



LA FOGLIA

VIVERE LA MONTAGNA

Il mondo è nelle mani di coloro che hanno il coraggio di sognare
e di correre il rischio di vivere i propri sogni.

Paulo Coelho



ANNO XX n. 241 Settembre 2019

Associazione "il Chianiello" - Amici della Montagna - ONLUS-Angri (Sa) www.moscardiniangri.it

IL PRINCIPIO DELLA RANA BOLLITA

Conoscete il "principio della rana bollita"? E' utilizzato dal filosofo americano **Noam Chomsky** per descrivere la Società e i Popoli che accettando passivamente, il degrado, le vessazioni, la scomparsa dei valori e dell'etica, accettano di fatto la deriva.

Non ci sono basi scientifiche a dimostrare questo principio, ma è un ottimo spunto, valido in sociologia e psicologia, per spiegare determinati comportamenti.

Ma cominciamo dall'inizio, di cosa stiamo parlando? Mica penserete davvero che vogliamo mostrarvi come bollire una rana!!

Absolutamente no, questo principio serve a spiegare la capacità di adattamento che ha l'uomo e che spesso questo adagiarsi e accettare gli eventi porta inesorabilmente alla morte, e infatti c'è chi afferma che non ha importanza la durata della vita, ma la qualità.

Cosa dice questo principio?

"Immaginate un pentolone pieno d'acqua fredda nel quale nuota tranquillamente una rana. Il fuoco è acceso sotto la pentola, l'acqua si riscalda pian piano. Presto diventa tiepida. La rana la trova piuttosto gradevole e continua a nuotare. La temperatura sale. Adesso l'acqua è calda. Un po' più di quanto la rana non apprezzi. Si stanca un po', tuttavia non si spaventa. L'acqua adesso è davvero troppo calda. La rana la trova molto sgradevole, ma si è indebolita, non ha la forza di reagire. Allora sopporta e non fa nulla.

Intanto la temperatura sale ancora, fino al momento in cui la rana finisce – semplicemente – morta bollita. Se la stessa rana fosse stata immersa direttamente nell'acqua a 50° avrebbe dato un forte colpo di zampa, sarebbe balzata subito fuori dal pentolone."



Si può affermare che questa sia una metafora della vita (PS: non provate a replicare questo esperimento) per avvisare le persone che l'adattarsi non è sempre la scelta migliore da fare, anzi, spesso è la peggiore. Possiamo applicare questo principio ad una gran varietà di situazioni che affrontiamo nella vita come il lavoro, una relazione, una situazione familiare.... insomma guardandosi intorno si possono scoprire troppe situazioni nelle quali si ha la tendenza ad adagiarsi anziché lottare o "scappare".

Fondamentalmente la paura più grossa che le persone hanno quando si tratta di andare contro a qualcosa che bene o male ci porta ad una stasi è quella del cambiamento: inevitabilmente quando la rana dovrebbe saltare fuori dalla pentola dovrebbe anche cambiare la sua situazione e questo la spaventa molto più dell'acqua che si sta scaldando.

Accettare ogni cosa e adeguarsi, adagiandosi sul fondo e lasciando che le cose accadono è il modo più facile e veloce per distruggersi la vita e su questo non ci piove, ma davvero vogliamo sopportare fino a quando non brucia? Fino a quando la situazione non diventa più sostenibile?

Questo porta ad accumulare piccole dosi di dolore, piccole frustrazioni, che magari sul momento non crediamo neppure importanti o deleterie ma che a lungo andare possono sfociare in frustrazioni, depressioni e sostanzialmente all'infelicità.

E allora?

Quando caliamo la testa, quando ci giriamo dall'altra parte, quando rimaniamo indifferenti a quello che accade intorno a noi, pensiamoci un momento, riflettiamo, perché l'altra parte siamo soltanto e sempre noi stessi. E sempre dall'altra parte ci sono anche i nostri figli, i nostri nipoti e gli altri che verranno.

Non lasciamoci abbindolare dall'ultimo giocatore delle *tre carte*, che sventola immagini sacre e crocifissi, non facciamo come quando si scelse Barabba, non andiamogli dietro come le pecore dietro un cane, soprattutto quando rifugge dalle responsabilità per vanità e tornaconto personale. Diamo forza al nostro orgoglio di uomini liberi e continueremo ad essere liberi insieme anche ai diseredati ed agli emarginati.

