

Novità musicali a Levanto

A Levanto sta nascendo un'associazione musicale che merita molta attenzione. Si tratta di un organismo che si propone di stimolare l'esperienza e la cultura musicale nel territorio del Levante ligure, sia dal punto di vista dell'ascolto che da quello più concreto della partecipazione diretta. Nata dall'impulso di due Maestri molto legati a questa terra, il direttore di coro Fabrizio Ghiglione e il direttore d'orchestra Giorgio Mezzanotte, l'associazione privilegia l'esperienza corale come veicolo per accedere alla conoscenza e alla pratica della musica: per questo la prima iniziativa è quella di formare un coro, invitando a farne parte innanzitutto quei cittadini di Levanto, Framura, Bonassola e Cinque Terre che già hanno fatto esperienza in corali grandi e piccole nei loro paesi. Una formazione corale con sede a Levanto potrà diventare motore di nuove esperienze, di nuove produzioni, ma soprattutto, poiché al coro è affiancata una scuola di educazione musicale e di impostazione vocale, potrà farsi centro di studio, di scambio di esperienze e di ascolto.

Personalmente ho dato il mio appoggio all'iniziativa, partecipando anche nella commissione che ha ascoltato gli aspiranti coristi. Sì, perché per accedere al coro è necessario sottoporsi a una breve audizione, che si rivela utile per conoscere le voci e le capacità musicali, ma anche le persone con le loro intenzioni e le loro aspettative. Un pochino di severità nell'avviare l'impresa è perfettamente giustificata dal fatto che il nuovo coro si candida per l'esecuzione di brani piuttosto complessi, che prevedono anche l'orchestra, e che quindi devono essere affidati a cantori in grado di leggere e studiare la loro parte in modo più autonomo.

Coordinatore di questa fase nascente è il signor Gianni Daneri, che segue il progetto con passione energica e contagiosa: a lui si possono riferire anche quegli appassionati di Bonassola che desiderano partecipare alla nascita del coro associandosi e seguendo le prove e le lezioni. Subito dopo Pasqua verrà stabilita una seconda tornata di audizioni e poi il lavoro prenderà forma e ritmo.

Tiz

Rettifica

Accogliamo e pubblichiamo una rettifica su un particolare stampato nell'ultima "Lente" (anno VI, n.1): nell'articolo sulla Pentolaccia, a pag. 17, si legge che "la Croce Azzurra aveva come sempre confezionato le pentolacce". Gli organizzatori ci fanno sapere al contrario che le pentolacce sono frutto delle offerte di commercianti bonassolesi e della Polisportiva Bonassola. La Croce Azzurra avrebbe fornito il locale, con l'aiuto organizzativo della Pro Loco.

Scusandoci per l'imprecisione, volentieri ci correggiamo.

A Montaretto
Visitate
 la mostra di fotografia a San Rocco

"vita di paese"
e votate
 le vostre foto preferite
 per il concorso fotografico

Le foto si possono votare sabato 30 pomeriggio, la domenica di Pasqua e il lunedì fino alle 14.

Segue spoglio delle schede e proclamazione dei vincitori.

Indirizzo e-mail:

lalente@inwind.it

Per eventuali messaggi ricordate anche la cassetta rossa per la posta della "Lente": si trova nel portone di Piazza Centocroci, n.8.



La Lente

Direzione e realizzazione grafica:

Tiziana Canfori

Coordinamento: Wilma Mannai

Assistenti di redazione:

Elisa Rocca
 Carla Lanzone

Distribuzione:

Pro Loco di Bonassola

Edicola di Bonassola

A Montaretto: Carla Lanzone

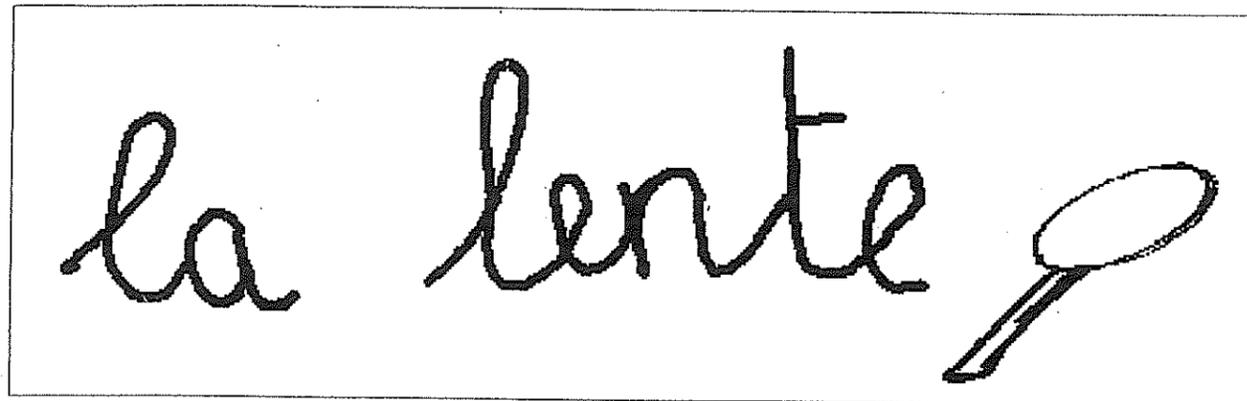
*Pubblicazione a carico del Comune di Bonassola
 Fotocopiato presso Euro service, Genova.*

Hanno collaborato a questo numero:

G.B. Del Bene, Ugo Del Torchio, Carla Lanzone, Mattia Ratto, Anna Re, Mimma Rezzano, Elisa Rocca, Lina Rocca, Andrea Rossi, Renza Scaramuccia, Asja Scarrà, Mario Siritto, Francesca Valente, Carla Verona, Vincenzo Viviani.

Disegni originali di: Mattia Ratto

Arrivederci in edicola
a fine aprile



Istantanee di Bonassola

Sabato 30 marzo 2002

Anno VI, n. 2.

8 Marzo

Le tre signore fanno, tutti i giorni, una lunga e salutare passeggiata. Si danno appuntamento là sull'angolo e poi via verso la Madonnina della Punta o, per cambiare un po', due o tre vasche sulla passeggiata a mare. Tutte le mattine, imperterrite, con ogni tempo, felici se c'è il sole, con l'ombrello se piove.

Il ritmo di marcia non è proprio da atlete consumate, ma accettabile Poi, finita la passeggiata (che fa bene alle gambe e alla circolazione e, soprattutto, brucia calorie) una bella capatina al bar per un caffè in compagnia, e poi a casa a sbrigare le faccende.

Fin qui, niente di strano. Ma vedere le tre amiche, tutte eleganti e un po' accaldate, camminare spedite lungo la strada che porta a Levanto, questo sì mi è sembrato un po' strano.

Sarà perché la passeggiata era diventata, almeno per loro, una "marcia longa", sarà per l'ora della tarda mattinata, sarà per l'euforia insolita nei loro atteggiamenti ... beh! mi hanno proprio incuriosita.

