

## Sommario

|                                                                                    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Sommario .....                                                                     | 1  |
| IL VILLAGGIO DI RASA UNA PERLA NASCOSTA.....                                       | 2  |
| CAPANNA DÖTRA AGOSTO 2020 .....                                                    | 4  |
| Con Principe viaggi .....                                                          | 5  |
| LA LEGGENDA DEL GIARDINO MAGICO DELLA.....                                         | 6  |
| ISOLA MAGGIORE DI BRISSAGO .....                                                   | 6  |
| LA FERROVIA DELLE GENTI.....                                                       | 7  |
| VACANZE INTERCLUB .....                                                            | 9  |
| Arriva l'autunno .....                                                             | 9  |
| Gli angeli .....                                                                   | 11 |
| Il mondo gira .....                                                                | 12 |
| La signora .....                                                                   | 12 |
| Poesie di Giovanna.....                                                            | 13 |
| Il Natale per noi .....                                                            | 14 |
| SULLA NEVE .....                                                                   | 14 |
| Della serie è Carnevale tutto l'anno .....                                         | 14 |
| Il Centro Diurno .....                                                             | 15 |
| Sono una piccola farfalla.....                                                     | 15 |
| Filastrocca di carnevale .....                                                     | 17 |
| CENNI SULLA CAPITALE DEL TICINO.....                                               | 18 |
| PERCHÈ ACCETTARE UNA VITA IN BIANCO E<br>NERO SE SI PUÒ AVERNE UNA A COLORI? ..... | 21 |
| Il ricettario .....                                                                | 23 |
| Per una ricetta .....                                                              | 26 |
| I PROVERBI E LA LORO FOLLIA.....                                                   | 27 |
| Proverbi dettati da alcuni andromedini: .....                                      | 31 |

## IL VILLAGGIO DI RASA UNA PERLA NASCOSTA

### Prefazione:

Il nostro Cantone è tempestato da ameni e caratteristici villaggi, arroccati su monti assolati, in luoghi discosti o posti su verdi colline, essi sono ricchi di antiche tradizioni del passato, dove il tempo sembra essersi fermato.

La Svizzera italiana è una riserva di questi tesori che sono delle vere perle. Almeno una volta nella vita è interessante scoprirli e conoscere.

Noi andromedini del Locarnese il 26 agosto siamo andati alla scoperta di Rasa:

Dopo aver preso il trenino della Fart a Locarno e in seguito la teleferica.

Il villaggio si trova nelle Centovalli e la sua storia è risalente al XVI secolo, esso è posto a 900 m s/m, entro una radura prativa sul dorso pressoché pianeggiante di un conoide (terreno sedimentale) i cui versanti digradano rapidamente verso il fondo destro della Valle, in cui scorre il fiume Melezza, e verso la località di Bordei. È circondato da fitti boschi, in prevalenza

castagni, mentre nel suo versante nord incontra il monte Ghiridone. Un vero gioiello, raggiungibile solo a

piedi o con la funivia costruita nel 1957, e in seguito rimodernata a più riprese, la quale parte da Verdasio a 550 m s/m il quale percorso è lungo 1105 metri e la durata del viaggio è di 5 minuti, la capienza della cabina è di 8 persone e sorvola la vallata in cui il punto più alto dal suolo è di 600 metri di profondità.

Rasa per la sua posizione descritta rappresenta una caratteristica di semplice bellezza ed è ritenuto sotto il profilo ambientale e paesaggistico uno tra i più interessanti villaggi del Ticino dove regna la pace, la tranquillità, la natura e l'aria pura.

### Storia:

Del paesino non si hanno notizie anteriori al 1580 ed era chiamato «Raxa». In una antica pergamena del 1469 viene citato un insediamento a poche centinaia di metri chiamato Terra Vecchia, l'originario nucleo abitativo generatore di Rasa, mentre l'attuale insediamento si chiamò nei secoli XVII-XIX «Digessio» e questo fino all'attuale denominazione con l'istituzione del comune.

Nel 1733 lo si trova tra le «Terre di Ovigo» cioè a bacio, in opposizione delle altre terre di Soligo «a solatio» insieme a Borde, Palagnedra e Moneto.

Il comune di Rasa è stato uno dei più piccoli del Ticino e uno dei paesi più colpiti dallo spopolamento. All'inizio del XVIII secolo, forse anche prima, aveva una propria scuola. Dopo la costruzione della chiesa, nel 1747, la stessa venne insediata sopra la sacrestia fino a quando fu definitivamente chiusa nel 1950. Nel 1930 si contavano ancora 16 studenti.

La menzionata chiesa con forma a croce latina, situata in zona mediana tra i due ambienti è dedicata a Santa Anna. È un edificio a navata unica con delle cappelle laterali e un coro quadrato.

Bellissimo è l'organo costruito nel 1840 e restaurato nel 1983, pure da ammirazione è la pala sull'altare in cui viene raffigurata la Vergine con il Bimbo dipinto nel 2010 dal pittore Wolfgang Sauber e il dipinto della volta.

Camminando nel nucleo si nota una certa prosperità della gente di rasa del passato ma andiamo a vedere la motivazione: intorno al

1630 i rasani iniziarono ad emigrare a Livorno (Italia) dove acquisirono il monopolio dei facchini del porto. Altri a partire dal tardo 19esimo secolo andarono a Roma o a Milano a lavorare. Le persone rimaste nel villaggio, principalmente donne e bambini, si dedicarono all'agricoltura, alla fabbricazione del bormaggio e del burro e organizzavano la mazza (la macellazione degli animali). Da notare che ai quei tempi si contavano centinaia di pecore, capre e vacche (nel 1930 se contavano ancora 200 animali). Un vitello che nasceva quindi era molto prezioso poiché la sua vendita permetteva alla famiglia di fare una compera, la così detta scorta, di cose essenziali per sei mesi. Da notare che ogni nucleo possedeva almeno un maiale e quindi il desco di carne e salsicce veniva fornito tutto l'anno. I pesci venivano pescati nei riali vicini.

Nei castagneti venivano raccolte le castagne con la cui farina si preparava il pane, mentre le noci venivano portate al vicino paese di Palagnedra per la produzione di olio da cucina e per accendere le lampade. Quasi tutti gli attrezzi venivano fabbricati in loco dagli stessi Rasan, così pure le scarpe di stoffa, i classici pedüü. La lana veniva cardata e in seguito filata, tinta e lavorata nel paese. Il cibo non reperibile gli abitanti andavano a comperarlo nei villaggi vicini o a Locarno ovviamente a piedi andata e ritorno, durante tutto l'anno, e ritornavano con carichi sulle spalle di 50 kg e oltre. Quando terminava il fieno per gli animali certe volte i contadini in inverno dovevano andare sino a Losone a piedi, e talvolta mettendo gli sci, a comperarlo.

In caso di malattia veniva chiamato il medico di condotta che abitava a Intragna, nei casi gravi si trasportavano gli ammalati con la portantina a Corcapolo, dove era disponibile la cattedra di trasporto della chiesa, e in seguito all'ospedale di Locarno.

La maggior parte dei bambini nascevano in casa, la partoriente svolgeva il suo lavoro sino all'ultimo istante, e al momento del parto veniva assistita dalla co-madre che fungeva da levatrice. Come detto gli uomini in Italia con il loro lavoro provvedevano al lato economico. A fine del 1800, per emendamento governativo italiano, furono licenziati tutti gli stranieri presenti in Italia e quindi anche i Rasiani. A seguito di questo le fonti di reddito si

prosciugarono e i giovani del villaggio dovettero lasciare Rasa ed emigrare al nord. Nel giro di pochi anni la popolazione si dimezzò e lo spopolamento continuò sempre di più. Nel 1971 Rasa contava solo dodici residenti e venne così soppressa come comunità e da allora il villaggio appartiene ad Intragna.