E' obbligo per tutti i visitatori arrivati a El Chalten partecipare ad un incontro con le 'Guardie del Parco' che danno notizie sulla flora e la fauna del luogo, ma soprattutto si soffermano sugli obblighi da rispettare e i comportamenti da tenere durante le escursioni. Nei locali erano anche esposte carte di orientamento e dei sentieri del Parco, sezioni espositive di animali e la storia geologica delle montagne, la formazione e l'evoluzione dei ghiacciai. Ritornammo al bus che attraversato il ponte sul fiume Fitz Roy, arrivò al Terminal posto all'ingresso del villaggio. Recuperati i bagagli e avute le informazioni dell'ubicazione dell'hostal 'Pioneros del Valle', ci avviammo a piedi (non c'erano taxi o altri mezzi). La strada era in leggera salita e Willy con la valigia e lo zaino a tracolla andò in crisi. Michele lo supportò con generosità; un chilometro o poco più ci separava dall'hostal, arrancando e riposando sulle panchine, comunque, arrivammo a destinazione. Assegnatici gli alloggi, stavolta una stanza con sei letti, segno che avremmo dovuto condividere gli spazi con altri, proposi agli amici di approfittare della bella giornata di sole e senza vento per anticipare il programma dell'indomani: l'escursione al Cerro Torre. Ci preparammo e rifornimoci di acqua, partimmo. Trovammo subito l'inizio del sentiero "Senda a Laguna Torre" che superata una collina diventava impegnativo. Sulla collina vi erano piccole abitazioni unifamiliari con tetti a due spioventi che arrivavano fino a terra, moltissime in costruzione, segno evidente del flusso migratorio che da un decennio interessava la zona. Dopo pochi passi Willy ci abbandonò decidendo di ritornare all'hostal per riposarsi in attesa del nostro ritorno. Avevamo già concordato che le escursioni sarebbero state affrontate rispettando le condizioni fisiche, senza strafare o correre il rischio d'inopportuni quanto inutili affaticamenti secondo la regola che da sempre ci siamo imposti: *fare in modo che ogni occasione dell'andar 'pei monti' sia sempre un piacere per il corpo e soprattutto per lo spirito*. E poi Willy ci aveva detto che, da qualche tempo, il suo cuore perdeva qualche colpo, ma non avrebbe mai rinunciato ad essere con noi in questa straordinaria avventura. Giovanni ed io invitammo Michele, considerato che il suo passo era più sostenuto ed allenato, ad andare

avanti e da solo alla Laguna Torre, posta proprio all'inizio del ghiacciaio che portava ai piedi del granitico Cerro Torre; noi due avremmo raggiunto il Mirador del Torre (un belvedere panoramico) e alla fine ci saremmo incontrati tutti all'hostal. Dopo alcuni tornanti il sentiero spianava e noi ci fermammo per riprendere fiato e per volgere uno sguardo al panorama. Sotto di noi si stendeva El Chalten, due strade larghe e traverse che le congiungevano, fabbricati di legno con i tetti spioventi e colorati, una chiesetta, alcune costruzioni in muratura, la scuola e il municipio prospicienti una piazza, alzando gli occhi le montagne e in lontananza sulla destra il lago Viedma. Riprendemmo il cammino in leggera salita; al di là della collina successiva si apriva la valle dove scorreva il fiume Fitz Roy, con l'acqua torbida e biancastra ad indicare l'origine glaciale. Superato un bosco di bassi faggi, ci apparve in lontananza la guglia del Cerro Torre, che si distingueva tra tante altre, per la sua acuminata forma e per l'altezza, non per niente in gergo alpinistico è chiamato 'l'urlo di pietra'. Sulla destra il profilo del Fitz Roy, granitico e roseo; mi sentivo soddisfatto, avevo raggiunto il 'top' del mio girovagare tra le montagne della Terra.