La spiegazione, fra una risata e l'altra, è arrivata subito, semplice, schietta e simpatica come loro. C'è chi l'8 marzo scende in piazza con mimose e slogans; chi si scatena in discoteca, o chi cerca la trasgressione di un giorno a vedere spettacoli più o meno tali E c'è chi come le mie tre amiche, per fare uno strappo alla regola e dimenticarsi per un giorno di diete e calorie, esce dai binari della quotidianità, allunga un po' la sua passeggiata e va a finirli, udite, udite, al tavolo di un ristorante a strafogarsi di ravioli e dolci!.....

Elisa



Atutti i lettori,
 ai collaboratori,
 al Comune di Bonassola che ci pubblica e che non ci ha mai fatto mancare il suo sostegno,

Buona Pasqua da La Lente

L'orto

*Fave, piselli e rucola,
 profumo di limoni,
 api che succhiano nettare
 e ronzano canzoni*

*Tripudio d'insalate,
 lucertole nel sole,
 non manca, tra i colori,
 il "viola" delle viole*

*Fiori di pesco e nuvole,
 il giallo del trifoglio,
 ma, in mezzo a mille erbe,
 non trovi l'"erba voglio"*

Elisa

Diapositive

Primavera

La primavera è arrivata e con l'arrivo delle belle giornate nella piazza di Montaretto, come lucertole al sole, i ragazzi della terza età siedono sulle panchine attorno alla chiesa o su quelle vicine alla vecchia osteria, quasi tutti in compagnia del loro bastone che portano come inseparabile amico; c'è chi addirittura ne ha due, quello per tutti i giorni e quello della domenica. Fra loro scambiano opinioni, qualche "cêtu", raccontano dei loro acciacchi: a chi fanno male le gambe, a chi una spalla, chi non ha chiuso occhio la notte precedente e spera di dormire quella successiva, ma l'importante è poterlo raccontare Si spostano ogni tanto da una panchina all'altra cercando il sole piuttosto dell'ombra o l'ombra piuttosto del sole.

Verso le sei i nonni, in fila come tanti soldatini, si dirigono uno ad uno verso il portico per raggiungere la propria casa e per ritrovarsi il giorno successivo in piazza ad offrire un affine scenario.

Carla

Ma a volte la vecchiaia ti riserva amare sorprese

Come un puzzle

*Nel mare dei ricordi
tassello dopo tassello
ricompongo nitido il passato.*

Il presente è sfuocato

....un puzzle....

*tanti pezzi mischiati
che incastro a fatica.*

Un puzzle enigmatico, sbiadito, incolore.

*Quando scende la sera
si tinge di nero.*

Il puzzle è incompleto,

tanti sono i pezzi mancanti...

*Un tempo ero io padre, rude ma forte,
che ti tenevo la mano.*

Ora cerco la tua

in questa strada irta e tortuosa.

*Quando la mano sento stringermi forte
la strada sembra spianare,*

affiorano quei pezzi mancanti,

il puzzle a poco a poco si colora,

piano piano si ricompono.

Carla

Case di paese

*Case di sassi e di tenui colori,
case vecchie e ristrutturate,
case scalciate*

*sorrette da antichi archi
e porticati con la loro storia.*

E quando cala

l'ombra della sera,

come vecchiette

avvolte nello scialle

*dormono al tremolio di luci gialle
dei lampioni.*

Renza

Poesia dialettale

Vi ricordate del bando di concorso del Premio Ciàvai di poesia dialettale? Circa 70 persone da tutta la Liguria, ma anche Liguri residenti all'estero, hanno partecipato, e tutte le poesie sono state raccolte in un libro.

Anch'io ne ho scritto una e l'ho dedicata al mio paese, Montaretto.

U mè paise

U mè paise u lé in simma a unna cullin-a
cunturnò da uive e boschi
ma quande m'affacciu dfau barcun
i mè ôggi i se perdan
in de unna azzurra dimenxiun.
U ghe a gexia lassù in ertu,
attaccà au campanin
un ostellu in mezza a vigna,
due butteghe, unna ustaia-tratturia e u tabacchin.
In fundu a disceisa a Cà du Populu
costruia cu siù da gente de stu postu
dove se ghe ritreva: donne, ommi, grandi e piccin.
Chi fa a maggia, chi dui cèti,
chi se scure, perché in da pelle u-nu ghe pê sta,
chi fa unna partia a-e carte,
chi se ghe ritreva a seia pe beivine in guttin in
cumpagnia
tra balli, dui ravié e unna sangria.
Ogni tantu unna festa in allegria
quexi sempre ben riuscita.
Cumme ti arrivi
ghe l'Oratoriu appen-a restaurò
cun in giu unna banchetta
dove i nonni i se ghe assettan
e i cuntrollan a situasiun.
Ghe a ciassa cun a funtan-a e sciue
ma i figgè i nu peuan sta
i ghe zègan au ballun
tra i mugugni di ciù grandi,
sciue rutte, pé descasi, senugge sgarbellè.
U ghe u portegu cun e vegge travi,
a ciassetta cun e donne chi piggian u frescu,
dui caruggi ben tegnu
e chè i sun unna attaccà all'atra,
e ciave ancun su-e porte, drappi desteisi da barcun.
Nii de rundanin-e sutta i archi.
Se poi ti te gii de chi e de là
ti veddi quarche veggju furnu
e quarche donna da-u treggiu a lavà.
Questu paise u lé piccin
ma a sè gente u chè grande a là
laburiosa generusa allegra e ospitale,
mentre e donne i te invitan in cà
i ommi in ta cantin-a i te vèuan purtà.

Carla

Astronomia

Cometa in vista

Nella notte del 1° Febbraio due astrofili asiatici, il giapponese Ikeya con un telescopio riflettore da cm.25 ed il cinese Zhang con un riflettore da cm.20, a distanza di circa 1 ora e mezza uno dall'altro, osservando una porzione di cielo nella costellazione della Balena, si sono insospettiti notando un oggetto debole e diffuso, stimato successivamente di nona magnitudine, che non risultava su nessuna carta stellare. Dopo alcune ore un altro astrofilo Paulo M. Raymundo faceva la stessa scoperta dal Brasile con un telescopio, anch'esso riflettore da cm.25, giungendo però in ritardo per l'assegnazione del nome della nuova cometa.

La Ikeya-Zhang dunque sta viaggiando verso nord, la sera di Pasqua ad esempio, sarà nella costellazione di Andromeda nelle vicinanze della stella Mirach (beta And), e dovrebbe essere visibile ad occhio nudo con una magnitudine stimata attorno alla quarta; non dovrebbe essere difficile osservarla.

