

ATE

orizzonti

animazione terza età

Recapito:
Gruppo di redazione:

Casa Anziani, 7742 Poschiavo
Serena Bonetti, Mario Costa, Roberta Zanolari
Questo numero è curato da Serena Bonetti

EDITORIALE

Consapevolezza



Sospesa così nel tempo e quasi nello spazio, ho goduto un attimo di "leggerezza dell'essere"... Stavo bene, non avevo dolori, non pensavo ai problemi, dondolavo e ...piano piano invecchiavo.

Ma neanche quest'ultimo pensiero sembrava pesante appesa lì dentro il mio salice. E tutt'a un tratto ho pensato una cosa: lo sguardo dell'anziano sulla vita giovane non è di invidia e neanche di rimpianto, è uno sguardo di consapevolezza. Consapevolezza sulla velocità e sull'inevitabilità del trascorrere. Consapevolezza del proprio vissuto. Ricchezza.

Dondola la mia amaca, come il pendolo dentro un orologio, mi sembra tutto leggero. Poi qualcuno mi chiama, sposta le fronde come un sipario aprendo il

*mio cerchio magico. Esco dal grembo, vedo la luce che comincia ad allungare le ombre, è quasi ora di cena. Mi sento tornata da un viaggio!
Mitico il mio salice!*

Serena Bonetti

Se dovessi nascere pianta vorrei essere un salice piangente.

Sì, perché al di là del nome forse troppo triste, il salice piangente è una pianta meravigliosa e tranquillizzante. C'è qualcosa di liberatorio e rasserenante dentro quell'ondoso movimento dei suoi lunghi rami, fili leggeri che accarezzano l'aria con lo stesso infinito movimento delle onde che finiscono su una riva.

Ho provato a mettermi in grembo: ho appeso ad un suo ramo una specie di amaca, una poltrona dondolante che ricadeva al centro, tutt'intorno i lunghi rami ondulanti. Che emozione! Il mondo fuori spariva e i tuoi pensieri prendevano il ritmo ondoso dell'albero e dell'amaca.

SOMMARIO

Editoriale

Consapevolezza. 9

Argomenti

Ricordi di scuola 9

Luna calante 10

Risata d'estate 10

Ricetta

La gazzosa 10

Vita dell'ATE

Tra i filari della vita 11

Traguardo. 11

Intervista

30 domande. 11

Curiosità

Pregghiera di chi invecchia 12

Finalmente Nepal 12

ARGOMENTI

Ricordi di scuola



Da in alto a sin verso destra:

Giuseppe Vassella, Angelo De-Paoli, Mario Cramer, Enrico Piana, Dino Dorizzi, Beniamino Giuliani, Erno Vassella, Pierino Giuliani, Albino Menghini, Agnese Zanolari, Agnese Giuliani, Agnese Cramer, Andrea Bondolfi, Reto Cramer, Giuseppe Passini, Annunzio Fanconi, Anna Cramer, Savina Cramer, Ida Menghini, Assunta Luminati, Liliana Cramer, Marcellina Cramer, Amelia Fanconi, Renzo Cramer, Lina Menghini, Ines Cramer, Renata Zanetti, Fides Giuliani, Alma Passini, Erminia Bellettini, Marina Cramer
Maestra: Domenica Cramer

(c.c.) È una foto in bianco e nero, rigorosa, come non siamo più molto abituati a vedere, e che ci proietta su-

bito in un'altra epoca, quasi ottant'anni fa. Una foto di classe : 31 bambini di prima e seconda elementare, in una pluriclasse del 1934.

Guarda, mi dice chi mi ha dato la foto, nessuno che sorride e poi nessuno che porta gli occhiali! È vero, anche questo fa la differenza nel tempo! E, aggiungo io, nessuno è sovrappeso!

Comunque ha ragione, non sorride nessuno in questa foto, a cominciare dalla maestra che appare severa e oserei dire arcigna, come se di fianco a lei ci fosse un gruppo da domare e non da educare!

Davvero altri tempi: a scuola si andava con la lavagnetta. Solo dopo la sesta abbiamo ricevuto un quaderno che chiamavamo "scartafacc".

Ricevuta il primo giorno di scuola, la piccola lavagna ti accompagnava poi per tutti gli altri anni. Al sabato, in classe, tutti quanti dovevamo lavarla con la spugna, pulendo bene anche la cornice in legno.

La spugna, già allora, e credo ancora oggi, a volte si tramutava in arma: quando il maestro si arrabbiava o sentiva chiacchierare alle sue spalle, ci tirava addosso la spugna. Sicuramente era un'arte, dice la mia signora, perché sempre ti colpiva a sorpresa!

