loro molte realtà territorialmente contigue e originando una porzione di territorio molto più ampia da



amministrare con risorse umane e finanziarie sempre più scarse.

Da una ricerca condotta da parte dell'Istituto regionale di ricerche economico sociali della Regione Piemonte ci sarebbe un 49% di intervistati che sarebbe disposto al pagamento di questo ticket di ingresso e il 61% degli intervistati non disponibili a sopportare questo onere potrebbe cambiare idea se gli introiti ricavati dal parco fossero effettivamente finalizzati alla realizzazione di progetti per la loro conservazione e il loro miglioramento.

Altri sostengono che i parchi naturali italiani debbono rimanere dei cittadini, in quanto diritto di godimento libero da ogni imposizione. Le nostre realtà ben si differenziano da quelle di altri paesi del mondo, come per esempio i parchi americani che a pagamento elargiscono ai visitatori sicurezza, servizi alla persona, zone protette per gli animali.

In base alla nostra esperienza di volontari che in primis si occupano della cura di una struttura quale è il rifugio Toesca all'interno del parco Orsiera-Rocciavrè, grazie anche all'iter seguito per l'ottenimento della certificazione europea del marchio ecologico Ecolabel, possiamo sostenere che dai questionari ambientali compilati dai frequentatori del rifugio, pochi visitatori hanno

avuto un'educazione ambientale o hanno sviluppato una sensibilità al mantenimento delle risorse naturali che ci circondano.

Basti pensare ai parchi cittadini, quanto sono massacrati dal cittadino, che senza troppi problemi depaupera il bene collettivo, rompendo panchine, strappando fiori, sporcando aree comuni. Indubbiamente si pone il problema del costo sociale per il mantenimento di questa preziosa ricchezza, che è la natura, e, nel nostro caso, la Montagna.

Mi chiedo però: risolveremo il problema collettivo del sostegno e della cura dell'ambiente che ci circonda solo imponendo un biglietto di ingresso ai parchi naturali? Io credo che occorra invece una revisione più profonda del nostro "essere cittadini", lavorando tutti insieme, istituzioni, enti, scuole e società civile a una maggiore consapevolezza del bene "natura", "Montagna".

Per concretizzare questo concetto, si potrebbero realizzare progetti e laboratori didattici non solo per adolescenti ma anche per adulti che permettano di sensibilizzare



l'individuo e renderlo consapevole del mantenimento dei parchi naturali e dell' "ambiente", nella sua accezione più ampia.

Vi è infatti un costo sociale non solo prettamente economico per il sostegno e il mantenimento dei parchi naturali ma anche per la realizzazione del nostro benessere psico-fisico.

Sicuramente necessari e maggiori dovrebbero essere i controlli e la vigilanza all'interno dei parchi affinché le regole vengano rispettate nell'interesse della collettività sanzionando i comportamenti incivili.

**Laura Spagnolini**

*Res publica est res populi.  
Populus est coetus multitudinis juris consensu  
et utilitatis communione sociatus.  
La cosa pubblica è cosa del popolo.  
Il popolo è la riunione dei cittadini per  
consenso di diritti e comunanza di utili  
associati.*

*Cicerone, Rep. 1, 39*

## 3 passi per uscire dalla Dipendenza Affettiva

*La dipendenza affettiva è un disturbo della relazione, che può portare molta sofferenza. Particolarmente riguarda la relazione di coppia, ma a volte può verificarsi anche in altri tipi di rapporto. Per esempio nei rapporti di amicizia, nel rapporto genitori figli o anche nel lavoro.*

*La dinamica di dipendenza si manifesta spesso attraverso uno squilibrio del rapporto, dove non vi è reciprocità nel dare e ricevere sostegno e affetto. In questo articolo ti spiego come riconoscerla e come uscirne imparando a diventare più autonomi emotivamente.*

Come uscire dalla Dipendenza Affettiva? Chi ne soffre ha un modo disfunzionale di vivere la relazione e un costante bisogno dell'altro per colmare i propri vuoti affettivi ed emotivi. Relazioni tossiche: la dipendenza affettiva.

Per chi soffre di dipendenza affettiva è più facile cadere nel circolo vizioso delle relazioni tossiche. Il fatto è che queste relazioni prosciugano tutte le energie e condizionano maggiormente la persona dipendente, facendola sentire senza via d'uscita.

Si tratta, cioè di relazioni che all'inizio sembrano funzionare bene, sembra esserci affinità. Purtroppo, però come spesso accade, si viene assorbiti in fretta nel meccanismo relazionale tossico da cui è difficile uscire.

### Dipendenza affettiva cos'è?

Come ti dicevo precedentemente, la dipendenza affettiva è una forma distorta di stare nella relazione. Infatti, chi ne è soggetto prova un attaccamento eccessivo ed è pronto a sacrificare le proprie necessità, per non rinunciare o perdere quella persona.

Insomma chi ne soffre, è letteralmente dipende dall'altro per mantenere il proprio equilibrio emotivo e psicologico.

Di solito il dipendente affettivo si sente molto fragile, e bisognoso di costanti appoggi esterni. Inoltre ha una percezione di sé molto negativa e crede di non riuscire a vivere senza l'altro.



## Il medico risponde Le domande e le risposte sulla nostra salute

In particolare lo stato d'animo del dipendente affettivo può essere rappresentato da queste parole: "Non posso vivere senza di te".

### Dipendenza affettiva: cause

Certamente potremmo chiederci perché si è portati a instaurare una relazione dipendente? Il modo più semplice per comprendere perché si resta intrappolati in una relazione così simbiotica è partire da due principali motivi.

#### Fragilità emotiva

Da una parte c'è la presenza di predisposizioni o fragilità personali.

Quando parliamo di fragilità emotiva ci riferiamo a continue oscillazioni intense e frequenti di emozioni che possono presentarsi in assenza o presenza di eventi piacevoli o spiacevoli.

Come per esempio: improvvise reazioni di pianto, eccessi di collera o sbalzi di umore vissuti come eccessivi in relazione al contesto o alla situazione scatenante delineano i contorni della labilità o fragilità emotiva. In questo stato si diviene molto dipendenti e non si riesce a tollerare neanche piccole dosi di frustrazione, ansia, rabbia.

Anche la persona stessa riconosce infatti che queste manifestazioni emotive e comportamentali sono inappropriate e fuori dal proprio controllo.

#### Vittime di manipolazione

Dall'altra si può rimanere coinvolti nella relazione con una persona che attua comportamenti manipolatori.

Quando si è vittime della manipolazione emotiva si vive un bisogno fortissimo di fusione ed approvazione, che induce una forma di distorsione della propria identità. Divenendo così prede degli abusi psicologici



del manipolatore, il quale in un certo senso viene idealizzato e si cerca costantemente il suo consenso.

Quali sono i comportamenti del dipendente affettivo?

Prima di tutto c'è una bassa autostima. Questa è sempre all'origine della dipendenza affettiva. Infatti proprio per questo la persona fa di tutto pur di venire incontro ai bisogni del partner.

Nella donna la dipendenza si esprime, il più delle volte, con l'attuazione di comportamenti protettivi e un'assunzione eccessiva di responsabilità nella relazione. Si tende a mettere da parte i propri bisogni e a soffocare la rabbia. Dietro tutto questo c'è sempre la paura dell'abbandono.

Per quanto riguarda l'uomo dipendente invece si manifesta in modo differente. È più facile che mascheri il proprio bisogno d'affetto e proietti all'esterno questa necessità. Per esempio potrebbe investire gran parte delle energie nel lavoro o impegnarsi eccessivamente in hobby e sport. Altre volte potrebbe sfociare nell'eccesso della gelosia patologica.

### **Come uscire dalla Dipendenza affettiva**

Uscire da una relazione di dipendenza affettiva significa attraversare importanti fasi e questo non è certamente una cosa semplice. Tuttavia è possibile farlo se si seguono alcuni importanti passaggi, che consentono alla persona dipendente di recuperare autonomia e stabilità interiore. Ma soprattutto lavorare sul recupero dell'autostima e superare la paura dell'abbandono.

Abbiamo visto cos'è la dipendenza affettiva e quali sono le più comuni cause, in misura diversa. Vediamo ora come uscirne.

Cosa fare dunque, per imparare a uscire dalla dipendenza affettiva e guardare avanti e oltre per ritrovare sé stessi e costruire relazioni sane che si basano sul senso di libertà e stabilità? Ti propongo di seguito 3 passi fondamentali.

1. Raggiungere la consapevolezza di sé

Come volevo dirti precedentemente chi è dipendente dal punto di vista affettivo perde continuamente di vista sé stesso. Questa condizione infatti mette bene in luce l'insicurezza di fondo o, detto diversamente, la carenza interiore che porta ad aggrapparsi all'altro.

La persona dipendente perde di vista se stessa e le risulta difficile riconoscere i propri bisogni al di fuori del legame di dipendenza. Non si prende cura dei propri interessi e non conosce i propri punti di forza. La principale carenza è il distacco dalla propria centralità. Non riesce a tenere un rapporto profondo con sé stessa. Si può dire che le personalità dipendenti manchino di fiducia, di forza, di autostima, da cui emerge la sensazione di vuoto interiore. Proprio questo induce alla ricerca ossessiva dell'altro.