Ma da dove arrivano le comete? Le teorie più attendibili indicano nella Nube di Oort, (che altro non è se non una nube sferica che permea l'intero sistema solare come un "guscio"), come una zona in cui vi sarebbero miliardi di corpi ghiacciati, residui o "scarti" del sistema solare primordiale, che per una qualche ragione, come la forza di gravità dei pianeti o addirittura forze esterne al sistema solare, vengono proiettati verso la nostra stella, intorno alla quale compiono un'orbita prima di ritornare nei loro luoghi di partenza. I corpi della Nube di Oort sono definiti comete di lungo periodo. Esiste anche un'altra zona, serbatoio di comete, ed è chiamata Fascia di Kuiper; si trova molto più vicino a noi ed è situata subito oltre l'orbita di Nettuno: qui abbiamo le comete di corto periodo.

Tornando alla nostra nuova cometa sembra che comunque, proprio nuova non lo sia, nel senso che gli astronomi professionisti, da primi studi della sua orbita, pensano che la Ikeya-Zhang possa aver già visitato le vicinanze del Sole in un periodo che varia da 300 a 500 anni fa e potrebbe dunque essere la cometa avvistata nel 1532 o nel 1661. Tempi risibili su scala cosmica, inarrivabili su scala umana.

Ugo



Ricordo di mia madre

Un anno fa c'eri, mamma, iniziavi la tua giornata serena, ti preparavano al mattino e con il bastone, piano, piano, prendevi posto nella veranda da dove i tuoi occhi, ancora vivi ed espressivi, potevano vedere il sorgere del sole, le colline, il mare, il giardino. E la tua giornata si snodava sempre uguale, con brevi letture, passeggiate, le campane a mezzogiorno e all'imbrunire. Tu, attenta e partecipe a ciò che ti circondava, alla nostra vita che si svolgeva intorno a te. E questo ti donava gioia.

Avrei voluto parlarti di più, essere nella tua mente, nel tuo cuore con ancora più forza, perché ora non ci sei più. Quando, attraverso una scalinata, tra limoni e fiori e sullo sfondo del mare, scendo al centro di Bonassola, vivo è il mio desiderio di incontrare qualcuno per parlare di te. Ma dopo i primi tempi - quelli delle condoglianze - nessuno mi parla di te, perché delle persone morte a volte si parla poco per allontanare il dolore; invece io ho paura di perderne il ricordo, e ritorno su in silenzio con te.

Carla Verona



Luigi Cardiano

Capitano di Macchina, pittore, poeta, è mancato a Genova in questi giorni.

Egli era nato a Milazzo 67 anni fa e da giovane navigò per parecchi anni come Ufficiale di Macchina; la sua sensibilità, con cui aveva vissuto la vita di mare, si espresse nelle sentite poesie che egli ci ha lasciato, ma principalmente nelle sue pitture piene di significativi valori.

Tre anni fa egli aveva tenuto una mostra di belle opere nella Sala consiliare del Comune.

Abituale frequentatore di Bonassola, ci aveva onorato della sua amicizia per cui abbiamo potuto apprezzare il suo animo di sincero amante dell'arte, presente anche in alcune pagine pubblicate da noi un paio di anni fa, e tratte da un improvvisato giornalino di bordo a cui si era dedicato, con il consueto entusiasmo, ai tempi della sua vita di navigante.

Da parte della "Lente" porgiamo le nostre sentite condoglianze ai suoi cari unendoci al cordoglio di tanti suoi amici che lo avevano conosciuto e ammirato.

Per la redazione della "Lente"
Vincenzo Viviani

**Tre poesie
di Andrea Rossi**

Fratello

Fratello,
volgi al mondo lo sguardo
nel freddo chiarore
d'indomite notti.

S'alza l'urlo fra valli
d'inquietate umanità,
mani protese
oltre i confini si sfiorano
in tremanti illusioni
e tu solo combatti
il fulvo velo
dell'indifferenza.

Fratello,
errante guerriero
dei tuoi giorni
parla,
io ti ascolto.

Andrea

Vivo

Specchiavo i miei pensieri
sulle acque di un fiume,
l'anima tra le foglie ingiallite
che il vento disperde,
lacrime nei profondi dirupi
feriti di solitudine.

Cantavo al sole
i miei desideri
e al crepuscolo
l'acqua si schiariva,
il vento si placava,
i dirupi scomparivano
e ancora una volta
riscoprivo di essere vivo.

Andrea

Il canto della speranza

Ogni giorno vivo
su silenti margini
di profondi abissi
sperduti nel vuoto
e da lontano scorgo
immense vallate
dove lieto si culla
fra la terra e il cielo
il canto della speranza.

Fra le rudi alture dell'esistenza
echeggia misterioso un grido
e fra specchi d'acqua
di ondulate praterie
gioiosi si riflettono
sereni attimi di pace.

Si dissetano i pensieri
alle fresche fonti
dell'immenso
e volteggia l'anima
nell'azzurrità
di cieli infiniti.

Sulle alte vette
di boscosi pendii
respiro la speranza
e trascendo in vortici
di sconosciute gioie
dal sublime splendore.

Andrea



Al di là

Al di là del sole,
al di là delle stelle,
al di là del cielo,
esiste un posto:
l'Infinito.

Un giorno io
al di là del sole,
al di là delle stelle,
al di là del cielo,
io sarò felice.
Al di là,
nell'Infinito.

Mimma

**Il pozzo
della memoria**

di Lina

Le "ciambrelle" di Pasqua

Nella vita popolare del nostro paese ci sono stati vecchi usi con sacre e profane rappresentazioni che riguardano la Pasqua e soprattutto i giorni che la precedono. Esse purtroppo sono sparite, non si usano più, le abbiamo solo sentite raccontare dai nostri anziani parenti o da amici.

Una cosa che ricordo io personalmente, in uso fino a non molti anni fa, era al Venerdì Santo quando, Gesù deposto nel sepolcro, le campane tacevano (in dialetto popolare erano le cosiddette "e campane lighè"). A fare le veci delle campane, cioè ad annunciare le varie fasi del giorno, erano ragazzi e bambini con le rudimentali ciambrelle.

Le ciambrelle erano fatte più o meno così: a un pezzo di legno robusto rettangolare veniva messa all'apice una maniglia per impugnare al meglio; venivano poi attaccate al legno cose che, scuotendole, facevano chiasso come campanacci, e poi altri marchingegni costruiti manualmente di varie forme, purché chiassosi.

Questi folli gruppi di ragazzi giravano in ogni strada e angolo del paese annunciando i vari momenti della giornata. Ad esempio al mattino e alla sera prima di agitare con forza le ciambrelle gridavano: "Scia ludatu Gesù e Maria! Questa chi a l'é l'Ave Maria". A mezzogiorno gridavano: "Mezzugiurnu, u pan au furnu!"

Finalmente le campane suonavano a distesa nel giorno del sabato e tutti si passavano la voce: "U sonna u Gloria! U sonna u gloria!"; nello stesso istante si usava lavarsi il viso, chi in casa, chi fuori in coda alle fontanelle ubicate nei vari punti del paese, come una sorta di festosa purificazione.

