



Club Alpino Italiano Sezione Corsico

## IL GALLO CEDRONE

Periodico trimestrale del gruppo "Montagna in settimana"

N. 27 – Dicembre 2018

@@@

### *Comunicazione ed esplorazione*

*Importanti tematiche ed attività che qualificano l'andare in montagna  
del Club Alpino Italiano*

La *comunicazione* è una dimensione vitale che comprende tante gamme: rendere sé stessi trasparenti agli altri e viceversa; trasmettere le proprie emozioni, impresa non facile, poiché entrano in gioco i nostri vissuti interiori; proporre ideali, progetti, percorsi di vita in cui si crede; parlare invece di chiudersi; relazionarsi, socializzare, coinvolgere e farsi coinvolgere ... ed in montagna tutto ciò è necessario se non si vuole inaridire la nostra personalità umana e trasformarla in qualcosa di scontato e pallido. Alla base, se c'è una passione, questa deve emergere in tutta la sua pienezza. L'*esplorazione* è in fondo una mentalità ed una modalità di andar per monti e in mezzo alla natura: si intende non solo scoperta di nuovi territori e luoghi, ma anche di sé stessi e del proprio io, dal momento che siamo noi come soggetti che interagiamo con l'esterno e lo facciamo con ciò che siamo, siamo stati e saremo, ciò è ineludibile. Esploratori in senso compiuto sono dunque coloro che sanno guardare allo stesso tempo le meraviglie del mondo e le proprie reazioni psicologiche e culturali a tale fatto, non quindi con la superficialità delle apparenze esteriori, ma con la profondità dello scandagliatore degli abissi.

Sul numero di ottobre 2108 della Rivista Mensile del Club Alpino Italiano, "*Montagne360*", sono apparsi degli articoli dedicati a questi temi e registro ciò con molto piacere, perché nel nostro mondo c'è un grande bisogno di vivere tali concetti. Cito dunque alcuni stralci di essi per segnalare, spero, dei cambiamenti in atto. Il primo è tratto dall'editoriale di *Vincenzo Torti*, Presidente Generale di valore e apprezzatissimo, che sottolinea l'importanza della comunicazione all'interno del nostro sodalizio: "Comunico, dunque sono: questa l'efficace espressione con cui sono state presentate le *Giornate della Comunicazione* ... quale occasione di verifica delle modalità con cui circolano le informazioni all'interno del Sodalizio ... La comunicazione, scriveva Calvino nelle sue 'Lezioni americane' è 'lo sforzo delle parole per rendere conto con la maggior precisione possibile dell'aspetto sensibile delle cose' e per riuscirci è prima di tutto necessario esprimersi con chiarezza ed essenzialità, cercando di adottare il linguaggio più

consono per il destinatario delle informazioni ... “. Una decisa condanna quindi del 'burocratese' e dei 'bizantinismi' che ostacolano il passaggio dei messaggi tra i soggetti.

*Luca Calzolari* – Direttore Montagne360 – denuncia invece la trasformazione della comunicazione in montagna che sta avvenendo in negativo in questi ultimi tempi, passando dalla *civiltà* alla *maleducazione*: “... Sì, pensavo alle montagne. Luoghi rispettabili e rispettati per quell'indiscussa sacralità laica che li avvolge. Ho sempre pensato agli escursionisti che si salutano cordialmente e si scambiano informazioni e consigli ... Agli alpinisti che si raccontano la giornata trascorsa o il progetto del giorno dopo ... Ho pensato a chi rispetta l'ambiente senza lasciare traccia del suo passaggio. A chi vive in modo sostenibile e con rispetto i parchi, i monti e quegli straordinari spazi di condivisione e accoglienza che sono i rifugi ... Leggendo certe cronache estive ho avuto la sensazione che la cultura imperante dell'uomo (e donna) iracundo e menefreghista, stia raggiungendo anche le Terre alte che sino a ora ne erano in parte state risparmiate, con tutto quello che ne può conseguire ...” Ed elenca tutta una serie di fatti che fanno mettere le mani nei capelli e conclude: “Ma un certo tipo di comportamento rischia davvero di *disumanizzarci*, inquinando quei valori che da sempre appartengono alla montagna e ai suoi frequentatori: *gentilezza, educazione, rispetto e solidarietà*. *Quindi non rinunciamo all'etica*. Facciamoci rispettare, continuando a far rispettare la montagna”.