A pensare che nel 1500 contava duecento abitanti arrivando a inizio 1900 a circa trecento.

Negli ultimi anni diverse case vennero ristrutturate portando alla rinascita del luogo e all'agricoltura di montagna.

Camminando nelle vie selciate ad ogni angolo ci apparivano degli scorci bellissimi di case in pietra costruite con il classico sistema detto a faccia vista, una vera opera della grande manualità degli abitanti. Da pensare che le pietre furono trovate in abbondanza nel suolo circostante, nei campi e nei boschi, e dopo essere lavorate sul posto venivano trasportate a spalla, pesavano dai 40 ai 50 kg, sino al villaggio per la costruzione di muri, case, gradini e tetti.

La calce, invece, veniva portata pure a dorso, per un'ora da Bordei o dal Monte Remo.

Interessante è il vecchio forno del pane, ancora in funzione, e la meridiana posta sulla facciata della casa parrocchiale.

Dopo aver visitato il villaggio abbiamo assaggiato, nell'unico ristorante esistente, delle specialità nostrane nella conformità del luogo in cui trovavamo.

Conclusione:

La giornata alla scoperta di questa perla immersa nella natura delle Centovalli, e all'insegna della socialità tra gli andromedini e del loro buon umore ha avuto un esito positivo sotto ogni punto di vista, tanto che ci siamo promessi di andare alla scoperta di altri luoghi pittoreschi e caratteristici del nostro Ticino.

Rudy

## CAPANNA DÖTRA AGOSTO 2020

*La mia situazione stava diventando pesante dovendo vivere per anni nel luogo attuale.*

*Questa esperienza è stata più di una cura medicamentosa, più di un eventuale possibile ricovero. Per cambiare un po' l'energia negativa che ho assorbito negli anni sopportando le situazioni senza ricorrere al ricovero.*

*Difatti il distacco saliti su in montagna in quel di Dötra nel Lucomagno è stato quasi completo. Oltre alla bellezza del paesaggio e l'aria pura della montagna ho notato che questa pesantezza interiore e fisica relativa ai miei doveri nella città di Locarno ed il sistema che vi ruota attorno era quasi scomparsa del tutto.*

*Quindi consigliererei vivamente a tutti i soci e utenti che hanno paura di avere una ricaduta o altro, suggerisco di partecipare alle escursioni proposte dal Club 74' e dai Centri Diurni, poiché anche i "gemellaggi" Interclub di più giorni possono essere un modo per conoscere e conoscersi al meglio.*

*Hervoyé Club Andromeda del Locarnese*



## Con Principe viaggi

Italo:

Per me è stata una bellissima uscita, il viaggio è andato tutto bene con un po' di amore da parte del nostro amico Mauro. Il viaggio è stato molto tranquillo nonostante la colonna lungo l'autostrada di Basilea.

Vincenza:

È stato tutto molto affascinante, è stata una giornata diversa dalle altre il tempo è stato dalla nostra parte.

I lavoretti che abbiamo visto erano tutti bellissimi è stata una giornata molto positiva, da rifare.

Adriana:

Mi è piaciuto tutto c'erano tante belle cose, le candele erano bellissime! Erano anche a un buon prezzo.



Vincenza, Italo, Mauro P. Giovanni, Adriana

## LA LEGGENDA DEL GIARDINO MAGICO DELLA ISOLA MAGGIORE DI BRISSAGO

Secondo un'antica leggenda, in un angolo eclissato, ai piedi di un vecchio muro situato sull'Isola Grande, si insediò una donna trasportata dalla corrente del lago Maggiore dopo un violento temporale.

Si narra che in quel lato tenebroso ella fece crescere piante e fiori con forme strane, inusuali, e colori particolari. A quanto detto era un luogo sinistro e nebbioso e da esso si alzavano, alle volte, fetidi odori, e altre volte odori irresistibili.

Nessun pescatore della zona si avvicinava all'isola poiché intimoriti dai gracidii delle grandi rane, poste nell'acqua, come sentinelle del luogo, e coloro che lo fecero non ritornarono mai più.

Dopo moltissimi anni, un giorno, improvvisamente la nebbia si diradò e le rane scomparvero.

Un baldo e giovane pescatore, che passava con la sua barca vicino all'isola, si armò di coraggio e approdò su quella terra tanto misteriosa.

Il suo intento era quello di scoprire se ci fossero ancora delle tracce di quella donna che nei tempi passati emanava tanta paura alla popolazione rivierasca.

Appena sceso dall'imbarcazione iniziò a perlustrare il luogo ombroso, dopo tanta fatica nel suo intento ad un tratto vide un atrio che entrava sotto terra. Davanti all'

entrata dello stesso erano posti rigogliosi arbusti magici, con delle bacche velenose, e un vecchio albero sformato dal vento. Entrò nella grotta ma non trovò nessuna testimonianza di quella donna, che la gente del posto la chiamavano strega, e il mistero è continuato sino ai giorni nostri. Testimoni però dicono che alle volte, all'imbrunire salgono, da quel luogo, improvvisi bagni di nebbia e si odono strani gracidii.

Proprio in questo sito, dopo alcuni secoli, si è voluto piantare degli arbusti velenosi le cui reazioni possono avere, se prese in grandi dosi, diversi effetti negativi sul corpo umano anche con conseguenze mortali, mentre altri possono dare benefici. Tutti questi arboscelli, che si trovano in questo lembo dell'isola, hanno una tavola sinottica in cui viene spiegato il loro grado di pericolosità e particolarità.

Tutto questo si è voluto fare in memoria futura della fattucchiera che secondo la leggenda, ma alle volte esse hanno un fondo di verità, ha vissuto sull'isola maggiore.

Rudy



## LA FERROVIA DELLE GENTI

### Il tracciato del Gottardo

Il tracciato del San Gottardo, contrariamente a quello che si possa pensare, non è stato il primo collegamento ferroviario transalpino, e la sua costruzione non fece la unanimità dei consensi-

La linea del Brennero fu inaugurata prima, progettata dal governo austriaco già nella metà del XIX secolo per garantire trasporti rapidi e sicuri tra il Tirolo e l'Italia settentrionale, in particolare il Regno Lombardo-Veneto. Rivestiva non solo una importanza economica ma anche militare in quanto l'Austria era fortemente impegnata nel mantenimento dei propri confini oltre le Alpi. La «Brennerbahn» avrebbe dovuto quindi collegare Innsbruck con Verona. Il primo tratto a trovare realizzazione fu quello «basso» da Verona e Bolzano, che fu inaugurato nella primavera del 1859. Nonostante la perdita dell'Austria del Veneto e il conseguente spostamento del confine fra Italia e Austria a Borghetto, avvenuta nell'ottobre 1886, la sezione mancante sinora Innsbruck venne aperta all'esercizio il 24 agosto 1867.

Un anno dopo, il 15 giugno 1868, venne inaugurata la galleria del Moncenisio (lunga 7,8 km) che collegava l'Italia con la Francia e questo sino al 19 settembre 1871, due giorni dopo l'apertura della galleria del Frejus (lunga 13 km) che collega Bardonecchia a Modane. La galleria corre parallela al Traforo stradale del Frejus aperto nel 1980, costituendo uno dei principali collegamenti transalpini fra Francia e Italia.

Ritornando al tracciato ferroviario alpino in Svizzera bisogna dire che esistevano dei progetti alternativi al Gottardo e questi erano il Lucernagno, il San Bernardino, lo Spluga e il Grimsel.