Ma la frenetica ricerca di compensazioni esterne, tuttavia non nutrirà mai veramente, perché non potrà sostituire il nutrimento vero, che deriva soltanto dal contatto profondo con il nostro sé.

Raggiungere la consapevolezza di sé dunque è il passo più importante da fare per divenire indipendenti e poter instaurare relazioni sane e gratificanti.

Occorre anche ricordare che sperimentare una qualità profonda di amore verso se stessi è fondamentale per tutto il corso della nostra vita.

Quando ci conosciamo a fondo, siamo anche capaci di trarre piacere da noi stessi e dai nostri interessi e passioni. Impareremo ad apprezzare i nostri punti di forza e a provare soddisfazione, anche per le piccole cose. Imparando a rispettare noi stessi ci faremo anche rispettare dagli altri e saremo in grado di instaurare relazioni che ci permettano di essere felici.

## 2. Superare la paura dell'abbandono

Se vuoi vincere la dipendenza affettiva, devi sbarazzarti della paura dell'abbandono e raggiungere l'autonomia emotiva. Questo non è un passaggio semplice, tuttavia, non è neanche impossibile. Ci puoi riuscire a patto di valorizzare te stesso. Dovrai iniziare subito

ad apprezzare gli aspetti positivi di te e renderti conto di quanto in alto puoi arrivare senza dipendere da nessun altro. Solo quando sarai in grado di superare la paura dell'abbandono, le cose cambieranno.

Ci sono persone che hanno sperimentato questa paura sin da bambini. A volte si è trattato, non tanto di un abbandono fisico, ma emotivo.

Molti studi scientifici affermano che le radici della dipendenza affettiva affondano nella prima infanzia e nelle prime esperienze di attaccamento che sono state sperimentate, stabilendo stili di attaccamento insicuri. Ma ancora più importante, la paura dell'abbandono rappresenta da sempre, l'elemento principale delle relazioni di dipendenza affettiva.

Perché accade questo? Perché questa paura porta il dipendente affettivo a trattenere l'altro, per garantire a sé stesso che non sarà abbandonato.

Purtroppo, però questi comportamenti disfunzionali, rendono ancora più fragili e insicuri. Non fanno altro che decentrare da sé stessi, nel tentativo di accondiscendere e soddisfare le aspettative dell'altro e prendersene cura. In questo modo saremo sempre vittime della convinzione che, senza l'altro, non ce la faremo a vivere. Saremo sopraffatti dal senso di angoscia, solitudine inadeguatezza.

Detto questo ora il passaggio più importante da fare è quello di imparare a superare la paura di essere abbandonati.

Impara a sviluppare la capacità di amarti.

Certamente, non è la presenza costante da qualcun altro a farci superare la paura. Ma al contrario, il lavoro psicologico che facciamo su di noi per costruire un più solido rapporto con noi stessi. Instaurare dinamiche tossiche come l'eccessivo bisogno dell'altra persona, non ci permette di costituire la nostra autenticità e nemmeno di sentirci amati, appagati e apprezzati.

Quello che ci permette di sentirci validi come individui è l'amore che riusciamo a darci da noi stessi. Questo amore non ci farà sentire più abbandonati e sapremo avere cura di noi stessi.

Le persone nella nostra vita si potranno avvicinare ma rimarrà nel cuore la profonda consapevolezza di essere individui separati, capaci di restare fedeli a ciò che siamo e a ciò che amiamo, capaci di prenderci cura di noi.

Qualsiasi cosa succeda, occorre dunque cominciare ad agire piccoli e graduali comportamenti diversi dal solito. Per esempio: fare qualcosa da soli, imparare ad esprimere le proprie opinioni e preferenze. Così come dichiarare il proprio disaccordo, imparare a dire "no". Un altro passo fondamentale è imparare gradualmente a tollerare il senso di paura dell'abbandono, a favore di una maggiore capacità di autoaffermazione e autodeterminazione. Ne verremo ripagati immensamente.

### 3. Diventare autoefficaci

Diventare autoefficaci significa soprattutto mettersi nella condizione di non dover dipendere da qualcun altro.

L'autoefficacia corrisponde alla consapevolezza di essere capaci di dominare specifiche attività, situazioni ed eventi.

Il termine autoefficacia fu coniato dallo psicologo canadese Albert Bandura, per indicare "la fiducia che ogni persona ha nelle proprie capacità di ottenere gli effetti voluti con la propria azione."

Quindi puoi iniziare prima di tutto trovando un lavoro, una casa in cui stare dopo la rottura di una convivenza o di un matrimonio. Mettere in azione i passaggi fondamentali per svincolarti dalle catene e tagliare il cordone ombelicale della dipendenza, non solo affettiva ma anche materiale, dall'altro.

Autoefficacia significa anche imparare a gestire in maniera

ottimale le proprie risorse: il proprio denaro, la propria energia e il proprio tempo evitando inutili sprechi e finalizzando l'impegno a qualcosa di costruttivo e sano.

Allora detto in modo diverso, sviluppare una buona considerazione di te è in strettissimo rapporto con la tua autoefficacia. Per semplificare si potrebbe rappresentare l'autoefficacia come una parte costituente l'autostima.

Diventare autoefficaci significa anche abbandonare il senso di vittimismo. Anche se viviamo situazioni impegnative, è necessario rimboccarci le maniche e tirare fuori la nostra forza interiore e la nostra determinazione. Quantomeno spinti dal desiderio di costruirci una vita più serena e gratificante, anche se sarà faticoso.

Per la semplice ragione che finché non rinunciamo all'essere vittime delle situazioni, non saremo in grado di fare quel salto di qualità. Pur essendo a volte faticoso è la base di qualsiasi evoluzione personale, che potrà restituirci la misura del nostro valore e liberarci dalla schiavitù della dipendenza e aiutarci a raggiungere le nostre mete.

**Dott.ssa Anna Maria Pisanello**

*Psicologo Psicoterapeuta*





Protagonisti  
*Intervista ai Protagonisti  
della Montagna*



*La sposa del Monte Bianco e l'umile cameriera*

*Henriette d'Angeville e Marie Paradis*

*Laureata in scienze forestali e ambientali, appassionata di montagna, trascorre il suo tempo tra le api e i rifugi alpini. E' tecnico/operatore di escursionismo UISP Montagna.*

*Suo è il racconto di queste due straordinarie donne che con la propria ascesa al Monte Bianco seppero conquistarsi il rispetto di quel mondo dell'Alpinismo allora esclusivamente maschile.*

Nel 1800 il mondo dell'alpinismo era esclusivamente maschile. Era credenza che una donna non avrebbe mai retto lo sforzo di una lunga camminata per raggiungere la cima di un monte, alcuni medici sostenevano addirittura che, ammesso che ci fosse arrivata, lo sforzo sarebbe stato tale da renderla sterile.

Nonostante ciò, alcune persone di sesso femminile, in diverse parti di del mondo e con abiti decisamente non idonei, fecero imprese che rimasero nella storia.

Due esempi di donne di tale audacia che nella prima metà dell'800 raggiunsero la vetta del Monte Bianco non senza provocare scalpore ed indignazione furono Marie Paradis e Henriette d'Angeville.

Marie Paradis, una cameriera di Chamonix, compì l'ascensione il 14 luglio 1808, a trent'anni, insieme ad un gruppo di guide locali.

Le dissero che la sua ascesa l'avrebbe resa famosa e le avrebbe portato del guadagno. La cameriera, montanara di nascita e quindi abituata alle scarpinate pensò che l'impresa le avrebbe giovato, i turisti sarebbero saliti a Chamonix per incontrarla, lasciandole così copiose mance.

Come lei stessa dirà ad Henriette D'Angeville, trent'anni dopo, non fu per lei un'impresa facile e neppure piacevole. Il primo giorno di salita, dopo otto ore di marcia ne aveva già abbastanza, non era per niente affascinata da quei luoghi, in mezzo a tutta quella neve che la spaventava.

- Il giorno dopo - racconta Marie - ero stanca, quando mi sono rimessa in marcia. Coraggio! Mi dicevano le guide, coraggio. Arriverai in cima. Quando sono arrivata al Grand Plateau ho sentito che non potevo più andare avanti; mi sono coricata sulla neve ed ho detto: tanto



vale morire qui che più lontano... Coraggio! Continuavano quelli, coraggio! mi hanno fatta rialzare, stavo male davvero, non avevo più forza; respiravo boccheggiando come le galline che hanno troppo caldo. Mi hanno presa per le braccia e trascinata; mi sono dovuta fermare molte volte per vomitare, con tutto il rispetto. Mi dicevano sempre: coraggio! Coraggio! Facile da dire, coraggio! Ma se una non riesce a andare avanti bisogna pure che si fermi. Sono caduta lì, vicino alle rocce rosse. Muoio, ho detto, ficcatemi in un crepaccio e andate a quel paese... Mi hanno afferrata a destra e a sinistra, mi hanno spinta, mi hanno trascinata, mi hanno portata fin là, in alto; ma non vedevo più nulla, non sentivo più nulla; non riuscivo a respirare e non riuscivo a parlare..."