Sempre Luca Calzolari, *sul tema dell'esplorazione come ricerca di sé*, scrive: “Ogni artista è un esploratore, diceva Henri Matisse. E ogni esploratore è anche artista, aggiungiamo noi. Perché la sua creatività sta proprio lì, in quell'atto che genera bellezza quasi dal niente ... L'alpinista che decide di lasciare i territori conosciuti per scoprirne di nuovi ha il coraggio di abbandonare le certezze per andare incontro a un ignoto ... L'esplorazione, però, non è solo un atto destinato alla conoscenza, all'avventura e al superamento del limite. E' piuttosto una *predisposizione emotiva*. O, meglio, una sorta di atteggiamento, di rapporto speciale, quasi paritario, ma rispettoso con la natura. L'esploratore desidera studiarla e conoscerla. Però in cuor suo la teme, com'è giusto che sia. E quando le si avvicina scopre perfino di amarla a punto da *vivere la scoperta come una ricerca continua del sé* ... Non è semplice spiegare il motivo per cui l'esplorazione non è da interpretare solo come una costante ricerca di pareti, montagne e territori mai raggiunti prima, ma piuttosto come un *percorso che scava nel profondo* e che è capace di *raggiungere in verticale la nostra anima*. Una strada misteriosa che ci spinge a disvelare la nostra identità...”.

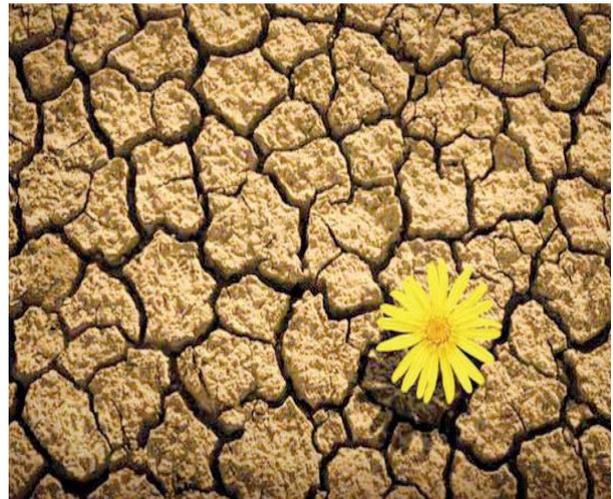
In sostanza *comunicazione ed esplorazione* così intese possono cambiare il nostro modo di andare in montagna ed aprirci a nuovi orizzonti prima sconosciuti e più autentici.

*Enzo Concardi, Cai Corsico, Gruppo Galli Cedroni*

## “RESILIENZA”

### *Una buona scuola dall'alpinismo per la vita quotidiana*

Conosciamo le definizioni di resilienza sia in fisica che in psicologia che, in breve, rappresenta la *capacità di adattamento resistente* di una struttura o di un materiale, pur variando le condizioni esterne, o di una persona in condizioni ambientali stressanti e faticose acquisendo quest'ultima la facoltà di restare sé stessa in modo equilibrato. La fatica caratterizza molti sport e l'alpinismo in particolare, poiché oltre la stanchezza fisica entrano in gioco la pericolosità ambientale (fattore oggettivo), la coordinazione motoria (legata all'allenamento del soggetto ed alla sua abilità tecnica), le capacità psichiche di concentrazione ed autocontrollo. Semplificando si potrebbe dire che praticando con regolarità le *discipline di montagna*, le prestazioni atletiche vanno migliorando ed anche quelle *mentali* in pari passo.



Nella realtà si percorre una metodica fisica e psichica che porta a dei risultati, come vette raggiunte, pareti scalate di varia difficoltà, trekking e distanze percorse, discese eseguite ..., che sono la parte visibile di un *percorso anche interiore*, il quale migliora pure lo *status mentis* generale del soggetto praticante.