Il Gottardo riuscì infine ad affermarsi grazie al «re delle ferrovie» Alfred Escher (1819-1882) politico, capitano d'industri e pioniere della ferrovia svizzera, il quale in un suo discorso disse:

«Da ogni lato la strada ferrata si avvicina sempre di più alla Svizzera. Nascono progetti secondo i quali le ferrovie devono girare attorno la Svizzera. La Svizzera corre il rischio di

essere totalmente aggirata e quindi di dover offrire fatalmente in futuro la triste immagine di un eremo europeo». Con queste parole, alla fine del 1849 Alfred Escher diede voce ai suoi timori che la Svizzera avrebbe potuto perdere il treno della modernità. A giusto titolo poiché, mentre il numero dei chilometri di rotaie posate aumentavano a ciclo continuo e lo sviluppo economico progrediva, sotto questo aspetto la Svizzera era un Paese arretrato. Il progetto ferroviario assurse a quesito cruciale per lo Stato federale nato nel 1848.

Fondamentalmente vi era unità di vedute sulla necessità di realizzare una rete ferroviaria, ma si aprì un diverbio sull'attuazione concreta.

Nel 1852 Escher promosse la Legge Federale sulle ferrovie, che id fatto rispecchiava pienamente le sue idee e convinzioni: la costruzione e la gestione delle ferrovie furono affidate ad aziende private.

Di conseguenza la Svizzera visse un autentico boom ferroviario in brevissimo tempo sorsero compagnie ferroviarie concorrenti, ad esempio verso il 1852/53 la Ferrovia del Nord-Est che collegava Zurigo con il lago di Costanza via Romanshorn. Nel 1858 venne completata la linea Baden, via Brugg, per Aarau con cui venne connessa alla rete della Schweizerische Centralbahn, collegando infine anche Zurigo a Basilea. Tra il 1870-1875 la NOB in compartecipazione con SOB costruì la Bözbergbahn, con il suo tunnel di 2,5 km ed anche, nel 1882, l'accesso alla Ferrovia del Gottardo da Brugg a Immensee, (Aargauische Südbahn). Escher privilegiò all'inizio una traversale alpina sul Lucernagno, ma cambiò idea in seguito e sostenne il Progetto del Gottardo. Per la sua attuazione gettò sul piatto della bilancia tutti i suoi strumenti di poteri economici e politici. Consultò ingegneri e altri specialisti, condusse trattative con autorità svizzere ed estere. Alla conferenza internazionale sulla ferrovia del san Gottardo nell'autunno 1869 la decisione definitiva fu a favore della linea del Gottardo. Nel 1871 venne costituita la Società della ferrovia del San Gottardo, di cui Escher divenne presidente. Sull'opera di costruzione gravarono varie difficoltà in sede di realizzazione e un modesto superamento dei costi di circa l'11% imputabile alle dimensioni del progetto. Escher fu oggetto di critiche crescenti che nel 1878 lo spinsero a lasciare la carica di Presidente della direzione della Società della ferrovia del Gottardo. Non fu invitato all'abbattimento dell'ultimo diaframma della galleria del san Gottardo avvenuto nel 1880 (i lavori iniziarono nel 1872 dall'impresa dell'architetto e ingegnere Louis Favre - 1826/1879) e la galleria del Gottardo fu inaugurata solennemente. Questa volta Escher ricevette un invito, ma le sue condizioni di salute non gli consentirono di partecipare alla cerimonia di apertura del tracciato lungo 15 km. Lo stesso rappresentava il traforo ferroviario più lungo al mondo (record che rimase sino al 1906 quando si inaugurò la galleria del Sempione



Per la Svizzera, la galleria del Gottardo ebbe un'importanza fondamentale sul piano dei trasporti.

Dopo l'apertura della galleria il trasporto di persone e merci aumentò a dismisura e trasformò la Svizzera in un importante Paese di transito.

La prima sezione del basso-piano Biasca-Giubiasco-Locarno e Lugano-Chiasso venne aperta nel 1874. L'intera linea fu inaugurata in coincidenza con le festività di Lucerna e Chiasso tra il 21 e il 25 maggio 1882. Il servizio completo iniziò il 1 giugno. Nel 1909 la ferrovia del Gottardo venne integrata nel sistema ferroviario delle Ferrovie Federali Svizzere, fondate nel 1902. La linea fu interamente elettrificata nel 1922 in corrente alternata a 15 kv.

Il 1 giugno 2016 si inaugurò la galleria di base del San Gottardo (Alptransit) che con i suoi 57 km è attualmente il più lungo tunnel del mondo. Più sud il 4 settembre 2020 è stata aperta ufficialmente la galleria di base Alptransit, dalla presidentessa della Confederazione Simonetta Sommaruga, del Monte Ceneri, la cui realizzazione era iniziata il 2 giugno 2006, la stessa è lunga 15,4 km e i portali sono a Camorino e a Vezia.

La messa in servizio della galleria permette un notevole risparmio di tempo nei vari collegamenti, ad esempio tra Lugano e Locarno, tramite una bretella speciale. È prevista una riduzione del tempo di percorrenza dagli attuali 50 minuti a 22 minuti, tra Bellinzona e Lugano la riduzione prevista è dai 21 attuali ai 12 minuti.

Con la nuova galleria, quasi completamente pianeggiante, viene evitata la percorrenza della tratta in forte salita tra Giubiasco e Rivera-Bronico.

Inoltre ci sarà anche un miglioramento delle interconnessioni con la vicina Lombardia e l'istituzione di nuove linee ferroviarie da parte della Tilo.

Con il completamento di questa opera pubblica, unitamente a quella del san Gottardo, si è ottenuta una linea ferroviaria in grado di accogliere sul suo percorso treni merci dal peso complessivo di 2000 tonnellate senza la necessità di locomotori supplementari, nonché treni viaggiatori ad alta velocità.

Rudy

Prima foto:

Costruzione della prima galleria ferroviaria del San Gottardo, tutta scavata a mano con il "picc e la pala"

Seconda foto:

interno della galleria ferroviaria del Monte Ceneri recentemente inaugurata. Lavoro eseguito con i macchinari super moderni del giorno d'oggi





## VACANZE INTERCLUB

Quattro giorni e tre notti con diverse attività, siamo partiti da Locarno in cinque, la prima tappa è stata Bellinzona per raggiungere gli utenti del Club a Perseo. Siamo poi ripartiti, destinazione Canton Grigioni più precisamente a Sedrun.

Finalmente arrivati abbiamo subito scaricato le valigie e poi abbiamo riempito lo stomaco affamato con spaghetti al sugo. Il pomeriggio avevamo intenzione di fare un giro del laghetto ma appena giunti abbiamo avuto la sorpresa di trovare al posto di un laghetto una piccola pozza per bagnanti.

L'ambiente era comunque piacevole e in mezzo alla natura, la sera era arrivata, il desiderio di fare una grigliata che non abbiamo potuto gustare all'esterno per via del forte vento.

Il giorno dopo abbiamo visitato l'abbazia di Disentis dove abbiamo potuto ammirare l'immunità della chiesa e del suo organo.

All'interno del convento si trovava il museo dei reperti eucaristici, il museo dei cristalli e degli animali della fauna grigionese.

Il pomeriggio le attività erano suddivise in tre gruppi, le possibilità erano:

fare una camminata lunga, andare in piscina, camminata in centro con possibilità di fare dello shopping.