C'era davvero poco da ridere a scuola a quei tempi; i castighi erano frequenti e temuti, perché spesso corporali.

CONTRIBUTO SOCIALE 2010

Cari sostenitori,

Presentare l'ATE e descrivere le sue diverse funzioni lo riteniamo superfluo.

In tutte le famiglie, presto o tardi, si viene confrontati con la realtà della terza età: i nostri anziani.

Ognuno di noi ha il diritto di trascorrere nel modo migliore la quiete.

In questo senso, i volontari cercano di fare del loro meglio per questa nobile causa.

Come in tutte le società, è noto che anche la parte finanziaria è una componente indispensabile per far fronte alle spese vive. Perciò ci permettiamo di chiedervi il contributo che solitamente ci avete elargito negli scorsi anni. **La quota annuale ammonta a Fr. 20.- per le persone singole e a Fr. 100.- per le associazioni e gli enti.** Già da ora vi ringraziamo per il vostro prezioso sostegno finanziario e morale.

Nuove leve tra le nostre file del volontariato sono sempre ben accette. Per un colloquio orientativo, Franco Cramer-Droux tel. 081 844 05 19 e Roberta Zanolari-Bondolfi tel. 081 844 19 02 sono sempre disponibili.

Grazie per la vostra comprensione. Buon autunno e buona lettura con il giornale trimestrale "Orizzonti"

Il comitato ATE

ARGOMENTI

Luna calante

Sono ormai anziana, tanto anziana! Ho però la fortuna di passare ancora qualche settimana sul vecchio monte ove ho trascorso gli anni della mia giovinezza.

Mi ritrovo come allora e rivivo la vita contadina. La vecchia casa trasuda sempre di vita! Una casa che sa di caffè, di profumi di cucina, di pareti coperte di antichi utensili, di giornali e vecchie riviste, fotografie...i ricordi riaffiorano. Mi ritrovo a giocare con cugini, fratelli e zii. Vivevamo assieme come una grande famiglia. Che bello...odo la voce del babbo: domani si seminano le patate, è luna calante e per di più capricorno. Svelti, oggi patate e domani l'orto da zappare... metteremo insalata, spinaci, porri. Approfittiamo di questa luna calante e il raccolto sarà ottimo!

I nostri avi, i nostri montanari contadini, possedevano un calendario lunare, elaborato seguendo il corso della luna sul quale potevano leggere quali influssi favorevoli dominassero quel giorno. Sensi acuti, vigilanza, capacità di percezione e osservazione lunga e precisa della natura, del mondo animale e vegetale, hanno fatto dei nostri anziani dei maestri nella scelta del giusto momento. Infatti hanno scoperto numerosi fenomeni: nascite, eventi meteorologici, attività quotidiane come lavare, cucinare, tagliare i capelli, sottomettersi ad operazioni chirurgiche, seminare, raccogliere e altro ancora, sono soggetti a ritmi naturali. Così c'era il giorno per il bucato: in luna calante il tessuto si conservava meglio e le macchie si dissolvevano più facilmente facendo così risparmiare detersivo! Valeva anche per la pulizia della casa: pavimenti, vetri finestre, pareti, muffa negli angoli, tutto si lavava facilmente in luna calante con acqua e poco alcool. Vasellame, rame, ottone si pulivano con prodotti caserecci: farina gialla, sale, aceto bollente e tutto luccicava. Sempre in luna calante venivano pulite le scarpe, gli stivali, così la pelle non si deteriorava. Ed era importante poiché le scarpe dovevano servire ancora per i fratelli più piccoli! C'era poi il giorno adatto per pulire vestiti invernali ed estivi per poterli poi sistemare negli armadi ben stipati e senza tarmicidi. E come ricordo la grande pulizia primaverile! Anche questa rigorosamente in luna calante: letti,



materassi, coperte, tutto veniva messo al sole ad arieggiare, veniva ribattuto, battuto, e poi alla sera si rimetteva tutto dentro, portando in casa anche il fresco profumo del sole!

Il giorno del capricorno, in luna calante, non c'erano scuse: tutti nell'orto a strappare erbacce. L'orto restava come disinfestato per lungo tempo e non era necessario usare pesticidi per le verdure. Rivedo mio papà farci osservare il cielo la sera: c'era una falce e aveva la gobba a levante: era tempo di raccogliere frutta, verdura, erbe medicinali, alla mattina presto, al primo sparire della rugiada. E ancora con la gobba a levante c'erano le gerle pronte per portare il letame nei prati: bisognava concimare.