Per Henriette d'Angeville l'impresa fu decisamente diversa. Nell'estate del 1838, 30 anni dopo l'ascesa di Marie, durante una vacanza a Chamonix, Henriette prese la decisione, molto ambiziosa per quei tempi, di scalare la tanto temuta montagna.

Iniziò i preparativi per poter compiere la scalata prima di quello stesso inverno. Si fece cucire dalla sarta uno speciale vestito imbottito, ingaggiò le migliori guide di Chamonix, organizzò come meglio poté la spedizione e, con l'aiuto soltanto di un lungo bastone riuscì a salire, ammirare l'imponenza di quel che la circondava e assaporare la gioia dell'avercela fatta.

Henriette, a differenza della sua predecessora, era di ceto borghese, viveva in città ma amava salire le montagne. Con costanza e allenamento non solo riuscì a conquistare la vetta del Monte Bianco ma dedicò tutto il suo tempo libero a compiere imprese alpinistiche.

Quando salì sul Monte Bianco aveva 44 anni e prima di lei solo 25 spedizioni erano riuscite ad arrivare in vetta i cui componenti, ad

eccezione di Marie, erano tutti uomini.

Qualche anno dopo Henriette scriverà un libro sulla sua avventura, "La mia scalata al Monte Bianco", pubblicato però solamente 15 anni dopo la sua morte da sua nipote.

Come lei stessa ammetterà non voleva fornire dati tecnici sull'impresa ma descrizioni, curiosità ed emozioni.

Tra le curiosità possiamo sicuramente notare la lista della spesa che le dettò il capo spedizione e che lei trascrisse meticolosamente sul suo taccuino: due cosciotti di montone, due lombate di vitello, ventiquattro polli arrosto, 18 bottiglie di vino di Saint-jean, una di acquavite più un barilotto di vino comune per i portatori...

Nel leggere questa lista si rimane perplessi ma bisogna rammentare che l'alimentazione dell'epoca non era affatto come quella odierna, era considerato normale bere un bicchiere di vino per "scaldarsi" e il pollo, si sa, era considerato un toccasana per avere forza e vigore.

Per la cura della persona cita tra le altre cose un unguento a base di cetriolo usato probabilmente per contrastare le ustioni provocate dal sole e le screpolature dovute dal freddo.

Questo prezioso ortaggio viene tutt'oggi impiegato nella preparazione di numerosi prodotti, rimedi casalinghi o erboristici, per l'idratazione e la nutrizione della pelle.

Arrivata in vetta provò una così immensa emozione davanti allo spettacolo grandioso che la circondava che a tal riguardo scriverà poi nel suo libro:

- Quel cielo così straordinario, quel caos di montagne immani, quelle nubi traforate e sormontate dai picchi grigiastri, la neve eterna, il silenzio solenne di quel deserto, l'assenza di qualunque rumore... tutto, in una parola, si unisce per creare l'illusione di un mondo nuovo, di essere trasportati alle ere primigenie.

< Ora che avete visto tutto ciò che si può vedere dalla vetta, > mi disse Coutet < bisogna che andiate in luoghi ancora più alti del Monte Bianco. >

< C'è una strada che conduce di qui alla luna? >



<Vedrete.>

E presentandomi le sue mani unite a quelle di Desplan mi invitò a sedermi su quella seggiola improvvisata; lo feci indovinando la sua intenzione; allora i due montanari, staccandomi dal suolo nevoso, mi sollevarono il più possibile; e, con quella sorta d'ovazione, mi fecero effettivamente arrivare in luoghi più alti del Monte Bianco e, non se ne dispiaccia l'orgoglio maschile, più in alto di tutti i miei predecessori. -

Se prima della partenza non furono pochi a cercare di dissuaderla, al suo ritorno molti di essi si congratularono e applaudirono a questa donna dalla forte tenacia.

Ma ci fu anche chi non approvò l'impresa, una guida di un'altra spedizione espresse "fuori dai denti" il suo disappunto dicendole: <Avete avuto il grande merito di andare sul Monte Bianco, ma bisogna convenire che il Monte Bianco ne avrà meno ora che anche le signore possono scolarlo>.

Ciò che spinse la contessa D'Angeville fu un inconsueto "bisogno", quello che lei definisce "un'antica tentazione" di scalare il monte più alto d'Europa.

Non si sarebbe accontentata di una vacanza nelle consuete mete d'élite come i molti nobili e borghesi della sua epoca, questo chiaramente suscitò scalpore e non furono pochi quelli che cercarono di dissuaderla prima dell'impresa e anche a criticarla in seguito in quanto nubile e amante della montagna e dei viaggi.

Il mondo non era ancora pronto ad accettare la parità di genere, fu criticata addirittura per l'abbigliamento, l'utilizzo del lungo bastone e per aver preferito i pantaloni alla zuava alla gonna.

Si dovette aspettare decenni perché venisse finalmente riconosciuto il valore dell'impresa e della donna che, il 4 settembre 1838, all'una e venticinque minuti, raggiunse la cima dell'orgoglioso Monte Bianco, il quale sono sicura che non si sentì per niente umiliato nell'accogliere sulla sua cima un piede femminile, contrariamente a quanto aveva scritto con malcelato maschilismo un giornale ginevrino dell'epoca.

Alla domanda "Perché quest'inclinazione per i viaggi?" nel suo libro scrive: "...è in relazione con i bisogni dell'anima, e con quelli del corpo, diversi da individuo ad individuo. Ad alcuni si confà la vita tranquilla e dolce dei campi, ad altri il tumulto delle grandi città e le distrazioni sfavillanti delle mondanità; uno brama le penitenze del chiostro, un altro è attirato dagli studi; e qualcuno cerca la vita attiva e svariata dei viaggi.

"Perché il Monte Bianco?" "Sulla scelta del tipo di viaggio ripeto quanto prima dicevo sull'inclinazione spirituale che spinge ciascuno a scegliere un modo di vita peculiare: è un modo di affermare l'individualità. Io sono fra coloro che alle scene pittoresche e graziosissime che la natura sa offrire preferiscono gli spettacoli grandiosi..."-

"Non fu la fama meschina di esser la prima donna ad aver arrischiato quel genere di avventura a darmi quell'euforia; fu piuttosto la consapevolezza del benessere spirituale che ne sarebbe conseguito." Con questa frase Henriette ci fa comprendere come un vero alpinista viva la montagna, non per rincorrere un premio ma per il piacere di quel che si sta facendo e si è fatto.

Fu così che Henriette d'Angeville venne definita e tuttora conosciuta come la sposa del Monte Bianco.

**Marika Solesio**



*Incontro sulle piste*  
*In memoria di Karol Wojtyła*

Il sole era appena sorto e Stefania usciva di casa.

La sua attrezzatura impeccabile, preparata il giorno precedente, era perfetta per la giornata di lavoro che doveva affrontare.

Apparteneva a quella ristretta categoria di persone che poteva vantare di avere il lavoro sempre sognato: guida alpina d'estate e maestra di sci d'inverno.

Certo, le fatiche non mancavano ed alcune volte si era costretti a sopportare persone non proprio amanti della montagna, ma che la sfidavano, pensando di comperarla.

Quel mercoledì mattina di gennaio era freddo, ma il cielo era terso e la neve splendida: tutti i presupposti per una bella giornata di lavoro.

Si stava recando al bar degli impianti per un caffè d'inizio e appena vi giunse si accorse di una certa agitazione tra i maestri.

“C'è una personalità in arrivo” la informò Mario, il barista; “Che tipo di personalità?”

“Ma, non sappiamo, il comunicato della Questura è stato abbastanza sibillino, per motivi di sicurezza penso”; “Sarà qualcuno che pensa di comperarsi la montagna e magari farsi riservare la più bella pista del nostro comprensorio, chiudendola per una giornata a tutti”

Chiusero infatti al pubblico una delle piste più facili e si disposero per accogliere la personalità.

Carlo, responsabile dello sci club le si avvicinò e le disse che l'incarico di accompagnare la misteriosa persona era stato affidato a lei.

“A me? Ma non scherziamo, ci sono altri maestri più esperti e più rodati che possono assolvere meglio il compito!” “Certo, ma tu Stefania hai anche molta empatia e pazienza con i tuoi allievi, e questo non sappiamo chi sia, anche se la pista che hanno chiuso è semplice e immagino che la personalità in questione non abbia tantissima esperienza. Se devi intervenire per suggerimenti o consigli so che saprai essere gentile e soprattutto non invadente. Per favore, non dire no!”

“D'accordo, giusto perché me lo chiedi per favore, ci andrò”

Stefania, insieme al direttore degli impianti e a qualche altro collega, davanti alla seggiovia vide arrivare una berlina nera accompagnata da alcune auto di scorta.