Mio nonno, u Paiun, diceva a noi bambini: "Alleluia cantè ad arta vuxe, che l'é chi nostru Segnù ch'o l'é mortu in cruxe".



Mattia
Il gatto goloso

**Vecchia poesia genovese
quasi dimenticata**

Chi mi aiuta a ricordare? Io ricordo bene l'inizio; poi alla memoria affiorano solo parole e brandelli di versi incompleti. Comunque la poesia ha il sapore di una bella scampagnata pasquale!

Cun a sò turta pasqualinn-a
oeve sode, leitùga tennia
e unna bella simma pinn-a
in sce l'erba all'aia finn-a

.....
u se mette a celebrà
sté pruvviste (....) metteighe
de gùsciè de vin nustrà.

**Piatto di asparagi
inventato da me**

In altre occasioni vi ho decantato la prelibatezza degli asparagi, specialmente quelli nostrani selvatici, ma ora sento il dovere di raccontarvi di un successo mio personale, ossia di un piatto inventato da me.

Poco tempo fa la buona Egizia di Montaretto viene a trovarmi nel mio negozio e mi regala un mazzo di asparagi. Era tanto bello e fatto bene che quando l'ebbi tra le mani mi dissi "a questi devo proprio far fare la fine che meritano", ed infatti

Ho tagliato gli asparagi cominciando dalla punta fino ad arrivare dove proprio l'asparago diventa duro e legnoso. Dopo una breve risciacquata li ho messi in una grande padella dove prima ho fatto sfrigolare abbondante burro. Dopo pochi minuti di cottura ho aggiunto del timo fresco (parecchio).

Ho lessato al dente dei tagliolini fatti da me con le solite uova e farina, tirati con il mattarello, trasferendoli poi nella padella degli asparagi e timo. Prima di passarli nel piatto di portata ho fatto una discreta grattata di buccia di limone fresco non trattato, dei nostri orti.

Il parmigiano grattato non l'ho aggiunto; invece l'ho messo in tavola, a piacere di ogni singolo commensale. E' stato un successo.

Molti hanno realizzato la ricetta delle acciughe pubblicata nell'ultima "Lente" e mi hanno fatto i complimenti.

A questo proposito dico che sulla prossima "Lente" darò le ricette dedicate interamente alle acciughe, queso pesce umile ma molto saporito. Nell'attesa di fare ciò, ben affettuosamente vi saluto.

Lina

I consigli di Dott. Mario

Prova costume

E' ora di rimettersi in forma. La bella stagione arriverà più in fretta di quanto pensiamo, quindi prepariamoci adeguatamente. Prendiamo il costume da bagno della passata estate e proviamocelo. Se i nostri vicini di casa sentono un urlo disperato, siamo noi che ci guardiamo allo specchio, e non ci piace ciò che vediamo. Potremmo quasi seguire una dieta, sempre che siamo in condizioni di buona salute, che ne dite? Possiamo fare una dieta disintossicante e "alleggerente", come questa.

Prima colazione: tè con dolcificante (caffè solo se non potete rinunciarci) yogurt magro ed un frutto.

Pranzo e cena:

- carne o pesce o pollo ai ferri o lessi,
 - o carne cruda, appena condita con sale, pepe, limone ed una goccia d'olio,
 - o tonno al naturale,
 - o piccolo pezzetto di formaggio (ma solo una volta nella settimana),
 - o due uova sode, o alla coque, (ma solo una volta nella settimana).
- + verdure fresche o lesse (no patate e legumi), condite con un cucchiaino d'olio, sale (e aceto, se si vuole).
- + un frutto.
- + acqua naturale, possibilmente non gasata.
- i caffè solo col dolcificante.

Naturalmente, non aggiungiamo nulla, compresi vino e birra, a quanto elencato, perchè siamo dei bravi bambini.

Prima d'inziarla, annotiamo il peso sul calendario (che ci siamo comprati perchè le banche ormai non ci danno più niente, compresi gli interessi). Non facciamola per più di due settimane di seguito, e poi ripesiamoci. Avremo gradite sorprese.

Una doverosa postilla: non imbarchiamoci mai in diete dimagranti se non siamo in buona salute, e non prolunghiamole oltre il tempo prescritto!

Dott. Mario

Complimenti!

Ci piace ricordare che Carla Lanzone ha vinto una romantica cena, segnalandosi tra i vincitori del Premio Secolo XIX, Comune e Pro Loco di Portovenere, con una frase per la festa di San Valentino:

"Nella dolce via camminiamo accanto, nella tortuosa teniamoci per mano".

Tre ricette di Anna

Tasca di vitello farcita di carciofi

Ingredienti: 1 tasca di vitello di kg. 1,500, 6 carciofi, aglio, scalogno, prezzemolo, grana padano grattugiato, 2 uova, 5 fette di pancarré bagnate nel latte, salvia, alloro, rosmarino, vino bianco secco, abbondante olio extra vergine, sale, pepe.

Mondare i carciofi, spuntarli, togliere il fieno e tagliarli a fettine sottili insieme ai gambi spellati e trifolarli in padella con olio e scalogno tritato; amalgamare i carciofi con il pancarré strizzato, il trito di prezzemolo e aglio, le uova, sale e un poco di pepe, due cucchiainate di grana. Riempire col composto la tasca di vitello, cucirla o chiuderla con stuzzicadenti. Metterla in una teglia con olio, alloro, salvia, rosmarino e cuocerla in forno a 180° per circa 1 1/2 - 2 ore, bagnarla di tanto in tanto con acqua e vino. Affettare e servire con il sugo filtrato.

Torta di patate e cipolle

Ingredienti: 1 confezione di pastasfoglia surgelata, 3 grosse cipolle bianche, 3 patate grosse, 4 uova, olio, origano, maggiorana, 100 gr. parmigiano, sale.

Affettare le cipolle sottili, metterle in una grande padella con l'olio e farle ammorbidire a parte; fare scottare le patate a fette per 10 minuti, scolarle, aggiungerle alle cipolle e fare soffriggere per 10 minuti. Lasciare venire tutto tiepido e aggiungere uova, origano, maggiorana, il grana e il sale. Tirare la sfoglia, ungere poco la teglia, mettere la sfoglia tirata e versarci il composto; cuocere in forno a 200 gradi sino a doratura della sfoglia.

Torta di mele e carote

Ingredienti: 250 gr. di mele, 250 gr. di carote, 350 gr. di zucchero, 450 gr. di farina, 1 bustina di lievito per dolci, 1 cucchiaino di cannella in polvere, 4 uova, 3 dl. di olio extravergine d'oliva, il succo di 1/2 limone, 150 gr. di zucchero al velo, 200 gr. di nocciole tostate tritate, un po' di burro per lo stampo.

Sbucciare e grattugiare mele e carote, metterle in un recipiente e cospargerle con 2 cucchiaini di zucchero, cannella, succo di limone. Coprire con un coperchio e lasciare riposare per 30 minuti; nel mentre sbattere le uova con il rimanente zucchero, versare la farina con il lievito, le nocciole tostate e l'olio, amalgamare bene tutti gli ingredienti, strizzare mele e carote e tenere da parte il liquido, aggiungere mele e carote all'impasto mescolando delicatamente.