Rientrati contenti e soddisfatti, soprattutto quelli della piscina, al rientro dalle varie attività ci aspettava un buon risotto per cena. Il giorno seguente siamo andati all'Oberalp pass e lì abbiamo fatto pranzo al sacco per poi salire con la funivia fino a quota 2600 m/s. Arrivati in alto non poteva mancare la foto di gruppo! Abbiamo

fatto una bella camminata fino al Untersee. Abbiamo fatto sosta al laghetto e i più coraggiosi hanno bagnato i piedi nell'acqua gelata. Dopo aver gustato i panini ci siamo divisi in due gruppi, uno è sceso con la funivia e l'altro a piedi.

Dopo la grande "Südanen" e una rinfrescante doccia, siamo saliti al ristorante per mangiare patatine fritte e Schnitzel.

L'ultimo giorno nessuno voleva andare via, e purtroppo un prolungo ci è stato negato, allora abbiamo pensato di pulire la capanna, così da rimanere un attimo in più terminato le pulizie ci siamo recati ad Attingausen per goderci l'ambito pollo al cestello.

Per il rientro abbiamo optato per il Passo del San Gottardo. Lì ci siamo raggruppati e ci siamo salutati dopo aver ricevuto un piccolo souvenir.

Con le lacrime agli occhi siamo rientrati a casa verso il Ticino. È stata una bella vacanza da rifare assolutamente!

Anonimo



## Arriva l'autunno

La natura ci regala una tavolozza di colori e ci accompagna con questi cambiamenti e novità. Alcuni ci piacciono molto, come gli aspettati frutti dell'autunno, le castagne, l'uva, i fichi, le pere, le nocciole e si riaprono le scuole. Le zucche di Halloween e i rami spogli degli alberi ci fanno un po' impaurire gli animi.

Il buio diventa sempre più imminente e manda a letto più presto la gente! Il freddo ci fa gelare ma doveva arrivare.

I vestiti caldi dobbiamo mettere, pullover e magliette! Con l'andare degli anni tanti acciacchi e tanti raffreddori non andavano sicuramente in malora i dottori!

Così è questa stagione sempre carica di tradizione.



Gli Andromedini del MIX

## Gli angeli

Un giorno arrivo dal lavoro, era pomeriggio ho pensato bene di riposarmi ma all'improvviso ho sentito che mi spingevano, io ero sola in quel momento. Avevo la coperta elettrica ma sentivo sempre le mani che mi spingevano e io non capivo cosa succedeva, all'improvviso mi spingono e ho visto il letto che fumava, ho capito che gli angeli mi hanno salvato la vita. Io da bambina ho comunicato sempre con gli angeli perché loro ci sono.

Anonimo



## Il mondo gira

Il mondo è una ruota che si muove con i lavori di tutti i giorni.  
Oggi hanno fermato la ruota mondiale.  
Il corona virus ha sviluppato una pandemia mondiale.  
Siamo costretti a rimanere in casa.  
Passano i sacri giorni uno dopo l'altro  
in solitudine, emergono l'ansia e la paura  
che mi fanno compagnia.  
Con calma e tanta pazienza supererò anche questa crisi  
mondiale.  
C'è sempre un inizio e una fine.

Irma

## La signora

La signora della morte invisibile si chiama Corona Virus. Ci ha costretti a rimanere in casa, bloccando la ruota del mondo e fermando tutto ciò che si muove.  
La signora ha un vestito trasparente con il suo fiato fa uscire dalla sua bocca un virus malefico che è velenoso e mortale per noi umani come una vipera che spunta il suo veleno per proteggersi. È così che l'essere umano viene influenzato e deve rimanere a riposo a letto e rallenta i suoi ritmi quotidiani. La forza dell'uomo è quella di creare la possibilità di sconfiggere la signora, l'uomo è molto furbo e si organizza si protegge il viso con la mascherina che diventa presto anche una nuova moda, impara a tenere le distanze dagli altri. Questo comportamento aiuta a diminuire gli ammalati e crea speranza in un futuro migliore. L'essere umano combatterà ancora gli ostacoli incontrati sul suo cammino e probabilmente incontrerà nuovamente la signora della morte. In questi tempi sono molti gli uomini che si occupano di cercare un modo per contenere ed eliminare la signora... lei in questi mesi l'ha fatto con noi.

Irma

## Poesie di Giovanna

Ricordando mio padre

un giorno di novembre di tre anni fa, leggiadro come una  
bolla di sapone multicolore ti sei innalzato verso il cielo  
pregnante di colori tutti da scoprire.  
Hai lasciato cadere le foglie autunnali per farcele nostre  
e incamerarle nei nostri cuori.

Stella

Un velo di zucchero sfiora il tuo viso  
che accarezzato dai capelli è.  
Baciati e sposati i tuoi occhi  
ho il tuo sorriso come una lanterna  
di luce gli animi rischiara.  
Con un abbraccio affettuoso mordo il tuo essere  
che mi appartiene già.



Gio

## **Il Natale per noi**

Il Natale è un momento magico ma noi lo vediamo come tutti i giorni, di solito lo trascorrevamo in casa anziani.

La casa anziani propone sempre dei buonissimi pranzi, ci vediamo sempre in compagnia con un nostro amico in comune. Il pomeriggio ci divertiamo a giocare alla tombola sperando sempre di vincere, ma non sempre ci riusciamo, sempre in compagnia di buona musica che ci rende tutti allegri.

Rosetta e Osvaldo

## **SULLA NEVE**

La neve è bella, perché è bianca. Ci ricordiamo quando ci tiravamo addosso le palle di neve.

Ci piace vedere il bianco nevoso sul cucuzzolo delle montagne. Ci rende molto sereni.

Rosetta e Osvaldo

## **Della serie è Carnevale tutto l'anno**

Che altro è la vita se non una specie di commedia nella quale gli attori che si travestono con vari costumi e maschere entrano in scena e recitano la loro parte finché il regista li fa scendere dal palcoscenico definitivamente.

Rudy



## Il Centro Diurno

Il Centro Diurno è proprio una bella alternativa per chi come me è sola, io vivo in un foyer dove c'è la mia prima famiglia e frequento il Centro Diurno, dove trovo la mia seconda famiglia.

Si hanno molte possibilità di fare svariate cose e uscite assieme agli altri utenti del Centro Diurno che ti fanno sempre sentire di stare “a casa”, io sento un certo senso di appartenenza.

Alessandra Schaller



## Sono una piccola farfalla

Domenica 1.12. 2019 sono andata a giocare a minigolf avevamo il torneo, io ero molto emozionata e un po' nervosa. O cominciato il gioco non pure conoscendo con chi giocavo, sono partita facendo due buoni giri poi sono stata ferma due, tre ore e ho cambiato avversari. Ho iniziato l'ultimo giro pensando di non farcela, quando mi hanno detto che ero la prima in classifica solo in quel momento avevo capito di avercela fatta! Alla fine ero molto felice.

Sono venuti a vedermi mio figlio con tutta la sua famiglia ero felice e gioiosa con il mio premio. Felice anche per la mia squadra di Locarno, che ha disputato un buon torneo.

Vincenza



## Filastrocca di carnevale

Si dice che a carnevale ogni scherzo vale, nel volto di ogni persona un sorriso infonde, tanti colori e tanti coriandoli.  
Sono stata una volta al Rabadan e una volta al Nebiopoli, tanto rumore e tanto chiasso, c'è sempre molto fracasso e dopo ogni pasto si beve un buon bicchiere di vino dal fiasco.

Rosetta



## CENNI SULLA CAPITALE DEL TICINO

**Da dove arriva il nome Bellinzona?**

**La controversa origine del nome «Bellinzona»**

**Documenti, ipotesi ed etiologia ad orecchio.**

Da dove viene il nome «Bellinzona»? Sull'origine e il significato di questo toponimo le interpretazioni divergono, suddividendosi basilarmente in due categorie: quella così detta «ad orecchio» e quella di provenienza documentaria.