Si aspettava di vedere scendere un ministro, invece comparve sorridendo Karol Wojtyla, il sacerdote polacco che dal 1978 tutti chiamavano Giovanni Paolo II.

Stefania ebbe un attimo di smarrimento “Ma è uno scherzo o cosa?” sussurrò verso Carlo che l'aveva proposta come guida; “Nessuno sapeva niente...” rispose sconcertato.

Senza neanche pensarci si presentò, per poi mettersi subito al lavoro, salendo in seggiovia dietro a questo particolare allievo.

Sulla pista scoprì subito di non avere molto da fare: il papa polacco sciava bene, anche se con una lentezza dovuta all'età, ma curvava con una buona tecnica ed era padrone degli sci.

Stefania non era mai stata molto religiosa, ma Karol Wojtyla emanava una scia spirituale che non riusciva a definire, ogni tanto si fermava a meditare o pregare, mentre lei e i suoi colleghi lo attendevano cercando di non rompere quel silenzio, a Stefania pareva di rovinare quei momenti solo muovendosi sulla neve... quel silenzio, quella pace.

L'azzurro terso del cielo, la montagna stagliata ed il papa che pregava, a Stefania pareva di essere in un'altra dimensione ad ascoltare un sussurro etereo, quasi il sussurro di Dio.

La mattinata volgeva al termine e dovevano decidere dove fermarsi a pranzare, chiesero al papa che disse di essere a posto così, avrebbe poi bevuto un cappuccino prima di tornare a casa.

“Non sono più molto allenato, tra poco mi fermerò” disse con il suo inconfondibile accento polacco.

Mentre scendeva, a dovuta distanza dall'ospite, Stefania vide dei ragazzini che sciavano e pensò subito che avessero riaperto la pista, magari per sbaglio e questo la fece agitare, perché il papa doveva restare solo; così era stato comunicato dagli accompagnatori al responsabile dell'impianto.

I ragazzini le passarono accanto e si avvicinarono al papa sfrecciando anche vicino a lui, che procedeva lento ed elegante.

Uno di loro però si fermò poco dopo ed il papa finì la curva vicino a lui, “Tu sei il papa?”

Stefania venne scossa da un brivido... “Certo figliolo, anche a me piace sciare, proprio come a te, che ne dici se scendiamo insieme



questa ultima pista prima che io torni a Roma?” “Volentieri signor papa!”

Così a Stefania, senza poter ribattere, venne aggiunto un allievo, anch'esso abbastanza in gamba, che terminò la pista assieme all'illustre ospite e arrivò alla partenza della seggiovia.

“Giorgino!” una voce allarmata lo chiamò appena lo vide, la mamma era preoccupata per il fatto di non averlo visto arrivare assieme ai suoi compagni di squadra, i quali dicevano che era stato con loro per tutto il tempo e dopo una curva lo avevano perso di vista; “Che spaventi mi fai prendere, dove sei stato?”

“Scusa mamma, stavo sciando con il papa!”  
“Certo, e io ho bevuto un caffè con il presidente della Repubblica”.

In quel mentre uno sciatore in tuta candida con lo stemma tipico del papato, si presentò come Giovanni Paolo II; la signora Alda Cerutti stava per svenire, Stefania si avvicinò e le spiegò l'accaduto, scusandosi con Karol Wojtyła per aver permesso una simile leggerezza.

“Giorgino è un vero sciatore! È anche un bravo ragazzo!”

Ripresasi, la signora Alda chiese la benedizione, che il papa diede volentieri.

Stefania si tenne distante, pensando che lei era già stata benedetta, durante quella pazzesca giornata.

Giovanni Paolo II fu un grande papa che aveva la montagna nel cuore.

Questa passione risale agli anni della sua giovinezza quando, appena ordinato sacerdote, in Polonia accompagnava gli studenti universitari sui monti Tatra.

Dopo avere recitato l'Angelus l'11 luglio 1999, in occasione del suo settimo soggiorno nella Vallée, pronunciò alcune frasi che dovrebbero sempre accompagnare chi ama la montagna.

«Ogni volta che ho la possibilità di recarmi in montagna e di contemplare questi paesaggi, ringrazio Dio per la maestosa bellezza del creato. Lo ringrazio per la sua stessa Bellezza, di cui il cosmo è come un riflesso, capace di affascinare gli uomini e attirarli alla grandezza del Creatore. La montagna, in particolare, non solo costituisce un magnifico scenario da contemplare, ma quasi una scuola di vita. In essa si impara a faticare per raggiungere una meta, ad aiutarsi a vicenda nei momenti di difficoltà, a gustare insieme il silenzio, a riconoscere la propria piccolezza in un ambiente maestoso»

*In memoria di Karol Wojtyła*

**Michela Fassina**



## Consigli UTILI per affrontare la montagna con maggior sicurezza

### Conoscere

Preparate con cura il vostro itinerario anche quello che vi sembra facile. Affrontate sentieri di montagna sconosciuti solo in compagnia di persone esperte. Informatevi delle difficoltà dell'itinerario. Verificate sempre la situazione meteorologica e rinunciate in caso di previsioni negative.

### Informare

Non iniziate da soli un'escursione e comunque informate sempre del vostro itinerario i vostri conoscenti e il gestore del rifugio.

### Preparazione fisica

L'attività escursionistico/alpinista richiede un buon stato di salute. Per allenarvi, scegliete prima escursioni semplici e poi sempre più impegnative.

### Preparazione tecnica

Ricordate che anche una semplice escursione in montagna richiede un minimo di conoscenze tecniche e un equipaggiamento sempre adeguato anche per l'emergenza.

### Abbigliamento

Curate l'equipaggiamento, indossate capi comodi e non copritevi in modo eccessivo. Proteggetevi dal vento e difendetevi dal sole, soprattutto sulla neve, con abiti, creme e occhiali di qualità.

### Alimentazione

E' importante reintegrare i liquidi persi con l'iperventilazione e per la minore umidità dell'alta quota. Assumete cibi facilmente digeribili privilegiando i carboidrati e aumentando l'apporto proteico rispetto a quello lipidico.

### Rinuncia

Occorre saper rinunciare ad una salita se la propria preparazione fisica e le condizioni ambientali non sono favorevoli. Le montagne ci attendono sempre. Valutate sempre le difficoltà prima di intraprendere un'ascensione.

### Emergenze

In caso di incidente, è obbligatorio prestare soccorso. Per richiamare l'attenzione utilizzare i segnali internazionali di soccorso alpino:

- CHIAMATA di soccorso. Emettere richiami acustici od ottici in numero di 6 ogni minuto (un segnale ogni 10 secondi) un minuto di intervallo.
- RISPOSTA di soccorso. Emettere richiami acustici od ottici in numero di 3 ogni minuto (un segnale ogni 20 secondi) un minuto di intervallo

## S.O.S. Montagna

In montagna munitevi di un fischietto in modo che eventualmente, in caso di pericolo o d'incidente vi si possa localizzare e portarvi soccorso: fischiate 2 volte brevi e consecutive ogni 10 o 15 secondi