Tutte queste attenzioni erano determinanti per garantire successo alle cure e al raccolto dei nostri prodotti. Tutta una scienza che non ho mai dimenticato. Era stata premura dei nostri antenati tramandare il loro sapere ai figli. Ma poi tutt'a un tratto questa scienza è caduta nel dimenticatoio; giovani contadini, forestali, giardinieri parlano di superstizione e si affidano completamente all'uso di macchine, strumenti, concimi, pesticidi. Così hanno perso il contatto con la terra, quella specie di muto colloquio, e inconsciamente hanno contribuito alla distruzione dell'ambiente. Nessuno oggi può ignorare il prezzo che siamo costretti a pagare.

Ho divagato... i miei nonni appesi alle pareti mi guardano e par che dicano: non è mai troppo tardi per ridare vita ad una scienza antica!

Ogni piccola azione conta spesso molto più di grandi gesti e di grandi parole. *Ava*

Risata d'estate

Mi capita spesso di fermarmi ad osservare la gente. Il loro modo di camminare e di muovere le mani mentre raccontano qualcosa. Il parlare al cellulare e contemporaneamente lo schivare la corrente di persone che, sotto i portici di una Locarno piena di vita, scivola nella direzione opposta. Il un cortile, seduta al tavolino di un bar, navigo sui miei pensieri. Improvvisamente una risata genuina e forte invade il cortile. Non è la classica risata in risposta alla battuta di un amico. È una risata piena, una risata insistente a tal punto che i presenti, sottoscritta compresa, si mettono inevitabilmente alla ricerca dell'autore. In un angolo ecco una ragazza con gli auricolari che, intenta ad ascoltare cosa l'amica all'altro

lato del telefono le racconta, scoppia nuovamente a ridere! Presto tutto il cortile ne è contagiato e la ragazza, imperterrita e, giustamente, noncurante di cosa possano pensare i vicini, continua nel suo vortice d'allegria. Io, nel mio piccolo, mi ritrovo dapprima a sorridere per poi scoppiare in una risata colma di tenerezza e gratitudine per quella simpatica sconosciuta!

Dopo un cinque minuti circa, la ragazza si toglie gli auricolari e, ancora col sorriso sulle labbra, si asciuga le lacrime che dal tanto ridere le hanno rigato il viso. Il resto del pubblico torna ai propri caffè e riapre i giornali. Io penso che ci starebbe bene un applauso e, beata, torno ai miei pensieri.

Elisa Bontognali

CONTINUA DA PAGINA 9

Ricordi di scuola

La nostra maestra aveva una bacchetta e quando la facevamo arrabbiare dovevi allungare le braccia e mostrare le mani, lei poi te le picchiava con la sua bacchetta. Oppure ti obbligava a stare inginocchiato vicino alla sua cattedra a lungo. Ricordo ancora come fosse ieri, la volta che mi bruciò il fazzoletto! Già, avevo un fazzoletto in stoffa che mi sembrava meraviglioso, decorato con delle rose. Io, tutta orgogliosa lo stavo mostrando alla mia vicina di banco e la maestra mi ha sorpreso: ha preso il mio fazzoletto e l'ha buttato nella stufa dove è bruciato in pochi attimi! Non l'ho mai dimenticato!

Le aule venivano riscaldate con la stufa a legna. Ogni sera, a turno, un alunno o alunna doveva scendere nella legnaia e portare una cesta di legna in classe per il giorno dopo.

Al mattino si accendeva la stufa, ma l'aula era fredda e tutti noi cercavamo sempre una scusa per poterci fermare un attimo davanti alla stufa a scaldar le mani. A volte, invece di andare a ricreazione, avremmo preferito rimanere davanti alla stufa a scaldarci, ma venivamo sempre cacciati fuori!

La scuola cominciava in ottobre e finiva a Pasqua, seguiva insomma il ritmo dei lavori di campagna. I maestri, da aprile

ad ottobre facevano i contadini. Anche i bambini erano sempre impegnati nei lavori dei campi. *Dopo le lezioni, c'erano sempre lavori da fare a casa o nei campi, e conclusi questi poi facevamo i compiti di scuola.*

Nei campi si piantavano un sacco di rape, erano buone, dolci. Spesso, per rubarne qualcuna e mangiarla di nascosto, arrivavamo poi a scuola in ritardo! Allora si che erano castighi!