Tra le prime spicca l'ipotesi di un'origine estetica del nome: Bellinzona si chiamerebbe così in quanto terra dei belli. Ipotesi lusinghiera, ma infondata. Altri, invece, parteggiano per una spiegazione marziale: secondo loro, il nome identificherebbe la città come una «zona bellica», il che troverebbe conferma nella storia medievale. Tutta via neppure questa spiegazione convince. Esaurite le principali etimologie ad orecchio, non ci resta che passare alle ipotesi documentarie. Le più accreditate sono due: la prima si richiama alla posizione geografica dell'insediamento bellinzonese originale collocato su uno sperone di roccia, e fa derivare il nome dal celtico

«briga», col significato di monte o altura. Secondo questa interpretazione, Bellinzona ricalcherebbe lo stesso modello toponomastico presente in Breganzona (Lugano) e Berzona (in Onsernone e in Verzasca).

L'altra ipotesi, invece, collega Bellinzona al nome personale Belitius o Bellitio al quale sarebbe stato aggiunto il suffisso – one, di probabile origine celtica. Il nome della Turrita significherebbe, perciò, «podere o possedimento di “Bellitio”».

Il lettore è confuso?

Ha tutte le ragioni per esserlo perché nessuno sa con certezza perché Bellinzona ha questo nome.

Tuttavia accettate un consiglio: non chiedete lumi ai Liguri, anche se loro – furono i primi colonizzatori di questa regione (1300 a.C.)

(Indizi linguistici e toponomastici fanno ritenere essere i Liguri i primi Popolo che abbia occupato non solo l'odierna Liguria, ma anche l'alta Italia, entrambi i versanti delle Alpi occidentali e l'attuale Ticino, Sarebbero infatti liguri tutti i nomi delle località aventi per desinenza; asco, usco, osco e i loro femminili come Giubiasco, Biasca, Verzasca; Bominasco, Davesco, Osco; Bignasco, Curinasca, Capriasca ecc. Chissà che spiegazioni ad orecchio vi darebbero i Liguri.

Nel 2000 i tre castelli per la loro bellezza sono stati iscritti sulla Lista del patrimonio mondiale dell'umanità (UNESCO).

Cenni storici:

Ma ritornando a Castel Grande è interessante sapere che il primo insediamento umano sull'altura di San Michele risale al 5500/5000 a. C. (Neolitico).

Nel IV sec. d. C. si costruì la prima fortificazione accertata archeologicamente. Nel XIV sec. Il castello è per la prima volta chiamato Castrum Magnum, Castel Grande. Questo è il primo odierno anche se, durante la dominazione svizzera, fu chiamato Castello d'Uri (1630) o di Altdorf e nel 1818 Castel di San Michele. Il complesso attualmente visibile risale nel suo insieme a varie epoche: a un primo momento costruttivo del XIII sec. Si sovrappose una fase «milanese» (1473-1486), cui seguì un intervento di ripristino all'inizio del 1600 e grandi interventi nel 1800.

L'aspetto odierno è il risultato degli ultimi restauri (1984-1991). I lavori sono stati diretti dall'architetto Aurelio Galfetti.

La cinta merlata si suddivide in tre settori e da uno di essi si dirama, fino in città, le due braccia di mura che un tempo si legavano a quelle che scendevano dal castello mediano di Monte Bello, che un tempo servivano per proteggere il Borgo il quale era tutto, e solamente,

arroccato sotto le mura di Castel Grande, vale a dire le case che si trovano ancora attualmente in Piazza Nosetto.

Dalla parte, a ovest, si stacca la Murata che all'epoca del casato dei Visconti, Duchi di Milano, arrivava fino alle rive della sponda sinistra del fiume Ticino. Costruita verso la fine del XIV sec. Fu potenziata dagli Sforza tra il 1486 e il 1489 con un ponte sul fiume Ticino e una torretta contro montagna distrutti in parte dalla <<buzza di Biasca>> nel 1515.

Verso la formazione e l'indipendenza del Cantone.

Durante il periodo della Repubblica Elvetica, per decisione di Napoleone Bonaparte i baliaggi vennero riuniti a formare, nel 1798, due diversi cantoni: Bellinzona e Lugano. Nel 1803 questi vennero poi definitivamente unificati in un nuovo soggetto, il cui nome venne ideato riprendendo il nome del fiume più importante del Territorio; il Ticino. La scelta rifletteva il modello utilizzato nella denominazione dei dipartimenti francesi, adottata dopo la Rivoluzione del 1789.

Nonostante il nuovo Cantone venisse dichiarato, fin dal 1803, Stato membro della Confederazione a pieni titoli, La Francia continuò a gestirne ampiamente gli affari, arrivando fino ad annettere de facto alla Repubblica Cisalpina, seppur per un brevissimo periodo, i distretti meridionali di Muggio e Mendrisio.

La capitale del Cantone unificato venne posta Bellinzona, ma Lugano non accettò questa risoluzione. Il problema fu risolto con la Costituzione cantonale del 1814, la quale stabilì che le tre città principali: Bellinzona, Lugano e Locarno si alternassero ogni sei anni nel ruolo. Questa alternativa durò fino al 1878 quando Bellinzona divenne la capitale unica e per permanente.

Da notare che la prima fase di vita del Cantone

– durante l'epoca napoleonica – fu caratterizzata da un regime liberale-francese.

Ai piedi di Castel Grande

Da sottolineare l'elegante presenza nel cortile della Torre Bianca (1250-1350) alta 27 metri, Dal cui Belvedere si può ammirare un

magnifico panorama in cui lo sguardo può spaziare a sud sul Piano di Magadino e a nord-est sino allo sbocco della valle Mesolcina e della Riviera, come pure tutto il corollario delle montagne che si alzano da entrambe le sponde del fiume Ticino il quale scorre verso il Lago Maggiore.

Imponente pure la Torre Nera (1310) alta 28 metri, si dice che fu imprigionato l'ultimo dei briganti di Robasacco, un tal Zucconi, che assalivano i viandanti che salivano le falde del Monte Ceneri, alla fine del 1800.

Ai piedi delle torri è situato un bellissimo prato che permette a grandi e piccoli di vivere una divertente esperienza a piedi nudi alla scoperta del territorio.

Ma Bellinzona non è solo conosciuta per i suoi castelli, per il suo vento, ma anche per i suoi monumenti e luoghi d'interesse:

Il Municipio e il suo cortile interno, completamente ricostruito nel XV secolo. Si possono vedere diversi affreschi che riproducono la parte storica della città di Bellinzona delle sue mura, delle sue porte (doganali) e dal Municipio stesso. Nonostante il suo aspetto rinascimentale lo stesso è stato costruito all'inizio del Novecento, utilizzando il materiale del precedente edificio che risaliva al XV secolo.

Proseguendo lungo via camminata si arriva in Piazza Indipendenza, dove sorge l'obelisco eretto nel 1903 per ricordare il centenario dell'entrata del Ticino nella Confederazione, grazie all'atto di mediazione firmato da Napoleone, dopo 300 anni di sudditanza ai cantoni svizzeri sovrani.

La stessa rappresenta l'entrata sud della città. Svoltando a destra e imboccando via Dogana, percorrendo un tratto di cinta muraria dove è posto un monumento ai caduti delle due guerre mondiali, si arriva a Piazza Governo, sede dell'esecutivo e del legislativo del Canton Ticino. La Piazza ottocentesca è caratterizzata dall'antico convento delle Orsoline (ora Palazzo delle Orsoline – spesso citato dalla stampa parlata e scritta) fu edificato tra il 1783 e il 1743.