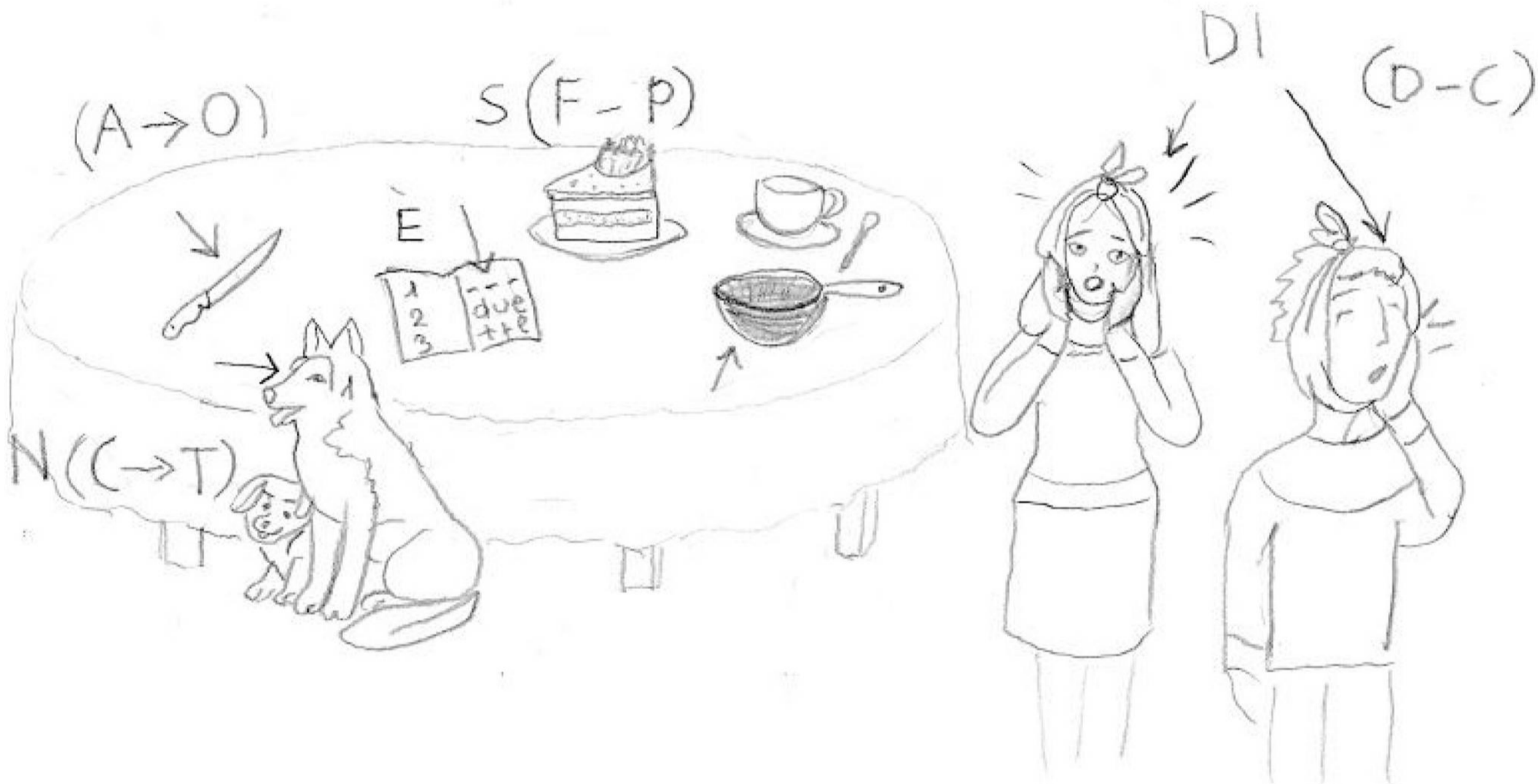


## IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)

Cambiare le lettere come indicato tra parentesi














Soluzione: 2, 8, 1, 3, 10, 2, 6



*(la soluzione verrà pubblicata nel numero di GIUGNO dell'Escursionista)*

# IL CRUCIVERBA del mese

(a cura di [www.crucienigmi.it](http://www.crucienigmi.it))

1	2	3		4		5	6	7	8	9	10
11			12			13					
14					15						
16				17						18	
19			20			21		22	23		
		24		25						26	
27	28		29								
30											
	31							32			33
34					35		36			37	
38		39			40				41		
42							43				

(la soluzione verrà pubblicata nel numero di GIUGNO dell'Escursionista)



## ORIZZONTALI:

1. Dicembre in breve
4. Chi si vanta di aver fatto o di poter fare cose eccezionali
11. Oggetto o immagine adorata come divinità
13. Si dice alzando i calici
14. Fanno rinvenire
15. Annullare la prenotazione
16. Luoghi di culto
18. Nelle pere
19. Un tipo di farina
20. Di nuovo, da principio
25. Ricomparsa nel luogo da cui si era allontanata
27. Postino
30. Strumento per la misurazione dell'attività calorica delle radiazioni solari
31. Una popolazione turca della Crimea e degli Urali
32. Diogene lo cercava con il lanterino
34. L'affermazione degli sposi sull'altare
35. Provetti sportivi
37. In mezzo al lato
38. Così sia
40. Una provincia laziale
42. Fascio di spighe di grano
43. Il padre di mio padre.

## VERTICALI:

1. Liberazione dalla responsabilità addossate
2. La sua capitale è Boise
3. Crivelli, setacci
4. In piena regola
5. Il pastore che si innamorò della ninfa Galatea
6. Molto lontano
7. Una congiunzione inglese
8. Sono ai piedi dello slalomista
9. Signore, maestà
10. Impegni, gravami
12. Canzone vocale della tradizione musicale di lingua tedesca
15. Schiarire i capelli
17. La personificazione del male
21. Di colore rosso vivo
22. Lo è il compenso prestabilito
23. La Bella della Belle Époque
24. Una salita ripida
26. La gradevole sensazione olfattiva del caffè
28. Il superlativo di buono
29. Il più grande satellite naturale del pianeta Saturno
33. Il doppio di quattro
34. Sacerdote in breve
36. Abbreviazione di senatore
39. Il centro della leva
41. Quando è alla moda.

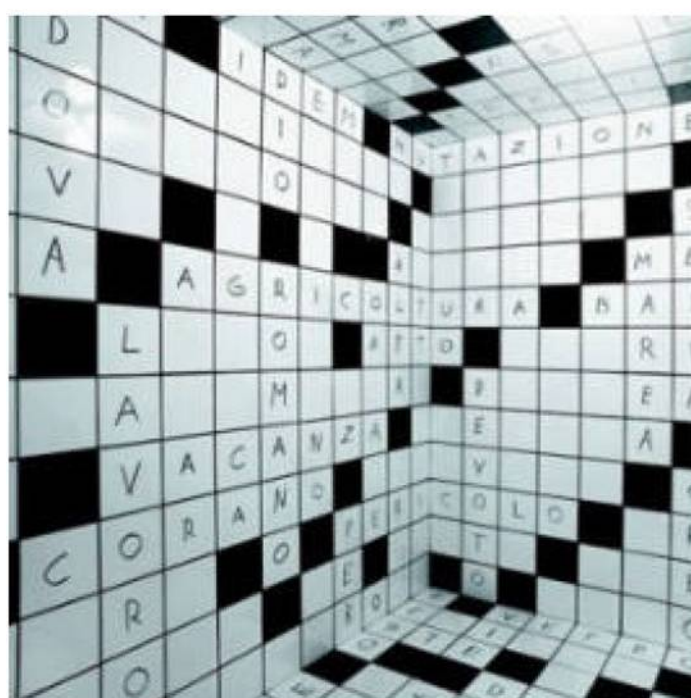


# CRUCIVERBA

(Franco Griffone)

1		2	3		4		5	6	7	8	
		9			10	11					
	12			13					14		15
16						17		18			
19					20						
21											22
	23									24	
25				26				27	28		
29			30		31		32				
		33		34							35
36	37						38		39	40	
41						42					

(la soluzione verrà pubblicata nel numero di GIUGNO dell'Escursionista)

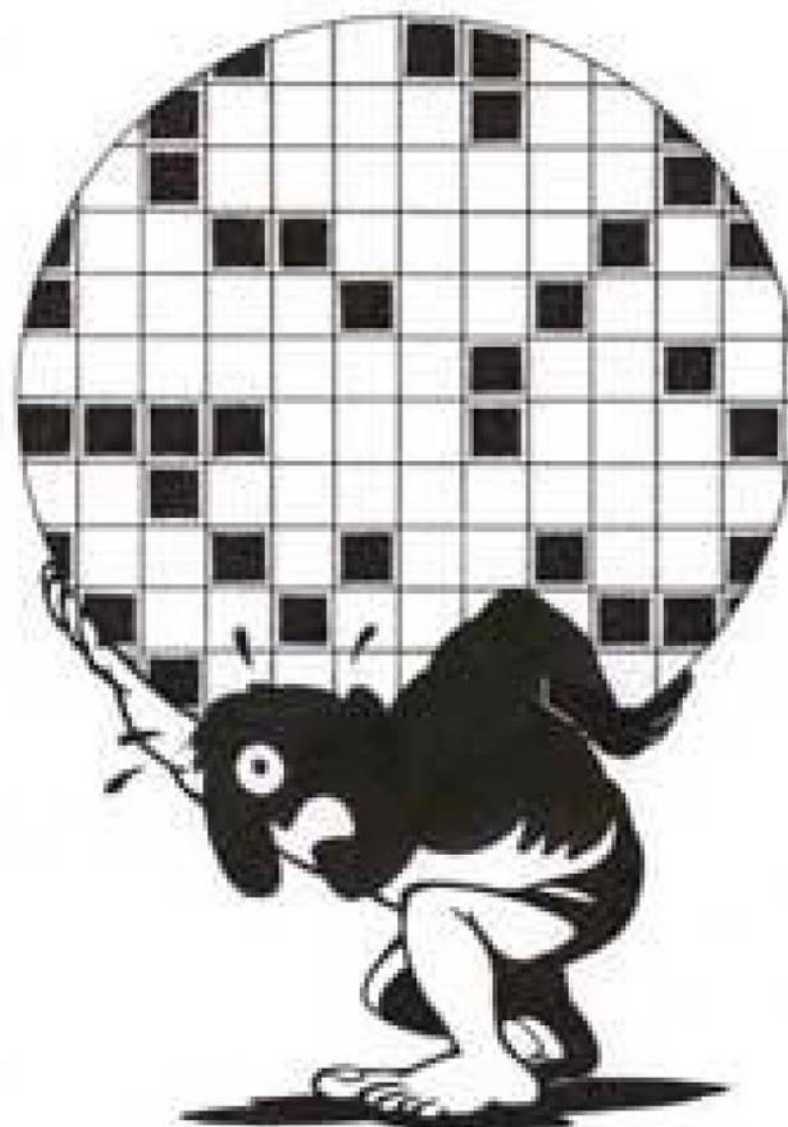


**ORIZZONTALI:**

- 1 E' compresa tra l'anca e la gamba  
 5 Accumulo di liquido sieroso nei tessuti  
 9 Como  
 10 Arbusti delle Rosali  
 12 Cuscinetto impregnato d'inchiostro  
 14 Il "gruppo" guidato da Alan Ford  
 16 Galleggia sulla superficie della ghisa fluida  
 17 Utensile attrezzo  
 19 Inservienti di luoghi pubblici  
 21 Stipetto a vetri  
 23 Incagliata, insabbiata  
 24 Identico in breve  
 25 Assieme ad altre  
 26 Termine che indica terreni coltivati o boschi  
 27 Cosparse di punte  
 29 Il centro di Renato  
 31 Umorismo beffardo  
 33 Appartenente ad una etnia spesso in guerra  
 36 Ricorda un orribile delitto  
 38 Colorati  
 41 Fa parte delle Liliflore  
 42 Stessa, medesima