Non esistevano i congedi e neppure le giornate Jolly, ma a volte qualche ragazzo mancava da scuola perché a casa serviva il suo aiuto.

Negli occhi vispi e intelligenti della mia interlocutrice vedo passare tante immagini, tanti ricordi, e l'espressione tutt'a un tratto assomiglia proprio a quella della bambina che sta sulla foto. Le chiedo se era bello andare a scuola allora. *No, mi dice, non mi piaceva, ma non piaceva a nessuno!*

Poi forse la vita è stata la più grande scuola, e quel rigore insegnato dietro i banchi, è stato per finire un aiuto per attraversare i momenti più duri. E per contrasto capisco anche che non ha annientato il sorriso, e il persistere, in questa allieva ormai ottant'enne, di un guizzo furbo, curioso e vitale negli occhi.

RICETTA

La gazzosa

(s.b.) C'è un sapore che appartiene alla mia infanzia: quello della gazzosa.

Oggi non ti capita più di andare al bar e sentire qualcuno che al cameriere comanda una gazzosa, semmai richiedono una sprite o un citro (che poi anche lui ha già perso per strada il suo nome intero poiché al suo apparire si chiamava elmer citro!) La gazzosa la trovi ancora nei grotti ticinesi, in bottigliette rigorosamente di vetro con la chiusura "a macchinetta", con ferretto e gommino. Il gusto è ancora quello che ricordo da bambina, ma la mia gazzosa è un'altra. È quella che faceva in casa mia nonna. Venti litri per volta, sempre dentro bottiglie da un litro di vetro verde scuro, tutte con la chiusura "a macchinetta". D'estate le metteva in terrazza, tutte ben in fila esposte al sole. Avevano bisogno del caldo per fermentare e diventare gasate. Dopo qualche giorno si provava ad aprire qualche bottiglia: se frizzavano, ovvero fuoriusciva gas e schiumavano appena si aprivano, erano pronte e si ritiravano dal balcone per metterle al fresco. D'inverno mia nonna allineava le sue bottiglie verdi accanto alla stufa, bisognava sempre stare attenti a non rovesciarle quando noi, scatenati nipotini, giocavamo sempre in movimento. La ricetta è poi passata a mia mamma, che ogni estate rilava le sue venti bottiglie e per la gioia di noi tutti rifà la gazzosa. Poi, con l'intiepidirsi del sole all'inizio d'autunno, le bottiglie tornano in cantina in attesa della prossima estate. Ora è il mio turno di portare avanti la tradizione. Sarò sincera, ho provato a farla qualche volta, ho persino comperato venti bottiglie in vetro come quelle di una volta, ma ancora non mi riesce come dovrebbe. La mia gazzosa stenta a frizzare: o son troppo giovane io, o son troppo nuove le bottiglie, o il sole non è più quello di una volta! Ma non desisto,



so che mi riuscirà, perché ancora non ve l'ho detto ma è la gazzosa più buona del mondo!

Ecco la ricetta per chi fosse interessato:

ingredienti:

20 litri di acqua

2 kg di zucchero

6 limoni

1 bottiglietta di birra

1 manciata di foglie di salvia

Far bollire 3 (dei 20) litri di acqua con lo zucchero, la pelle dei 6 limoni e l'erba salvia, per 20-30 minuti

A parte, nel recipiente con i rimanenti 17 litri d'acqua, versare la birra, il succo dei limoni filtrato con il colino, e infine l'infuso bollito prima (anche questo filtrato).

Mescolare bene il tutto.

Riempire le bottiglie ed esporle al sole per circa una settimana.

NB - È possibile che le prime volte la gazzosa debba rimanere esposta al sole per più giorni prima che fermenti e diventi gasata.

VITA DELL'ATE

Tra i filari della vita

Le giornate si sono accorciate, la temperatura si è abbassata, la luce ed il sole diventano sempre più preziosi. È l'autunno che con prepotenza ha preso a pugno la calura e le giornate lunghe dell'estate. Poi, per farsi perdonare, ci invita alla raccolta dei frutti: mele, pere, bacche, kiwi, noci, nocciole, castagne, uva. Tutte delizie della nostra terra.

Già da bambino coi miei genitori ed ora con i figli, coltivo un piccolo vigneto a Madonna di Tirano. A ottobre la grande festa della vendemmia con le scorpacciate di uva «Brügnöla» e le bevute del dolce mosto appena pigiato. A novembre la torchiatura e la vinificazione del vino in cantina con le relative teorie e controversie con i ragazzi. Un'attività che fino agli anni ottanta era abbastanza praticata e conosciuta specialmente nella parte bassa della nostra valle.