Il suo refettorio fu sede, il 26 agosto 1803, di una delle prime sedute del Gran Consiglio. Mentre la prima seduta del Governo si tenne nel Convento dei Benedettini, situato nella centralissima via Godeborgo, il 20 maggio 1803.

Ma chi erano le Orsoline?

Erano congregazioni femminili la cui diffusione in Svizzera rinvia a due origini. Quelle presenti allora nella Svizzera Italiana sono direttamente legate alla tradizione che risale ad Angela Merici di Desenzano del Garda (1474-1540) grande mistica terziaria francescana, una delle sue grandi idee era quella di aprire le scuole alle ragazze in un'epoca in cui l'educazione era privilegio quasi solo maschile.

Nel 1513 fondò la congregazione delle Orsoline le così dette «vergini consacrate al mondo» era un'unica forma di vita religiosa femminile allora ammessa. Nella Svizzera italiana esistevano tre congregazioni di orsoline, che si dedicavano all'insegnamento nelle rispettive scuole parrocchiali a Poschiavo, Mendrisio e Bellinzona.

Angela Merici fu proclamata Santa da Papa Pio VII il 24 maggio 1807, e nel 1861 Papa Pio IX ne estese il culto a tutta la Chiesa cattolica. Nel 1848, in seguito alla Legge di sulla soppressione dei Conventi, tutti gli ordini dovettero lasciare il Ticino. Il Palazzo delle Orsoline venne incamerato dallo Stato per farne la sede dei due poteri cantonali. Il palazzo ampliato e più volte ristrutturato nel corso degli anni, dal 1881 divenne sede definitiva del Governo Ticinese, sino alla costruzione del nuovo Palazzo Governativo, che si trova a lato, 1952-1955.

Sull'ampio spazio, al centro del quale è situata la fontana con la statua della foca scolpita dall'artista ticinese Remo Rossi (1900-1982), i critici d'arte dissero che si trattava della sua migliore opera. La storia cita che su questo sedime era previsto di erigere un monumento al padre della scuola e cioè al ex consigliere federale ticinese Stefano Franscini (1796-1857), nato a Bodio da modesta

famiglia leventinese, ma in seguito si decise di porla nella piazza di Faido capoluogo della Leventina.

In seguito fu scelta la Foca perché era lustra, pasciuta e lanciava tutt'attorno un pulviscolo di luminosa frescura, che faceva bene a chi sostava nelle sue vicinanze nelle ore calde estive. La sua inaugurazione avvenne nel 1894.

Poco distante si affaccia lo stabile del teatro neoclassico (unico del genere esistente in Svizzera) costruito nel 1847 e restaurato nel 1997.

Proseguendo sotto i portici di via Teatro si ritorna in Piazza Nosetto, antistante il Municipio. Proseguendo si arriva in Piazza Collegiata dove fanno da bel contorno antichi palazzi ben restaurati e l'omonima chiesa in stile rinascimentale, con un imponente facciata in marmo. Salendo lungo il Viale Stazione, di nuovo, sulla destra si vede l'imponente palazzo postale, edificato negli anni ottanta da Aurelio Galfetti, considerato uno dei più importanti architetti della "scuola moderna ticinese".

Arrivati alla stazione ferroviaria troviamo la statua di Remo Rossi che rappresenta l'Elvezia in cammino (1957).

Conclusione:

Bellinzona la si può paragonare come a una anziana signora che si è rifatta il lifting e risplende in ogni suo angolo.

E i suoi tre castelli dal 2000 sono stati iscritti per la loro bellezza sulla Lista del patrimonio mondiale dell'umanità: UNESCO



Rudy



## PERCHÈ ACCETTARE UNA VITA IN BIANCO E NERO SE SI PUÒ AVERNE UNA A COLORI?

Premessa:

Molti di voi vivono per anni in una condizione di insoddisfazione, e lo facevo pure io anni orsono, privi di entusiasmo in una routine giornaliera amorfa e che non appaga. Questo stato porta a cercare spesso soddisfazioni nel cibo, nel fumo, nelle droghe, nell'alcool o semplicemente ad impigrirsi e ad arrendersi in una monotona esistenza.

Vi siete sentiti troppo volte nella vostra vita dire di no, convincendovi in modo totalmente sbagliato di non essere in grado di vivere un'esistenza» normale», ho messo la parola normale tra virgolette perché su questa parola si potrebbe discuterne per ore sul suo significato, e avete sempre abbassato la testa.

Il problema di oggi, quello che accomuna moltissime persone, è proprio questo: **non avere il coraggio di costruirsi una vita che appaghi davvero.**

Il lasciarsi andare, non curarsi, perdere la salute, vivere nella pigrizia, adottare abitudini errate e dannose non è tanto una questione di scarse conoscenze (chi non sa che drogarsi fa male o mangiare troppi dolci è nocivo e fa ingrassare?) o di mancanza di una vita che non piace abbastanza.

Provate a pensare ed a analizzare un attimo la vostra attuale esistenza: Fumate? Siete sovrappeso? Siete fuori forma? Avete delle relazioni

sociali che non vi soddisfano? Avete delle abitudini malsane che danneggiano i vostri organi interni o il vostro cervello?

Soffrite di ansia e o di stress?

**Beh non venite a dirmi che non sapete cosa invece vi farebbe bene.**

Non raccontatemi che non sapete che la pasta integrale è meglio di quella raffinata o che la verdura fa bene o che allenarsi e camminare è meglio di poltrirsi guardando la televisione.

**Lo sapete ma non riuscite a cambiare però vi assicuro che il più delle volte non è colpa vostra.**

Il problema è che oggi, dove tutto corre, e malgrado la buona volontà la maggior parte delle persone non sanno da che parte intraprendere per vivere una vita più bella e sana. Molti vorrebbero cambiare abitudini, essere meno stressati, avere più entusiasmo, realizzare i loro sogni ma non sanno come agire, non hanno un metodo e rimangono paralizzati nella loro confusione. Per questo dico che non è sempre colpa vostra.

Però sapere di sbagliare, e lo si sa, e non pensare come cambiare è ancora peggio di essere del tutto consapevoli dei propri errori. Crea frustrazione e rabbia che vanno ad aggiungersi agli altri problemi della vita.

Personalmente ho conosciuto moltissime persone nel mio cammino nel mondo, e giornalmente le incontro altre, confuse, insoddisfatte, stanche frustrate, sole e da sempre mi **chiedo se è giusto rassegnarsi a vivere una vita a metà? La risposta è assolutamente no e ne sono sicuro che è pure la vostra.**

PERCHÈ DOBBIAMO VIVERE IN BIANCO E NERO SE POSSIAMO AVERNE UNA A COLORI?

Quando arriva la fine dei nostri giorni, non poter guardare in dietro e dire sono contento/a di come ho vissuto, o per lo meno di avere fatto di tutto per provarci, è davvero triste. Nessuno dovrebbe accettare di vivere giorno dopo giorno, per esempio, solo per un bicchiere di vino, l'ennesima sigaretta o per veder la telenovela preferita alla televisione.

Il mio consiglio: ***Alzate la testa prima che sia troppo tardi.***

Ma vi dirò di più: anche se vi sentite sufficientemente appagati, felici e sereni nella vostra cassandra orattata perché non desiderare qualche cosa in più? Perché non farsi più coraggiosi e spingervi oltre i vostri attuali limiti? Perché non volere continuare a crescere e a trasformare la vostra vita in una bellissima e intrigante avventura?

