

La Foglia del Chianiello



Anno IX n. 109 AGOSTO 2008
Notiziario interno dell'Associazione "il Chianiello"
- Amici della Montagna - ONLUS-Angri (Sa)
www.moscardiniangri.it

*Tutti gli uomini si nutrono,
ma pochi sanno distinguere i sapori*
Confucio

UN ALTRO PARADISO

C'è una montagna nella catena delle Alpi Graie, bella, imponente, alquanto docile rispetto agli arcigni compagni che la circondano, come il Bianco e il Cervino, che a tutti concede l'ebbrezza e il vanto di poter dire "sono stato su un quattromila", questa montagna ha nome "Gran Paradiso". Si erge tra le valli di Cogne a sud e quella di Savaranche a nord, tra le due Dora, quella di Riparia piemontese e la Baltea valdostana. I Savoia ne fecero riserva di caccia per l'abbondanza dei camosci e degli stambecchi; dai casini di caccia, costruiti sulle pendici, partivano i reali con un seguito di centinaia di moschettieri e nel giro di pochi decenni ridussero le numerose colonie dei superbi ungulati a poche decine di esemplari: alla fine dell'ottocento se ne contavano soltanto 450. Allora scattò la consapevolezza di preservare tale patrimonio, e finì, a seguito della protesta popolare, la barbara mattanza. Nel 1929 fu istituito il primo parco nazionale italiano, appunto quello del Gran Paradiso. Perché ha questo nome la montagna, non è dato sapere, ma certamente il nome è antico di secoli, forse i valligiani speravano con quel nome di avere un lasciapassare per godersi l'aldilà, ma lo merita tutto per la bellezza e la ricchezza profusa dalla Natura. I Moscardini che già conoscono questa montagna per essersi avventurati qualche anno fa fino al rifugio Vittorio Emanuele, tenteranno in questo mese di arrivare fino alla vetta, toccare quota 4061 mt che costituirà il nuovo record assoluto conquistato a piedi; dovranno salire fino al ghiacciaio

eterno che copre la pietra della cima (speriamo che sia ancora eterno per le future generazioni!), calzando rampogni e schivando le insidie del ghiaccio. Saliranno di notte, prima dell'alba, in fila seguendo la guida e ansimando alla ricerca dell'ossigeno. All'apparire del nuovo giorno saranno lassù dove nessun Moscardino è mai stato.

Lassù, circondati dal silenzio, immersi nell'eternità dello spazio infinito, i Moscardini del Paradiso avranno un pensiero e un ricordo per i compagni rimasti ad aspettare a valle e per quelli rimasti all'ombra dei castagni del Chianiello.

A valle, nella sera di Courmayeur, attorno ai tavoli di Giuseppe, ci racconteranno sensazioni ed emozioni, e sulla parete della memoria nella nostra sede, lo spazio d'onore sarà per loro, fortunati di essere stati in Paradiso.

Già riscaldano muscoli e cuori, Micciariello, Carmine. John Le Carré, Francesco, Henyo, Gigino, Frankye, Mike, non ci sarà Salvatore e ci dispiace, ma saremmo tutti orgogliosi se con loro salissero Francesco e Yusuf, futuri Moscardini.

E gli altri? Assaporeranno il Paradiso con gli occhi all'insù dalle valli, scrutando il sentiero che sale tra le rocce e le nevi alla ricerca degli 'stambecchi del Chianiello'.

Una sola raccomandazione: salite con il cuore e con il cuore sappiate cercare e trovare le forti e uniche sensazioni e poi tenetele per sempre con voi.

Micciariello sarà il capo-cordata, Pace e Bene darà sicurezza e conforto, e su tutti la protezione e la benedizione di

I CANI DI PECHINO

Tra qualche giorno i cinesi proveranno a far festa inaugurando i giochi olimpici con *suoni e luci* con migliaia di atleti, con centinaia di migliaia di turisti e con milioni e milioni di telespettatori. Io non sarò tra questi, me ne starò da parte tra *silenzi ed ombre*, insieme ai tibetani e con i cinesi in carcere per aver chiesto l'applicazione dei diritti umani, da sempre violati e ignorati dal cosiddetto governo del popolo.

La Cina, nuova grande potenza economica, che comincia a dettare legge e ad imporre veti sullo scenario mondiale, mostrerà tutte le sue capacità organizzative, ostenterà le sue ricchezze, darà dimostrazione di ordine e sicurezza, ma pretenderà rispetto da tutti, compresi turisti ed atleti, e non tollererà manifestazioni di dissenso.

Non si potranno portare bandiere, fotografare negli stadi, fare assembramenti, chiedere e parlare di diritti umani, avere con se libri o articoli che riferiscono dei disastri ambientali e dei soprusi ai danni delle minoranze etniche e religiose in Cina.

I cinesi e gli stranieri non potranno collegarsi con siti telematici messi all'indice, i membri di Amnesty International e di altre organizzazioni non violente di pacifisti saranno immediatamente espulsi, come i giornalisti che commenteranno fatti e cose estranee ai giochi olimpici. Gli atleti non potranno esprimere, con gesti e parole, solidarietà o testimonianze.