E pensando al cammino fatto, il passo si fece più svelto e quasi non sentivo la fatica, era tanta la gioia che provavo, il cuore pulsava forte e ogni battito era un frastuono di emozione e commozione. Giovanni, che mi camminava davanti, con gli occhi fissi e attenti, per non perdere niente di quel spettacolo, né un albero, né una pietra, chissà se provava le stesse mie sensazioni! Ogni tanto mi fermavo a osservare i faggi; i faggi delle Ande, non erano maestosi come le faggete del Faito, non raggiungevano le altezze che oscurano il cielo e non lasciano passare i raggi del sole, questi erano piccoli e contorti, parecchi strisciavano al suolo piegati dalla forza del vento, ma erano vivi e con le foglie verdi, chissà come riuscivano comunque a sopravvivere! Molti erano sradicati dal suolo con le radici al sole, rinsecchiti e induriti, scheletri come in una foresta pietrificata, ma vicini altri giovani esemplari si facevano largo e continuavano la specie. Arrivammo al Mirador dopo due ore di cammino e qui zaini a terra contemplammo per alcuni minuti lo straordinario panorama che si distendeva dalla vallata sottostante fino alle vette innestate.

Da 'Lo spirito del Vento del Sud' - 2011



XIV Cammino dell'Angelo



Sulla vetta del Cervati



Pistone e Jack a Punta S. Elia



Fiume Scorzelle a Montella

SIMON GAUTIER: UNO DI NOI

Quando muore uno di noi ed anche giovane, come giovane era Simon Gautier, lo strazio e la commozione ci prende e ci unisce alla famiglia, ai familiari, agli amici accorsi dalla Francia per aggiungersi ai tanti volontari che con abnegazione e altruismo hanno, per giorni e giorni cercato di ritrovarlo vivo.



L'hanno ritrovato senza vita nel mezzo di un burrone che finiva su una delle tante spiagge del dolce Cilento, dissanguato per le molteplici fratture e ferite. Ha avuto il tempo di avvertire con il suo telefonino di stare male dopo essere precipitato dal ciglio di un sentiero impervio e non frequentato. Questo suo drammatico appello, pur ricevuto, non è stato sufficiente ad indirizzare i soccorsi verso il luogo dell'incidente, rendendo vani gli sforzi e l'abnegazione dei soccorritori. Questo inspiegabile inconveniente ha suscitato in alcuni indignazione, in altri l'invito ad essere più prudenti in montagna. Anche tra i Moscardini sui siti social c'è stato uno scambio di opinioni, anche polemici, seppur la polemica in questi casi è fuori luogo.



Sappiamo che ci sono delle regole da seguire quando si va in montagna, soprattutto quando si affrontano sentieri poco conosciuti o per la prima volta. In questi casi bisogna affidarsi a chi ha più esperienza, a chi per scelta

condivisa è il responsabile della sicurezza e del buon fine dell'escursione. Seguire i suoi consigli, camminare dietro e sui suoi passi, senza abbandonare il gruppo per seguire avventurose alternative. Accettare le regole, camminare disciplinati, a volte e per alcuni può esser pensato come una limitazione della sua libertà di andare pei monti. Rallentare il passo non è una mortificazione dei propri mezzi fisici; la gratificazione è la condivisione della scoperta di provare con tutti la segreta bellezza della Montagna, guardare i panorami che si aprono dietro ogni curva, assaporare o riprovare emozioni insieme agli amici. Gli eroi della solitudine possono e sanno volare, ma se si sono fatti parte del gruppo ne devono rispettare le regole, l'andatura e le soste.

L'anarchia e l'intolleranza non possono far parte della nostra associazione, costruita sulla fraternità e la solidarietà. Ben vengano le sollecitazioni, ne faremo elemento di confronto nel prossimo mese, in una delle solite riunioni del venerdì. Ricordiamoci tutti che non poche volte ne abbiamo parlato, ma quasi sempre le conclusioni e le raccomandazioni non hanno sortito, spesso, effetto alcuno, anzi alcune volte si sono avute degenerazioni del confronto civile.

La tragedia di Simon, ricordando anche l'incidente di una domenica di luglio lungo il nostro sentiero n. 340, risolto con tempestività ed efficienza, ci impone la consapevolezza che anche la più facile escursione nasconde delle insidie, imprevedibili e per questo che le regole vanno rispettate da tutti per evitare o prevenire qualsiasi insidia.