CAMBIARE VITA È POSSIBILE E NON È NEMMENO COSÌ DIFFICILE COME SI PENSI.

Questo ve lo posso dire perché me lo sono sperimentato sulla mia persona e vi dico come: ho migliorato la mia alimentazione, ho imparato ad allenarmi meglio camminando tutti i giorni, ho cambiato le mie abitudini e ho iniziato a meditare e a portare le mie relazioni, interne ed esterne, ad un nuovo livello e tutto questo con un consapevole impegno e una grande forza di volontà ma alla fine ho raggiunto il traguardo che mi ero proposto.

Ne sono certo che anche voi potete cambiare basta un pizzico di volontà e di caparbia per iniziare.

Ricordatevi che non esiste nessuna pillola magica che vi possa aiutare in questo perché siete voi gli attori del vostro percorso di trasformazione. Con

la perseveranza riuscirete a costruire delle nuove fondamenta e saranno solide perché saranno fatte di nuove conoscenze e della trasformazione delle vostre abitudini che vi renderanno più forti, sereni e felici.

***Qualcuno mi dirà che bello se lo potessi fare ma non riesco a trovare da dove iniziare, non temete esiste una soluzione:***

.....ed è quella di cambiare il modo in cui vedete la relazione che volete migliorare, il modo di gestire la vostra vita, quella del cambiamento delle vostre azioni quotidiani e quella dei pensieri che avete, iniziando a migliorare sé stessi prima ancora del rapporto in sé. La monotonia la spezzate solo se abbracciate nuovi interessi e se eliminate l'insoddisfazione di fondo, che vi porta a fare in modo ripetitivo le stesse cose ogni giorno. Quindi uscite dal circolo vizioso che vi attanaglia e innestate una strategia nuova di lungo corso basato sull'allenamento costante di un nuovo stile di vita, al posto degli obiettivi di medio termine che non portano a nulla. Imparate a sfruttare meglio il meccanismo del vostro cervello e del vostro corpo e se lo farete creere un pattern ripetitivo e costante e utile nel tempo, oltre il resto aumenterete sempre di più la vostra autostima.

CONCLUSIONE:

Se vi sentite interessati dal mio scritto significa che avete la voglia di imparare a gestire meglio la vostra quotidianità e siete pronti di uscire dalla vostra vita in bianco e nero rendendola sempre di più colorata. ***Allora cosa aspettate ad iniziare a farlo?***

Rudy

# Il ricettario

## **Bollito di carne:**

### **Ingredienti:**

Un chilo di mandorle, del brodo, carote, sedano, panna, peperoni, cipolle, vino rosso, peperoni rossi, patate.

### **Preparazione:**

Rosolare la carne e la cipolla, una volta fatto questo aggiungere il vino e tutta la verdura e fare bollire il tutto per due ore, buon appetito.

## **Torta alla arancia**

### **Ingredienti:**

zucchero, farina cinquecento grammi, del latte un yogurt bianco un po' di lievito, quattro uova.

### **Preparazione**

Spremere due arance e tagliare le bucce molto fini per poi mettere tutto assieme il composto. Lavare tutto bene e mettere tutto assieme sulla teglia e sopra mettere gli spicchi di arance e fare il ripieno, il tutto poi va messo in forno.

Maria A. e Vera

## **Torta di mele**

### **Ingredienti:**

500 grammi di farina, quattro uova, lievito, zucchero 200 grammi, yogurt bianco, 170 grammi di burro e del latte.

### **Preparazione:**

mettere tutto assieme e mescolare bene l'impasto, una volta fatto l'impasto mettere il tutto su una teglia, aggiungere del cacao sopra e infine con una forchetta fare dei disegni sopra

## **Torta di carote**

### **Ingredienti:**

Farina, 150 grammi di burro, 170 grammi di zucchero un yogurt nature, quattro uova, 40 grammi di lievito del zucchero vanigliato, carote grattugiate, latte quanto basta.

### **Preparazione:**

Grattugiare le carote, mescolare tutto assieme e mettere tutto nel forno quanto basta.

## **Torta di mele**

### **Ingredienti:**

Quattro uova, 250 grammi di farina, 250 grammi di zucchero, tagliare quattro mele in piccole fette e mettere tutto nel mixer, una bustina di zucchero di vaniglia, un lievito.

### **Preparazione**

mischiare la farina con lo zucchero, per poi mettere tutto assieme e mescolare bene, il tutto va messo nel forno per mezz'ora circa a 200 gradi.

## **Tronchetto di Natale**

### **Ingredienti:**

125 grammi di farina, 50 grammi di maizena, quattro uova, una bustina di zucchero vanigliato, un cucchiaino di lievito per dolci, tre decilitri di latte, un liquore e del zucchero a vela da mettere sulla teglia.

### **Preparazione:**

Accendere il forno a 225 – 250 gradi, far scaldare il tutto quanto basta.

## Per una ricetta

Che cosa ti cucino se al mattino il latte non ti va e nemmeno il formaggio spalmato sulla fetta di pane o dei zwiebacks. Se gonfiamo i legumi i ceci, piselli e carote nel ventre tuo minuscolo, se il pesce sa di pesce e il grasso della carne ti ripugna e non ti garba la verdura o broccoli e zucchine, patate e cavolfiori...

Carlo

## I PROVERBI E LA LORO FOLLIA

### **Premessa:**

*Che il proverbio sia l'espressione della saggezza popolare e contenga un insegnamento morale viene considerata una tautologia, una riflessione lapalissiana, tuttavia penso che non sia inutile o sciocco farsi delle domande precise e approfondite su quel mondo culturale strano e nel contempo reale.*

### **Riflessione:**

*Da dove provengono? Possiedono una struttura logica specifica, propria, una coerenza interna, uno schema ritornante? Sono solo espressione di una cultura proletaria, autarchica, agricola?*

### **Risposta personale:**

*Ci sono degli enigmi che per me sono insolubili: ad esempio come possono conservarsi i proverbi solidamente attraverso le generazioni, la tradizione, la consuetudine. Ritengo che essi possono essere visti come una scuola di formazione culturale che sfida i secoli. Forse quella tradizionale/volgare che si ritiene forse la unica orale rimasta vivissima e appare difesa da solidissimi muri*

*invisibili, di riservatezza che qualsiasi setta, lobby o religione sognerebbero invano.*

*Anche sulle barzellette continuo a scervellarmi su come sia possibile che si diffondono velocemente e come permangono in modo fedele nel contesto dei rumori del mondo moderno.*

*Personalmente preferisco i proverbi e gli aforismi.*

*Anni orsono ho letto gli Adagia di Erasmo di Rotterdam (1466 - 1536, teologo, umanista, filosofo e saggista olandese) che nei suoi frammenti di una meditazione antropologica e morale di spessore filosofico, da contrapporre, come un muro di difesa, alla stupidità e alla crudeltà di quei tempi. In questa sua opera di oltre quattromila commenti avevo rintracciato in questa sua antologia come filo conduttore gli aforismi che avevano come tema la guerra e la pace, la saggezza e la follia: un accorpamento evidentemente improntato all'aspirazione dello scrittore vale a dire il concetto che con la parola si può appunto contrastare la brutalità e la guerra, con essa si può alleviare la pazzia diffusa e trasformarla in sapienza. Ecco alcuni detti di Erasmo:*

*«cane non mangia bene», «i feroci leoni non si fanno guerra», «il serpente non aggredisce il suo simile v'è pace tra le bestie velenose», «per l'uomo non c'è bestia più pericolosa dell'uomo. In seguito alla lettura dell'opera mi si era acceso un lampo: se persino un intellettuale raffinato come Erasmo da Rotterdam ha dedicato il suo più importante e corposo lavoro ai proverbi e ai*



«modi di dire» ci deve essere un motivo e l'avevo trovato nella loro struttura logica, ipnotica, seduttiva, ritornante e illuminante.