Un paese blindato, un governo brutale che tenterà di nascondere soprusi e misfatti, come le recenti e sanguinose repressioni in danno dei pacifici tibetani.

Gli unici a gioire dell'avvenimento olimpico saranno i cani di Pechino; infatti per tutto il periodo dei giochi sarà proibito macellare e servire nei ristoranti e fast food carne di cane.

Ma gli uomini liberi non sono cani e non sono carne da macello, per questo gridiamo sempre e forte 'Libertà per il Tibet' e "No al governo dei dittatori cinesi".

I SAPORI DEI MOSCARDINI

Il prof. Giulio Tarro, Moscardino tumoral, inibendo e impedendo in di-
d'onore, virologo-oncologo di fama
internazionale, già candidato al premio
Nobel, cultore intrigante del
"peperoncino", ha pubblicato un sag-
gio di carattere scientifico sulle virtù e
qualità miracolose di questa pianta che
appassiona non pochi Moscardini.

Il prof. Tarro scrive, tra l'altro:

<<Le piante di peperoncino in natura
contano 85 generi e più di 2200 spe-
cie, il nome scientifico è *capsicum an-
nuum* e da secoli è considerato un og-
getto 'sacro' dell'alimentazione, alme-
no per le regioni mediterranee. Sono
state provate le azioni benefiche del
peperoncino rosso sulla salute, è un
vasodilatatore che aiuta il cuore, scio-
glie il colesterolo e porta più sangue ai
tessuti (un consiglio ai ciclisti, invece
dell'epo e delle altre sostanze dopanti,
provate ad usare il peperoncino!), con-
tiene la vitamina E, un efficace antios-
sidante, che contrasta
l'invecchiamento, disinfetta l'intestino,
aiuta a digerire e viene considerato 'il
viagra dei poveri' per i suoi potenti
poteri afrodisiaci. Il peperoncino è
l'elemento in natura che contiene più
vitamina C (a parità di peso ne contie-
ne 5 volte più degli agrumi e del kiwi).
Le vitamine contenute in alta concen-
trazioni esercitano un'azione protettiva
potenziando ed aumentando le difese
dell'organismo, aiutano a formare gli
anticorpi, bloccano i radicali liberi.

La *capsaicina* è la molecola che rende
il peperoncino piccante e l'analisi
scientifica ha dimostrato che questa
sostanza ha anche proprietà anticance-
rogene sia preventive che protettive.

La *capsaicina* è come una spada ta-
gliante e induce al suicidio le cellule

tumoral, inibendo e impedendo in di-
versi casi la moltiplicazione delle cel-
lule infette. Precisiamo subito non fa
miracoli, ma è dimostrato che quanto
meno del peperoncino ci possiamo fi-
dare perché è sprovvisto di tossicità e
quando a tavola c'è il peperoncino
rosso aumenta il piacere, anche quello
di stare assieme >>.

E allora diamoci da fare! Mettiamo
sulle nostre tavole il peperoncino, pre-
parato in diversi modi, fresco, essicca-
to, salsato, sott'olio, più è piccante più
benessere e salute ci dona.

Quando poi ci troviamo di fronte ad
una specie più irritante e bruciante del
solito, non facciamo prenderci dal pa-
nico, basta masticare mollica di pane
per qualche secondo e le sensazioni
sgradevoli svaniscono. Certo non biso-
gna esagerare con il peperoncino, per-
ché alla fine si alterano i gusti e i sapo-
ri primari degli alimenti. Tanto quanto
basta, come con i *pasta e fagioli* che
con un pizzico di *capsaicina* diventano
piatti 'da sogno'.

Il prof. Tarro, che fa parte del CSTP,
Consiglio Superiore Testimonial del
Peperoncino, mi ha comunicato che il
nostro *Micciariello* è stato nominato di
recente ambasciatore della 'Repubblica
di Peperonia' non per meriti scientifici
o culturali, di cui è particolarmente
deficitario, ma solo per meriti culinari
e gli è stato conferito anche il Cavalie-
rato del Sacro Sapore.

Pertanto, stiamo attenti, non più *Mic-
ciariello* quando gli rivolgiamo la pa-
rola, ma per il nuovo e dovuto rispetto:

'SUA ECCELLENZA CAVALIERE
DELLA CAPSAICINA'.

E questo è fatto obbligo a tutti i Mo-
scardini, uomini e donne!

Sentieri di Agosto

Domenica 3: Villa Campolieto-Ercolano: Spettacolo Musicale e pirotecnico

Domenica 10: Chianiello e dintorni

Giovedì 14: ore 20 a Materdomini

Venerdì 22-Sabato 30: Courmayeur.

A settembre dalla **Badia di Cava a Maiori**, passando per l'Avvocata e ancora il
Matese, che sia la volta buona! E forse il **Gelbison** con Enzo Di Gironimo

**S'invitano i Moscardini di buona volontà a contribuire alle spese
per le lapidi di San Michele al Faito.**

Ricordi di Luglio



Sulla cima del Polveracchio



Il guardiano del fiordo



San Giacomo di Furore



Incontri a Lettere



I ciclisti



Presentazione della Breccia a
san Michele al Faito