Imburrare uno stampo e infarinarlo; versare il contenuto e cuocere in forno già caldo a 180° per 45 minuti circa. Togliere il dolce dal forno, lasciarlo raffreddare girato e lasciarlo venire freddo. Preparare la glassa: mettere al fuoco il liquido tenuto da parte, aggiungere lo zucchero al velo e farlo addensare a fuoco basso, versare poi sul dolce.

Anna Re

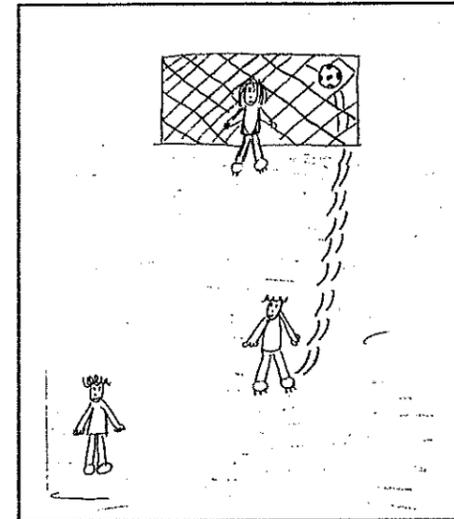
Dal quaderno di Mattia

Il gioco del calcio

Io gioco spesso a calcio con gli amici e mi diverto molto a fare goal e passare la palla. Delle volte sto in porta, io sono il 2° portiere del Montaretto; il 1° è Naoò che delle volte gli faccio goal sotto le gambe. Quando andiamo al campo, a Naoò faccio più goal che in piazza.

I bambini sono: Naoò, io, Asja, Francesca, Simone, Mirco, Paolo e delle volte Edo e Andrea.

Mattia



Mattia Goal

Matilde la sirena

Un giorno una ragazza di nome Matilde fece una vacanza in barca a vela col suo ragazzo. Ma Matilde non immaginava neppure lontanamente quel che le stava per capitare.

La barca sbatté contro uno scoglio, poi prese a imbarcare acqua, e in men che non si dica la barca colò a picco. Il ragazzo di Matilde si salvò, ma lei non riuscendo a nuotare andò piano piano nel mondo sottomarino ...

Dopo molto tempo si svegliò accerchiata da visi nuovi, con la coda; solo per metà erano esseri umani, per l'altra erano pesci. Erano le sirene, quegli esseri magici che da molti anni i popoli credevano che fossero solo leggenda.

Dopo tre giorni Matilde fu nominata dal Re Atlantus membro del regno di Atlantide. Matilde si divertiva a rincorrere i delfini, a scovare le tane dei polpi, a collezionare conchiglie. Ma la cosa che la rendeva più felice era la coda. Quella meravigliosa coda verde bottiglia, con fronzoli, con attaccate le conchiglie più belle del regno.

Però Matilde non era del tutto felice laggiù. Le mancava sua madre, la sua famiglia, ma le mancava soprattutto Luciano, il suo ragazzo.

Ma laggiù si fece subito un altro ragazzo. Si chiamava Enrico, ed ebbero una figlia. Stella Marina.

Francesca e Asja

Fantasia

Fantasia è vedere un campo fiorito e anche osservare un bosco pulito. Questo potrebbe esser realtà se l'uomo avesse buona volontà. Tutti quei boschi visti bruciare e gli uomini che non li sono andati a salvare.... Se l'uomo capisse cos'è la natura sarebbe meglio, ma è un'impresa dura. Basterebbe la buona volontà e la fantasia diventerebbe realtà.

Francesca

Luna

La luna spunta tra le nuvole e io gioco con lei, è un occhio che mi guarda e mi segue sempre più. A questa luna magica io confido i miei segreti sia di sera che di giorno, io l'ho sempre nel mio cuore. Amica luna, luna amica, questo rapporto tra noi non finirà. Io andrò in città e non ti vedrò più se guarderò in su, tu sarai dietro a un grattacielo che dividerà noi due. Ma se riuscirò, se potrò, io tornerò qui su questa collinetta a parlare con te amica luna, luna amica. Non ci distruggeranno, questo rapporto tra noi non finirà. Tu sei come una palla che rimbalza fra le nuvole, e un occhio selvaggio perduto tra la nebbia. Io sono una bambina in questa grande città, sola come te.

Non ci divideranno.....Luna!

Francesca

Un'avventura sulla collina dei Pastorelli

Durante l'ultima guerra mondiale i soldati italiani avevano piazzato due cannoni al salto della Lepre e proprio sulla collina dei Pastorelli avevano anche costruito un fortino che veniva collegato col salto della Lepre tramite un camminamento lungo circa tre o quattrocento metri. Era il mese di settembre del 1943, il momento dello sbandamento: i soldati avevano abbandonato le loro posizioni, ognuno era andato per la propria strada e c'era stata l'occupazione dei tedeschi.

Io e mio fratello Franco, che era il maggiore, eravamo due ragazzotti sui quindici anni. In paese circolava la voce che al fortino i soldati avevano lasciato ogni cosa; c'erano anche i cavi che erano serviti per trainare i cannoni. A noi interessavano quelle corde, eccome!

Un mattino, forse il 10 o il 13 settembre, ricordo che i soldati tedeschi a Bonassola non se n'erano ancora visti; io e mio fratello abbiamo preso la via per andare al fortino passando da Carpeneggio e seguendo poi la strada che avevano costruito i soldati per passare con i cannoni. Siamo arrivati al fortino, non c'era nessuno, siamo entrati nel fortino e dentro abbiamo visto un mucchio di roba: pale, mazze, picconi e tanti altri oggetti. In un angolo, arrotolate, c'erano anche le corde, quelle che interessavano a noi. Erano piuttosto grosse, avevano un diametro di circa cinque o sei centimetri e una lunghezza di circa 20 metri, per cui erano abbastanza pesanti per le nostre forze. Abbiamo deciso di tagliarne un pezzo con un coltello molto rudimentale e un po' a fatica siamo riusciti nell'operazione. Usciti dal fortino, all'improvviso abbiamo sentito dei rumori e, voltandosi da una parte all'altra, ci sembrava che qualcuno stesse camminando... Alla distanza di circa 30 metri nel camminamento spuntava un elmetto da soldato tedesco! Forse erano arrivati a Bonassola nella notte.

Abbiamo afferrato il pezzo di corda già tagliato, lungo sei o sette metri e, di corsa attraverso il bosco, ci siamo precipitati verso il rudere della chiesetta dei Pastorelli (da notare che quel rustico, come anche il fortino esistono ancora). A quel punto ci siamo fermati col cuore in gola. Vorrei precisare che da quella posizione il bosco scende rapidamente verso il paese.