Ritengo che per la maggior parte di 'noi montagnini' (CAI e derivati) dall'attività montana s'incamera uno *stato potenziale di energia positiva*, che poi andremo a spendere nel quotidiano, come miglioramento dell'autostima e della capacità di relazione. Per molte persone vi è anche l'aspetto culturale legato alle scienze naturali ed ambientali che studiano i territori visitati, ed anche l'aspetto artistico e tecnico della fotografia e dei video che vanno a realizzare. Tutti questi elementi non sono semplici complementi d'arredo, ma percorsi di conoscenza e consolidamento culturale che vanno a rinforzare la psicologia e la resilienza dei praticanti. Chiudo poi osservando che nell'attuale società vi è una grande necessità di energia ed equilibrio interiore, viste le mutevoli ed intense difficoltà sociali a cui spesso veniamo sottoposti.

*Ottavio Zanaboni, Cai Vittuone*

## MONTAGNA E LETTERATURA

(2 – Continua dal numero precedente) - [BENVENUTO CELLINI OLTRE IL SEMPIONE, IL BERNINA, L'ALBULA](#). Un altro artista rinascimentale – che si distinse soprattutto nell'arte orafa – dimostrò interesse per i viaggi e varcò, dapprima il **Passo del Sempione**, al di là del quale si imbattè in varie vicende avventurose: gli capitò di salvare la vita ad un libraio francese e di rischiare la propria a

causa di brutti incontri in terra di Allemagna. In un secondo viaggio si spinse invece fino a *Wallenstadt*: “... Presi il cammino per terra di **Grigioni**, perchè altro cammino non era sicuro, rispetto alle guerre. Passammo la montagna dell'Alba (**Albula**) e della Berlina (**Bernina**); era agli otto dì di maggio, ed era neve grandissima. Con grandissimo pericolo della vita nostra passammo queste due montagne. Passate che noi le avemmo, ci fermammo a una terra la quale, se ben mi ricordo, si chiama Valdista: qui alloggiammo...” (Benvenuto Cellini - 1500 / 1571 - *Vita di sé stesso*, stampata postuma, 1728). Queste righe contengono informazioni preziose: quanto fosse allora pericoloso mettersi in viaggio per i conflitti permanenti e come si fosse in un'altra fase climatica, per la tanta neve nel mese di maggio.

## TRA LLUMINISMO E ROMANTICISMO

**JEAN JACQUES ROUSSEAU: MONTAGNA MEDICINALE.** Il celebre filosofo illuminista francese con slanci romantici, autore del fondamentale *Contratto sociale*, fu anche propugnatore di un'educazione dei giovani improntata al rapporto con la natura, esaltata come condizione necessaria del vivere umano, con una **funzione medicatrice e spirituale**: “E' un generale impulso che tutti gli uomini provano, che sulle alte montagne, là dove l'aria è pura e sottile, si sente maggior facilità nella respirazione, maggior leggerezza nel corpo, maggior serenità nello spirito; i piaceri vi sono meno ardenti, le passioni più moderate. Le meditazioni vi assumono non so qual carattere grande e sublime ... Sembra che elevandosi al di sopra delle abitazioni degli uomini, si lascino tutti i sentimenti bassi e terreni, e che man mano ci si avvicina alle regioni eteree, l'anima assuma qualche cosa della loro purezza inalterabile. Si è seri senza malinconia, pacifici senza indolenza, **contenti di essere e di pensare** ... Io dubito che una qualsiasi agitazione violenta, una qualsiasi emicrania possa resistere ad un simile soggiorno prolungato, e mi sorprende che i bagni di **aria salubre e benefica delle montagne** non siano uno dei grandi rimedi della medicina e della morale” (Jean Jacques Rousseau – 1712 / 1778 – *Nouvelle Eloise*, 1761).

**JOHANN WOLFGANG GOETHE E LA VISIONE DEL MONTE BIANCO.** Il grande e universale scrittore tedesco viaggiò molto in Europa e apprezzò in particolare l'Italia. Fu colpito anche dalle bellezze delle montagne, come in questa descrizione di una visione notturna del **Monte Bianco**: “Solo le grandi masse erano visibili. Una dopo l'altra apparivano le stelle, e notammo al di sopra delle montagne, una luce che non sapevamo spiegarci: chiara essa era, e senza bagliori al pari della Via Lattea, ma più densa e quasi come le Pleiadi, però più estesa. A lungo avvinse la nostra attenzione, sin che infine, parve dominare le cime di tutte le montagne, simile ad una piramide pervasa da misteriosa interna luce, né meglio comparabile che alla fosforescenza del vetro incandescente: ed allora ci accorgemmo che era il Monte Bianco. **La bellezza di questo spettacolo era assolutamente eccezionale**; in realtà, poiché la montagna brillava insieme alle stelle che l'attorniarono ... essa pareva al nostro occhio far parte della più alta sfera, ed a malapena col pensiero la si poteva riacciare alle sue radici terrene ...” (Johann Wolfgang Goethe – 1749 / 1832 – *Viaggio in Italia*, 1816/17). (2 - Continua)