**VERTICALI:**

- 1 Corpo consolare  
 2 Fuggire, evitare  
 3 Si fanno dei mercatini locali  
 4 Una trappola ricurva  
 5 Famosa, notoria  
 6 Una nota impegnativa  
 7 Non locale, extra frontaliero  
 8 Periodicità  
 11 Apparecchi per aerosol  
 12 Regione italiana  
 13 Abitanti di pianura  
 15 Nero, verde, bianco...  
 16 Precede Angeles  
 18 Lo grida un arbitro  
 20 Il soprannome di Gianni Rivera  
 22 Poesia, cantico  
 25 Rarissima... solo lei!  
 27 Assiste i lavoratori infortunati  
 28 Arti senza dispari  
 30 Ci sono quelle della ribalta  
 32 Numeri pari  
 33 Un tipo di società  
 34 Una imperfezione trascurabile  
 35 Proprio così  
 37 Istituto geografico  
 39 Lascia perplessi  
 40 In atto sono uguali



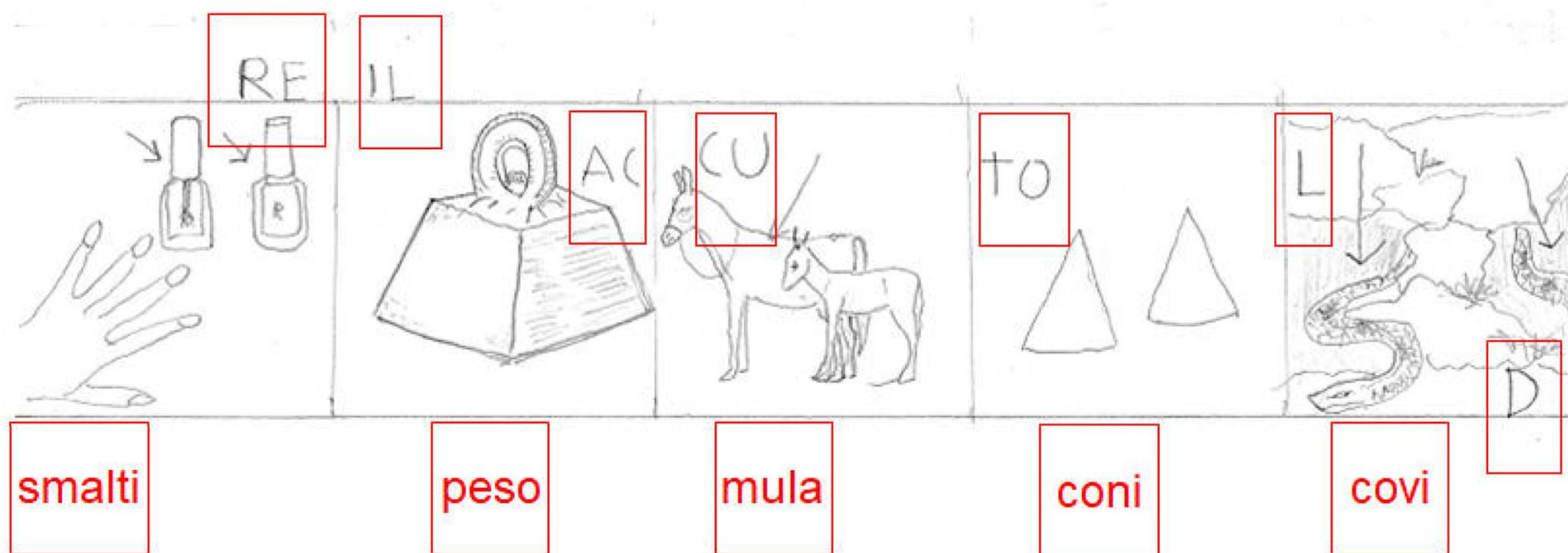
# Le soluzioni dei giochi del mese di APRILE

Catena di rebus: 8, 2, 4, 10, 3, 2, 5













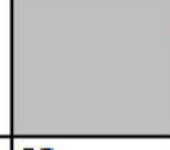

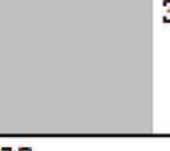


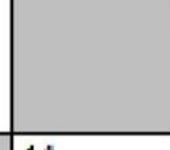


Soluzione

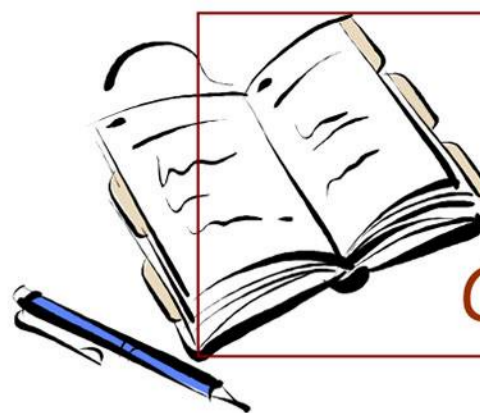
smalti RE IL peso AC CU mula TO coni L covi D

Smaltire il peso accumulato con il Covid



1	O		2	M	3	A	4	S	5	S	6	O	7	N	8	E	9	R	10	I	A
11	S	12	C	O	N	T	A	T	O		13	I	N	N							
14	S	O	L	D	A	T	I	N	O		15	T	A								
16	A	L	L	I	B	I	T	O		17	G	E	L								
	18	L	E	N	I	R	E		19	G	I	R	O								
20	T	I	T	O	L	O		21	C	A	T		G								
22	R	E	T		I		23	S	A	L	A	24	M	I							
25	E	R	O	26	S		27	F	O	R	A	N	E	A							
C		28	N	U	T		30	M	O	T	E	L									
31	32	C	R	E	S	I	M	A	T	E		34	I	O							
35	I	A		36	A	C	I	R	E	A	37	L	E								
38	A	D	E	N		39	O	O			40	A	S	I							

1	S	2	E	3	C	4	A	5	M		6	R	D		7	P	8	O	9	D		
10	E	M	A	N	A	11	T	E		12	M	A	R	E								
R		13	R	E	L	E		14	T	I	L	L	I									
15	A	16	S	L		17	E	S	T	R	E	M	I									
	19	C	O	A	S	20	S	I	A	L	I		21	B								
22	C	I	E	L	I	I	M	M	E	N	S	I										
24	E	M	M	A		25	L	O	I		28	A	C	O								
	27	M	I	T	T	28	E	N	T	E		30	A	L								
31	P	I	L	A	R		32	I	E	S	I	N	O									
34	R	A	I		35	I	G	E		37	S	I	N	G								
E		38	O	N	T	A	R	I	O		41	E	I									
42	P	O		43	L	A	S	E	R		44	A	R	A								



## Prossimi passi *Calendario delle attività UET*

### *Maggio asciutto e soleggiato, molto grano a buon mercato*

Con i suoi 31 giorni, Maggio è il secondo mese della stagione primaverile che entra in questo periodo nella sua fase di massima espressione, riflesso della crescente esposizione della natura alla luce solare, destinata a toccare il culmine nel solstizio d'estate del 20-21 giugno. Di conseguenza le giornate si allungano e il clima è decisamente più mite.

Un aspetto che giustifica la consuetudine presso i popoli antichi di dedicare questo mese a divinità legate alla luce ed in conseguenza del colore che percepiamo quando guardiamo le cose.

Infatti i romani lo associavano ad Apollo mentre i Celti al "fuoco luminoso", metafora del risveglio della natura, celebrato con la festa di Beltane (o Beltaine), termine che in irlandese indica il mese stesso.

L'altro elemento centrale era la Terra, intesa come Madre Natura e identificata con la dea Maia, dalla cui radice latina, Maius, si pensa possa essere derivato il termine "maggio".

Ad essa erano collegate numerose feste (come i Floralia romani) e riti legati alla fertilità della terra.

Protagonisti assoluti di quelle manifestazioni erano i fiori, che antiche popolazioni italiche come gli Etruschi e i Liguri festeggiavano nel Calendimaggio (intorno al 1° del mese), ancor oggi in uso in diverse località del nord Italia.

A quelle tradizioni si richiamò la Chiesa dedicando il mese alla Madonna, e in generale alla figura della mamma, e sostituendo il biancospino, fiore simbolo della dea romana Maius, con la rosa associata alla figura della Vergine.