«Troppo felici gli uomini dei campi se conoscessero la loro felicità» (Virgilio)

La globalizzazione e diversi altri fattori, che non sto a elencare, permettono a pochi, oggi, questo faticoso ma altrettanto affascinante lavoro. E così tutti gli anni le superfici vitate (i vigneti) diminuiscono a favore e alla prepotenza del bosco. L'attuale zona di produzione in Valtellina, conta circa 1250 ettari. Attorno al 1800 (ai tempi di Napoleone per intenderci), essa contava circa 4200 ettari. Questo confronto la dice già lunga! È in serio pericolo un patrimonio agricolo, paesaggistico-ambientale e culturale, ormai millenario, difficilmente recuperabile. Cosa succederà? È lecito preoccuparsi, ma non disperare.

ORIZZONTI è redatto particolarmente dai lettori. Manda le tue esperienze, le tue opinioni... e la rivista sarà sempre più ricca.

Questa edizione di ORIZZONTI è stata sostenuta finanziariamente dalla REPOWER e dalla Pro Senectute.

Alcuni lavori nella vigna sono molto impegnativi e pesanti. Mi capita spesso, quando sudo e sono sotto sforzo, di essere più riflessivo e di pensare allo scopo della nostra esistenza. Perché siamo qua? Che senso ha la nostra vita?

Osservando fra i filari penso: - Perché alcune viti sono più deboli e fragili delle altre? Perché tutti gli anni, anche se amorevolmente coltivate, alcune viti o per il freddo o per malattia diventano secche e muoiono? Evidentemente le risposte non le trovo. Mi viene spontaneo fare il confronto fra noi esseri umani e la natura. È come nella vigna: in primavera ed estate si lavora, per poi vendemmiare in autunno e riposare d'inverno. Così anche la nostra vita si può paragonare al ciclo della vigna.

Da due anni cerco di rendermi utile, per quanto mi è possibile, nell'ambito dell'ATE. Una nuova piccola sfida che a contatto con persone più grandi di me, suscita sensazioni di arricchimento. Lo scorso mese di giugno si è tenuta l'assemblea con la cena offerta dall'ente per i volontari, che con spirito di solidarietà cercano di alleviare i diversi acciacchi fisici e mentali degli utenti della terza età. In questo

senso sono del parere che, subito dopo le premurose cure del personale della casa anziani, delle suore, dei medici e dei propri familiari, i volontari creano un senso di amicizia, fiducia e sicurezza per gli anziani che necessitano cure e attenzioni individuali.

Il motore e la persona più conosciuta nell'ambito del sodalizio è senz'altro l'emérito presidente **Franco Cramerri**. Da decenni, con il suo innato spirito positivo e altruistico, si impegna a 360 gradi a organizzare i diversi gruppi operativi nelle diverse sedi di tutta la valle. Ringraziarlo sarebbe poco. Fossimo geograficamente più vicini a Roma, si direbbe: «Santo subito!!».

Franco, sostenuto dal resto degli onorevoli membri del comitato, ha riposto la fiducia (non so se meritata) nella mia persona, proponendomi come presidente dell'Associazione animazione terza età. Per accondiscendere e alleggerire Franco di alcuni compiti, ho accettato la sua proposta e nell'ultima assemblea sono stato eletto quale nuovo presidente. Mi auguro di essere all'altezza e di poter offrire il mio modesto contributo. Ma non spaventatevi: Franco farà sempre parte del comitato ed il suo prezioso operato continuerà anche in futuro.

Agli anziani di tutta la valle, agli utenti della casa anziani auguro buon autunno e un buon inverno in attesa della primavera ed estate prossima.

Alle suore, al personale della casa anziani, ai medici, ai **volontari** e ai colleghi del comitato di coordinamento, auguro buon lavoro con senso di gratitudine e di spirito fraterno.

Giorgio Pola
Presidente ATE

Traguardo

(rz) Il 12 settembre scorso la signora Agnese Menghini ha festeggiato i suoi 100 anni. Cara signora Agnese, da parte di tutti i lettori di ORIZZONTI le giungano tanti auguri di grande serenità. Il seguente brano del fratello Don Felice ci è stato donato in Casa Anziani dai familiari; è un petalo di quella grande rosa di ricordi che vogliamo dedicare a lei e a tutte le persone anziane.