Jean Jacques Rousseau



Johann Wolfgang Goethe in Italia

## OPERATORI NATURALISTICI E CULTURALI

Da questo numero inizia la collaborazione con gli *Operatori Naturalistico-Culturali (ONC)* sezionali, che pubblicheranno resoconti della loro attività per la divulgazione degli aspetti più

strettamente conoscitivi del mondo della montagna, per sensibilizzare tutti ad un approccio più completo con i vari elementi che compongono la civiltà delle popolazioni montanare.

## MONTISOLA – LAGO D'ISEO

Montisola è una montagna che emerge al centro del Lago d'Iseo. Due le cime di questa particolare elevazione, con alla sommità uno dei monumenti più importanti: a 600 metri, tra boschi di castagni, sorge il Santuario della *Madonna della Ceriola* (XIII secolo), da dove si può ammirare il lago, sia la costa bresciana che quella bergamasca e le cime circostanti come il Monte Guglielmo, la Corna Trentapassi, il Monte Bronzone e la Presolana. Sul promontorio più basso, coperto da coltivazioni di ulivi e viti, vi è la *Rocca Olofredi-Martinengo*.



*Montisola, vista da Sulzano*



*Rocca Olofredi – Martinengo*

I prodotti tipici, oltre all'olio d'oliva, sono le sardine di lago sott'olio (salate ed essiccate al sole) e il salame nostrano con la particolarità che la carne non viene tritata ma tagliata con il coltello. Montisola è importante anche per la fabbricazione di reti, non solo da pesca, ma, addirittura, qui sono state costruite le reti delle porte degli ultimi mondiali di calcio. Nel paese di *Peschiera Maraglio* si trova il Museo della Pesca. Ogni 5 anni a *Carzano* si celebra la festa della Santa Croce, quando il paese viene addobbato con fiori di carta costruiti dai residenti. Vale la pena di ricordare che nel 2016 – dal 18 giugno al 3 luglio – l'artista *Christo* ha fatto costruire una pedana galleggiante larga 16 metri che univa Sulzano con Peschiera Maraglio su Montisola, fino all'isola di San Paolo (privata). E' stato un evento mondiale che ha portato alla ribalta Montisola che, per la prima volta nella sua storia, poteva essere raggiunta a piedi. Gran parte dell'isola, dal livello del lago fin quasi alla sommità, è costituita da un'unica formazione geologica: il cosiddetto *medolo*, una serie di strati calcarei biancastri.

**ITINERARIO.** Da Sulzano con il battello si attraversa il lago sbarcando a Peschiera Maraglio (m 187). Si sale a Senzano (m 318) per proseguire per Cure (m 466), da dove inizia la mulattiera che, tra castagni e conifere, porta al *Santuario Madonna della Ceriola* (m 610). Questa è la prima chiesa dedicata a Maria sul Lago d'Iseo: il nome di Ceriola sembra sia dovuto al fatto che la statua della Madonna con in braccio Gesù Bambino sia fatta con legno di cerro. Sin dai primi dell'Ottocento è tradizione, nel mese di luglio, festeggiare la Madonna della Ceriola come ringraziamento per la guarigione dalla peste: per questa ragione la statua è anche nota come *Madonna della peste*. Dal culmine si scende nuovamente a Senzano e da qui a Menzino, dove è situata la *Rocca Martinengo*, per poi transitare da Sensole, da dove si costeggia il lago fino a Peschiera Maraglio. Lungo il percorso è facile vedere telai con sardine ad essiccare. La vegetazione è caratterizzata da bosco ceduo cespuglioso, misto di roverella, carpino, frassino, nocciolo, castagno, querce, faggi, aceri, corniolo, pungitopo, sanguinella e agrifoglio. Prima di ritornare col battello a Sulzano, si può visitare il *Museo della Pesca*.