Sul piano astronomico poi, con maggio s'inizia a delineare il cielo tipico delle notti estive, con la costellazione di Boote in posizione dominante, grazie alla spiccata luminosità di Arturo, terza stella più brillante della volta celeste, mentre altissima sull'orizzonte, quasi allo zenit, è la costellazione dell'Orsa Maggiore o Grande Carro.

Ed in questo mese di Maggio oltre ad esplodere la natura in tutte le sue manifestazioni, anche la UET finalmente esploderà con la ripresa delle sue attività sociali.







- Sabato 8 Maggio verrà proposta la bellissima gita al Lago Afframont, una facile e breve escursione che ci permetterà di raggiungere uno dei laghi più ameni della Val d'Ala, un esempio di bacino a sbarramento morenico, ai lati della cui conca saranno ben evidenti i residui detritici del ghiacciaio. Questa gita verrà riproposta anche il giorno dopo, ovvero Domenica 9 Maggio.
- E Domenica 23 Maggio verrà proposta un'altra bellissima gita in Valle Maira in cui faremo uno Splendido itinerario balcone, ad anello attraverso un fitto bosco di abeti e noccioli e due belle borgate di montagna.

Quindi Amici Uetini a Maggio avete ben capito... finalmente, dopo un'anno di inattività si ripartirà con le attività sociali, sia pure con qualche restrizione e regola in più ma che sicuramente non mortificheranno la nostra voglia di andare in montagna: l'obbligo di prenotarsi a mezzo email per poter partecipare alla gita, un numero massimo di 20 persone per gita, la compilazione di un modulo di autocertificazione del proprio stato di salute, il mantenimento del distanziamento tra le persone durante l'escursione ed infine la raccomandazione ad avere sempre con sé i Dispositivi Individuali di Protezione da usarsi in caso di emergenza.

A presto ritrovarvi in Montagna, dunque!

**Mauro Zanotto**

*Direttore Editoriale de "l'Escursionista"*



## Sabbia

Le ultime 2 gite fatte sono state in Valle Stretta sopra Bardonecchia ed a Pian Mune' con vista sul Monviso.

Ed ho felicemente appurato con i miei stessi occhi l'esistenza del famoso detto "Se Maometto non va alla montagna, e' la montagna che va da Maometto".

E' da giugno scorso che non sono piu' potuto tornare giu' nel mio amato Sahara, e la sabbia ha pensato bene di colorare di rosa ed arancio nevai e ghiacciai, tanto da farmi ricordare, se mai ce ne fosse stato bisogno, quali sono i miei 2 elementi naturali, sabbia e neve, per l'appunto.

Sabbia che nell'immaginario collettivo ricopre per intero il Sahara, il Padre di tutti i deserti, grande 9.000.000 di KM quadrati.

Mentre invece, la realta' e' ben diversa, infatti solo il 13% di questo immenso territorio e' ricoperto di sabbia. Sabbia che se il vento ha portato fin sulle nostre Alpi, potete forse solo immaginare la violenza con cui si abbatte su oasi e citta'.

Spesso il vento di sabbia per quanto forte, e' confuso magari volontariamente per rendere i racconti un po' piu' avvincenti, con la tempesta di sabbia.

Ma vi assicuro che una volta che ci si trova dentro ad una tempesta di sabbia si capisce immediatamente la differenza.

In Niger la tempesta e' chiamata NGUNA e guidando non si vede piu' il cofano della propria auto.

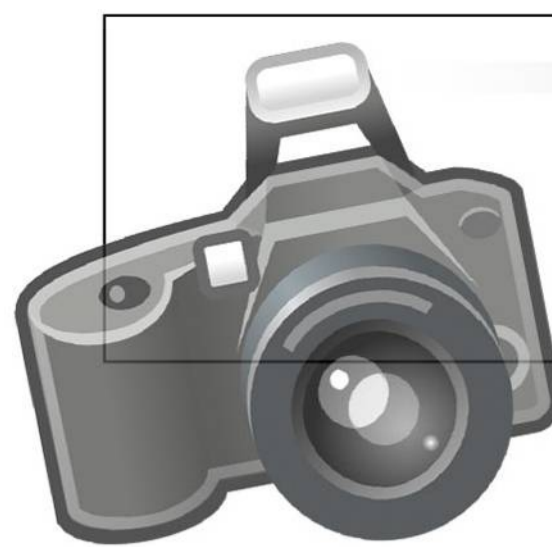
E' come la nostra nebbia a visibilita' ZERO, ma arancione, gran bello spettacolo, a patto che non duri giorni.

Ne ho vissute 3 in 30 anni di Sahara, 2 in Niger ed 1 in Mauritania

Sabbia che decora anche le case con graziosi souvenirs, penso alle bottigliette riempite di sabbia colorata e con disegni di palme e cammelli o ai quadretti fatti con la sabbia e poi colorati, che danno un tocco di calore e di esotismo, nelle lunghe notti autunnali ed invernali, nelle nostre case torinesi.

Penso ai libri.

Sono nato con la sabbia negli occhi, La sabbia e' in me, Memorie di sabbia, Sabbie



## Reportage Ai "confini" del mondo

perdute, Mari di Sabbia, e molti altri potrei citarne.

Quando si viaggia, se possibile e' la ricerca spasmodica della sabbia per il bivacco serale, soffice, in cui ci si sente avvolti e protetti come in un bozzolo, e per chi come me dorme con un soffitto di cielo come stelle, rappresenta anche il piu' comodo materasso del mondo, ortopedico al massimo.

Il pane cotto sotto la sabbia, si chiama cosi' perche' diventa un forno naturale, la brace per il te' sulla sabbia ed il fuoco serale la sera, hanno tutta un'altra valenza, che non rocce, pietraie o ghiaia.

Penso a Timbuctu', chiamata per l'appunto la Regina delle Sabbie, il cui ingresso e' gia' un buon banco di prova per mettere alla prova la guida in fuoristrada, lo stesso dicasi per Arlit in Niger dove vere e proprie dune sembrano li' a difesa della citta'.

Immaginate una citta' come In Salah nel cuore del Sahara algerino, considerata una vera e propria fornace, tanto che un anno passai li' qualche giorno ad agosto con la minima di notte che segnava 46.

Ebbene contornata da altissime dune che avanzano inesorabilmente, tanto che le case che vengono invase sono abbandonate dagli stessi abitanti, che si trasferiscono in altre che il vento portante ha invece liberato.

Lo stesso fenomeno a Chinguetti in Mauritania, la Sorbona delle sabbie, per via delle sue librerie ricchissime di antichi manoscritti, ebbene addirittura nella parte vecchia della citta' ci sono case che sono state costruite sulle fondamenta di altre, precedentemente ricoperte di sabbia.

La prima Chinguetti, e' interamente sepolta e parliamo di una cittadina con svariate moschee con tanto di minareto.

La sabbia si puo' trasformare facilmente in



arte, lo scultore e' la Natura stessa, la mattina appena svegli, intorno ai cespugli, dove la notte scorre la vita, veri propri disegni, ricami lasciati da piccoli roditori, anfibi ed insetti, formano linee, cerchi e disegni come arabeschi di una ricca e vecchia moschea.

La sabbia e' portata dal vento che spira costantemente dal quadrante di nord ovest, ma la stagione predominante e' la primavera, dove per giorni e giorni soffia forte e senza mai smettere mettendo a dura prova uomini e bestie, ma proprio a proposito di animali c'e' un aneddoto che vi voglio raccontare.

Si dice che in marzo per alcuni giorni il vento sia ancora piu' forte del solito, e questo affinche' possa cancellare subito le tracce dei cuccioli di gazzella appena nati, e metterli dal riparo dei predatori, fin quando non raggiungano la forza per correre veloci come i genitori.

Vi lascio un ultimo esempio di quanta importanza abbia la sabbia per chi vive da sempre il Sahara, i TUAREG, gli UOMINI BLU, forse gli ultimi Uomini Liberi.

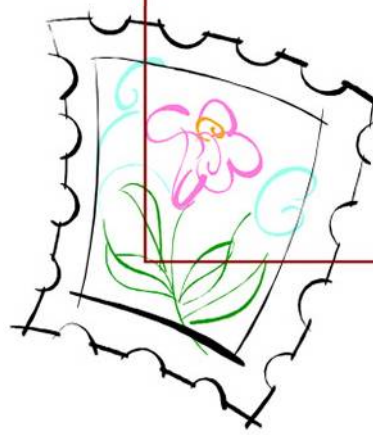
Dice il Tuereg: Non abbiamo storia, perche' i nostri padri, l'hanno scritta sulla SABBIA, ed il vento l'ha portata via.

Il Deserto sembra eterno a colui che lo abita e offre questa eternita' all'uomo che sapra' essergli fedele.