Pace autunnale

*O valle, mai vidi l'autunno così festoso
abbellire il tuo volto ricomposto nella pace
dopo la grande fatica estiva,
apparizione di una bellezza nuova
di vecchia primavera ancora
voglia sorridere.*

*Con te si adagia in questa pace
ogni desiderio e stanca passione,
chi trova bella questa morte
che t'inghirlanda di un'ultima fiorita.*

*Pace che più non sfugge, in te si calma
finalmente lo sforzo di lontane primavere
forse di tutte le passate stagioni.
Stanchi di fiorire gli alberi
Danno alle foglie l'ultima forza del colore
(creature che donano l'ultimo respiro)
e poi restano immobili
bruni simboli autunnali
contro tutti i richiami del vento scatenato.*

*Tutte le cose in pace. Solo il vento
maledizione che cielo e terra
a vicenda si gettano
selvaggiamente chiama. Un cimitero
è tutto il mondo.
O, senza croci. Morto anche il dolore,
i muti alberi
hanno dimenticato ogni parola.*

INTERVISTA

30 domande

(s.b.) Tino Zanetti da otto anni è Podestà di Poschiavo. Non ha certo bisogno di presentazioni: il suo impegno politico e sociale lo espone a tutti i venti. L'idea di invitarlo alle mie Trenta domande (Questionario di Proust), che stanno ormai diventando un appuntamento a questo Orizzonti, nasce dalla curiosità di scoprire le piccole cose dentro l'uomo pubblico. Un po' come guardare il Sassalbo, che tutti conosciamo, ma dall'altra parte della montagna. Lo sguardo furbo e la battuta sempre pronta facilitano l'incontro che si rivela piacevole e cordiale.

1. Il tratto principale del tuo carattere.

Socievole. Anche pacifico.

2. La qualità che preferisci in una donna.

Disponibilità! (sorriso)... Capiscila come vuoi! No, scherzo, intendo che sia sensibile alle necessità della società e che sia attiva.

3. La qualità che desideri in un uomo.

Rispetto di fronte agli altri.

4. Quel che apprezzi di più negli amici.

Sincerità. E comprensione. Sincerità e comprensione insieme.

5. Il tuo principale difetto.

Cercare di voler sempre trovare soluzioni buone per tutti. Questa ricerca di armonia per finire si trasforma in difetto perché è una meta impossibile. Tu ti preoccupi, investi un sacco di energie e di tempo, ma la tua buona volontà non basta. Per finire, la tua strategia si risolve in perdita di tempo ed energia. A volte sarebbe meglio decidere prima.

6. Cosa sognavi di fare da grande.

L'insegnante. Già, l'insegnante di musica. Ho suonato il flauto, la tromba, la chitarra. Mi sarebbe piaciuto anche

suonare per intrattenimento, magari a un piano bar!

Sono stato presidente di un coro misto a Igis per diversi anni, e cantavo come tenore. Credo che il canto e la musica siano la cosa più bella per rilassarsi e ricaricare le batterie. Visto? Non sono solo uomo di cifre!

7. La tua occupazione preferita.

Lavorare con le persone. Non amo stare chiuso in un ufficio, ho bisogno di contatto.

8. Il tuo sogno di felicità.

Vivere in armonia con tutto: la natura, gli uomini, la società in generale.

9. Il momento migliore del giorno.

La sera tardi tra le 20.00 e mezzanotte e il mattino presto, tra le 05.00 e le 08.00. Lì mi sento tranquillo, c'è silenzio e posso concentrarmi.

10. Quel che vorresti essere.

Utile allo sviluppo di un paese o di una società

11. Il paese dove vorresti vivere.

Prada, ma non vuol dire 365 giorni all'anno!

12. La volta che ti sei sentito fiero di essere svizzero.

Il primo agosto 2003: il discorso per la prima volta come Podestà. E' stato emozionante, la piazza, l'atmosfera... bello!

13. La volta che ti sei sentito fiero di essere poschiavino.

Quando sono stato nominato revisore d'ufficio dei comuni grigionesi. Con orgoglio ho potuto dire di essere poschiavino e di saper parlare e conoscere due lingue, due culture.

14. La volta che ti sei vergognato di essere svizzero.

...non so, magari torniamo alla fine.

CONTINUA DA PAGINA 11

30 domande



15. Il tuo colore preferito.

Il colore della speranza! Qual è, il blu? Ah no, è il verde, allora il blu cosa è, fedeltà?

Ad ogni modo mi piace il blu.

16. Il fiore che ami.

Non so se ho il pollice verde ma mi piace occuparmi del giardino. Mi piacciono i Non ti scordar di me.