*Antonio Cerutti (ONC, ASE), Alberto Moro (ONC), Cai Corsico*

## PROGRAMMA INVERNO 2018-19

Siamo pronti per un'altra stagione di magie bianche per penetrare nell'inverno alpino ricco di suggestioni ed emozioni: le "Terre Alte" consentono un rapporto diretto con la natura, di respirare l'aria pura dei monti nel silenzio ovattato dei boschi e delle distese aperte, di scoprire angoli di mondo fatati e incantevoli tra laghi, baite, valichi, alpeggi ed ogni altro elemento particolare di un mondo immerso nella solitudine positiva del creato. Solo con i nostri mezzi e le nostre energie entreremo in dimensioni oniriche diversamente non percepibili.

DICEMBRE	05	SPLUGEN-PASS (Dal villaggio grigionese di Splugen)
	12	SAN-BERNARDINO-PASS (Dall'omonimo centro grigionese)
GENNAIO	09	VALLE ANTRONA (Da Antronapiana nell'Ossola)
	30	VAL BEVER (Dal borgo engadinese di Bever, dopo Pontresina)
FEBBRAIO	20	BOCCHETTA DELLE OCHE (Da Fondo Valchiusella, Canavese)
	27	MONTE SAN PRIMO (Dal Pian del Tivano, Triangolo Lariano)
MARZO	06	ALPE SOLCIO (Dalla Val Cairasca, sopra Varzo nell'Ossola)
	13	PIAN DEL CELLETTO (Da Sant'Antonio in Val Vogna)

- # Tutte le uscite cadono di **mercoledì**, salvo variazioni per condizioni meteo avverse.
- # Le mete potranno essere variate per condizioni nivo-meteorologiche problematiche.
- # I viaggi si effettuano con **mezzi propri** (gomme da neve o catene a bordo). Per le uscite di dicembre le vetture dovranno essere munite di "vignetta" autostradale svizzera.
- # Tutti i dettagli riguardo ad orari, percorsi e difficoltà saranno specificati nei **programmi** che verranno pubblicati **ogni mese**.
- # **Attrezzatura:** ciaspole o sci laminati con pelli di foca. Bastoncini.
- # **Equipaggiamento:** invernale a tre strati con guanti, copricapo, thermos caldo, crema ed occhiali scuri, ghette.
- # **Organizzazione Cai:** Enzo Concardi (339.3336000 – [concardi@fastwebnet.it](mailto:concardi@fastwebnet.it)).



## Attività del gruppo – Autunno 2018

*Il programma autunnale dei 'Galli Cedroni' si è svolto da settembre a novembre ed è stato ricco di suggestioni, emozioni, scoperte di nuovi territori. Un escursionismo talvolta impegnativo, altre volte più rilassante, comunque sempre significativo. Ecco un breve resoconto.*



L'atteso momento della birra ....

A settembre raggiungiamo il **Rifugio Pian della Barma**, in Val di Gressoney, mentre è in corso il **Tour de Geant**: colloqui interessanti con i partecipanti, disfatti dalla fatica. Dopo saliremo le seguenti vette del programma: il **Pizzo Pioltone o Camoscellahorn**, sul confine italo-svizzero e magnifica vista sulla Weismeiss, tornando dal Rifugio Gattascosa; il **Pizzo Marona**, nel selvaggio Parco Naturale della Val Grande, salita faticosa su sentieri malagevoli, ma stupendo panorama sul Lago Maggiore; il **Monte Guglielmo** dal versante della Val Trompia, con discesa su divertenti roccette per cresta e canalini; il **Monte Grona**, con un circuito nei colori autunnali dei boschi sotto il Rifugio Menaggio e sui pendii ripidi dei suoi versanti, sempre con l'impagabile vista del Lago di Como fino alla Valtellina; ed infine la sorpresa finale: al posto della salita al Monte Croce, prima ciaspolata della stagione a **Riale**, con neve fresca ed itinerario fino all'Alpe Furculi.



Sulle rocce del Monte Grona



Il Lago Maggiore dal Pizzo Marona