### **Perché i proverbi piacciono?**

A mio modo di vedere piace perché è un micro racconto, una fiaba super-asciugata, in pratica un modo semplice e molto sintetico per ricostruire il mondo, per assicurare l'instabile animo umano sul fatto che nonostante tutto il caso, il caos e le assurdità, il modo c'è, esiste un ordine, un'armonia, un senso nelle cose, in quello che ci capita e che facciamo capitare. Il proverbio racconta e rifonda il mondo quale kosmos, quale sistema organico che ha delle leggi, delle armonie, delle coincidenze, che è possibile, almeno in parte, riconoscere, prevedere e intuire.

Non solo quindi osservazioni morali che provengono dalla lavorazione dei campi e dall'attenzione al cielo e al clima, a pure, ce lo ha insegnato Erasmo, formule «magiche» di saggezza che derivano dall'arte del governo e della guerra, dalla semplificazione e diffusione di opere letterarie, mode culturali, frasi emblematiche, assolutizzate, estrapolandole da testi nobili e raffinati. Non sempre dal basso quindi.

Il proverbio spesso rivela un'origine colta derivando dalla formattazione/sintetizzazione di riflessioni ragionate in contesti spesso estremi o eccezionali.

Ma che struttura logica presenta? Una struttura molteplice, sempre attrattiva a livello mentale, che ci offre degli schemi cari alle nostre dinamiche fondamentali.

Anche il tipico «proverbio agricolo» che utilizza metaforicamente, simbolicamente la fenomenologia della vita nei campi per estrapolare un insegnamento emblematico è caratterizzato da «un motore logico» interno formidabile e variabile di contesti e situazioni. Questo perché ogni proverbio agricolo (ma spesso anche altri proverbi, indipendentemente dal tema di riferimento) presenta una relazionalità triangolare interna fra le polarità, quali ad esempio le seguenti:

a) osservazioni di fenomeni naturali, b) scelta di valore/azione - reazione umana, c) conclusione innovativa, sintetica, creativa e riassuntiva.

### **Conclusione:**

I proverbi sono fondati sul rapporto azione/reazione, causa/effetto e che rinviano quindi a un superiore senso di proporzione, armonia, valore, che governa il gioco del divenire o intrinseco all'esercizio dell'esperienza quale schematismo latente.

### **E a proposito di proverbi:**

Vi sarà capitato di guardare il cielo per prevedere il tempo dell'indomani in vista di una gita fuori porta: molto

probabilmente, guardando il cielo avrà esclamato: “cielo a pecorelle, acqua a catinelle”.

E non ditemi che a volte per la smania di ottenere qualche cosa siete rimasti a mani vuote: ecco allora il sapientone di turno sentenziare “chi troppo vuole nulla stringe”

Anche noi andromedini del locarnese utilizziamo spesso i proverbi e i modi di dire, sentiti in casa e in parati ancora da piccoli, e da sempre ci siamo chiesti chi li ha inventati? Chi é stato il primo a proferire queste frasi originali?

A chi scrive non ce voluto molto per scoprirne le origini di questi proverbi veramente curiosi.

Non dire gatto se non ce l'hai nel sacco: per capirne l'origine, bisogna tornare alla sua versione primitiva, cioè “non dire quattro se non ce l'hai nel sacco”. Nasce dalla storia di un povero monaco che era in cerca di elemosina! Un panettiere, mosso a compassione, l'ho chiamò e gli disse che li avrebbe dato i 4 pani rimasti dalla giornata. A questo punto il monaco tutto contento, iniziò a urlare ai quattro venti della generosità del panettiere e dei 4 pani che li stava per donare, un cane che passava di lì, attirato dagli schiamazzi, corse incontro al panettiere e gli rubò uno dei pani mentre stava per essere messo nel sacco. Così al povero monaco non restarono altro che 3 pani. Questo proverbio ci insegna che non possiamo dare niente di sicuro fin tanto che veramente non l'abbiamo.

*Per un punto Martin perse la cappa:*

uno dei proverbi più sentiti tra i tavoli dei bar durante le partite degli anziani a Briscola. Si racconta che il frate Martin non divenne priore perché sulla porta del convento, volendo scrivere “Porta patens esto nulli claudatur onesto” ossia “stia aperta la porta, non si chiuda a nessun uomo onesto”, mise erroneamente un punto dopo la parola “nulli” e così l'iscrizione divenne: “la porta non si apra per nessuno, si chiuda per uomo onesto”.

*Spezzare una lancia: mettersi a favore di qualcuno.*

Prende origine dai cavalieri, che per difendere l'onore di chi non poteva scendere in campo (una dama) si affrontavano in duello. Chi dei due cavalieri colpiva l'avversario era il vincitore, e spesso la lancia si spezzava.

Il gioco non vale la candela:

alcuni secoli fa quando non c'era ancora la corrente elettrica, nelle taverne si usavano le candele. Spesso in questi luoghi si giocava d'azzardo e c'era l'usanza secondo la quale chi vinceva al gioco doveva pagare almeno la candela usata per fare luce durante la giocata. Alle volte però, l'eventuale vincita al gioco era così bassa che “il gioco non valeva la candela”, quindi quello che si vinceva non bastava nemmeno per pagare la candela.

Quindi bisogna sempre pensare se vale la pena o meno ad agire in certe situazioni della vita.

Anche nell'espressione dialettale ticinese se ne trovano tantissimi  
tra i quali ricordo:

*Sciüscia un ciod rugi*

(si dice di attività poco gratificante)

*Facia da Tola*

(Faccia di bronzo, persona sfrontata)

*Vola bass e schiva i sass*

(Mantieni un comportamento prudente e di basso profilo)

*Al gà la caneta da vedro*

(Si dice di una persona che evita ogni sforzo fisico, pigra)

Rudy

Proverbi dettati da alcuni andromedini:

*Rosso di sera bel tempo si spera.*

*Rosso di mattina la pioggia si avvicina.*

*Cielo a pecorelle acqua a catinelle.*

*Quand el Gridon o met el capel met via el forcon e ciapa el restel.*  
(Quando il “Ghiridone” mette il cappello metti via il forcone e prendi il rastrello).

*Dove entra braga scosac non paga,*  
(dove in un ristorante entra un uomo con una donna lei non paga).

*Chi non ha testa non ha gambe.*

*Donna pulidina la fa el lecs la matina, donna un pu insci insci la fa e lecs in sul mescdi, donna purscelenta la fa el lecs quand la va dentar.*

*“Donna pulita fa il letto la mattina, donna così così fa il letto sul mezzogiorno, donna sporcacciona fa il letto quando va a dormire.*  
*Chi non risica non rosica.*

*(Chi non tenta non ottiene niente).*

*Uccello in gabbia non canta per amore ma canta per rabbia.*

*Chi troppo vuole nulla stringe.*

*La prima acqua d'agoset la rinfresca el bosc.*

*(La prima acqua di agosto abbassa la temperatura).*

*Donne e buoi dei paesi tuoi.*

*Donne e motori gioie e dolori.*

*Marz de la bastroca, un di l'e bel e un di al fioca.*

*Tanto và il gatto al lardo che ci lascia lo zampino.*

*Le bugie hanno le gambe corte.*

*Donna al volante pericolo costante.*

*A caval donato non si guarda in bocca.*

*(Chi riceve un regalo deve sempre essere contento).*

*Chi la fa l'aspetti.*

*Non mettere il dito tra moglie e marito.*