17. Come ti immagini a 80 anni.

Sorridente in Plaza da Cumün a bere un caffè!

18. Lo scrittore preferito.

Alessandro Manzoni, "I promessi sposi". Anche malgrado le paginate ricopiate per castigo a scuola!

19. I tuoi compositori preferiti.

Ma, non saprei, mi piace anche la musica classica. Forse Beethoven.

20. Un politico che stimi particolarmente.

Bill Clinton.

21. Il tuo eroe nella storia.

Guglielmo Tell.

22. Quel che detesti più di tutto.

L'arroganza.

23. Il dono di natura che vorresti avere.

Suonare il piano, ma proprio bene. Saper improvvisare. Metterti lì e suonare da Dio.

24. Tre libri da portare sull'isola deserta.

Un bel giallo, un libro di Storia svizzera, e uno di racconti della Valposchiavo.

25. Cosa diresti a un giovane di 20 anni.

Di sfruttare tutte le occasioni per aprire gli orizzonti e le sue visioni. Direi di non occuparsi solamente di cose che può realizzare subito, ma di impegnarsi anche in opere che forse non potrà realizzare. È lì che si costruisce davvero il futuro.

26. Un vantaggio di invecchiare.

Avere tempo per i nipoti. Sarò nonno

alla fine del mese. Quando vedo l'orgoglio di nonni ancora in buona salute che si occupano dei nipoti rimango affascinato.

27. Come vorresti morire.

Vorrei star bene fino a dieci minuti prima della fine. Non soffrire insomma. D'altra parte è anche l'augurio che farei a ognuno.

28. Stato attuale del tuo animo.

Mi sento molto bene, sono soddisfatto e contento. Contento anche delle decisioni che ho preso: smettere di essere Podestà, cessare l'attività di granconsigliere a Coira. Non rimpiango niente.

29. Il tuo motto.

Dare per avere. E anche Vivere e lasciar vivere.

30. È stato difficile trovare il tempo per quest'intervista?

No, pensavo ci fosse tempo e non l'ho messa come priorità, ma quando ho capito che Orizzonti andava in stampa ho trovato subito il tempo. Anzi, ringrazio per questa attenzione!

Ma guarda che non è finita, dobbiamo ancora tornare **alla domanda 14**, non avevo risposto! (*non gli scappa un numero!*)

Ebbene, mi sono vergognato quando la Svizzera, le Camere federali, si sono opposte ad aumentare l'aiuto umanitario nel mondo. Credo sia un dovere aiutare chi non sta bene, permettere loro di potersi sviluppare restando nella propria terra.

Et voilà! Siamo arrivati in fondo. Mi piace immaginare quest'uomo come pianista mancato in un piano bar, intento ad armonizzare accordi, a trovar le quinte, le seste e le diminuite: un'altra sfida matematica alla ricerca di un'armonia. E chi lo dice che i numeri non hanno colore?

Grazie Tino e tanti auguri per quello che gli anni ancora avranno da offrire.

CURIOSITÀ

Finalmente Nepal



Da decenni ormai coltivo l'abitudine di scalare montagne. Da alcuni anni a questo passatempo si è aggiunta una grande voglia di viaggiare. Spesso e volentieri cerco dunque di collegare le due cose. Di conseguenza le mie destinazioni non sono tanto le spiagge dei Caraibi, ma piuttosto i paesi andini dell'America latina o le remote regioni a ridosso dell'Himalaya. Ne consegua che mi è capitato di frequente di sentirmi rivolgere la stessa domanda: "Tu sarai certamente già stato in Nepal". Spesso, quando questo capita, il mio interlocutore non si preoccupa nemmeno di mettere un punto interrogativo al termine della frase, tanto la risposta può sembrare scontata. Ebbene no! Lo confesso. Non sono mai stato in Nepal. Almeno fino allo scorso novembre quando, stufo del ripetersi di questa situazione, ho pensato di porre rimedio e partire finalmente per il Nepal, accompagnato questa volta da un formidabile compagno di viaggio; mia figlia Sarah.