Un'ultima cosa, non considerare, come hanno fatto tanti, ancora una volta quando ci si trova a che fare con una tragedia tremenda, che la Montagna sia assassina, pronta a vendicarsi: la Montagna accoglie con amore chi la sa amare.

FELICE GIMONDI

Mai nome più appropriato per un uomo, un campione: felice come Gimondi.

E' stato un mio idolo, come di tantissimi appassionati di ciclismo, lo sport della fatica, delle imprese, lo sport di uomini, gregari e campioni, accomunati dalla passione.



E' deceduto per un malore nel mare di Naxos-Taorminia, dove si trovava in vacanza con la famiglia.

Alla chiamata di don Catello e delle associazioni di cicloamatori, ho risposto con entusiasmo alla proposta di dedicare a Felice uno spazio sulla 'Roccia della Memoria' sulla parete del santuario di San Michele al Faito.

Insieme a quanti sono ricordati su quelle pietre, si aggiungerà un altro ricordo a testimoniare che un giorno del 1976, nel corso della tappa del giro d'Italia che da Pompei finiva a Sorrento, passò per il Faito, indossando la maglia di campione del mondo, un grande ciclista, un grande uomo, come grandi sono stati coloro i cui nomi sono scolpiti su quella roccia. Il giorno di San Michele, domenica 29 settembre ci sarà un momento commemorativo che vedrà tanti ciclisti salire sul Faito e sul piazzale del Santuario troveranno quanti hanno tifato e amato Felice. Ci saremo anche noi con la nostra bandiera.

VIAGGIO DENTRO IL DIALETTO NAPOLETANO: 'A CUCINA – Parte Seconda

Tale bastone fu ed è quello che in toscano dovrebbe correttamente dirsi matterello, ma che qualcuno si ostina a dire, impropriamente, con voce romanesca mattarello. Atteso dunque che sia il tagliere che il matterello erano due strumenti utili alla produzione delle *lagane*, poco male che avessero il medesimo nome. Il suddetto *tavulo o tavula*, qualche più anziano frequentatore di casa (nonni, vecchi zii) si ostinava a dirlo, *'a buffetta*, ma era poco compreso da noi ragazzi che ritenevamo, errando che il nonno o lo zio stesse confondendo, intendendosi riferire per errore non al tavolo, quanto al buffè altro mobile, di cui qui di sèguito parlerò. Nella cucina della mia casa d'antan, sulla parete opposta a quella su cui era ubicato *'o fuculare* (demolito assieme al lavaturo nel corso dell'ammodernamento cui ò accennato dianzi, per far posto ad una cucina a gas di città che, ad un certo punto invase appunto tutta la città, soppiantando ovunque il focolare con il suo corredo di legna, carbone e carbonelle; le prime lavatrici elettriche semiautomatiche avevan per parte loro, giustiziato lavaturi e culate e non so la nostra vecchia Nannina cosa dovette ingegnarsi per lucrar qualche soldo...) era situata una bassa credenza (con due sportelli e due cassettini, tale mobile, come il suo simile detto contrabbuffè (da contra =opposto + buffè: nella stanza da pranzo due mobili, sia pure di legno più pregiato e di miglior fattura, portavano il medesimo nome di buffè e contrabbuffè ed erano posti su pareti dirimpettaie, l'uno opposto all'altro) collocato al centro della parete adiacente quella su cui insisteva il buffè (mo vi dico...) era in un vile legno di abete ed era laccato, all'esterno, di un color azzurro scuro, mentre i ripiani interni erano di un bianco calcina); tale credenza con voce mutuata dal francese buffet si diceva bbuffè. Su codesto buffè era montato un alto riquadro a mo' di quadro svedese, su cui erano avvitati numerosi grossi *crocchi a voite* ai quali erano sospesi pentole, tegami ed ogni altro pentolame da cucina che qui appresso elencherò con i nomi partenopei; tali stoviglie in origine furono di luccicante rame adeguatamente stagnato sulla superficie che veniva a contatto con il cibo; poi a mano a mano le stoviglie di rame furono sostituite da quelle in alluminio, materiale che assicurava un'ottima conducibilità di calore e che si puliva in maniera le mille volte più rapida del rame che per esser pulito e poi reso lucente necessitava di gran lavoro ed il soccorso di scorze di limone e di *rena 'e vitrera* cioè sabbia da vetrai ricca di silice atta al soffregamento abrasivo dei residui del cibo cucinato;

Vediamo dunque il pentolame in uso; in un po' tutte le cucine napoletane; avevamo: *tianile* e le più piccole *tianelle*, oltre a *ruoti* e *rutielle*, *caccavi* e *ccaccavelle* ed ovviamente *tielle* più o meno grandi.