Ad un tratto sentiamo degli spari, e sentiamo le pallottole fischiare sopra di noi; forse ci avevano visti o forse qualcuno aveva sentito il rumore che facevamo scappando, fatto sta che quel disgraziato sparava nella nostra direzione. Senza esitare ci siamo buttati a capofitto nella ripida scarpata trainando sempre la corda dietro di noi. Tutto quello che si presentava davanti veniva abbattuto, compresi i cespugli e persino qualche piantina di pino che quando si abbatteva sembrava mormorasse "Ma cosa vi ho fatto io?". Vi garantisco che se insieme a noi ci fosse stato quel campione podista italiano che si chiama Mennea, detentore del record nei 200 metri, ebbene lo avremmo lasciato dietro, ma di molto. Arrivati sulla strada che porta alla Madonnina, ci siamo fermati, anche per prendere fiato; abbiamo arrotolato il cavo, mio fratello se lo è messo sulle spalle, e ci siamo diretti verso casa seguendo la strada carrozzabile; all'epoca abitavamo in Piandimare.

Arrivati a casa, abbiamo nascosto la corda nel magazzino sotto la legna.

E scarpe de pessa

Bonassola era un paese di marinai. Fra questi c'era Luensin, un anziano lupo di mare che, dopo avere attraversato tutti gli oceani, si era ritirato nella sua Bonassola. Era un artista nel fare le scarpe di pezza.

Per fare quelle scarpe occorre pochi attrezzi: il materiale principale era la corda e la tela "di olona", quella con cui facevano le vele per i velieri; gli attrezzi erano un ago (di quelli che i marinai usavano per cucire le vele), il guardamano (una specie di mezzo guanto di cuoio che all'interno aveva attaccata una piastrina di ferro con degli incavi che impedivano all'ago di scivolare mentre veniva spinto col palmo della mano), una forbice e dello spago. E' per questo che a noi interessava la corda; sapevamo che con il cavo che eravamo riusciti a prendere nel fortino ci sarebbero uscite cinque o sei paia di scarpe. Infatti dalla corda, una volta disfatta, si ricavano tanti piccoli "liguali" che servivano per fare la trenella, simile alle trecce che si fanno le ragazze con i capelli lunghi. "U Luensin" ci aveva insegnato a tessere la trenella: ne facevamo metri su metri, poi gliela portavamo e per ricompensa ci regalava un paio di scarpe.

Eccovi il procedimento per ottenere un bel paio di scarpe su misura: "U Luensin" arrotolava la trenella seguendo la forma del piede; ogni "passata" la cuciva su quella precedente fino a raggiungere la grandezza esatta del piede. Tagliava la tela in base alla suola che aveva costruito (facendovi i suoi buchi per le stringhe) e la cuciva tutto intorno alla forma di trenella. Ne veniva fuori una scarpa perfetta. Le chiamavamo "scarpe de pessa".

Ricordo le prime scarpe di pezza che ho indossato; mi sembrava di camminare sul velluto. Quando giocavamo al pallone (che poi quel pallone era formato da un pezzo di stoffa vecchia arrotolata e legata con lo spago), ebbene, le scarpe si toglievano per non consumarle e giocavamo scalzi. Anche perché se andavamo a casa con le scarpe rotte, la Cattolla che era la mia mamma (e che come tutte le mamme era buona, ma i tempi non permettevano di rompere le scarpe giocando al pallone) ci dava la minestrina con le uova, cioè arrivavano diverse bacchettate....

Erano i tempi "de scarpe de pessa fatte cun a trenella", poi sono arrivate le cosiddette "scarpe da tennis", e poi ancora quegli schifosi "mocassini" che quando alla sera te li toglievi, il piede sembrava un'acciuga salata. Eh sì, perché più stretti erano, più eleganti apparivano; sembrava di camminare sui chiodi.

Adesso il salto della Lepre è diventato una meta per i turisti, il fortino e i ruderi della chiesetta dei Pastorelli quasi non si vedono più perché i boschi sono diventati una giungla. Le scarpe, pur essendocene di mille forme, con i più svariati colori, non sono belle come "quelle de pessa fatte dao Luensin". Hanno soltanto una cosa in comune: si portano abbastanza bene.

Questa è la storia di due ragazzi, che per avere un paio di scarpe di pezza erano andati fino al fortino dei Pastorelli per procurarsi la corda per fare la trenella...

G.B. Del Bene (Ciò)

I racconti dell'Isola

Le isole di carta

"Mamma, è vero che al centro del Golfo del Messico c'è un'isola proprio identica alla nostra?" - Di punto in bianco, la domanda veniva a interrompere il silenzio e il compito di matematica. La piccola Sibilla, figlia della grafica di redazione della "Lente", guardava la mamma con sguardo di attesa, la matita penzolante nella mano. "Non credo proprio", fu la risposta, "non esistono due isole identiche. E poi, fra l'altro, la nostra è un'isola immaginaria, Come fai a trovarne un'altra uguale?"

- "Non so... non ci sono altri posti come questo?"

La mamma ebbe un'illuminazione: "Hai voglia di isole? Vieni con me."

La giornata era bella, i compiti erano fatti, madre e figlia saltarono in barca e in dieci minuti avevano già fatto approdo alla spiaggia di Bonassola, versante est. In due passi furono davanti a una porticina a vetri, che si aprì cigolando, e subito furono dentro a una stanzetta più o meno quadrata, con il soffitto alto che rifletteva una luce morbida e lievemente grigia. I muri erano foderati di grandi scaffali, che incombevano su una piccola scrivania al centro dello spazio. Sulla destra una seconda stanzetta con una bella finestra e due tavoli lisci e nuovi. La superficie chiara dei tavoli, perfettamente sgombra e illuminata dalla luce del giardino, che filtrava attraverso i grandi alberi, era l'unica presenza orizzontale in uno spazio che era tutta una scalata di libri verso il soffitto. Veniva voglia di appoggiarci sopra qualcosa, di sedersi, di fermarsi.

Sibilla notò subito un grande atlante geografico (la geografia era fra le sue materie preferite) e chiese il permesso di aprirlo. Lo appoggiò alla luce e lo sfogliò finché non venne fuori il profilo colorato dell'America centrale. Poiché era una bambina tenace nelle sue convinzioni, si mise a cercare in mezzo all'oceano un puntino con qualche scritta significativa, tipo "Isola Immaginaria". Non trovò niente e per un attimo restò delusa. Alzò gli occhi dal libro, in cerca di un'altra idea, e il suo sguardo fu attratto da un grande volume verde,

La Lente in cucina

Torta allo yogurt

Ingredienti: 1 vasetto yogurt naturale, 1 vasetto d'olio, 2 vasetti di zucchero, 3 vasetti di farina, 2 uova, un po' di liquore, limone grattugiato, 1 bustina di lievito.

Montare i bianchi a neve; unire 2 vasetti di zucchero ai rossi (si usa un vasetto dello yogurt) e sbattere bene, aggiungere la farina, il vasetto dello yogurt e uno di olio di semi o di oliva, il liquore, la buccia del limone, il lievito e gli albumi montati.