Non appena arrivati in Nepal, ci lasciamo volentieri alle spalle una tanto caotica quanto inquinata Katmandu. Percorrendo una strada, alle nostre latitudini, semplicemente improponibile, raggiungiamo in tarda serata Syabru Bensi, punto di partenza del nostro Trekking. Ci sentiamo come appena usciti da una lavatrice e quindi il fatto di continuare a piedi ci rassicura assai. Siamo in novembre e la stagione dei grandi Trekking, come verso il campo Base dell'Everest, oppure attorno all'Annapurna, non sono più agibili per il freddo e la neve. Per questo motivo scegliamo una regione più adatta, come la remota vallata del Langtang. Il paesaggio è entusiasmante e propone un graduale passaggio da una vegetazione tipicamente tropicale, a una larga fascia ricoperta da estese pinete che ci ricordano la nostra valle. Verso i 3500 metri di altitudine il paesaggio cambia bruscamente, fino a diventare un'ampia zona ghiaiosa proprio a ridosso delle gigantesche montagne Himalayane che costituiscono un poderoso confine naturale con il vicino Tibet. Distribuite lungo tutto il tragitto troviamo numerose Lodge, dei rifugi in sasso e legno con delle camere molto semplici e un locale riscaldato a legna adibito a sala pranzo. Sostando e trascorrendo le notti in questi ostelli raggiungiamo finalmente il villaggio di Langtang. Il posto è a dir poco stupendo, con la vallata che termina in un ampio ghiacciaio circondato da montagne semplicemente da urlare. Contiamo una ventina di case, con tanto di scuola, monastero buddista e

un caseificio costruito grazie agli aiuti giunti dalla Svizzera. Siamo a ridosso dei 4000 metri e il clima è abbastanza freddo. Katmandu ci sembra lontana e a noi pare di essere arrivati ai confini del mondo. Certo, mi ripeto, il paesaggio è idilliaco ma per chi ci deve vivere tutto l'anno anche rigido e a nostro parere, privo di qualsiasi opportunità. Dopo aver salito una montagna di 4600 metri, da queste parti, roba da poco, lasciamo Langtang per avviarci verso il lago sacro di Gosainkund. Durante il cammino attraversiamo spesso dei lunghi ponti sospesi nel vuoto, che ci permettono di raggiungere veloci e senza problemi il versante opposto della vallata. Prima di arrivare al lago pernottiamo in un villaggio, dove è appena morta una donna anziana. Il mattino successivo, poco dopo esserci incamminati, incontriamo un gruppo di uomini occupati a preparare una grande catasta di legna dove sarà bruciato il corpo della defunta. Accompagnati dai canti e dal suono dei lunghi corni tibetani che continueranno fino al termine della cerimonia funebre, proseguiamo il nostro cammino. Il Lago sacro di Gosainkund rappresenta un importante luogo di pellegrinaggio per induisti buddisti che si ritrovano sulle sue rive nel mese di agosto di ogni anno. Anche i nostri accompagnatori nepalesi non esitano, giunti sul posto, a inchinarsi più volte in direzione del lago nella speranza di ricevere una qualche benedizione particolare dalla divinità indù che vive nei pressi del lago.

Siamo ormai giunti al termine del nostro viaggio e attraversando Katmandu per raggiungere l'aeroporto troviamo una città presidiata da centinaia di agenti in assetto antisommossa, pronti a reprimere una nuova manifestazione. Guardando verso il centro, intravediamo numerose colonne di fumo che si sprigionano dalle barricate di pneumatici in fiamme, erette da gruppi di maoisti che dimostrano in questo modo il loro dissenso verso l'attuale governo. Di fronte a questo spettacolo avvilente, lascio il paese con grande tristezza. Ho trovato un posto molto diverso da quanto avevo immaginato. L'idilliaco paese dei maestosi ottomila, meta di tanti alpinisti, è nel bel mezzo di una grave crisi dagli esiti imprevedibili. Chissà se le divinità del lago sacro di Gosainkund potranno in qualche modo porre rimedio, io dal canto mio parto con l'intenzione di tornare sperando, contro ogni probabilità, di ritrovare una situazione migliore.

Franco Liver

CURIOSITÀ

Preghiera di chi invecchia

"O Dio, tu sai che io sono anziana e che un giorno sarò vecchia. Preservami dalla presunzione di dover dire qualche cosa in ogni occasione e per ogni oggetto. Liberami dalla passione di voler dare consigli ai problemi degli altri. Insegnami ad essere servizievole e riflessiva, ma non dispotica. Liberami dal descrivere dettagli che riguardano il passato. Insegnami a tacere sui miei malanni che aumentano di anno in anno, e così la voglia di elencarli. Insegnami ad ascoltare le storie di malattie degli altri, a sopportarle e a tacere sulle mie. Non vorrei essere una santa. Sarebbe difficile convivere con esse. Però: una vecchia bisbetica e scontrosa è l'opera somma del diavolo."

(Teresa di Avila, 1515-1582)