**Fabrizio Rovella**

 **Saharamonamour**

[www.saharamonamour.com](http://www.saharamonamour.com)



## Color seppia Cartoline dal nostro passato



*Una Escursionista torinese a bordo della "Memphi"*

Una valorosa escursionista, innamorata della poesia infinita del mare, in occasione della gita a Barcellona volle unirsi alla nostra comitiva e formare, con altre molte coraggiose signore, quel forte manipolo di graziose gitanti che del mare apprezza il fascino e non teme le ruvide carezze.

Quest'autunno, quando l'Italia chiamò a raccolta i suoi figli per portarli sulle sabbie africane a dare il loro contributo di energia e di sangue per la gloria e la grandezza della Patria, un altro stuolo di valorose signore, dimentiche degli agi e delle comodità che loro offriva la famiglia, volle imbarcarsi su di una piccola nave, sballottata dalle onde, per portare un largo contributo di dolci attenzioni e quei prodi cui la guerra aveva fiaccato il corpo senza intaccarne lo spirito.

La nostra escursionista, la signorina Vittorina Gniffetti volle essa pure unirsi a quella caritatevole schiera per compiere la nobile ma difficile missione di infermiera della Croce Rossa, e malgrado le diurne occupazioni, l'animo suo gentile, commosso da quelle manifestazioni di eroismo, da quei dolci sentimenti di famiglia, di patria, di religione, sempre vivi sulle labbra e nel cuore dei poveri feriti, volle eternarli in un diario.

Ritornata a Torino, diede alle stampe queste sue memorie, di cui apparve un saggio



LA MEMFI — Nave Ospedale della Croce Rossa

(Serie A - 1)

**Angelo Perotti**

*Tratto da L'Escursionista n.4*  
**BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE**  
**ESCURSIONISTI DI TORINO**  
*del 6 Aprile 1912*

**Bibliografia**

*Sulla "Memphi"*

*Lettere e appunti di Vittorina Gniffetti, Dama Infermiera della Croce Rossa Italiana.*

Tipografia PANIZZA - Torino 1911

E' una raccolta di letterine commoventi dalle quali spira un raro olezzo di soavità femminile. Ogni spirito gentile vi partecipa con un palpito di entusiasmo e sente in ogni pagina la nota vibrante del sentimento che ha informato la giovane eroina della carità, durante il suo nobile apostolato di pietà e di abnegazione.

Sono racconti di eroismi e di dolori, sono mesti ricordi di lacrime versate, di angosce indescrivibili fra i si intrecciano e spandono il loro profumo di poesia episodi gentili di riconoscenza e di amore, che strappano lacrime di commozione infinita e di intensa pietà anche ai cuori più insensibili e fanno sentire in noi donne più forte l'orgoglio di appartenere a quel sesso che la nobiltà del sacrificio ha innalzato al grado più alto della pietà e dell'eroismo.

**Lea Perotti Aimeri**

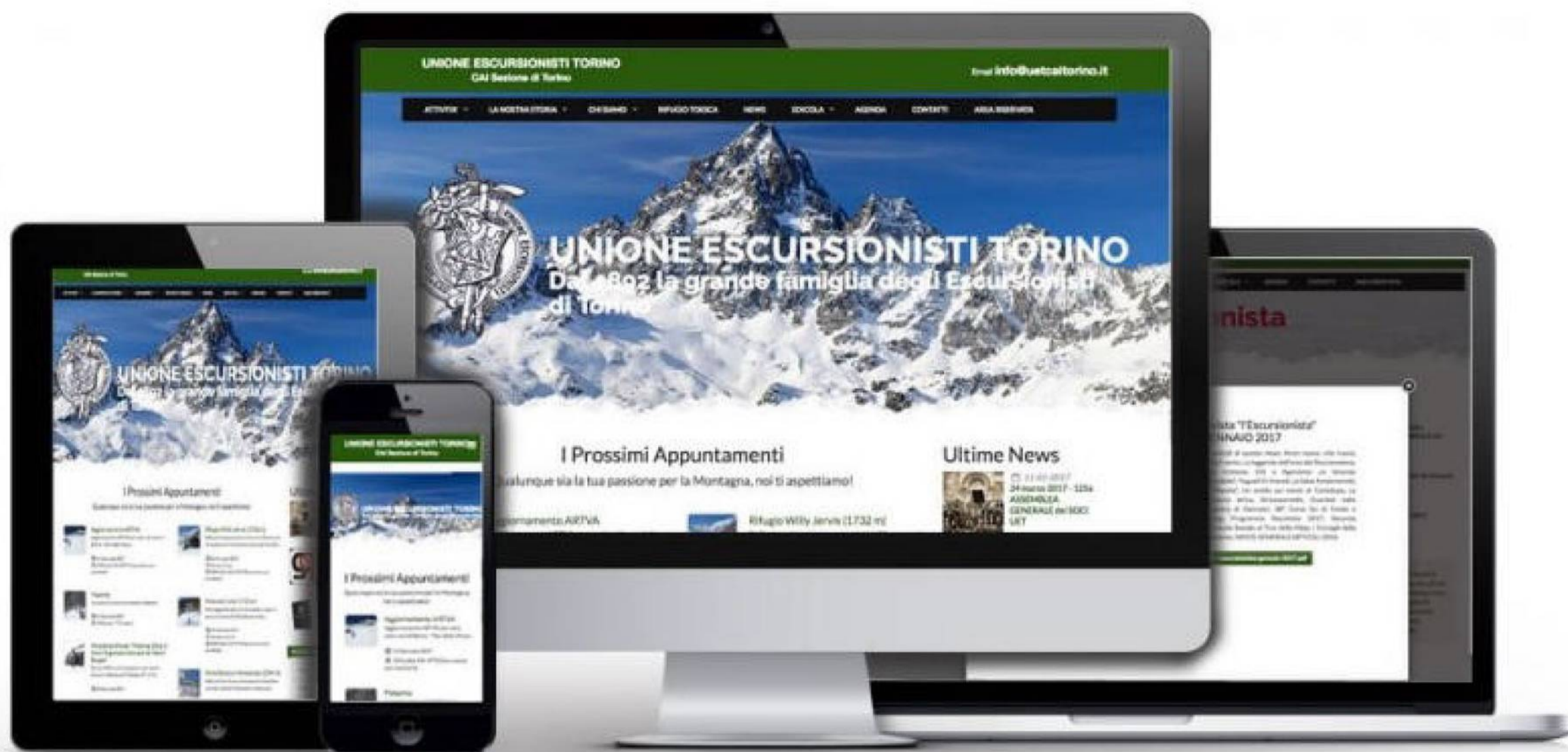
*Dedica autografa che introduce l'importante relazione di questa crocerossina sull'attività della nave ospedale Memphi durante il primo periodo della guerra di Libia, dall'ottobre al dicembre 1911.*

*Il libro, immediatamente redatto da Vittorina Corbelli Gniffetti, al ritorno della prima missione, ebbe un iter travagliato e venne diffuso solo nel 1912, a causa di una serie di modifiche che furono richieste dal Comitato Centrale della Croce rossa in riferimento ad alcuni avvenimenti bellici.*



apprezzatissimo sui giornali cittadini, ed oggi infine, la coraggiosa escursionista, con atto squisitamente gentile, volle donare il libro a chi personifica quell'Associazione, che indirettamente contribuì forse ad accrescere il suo amore per l'Oceano.

Io sono lieto ed orgoglioso di segnalare ai Consoci l'opera altamente umanitaria e patriottica di un valoroso membro della nostra grande famiglia e sento il dovere di esprimere a Lei tutta l'ammirazione che noi proviamo, augurandomi, come spera l'autrice, che una lacrima strappata dal suo racconto di eroismi e di dolori ignorati, inviti a riconoscere l'opera santa della bianca nave, e ad alleviare le sofferenze di chi combatté e cadde nel nome grande d'Italia.



*Tramite Smartphone, Tablet, PC, Smartv vieni ad incontrarci sul nuovo sito [www.uetcaitorino.it](http://www.uetcaitorino.it)!*

*Scopri quali magnifiche escursioni abbiamo progettato per te!*

*Registrati gratuitamente come utente **PREMIUM** ed accedi a tutti i contenuti multimediali del sito... le foto, i video, le pubblicazioni.*

*Scarica la rivista "l'Escursionista" e leggi gli articoli che parlano della UET, delle nostre escursioni, di leggende delle nostre Alpi, della bellezza delle Terre Alte e di tanto altro ancora!*

*Iscriviti alla newsletter e ricevi mensilmente sulla tua email il programma delle gite e gli aggiornamenti sulle attività dei successivi due mesi!*

*Qualunque sia la tua passione per la Montagna, noi ti aspettiamo!*

*amicizia, cultura, passione per la Montagna:  
questi sono i valori che da 125 anni  
ci tengono insieme !  
vieni a conoscerci alla UET*

*Qualunque sia la tua passione  
per la Montagna,  
noi ti aspettiamo!*

*Vuoi entrare a far parte della  
Redazione  
e scrivere per la rivista  
"l'Escursionista" ?*

*Scrivici alla casella email  
[info@uetcaitorino.it](mailto:info@uetcaitorino.it)*

seguici su  

**l'Escursionista**

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013

Maggio 2021