Ungere un tegame di 26 cm. di diametro, infarinarlo e versarci l'impasto, cuocere in forno a 160° per circa 40 minuti (se il forno è a gas non dimenticate di mettere sotto il tegame una casseruola con l'acqua).

Carla

sullo scaffale di fronte. Lo prese: erano fiabe. Lesse qualche riga di quei caratteri grandi e rotondi e poi voltò pagina e vide un'illustrazione bellissima, di un paese fantastico e lontano. Seduta sulla sua seggiolina, volò in mezzo a principesse arabe, a pescatori saggi, a sceicchi e ad anelli magici... finché un altro libro non la chiamò da un altro scaffale. Era un testo di matematica, di quelli da ragazzi grandi, però. Sibilla non capiva niente, ma le piaceva guardare i numeri, e in mezzo lettere di strani alfabeti, linee, segni mai visti. Immaginò come sarebbe stata da grande, con quei libri in mano; e se avesse fatto l'ingegnere? o il chimico? o l'architetto? Con quei segni sconosciuti si potevano costruire le case...

Un libretto grigio e smunto spuntava nella fila accanto, come per attrarre l'attenzione sulla sua mesta figura; Sibilla raccolse il messaggio e rivolse a lui la sua attenzione: erano poesie. Brevi pensieri, appunti in forma d'arte. Poi c'erano i romanzi, le storie lunghe, i libri allegri e quelli noiosi, quelli da studiare e quelli da leggere sulla spiaggia... Era rapita da quegli incontri discreti che le aprivano mondi nuovi, da quegli oggetti di carta così ricchi e così silenziosi, che accettavano l'impronta della sua mano, dove un segno o uno strappo sarebbero rimaste ferite incancellabili. Poi lasciò un ditino come segnalibro, e guardò fuori dalla finestra; il silenzio era confortevole e caldo, il libro l'aspettava senza pretendere attenzioni, senza ronzii di corrente o crepitii di linea, senza interruttori da accendere e spegnere. Il libro aspettava che lei tornasse dai suoi pensieri per raccontarle ancora qualcosa.

Sibilla restò molto tempo fra i volumi della biblioteca, ognuno con i suoi colori, la sua fisionomia, la sua storia, la sua vita di carta e di pensiero. Era come stare in un mare di isole, tutte raggiungibili, tutte diverse e tutte, almeno in principio, misteriose.

Tiz

Dedico questo racconto alla Biblioteca di Bonassola e alla dott. Antonella Barletta, che svolge il suo lavoro fra le "isole di carta". Nei prossimi numeri la Biblioteca avrà un suo spazio abituale sulla "Lente": ne racconteremo i contenuti, le attività e le curiosità, in modo che sempre più persone vengano invitate alla "navigazione" fra i libri.



E' nata

Eleonora!



*Felicitazioni e auguri
da parte della "Lente"
a Francesca, Giulio
... e nonni Pippilan!..*

La Ida e la Sunta

La Ida e la Sunta erano madre e figlia, tutte e due molto strane; il marito della Sunta lo chiamavano "Baffi" di soprannome, lui era morto e loro due vivevano a Reggimonti in una catapecchia a due piani e molto piccola. La casa era nera come il carbone, non aveva mai visto una pennellata di bianco; al piano di sopra avevano la camera (chiamiamola così, ma di camera non aveva proprio niente), e per salire c'era una scala in legno con un gradino sì e uno no; anche le finestre, di vetri ne avevano uno sì e uno no ed erano tappezzate con qualche tavola di legno per non fare entrare aria d'inverno.

La Sunta dormiva sulla cassapanca con degli stracci per materasso, la Ida, anche lei dormiva su degli stracci gettati lì per terra e con la testa appoggiata su una seggiola di paglia a cui avevano segato le gambe, con degli stracci per cuscino. La gente di Reggimonti gli regalava qualche materasso, ma loro due dicevano che dentro il materasso c'erano nascosti i *ciciluzzi*. Cosa fossero non si sa, ma si sa che prendevano i materassi a bastonate e poi li gettavano giù dalla finestra.

La Sunta aveva le sembianze della befana: magrissima, con la gobba, i capelli bianchi che le uscivano fuori dal fazzoletto nero annodato sotto la gola, il naso aquilino con la goccia perenne. Portava vestiti neri lunghi fin sulle scarpe. La Ida era invece grassa, piccolina, con i capelli neri tagliati piatti sotto le orecchie e la faccia rotonda. I ragazzi si divertivano a far loro i dispetti per farle arrabbiare.

Erano sempre a raccogliere le olive da mio nonno o a tagliare il fieno o il grano; lavoravano dalla mattina alla sera per una zuppa calda, non conoscevano nemmeno l'orologio, e soldi non gliene dava nessuno. Se erano nei terreni di mio nonno quando suonava mezzogiorno mi mandavano a chiamarle che venissero a mangiare. Alle volte andavano a Bonassola e poiché lì le conoscevano tutti, chi dava loro dei vestiti smessi, chi un paio di scarpe o del pane; arrivavano poi su da Bonassola a piedi, tutte e due con dei fagotti di roba ricevuta dalla gente, ed era come se vivessero di carità.

Una delle loro stranezze più conosciute e ricordate è che quando erano nei terreni a lavorare se sentivano fischiare il treno o passava un aereo si mettevano in cima ad un poggio e con le mani ai lati della bocca gridavano *Kuuuu ...Kuuuu ...*, come una specie di grido da gufo. Era un loro modo di salutare; questo strano saluto era per Badoglio, perché la Sunta si era messa in testa che la Ida era la moglie di Badoglio, che si spostava nei suoi viaggi o con l'aereo o col treno. E quando trovavano per terra degli anelli che allora si usavano per mettere le tende alle finestre, Ida se li metteva al dito. Dicevano che erano anelli d'oro che Badoglio buttava giù dall'aereo per la Ida, cosicché lei aveva tutte le dita delle mani piene di anelli da tende, e se noi ragazze ci mettevamo più di un anello, le vecchie ci dicevano: "Ti me pè a Ida da Sunta!".

Quando alla sera d'inverno, dopo aver raccolto tutto il giorno olive, mangiavano a casa di mio nonno e cenavamo insieme, compresa mia cugina Mariangela e mio cugino Adriano, chiedevamo spesso alla Sunta: "E' vero che la Ida sa suonare il pianoforte?". Allora la Sunta diceva alla Ida "Fai un po' vedere come suoni il pianoforte!" e lei si sedeva sulla panca vicino al tavolo della cucina e, muovendo le dita su e giù sul tavolo, faceva il suono con la bocca "nighelin... fon-fon...". Secondo lei il pianoforte aveva quel suono, e con quella nenia ce la tirava finché mio nonno, seduto davanti alla stufa col sigaro in bocca, le diceva: "E ciantila lì, che ormai â so a memoia"; e lei diceva: "Va bene, suonerò domani sera."