Esaminiamo da vicino: *tiano o tiana* utilità simili se non uguali che si differenziavano secondo la grandezza della pentola, per solito usata per la lessatura di taluni cibi;

nella *tiana* si potevano preparare contenuti cibi lessi o da brasare, ma per preparare tronfie minestre vegetali fino alla ridondante *menesta mmaritata*, in quanto minestra vegetale unita, sposata, maritata con varî tipi di carni lesse, era giocoforza ricorrere al più vasto e capace *tiano* maschile; le *tianelle* diminutivo del precedente erano le più piccole e maneggevoli pentoline, provviste di un unico lungo manico saldato al bordo della pentolina attraverso tre corti *chiuvette*, brevi ma larghi chiodi in lega metallica che passando attraverso appositi fori circolari posti sulle pentole e la piastrina concava finale del manico quando fossero ben ribattuti, rinsaldavano il manico al tegame ed impedivano che il manico ciurlasse, assicurando così una sicura presa all'operatore, più spesso operatrice, ai fuochi; *ruoti* ed i diminutivi *rutielle* furono i più o meno ampi teglioni, che non avevano manici, ma un unico grosso anello metallico saldato con i soliti *chiuvetti*, teglioni (da non confondere con le teglie, le *tielle*) che potevano essere usati indifferentemente o sui fuochi o nel forno, e ce ne fu uno *'o ruoto niro* che – per essere stato lungamente a contatto con le fiamme - si era estremamente brunito, acquistando la qualità di non fare attaccare i cibi, risultando l'involontario, ma esatto antesignano dell'antiaderenza chimica e perciò pericolosa! Esso *ruoto niro* quello usato per le lunghe frittture o rosolature di *puparuole* o *papaccelle*, nonché *sacicce* e *frijarielle* ('e *frijarielle so' frijarielle* e basta) da friggere a crudo.

Veniamo alle *tielle*, plurale della *tiella*, propriamente il tegame, la padella, la teglia in cui o si frigge in olio basso, sugna etc. o si preparano i fondi per non troppo elaborati sughi piuttosto veloci; quelli di più elaborata e lunga preparazione, come il mitico *ò rraù* (ragù= il famosissimo napoletano intingolo di carne di manzo e rosso pomodoro, adattamento dal francese ragôût derivato da goût= gusto e dunque risvegliare il gusto), necessita di un'adeguata *tiana*.

Riprendiamo il racconto; nelle ante chiuse da sportelli del *buffè* e *contrabbuffè* trovavano posto innanzi tutto il vasellame da tavola: *'e bicchiere*, le *fiasche* o *perette*, caraffe vitree di varia capacità in cui si poneva il vino per servirlo in tavola: etimologicamente per alcuni da ricollegarsi a pera di cui ricalcherebbe vagamente la forma; la cosa poco mi convince, ma non avendo altro da proporre, prendo per buono. Poi c'erano le caraffe, le *giarre*, più ampie rispetto ai perette, usate solitamente per servire in tavola l'acqua da bere, vasi vitrei bassi e panciuti, provvisti di manico, vasi usati per bere birra o altre bevande fermentate, etimologicamente dall'arabo djarrah attraverso lo spagnolo jarra, ed ancora tazze, tazzine e *tazzulelle* tutte dall'arabo tas, tazze dette anche *chicchere* con voce dallo spagnolo jicara, tutti (tazze o chicchere) piccoli o medi vasi, di porcellana o di maiolica, forniti di un unico manico laterale ed usati per bere caffè, cioccolata o altre bevande per lo più calde.

Fine Parte Seconda