La Sunta, molto vecchia, fu ricoverata all'ospizio dei vecchi a Levanto dove morì.

La Ida morì al manicomio di Volterra.

Renza

P.S. Ho scritto la storia della Ida e della Sunta su richiesta di tante persone che le hanno conosciute e le ricordano per la loro stranezza, ma un filo di pietà ed affetto si mescola sempre al nostro ricordo.

Anteprima del 25 aprile

Domenica 10 marzo un nutrito gruppetto di Montarettini, fra i quali la piccola Virginia che ha solo 6 mesi, ha raggiunto Bonassola, dove altri escursionisti ci attendevano per percorrere in anteprima la marcia ambientalistico-gastronomica che si svolgerà il 25 aprile.

La giornata era meravigliosa e soleggiata; insieme siamo saliti al Poggio ed abbiamo raggiunto Scernio fra profumo di limoni, erbe aromatiche, eriche fiorite e odore di salmastro.

Arrivati alla chiesa di S.Giorgio abbiamo fatto una sosta dove abbiamo apprezzato il bel paesaggio sottostante (e i bambini anche un gustoso panino imbottito).

Lungo il percorso al gruppo si sono uniti altri escursionisti fino a raggiungere Gaggi, dove il profumo del bosco ha vinto su quello del mare. Insieme abbiamo consumato il pasto e grazie alla generosità delle "2 Silvine" abbiamo gustato i *gattafin* e una torta con le nocciole.

Siamo poi scesi a Montaretto, dove ci siamo riposati alla Casa del Popolo bevendo chi un caffè, chi una bibita.

Il 25 aprile l'escursione sarà certamente ancora più coinvolgente e stuzzicante, perché ai profumi del mare e del bosco si mescolerà un più insistente, diffuso e ... sostanzioso "Oudû de bun".

Carla

La camminata tra i sentieri

Diario dalle retrovie

Domenica 10 marzo un po' di persone e io abbiamo anticipato la camminata tra i sentieri che si farà poi il 25 aprile. Volontari di Montaretto, di Costella e di Bonassola hanno iniziato la camminata da Bonassola verso le ore 9 e c'erano anche parecchi bambini.

Io però ho iniziato il percorso aspettando di aggregarmi a loro alla Chiesa Rotta col mio zaino e i viveri dentro, due bastoni in mano come uno sciatore; ho iniziato la salita della "vignetta" abbastanza pimpante, ma a metà salita già sbuffavo come una locomotiva e non tiravo fuori la lingua per paura che me la beccassero gli uccelli che svolazzavano lì nella pineta. Arrancavo su tutta sudata e guardavo davanti a me le altre persone che mi davano un distacco vergognoso. Ero solo molto tranquillizzata dal fatto che c'era Monica col suo bambino di nome Mirco che gli facevano male i piedi, poverino, per via delle scarpe strette; e c'erano anche due ragazze più giù che si erano fermate a fare pipì. Quindi quattro camminatori erano ancora dietro di me, ma le due ragazze in men che non si dica mi sorpassarono come niente fosse; restai però sempre in testa a Monica e a Mirco e, a furia di sbuffare, per far coraggio a Mirco, raccontavo di quando andavo a scuola e quella strada la facevo tutti i giorni, anche col temporale. Arrivati a Pianpontasco, gli feci vedere anche dove abitavo e con grande gioia gli feci notare che finalmente eravamo arrivati sulla strada grande, che era tutta in pianura.

Nel frattempo Nanni, l'organizzatore della gita, si era fermato per vedere se arrivavamo o se ci eravamo persi. Poi ci incamminammo tutti e quattro insieme e Nanni iniziò una lezione di anatomia. Così chiacchierando e ridendo cercavamo di raggiungere la meta, ma incontrammo Andrea Solano di 6 anni solo, seduto sopra un sasso, stanco morto anche lui; nel frattempo arrivò Mauro con la vespetta, che diede un passaggio a Mirco, mentre io, Nanni, Monica e Andrea continuavamo la camminata insieme. Senonché Andrea, fatti pochi passi, si allungò per terra per riposarsi ancora un po'; allora Nanni e Monica fecero una "careghetta" intrecciando le mani insieme e trasportarono Andrea per un pezzo di strada. A me nel frattempo era venuta una fame da lupi; era già l'una e mi sentivo come una macchina che sta per finire il carburante; mangiai due o tre "creck" che mi diede Nanni e mi sentii un po' meglio.

Finalmente arrivammo alla meta; io comunque arrivai per ultima, quando erano già tutti seduti al fresco che mangiavano *gattafin*. Dopo esserci riposati abbiamo iniziato la ripida discesa verso Montaretto; allora mi misi in testa al gruppo, ma avevo delle scarpe che mi

facevano scivolare, così uno dopo l'altro mi sono passati tutti davanti e sono restata l'ultima della fila. Qualcuno si girava indietro per vedere se arrivavo, ma io procedevo lentamente, tanto premi in palio non ce n'erano: arrivare primi o ultimi aveva poca importanza. Importante è che era una bella giornata di sole e che è stata una gita in ottima compagnia, in mezzo alla vegetazione primaverile.

Adesso per la seconda camminata sui sentieri, che sarà il 25 aprile, ci ho già fatto un pensierino sopra, ma magari inizierò la camminata da Pianpontasco, così mi faccio la pianura e la discesa: l'importante è partecipare!

Voglio precisare che molte persone che hanno fatto la passeggiata in anticipo l'hanno fatto soprattutto perché non potranno venire il 25 aprile, in quanto impegnate a fare ottime torte e *gattafin*, e tante altre leccornie che saranno gustate quel giorno ad ogni tappa del percorso.

Renza

Piccole esplorazioni

Sentiero Bonassola-Levanto

Scernio si trova esattamente a metà strada del sentiero che da Bonassola porta a Levanto, arrampicandosi tra le case del Poggio e di Scernio e scendendo poi tra le rocce e le rare villette della Vallesanta.

Tempo di percorrenza: un'ora e un quarto circa.

Grado di difficoltà: nessuna.

Sentiero del Belvedere o Strada Romea

Parte dalle case di Scernio e corre subito in piano a tagliare, come una ferita, la collina di Scernio, Carvetta e Ronco. Ai lati di questo sentiero solo il verde e il profumo degli arbusti che sono rinati dopo il terribile incendio.

A metà strada, sopra il Ronco, devi fermarti a respirare Bonassola e ad abbracciarla tutta con lo sguardo. Belvedere, appunto! Poi si scende verso il paese, passando sul ponte romano di Panigà e la frazione Serra.

Tempo di percorrenza: mezz'ora circa.

Grado di difficoltà: nessuna.

Elisa

Oudö de bön - 25 aprile

Appello

Chi ha conoscenze sulla storia delle frazioni, e in particolare su cave e carbonaie, è pregato di mettersi urgentemente in contatto con Nanni Scarrà a Montaretto.