

COVID-19: ANCHE I SENTIERI SANNO ASPETTARE RESTIAMO A CASA

#LEMONTAGNESANNOASPETTARE

AFORISMA DEL GIORNO

“La montagna non è solo nevi e dirupi, creste, torrenti, laghi, pascoli.

La montagna è un modo di vivere la vita.

Un passo davanti all'altro,
silenzio tempo e misura.”

PAOLO COGNETTI

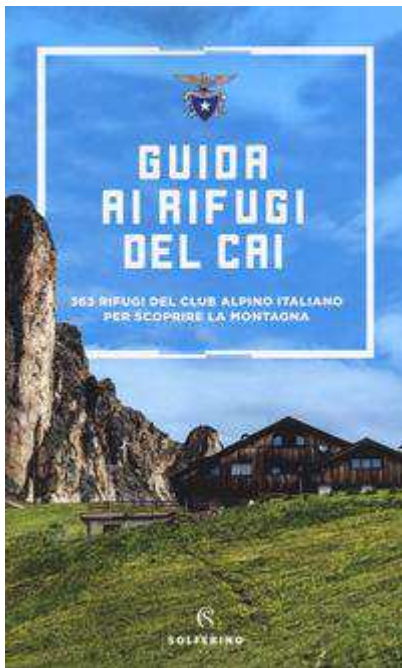


Il grande abbraccio del sentiero Italia Cai, il più lungo del mondo

Il National Geographic ha iniziato la pubblicazione in nove volumi del Sentiero Italia Cai.

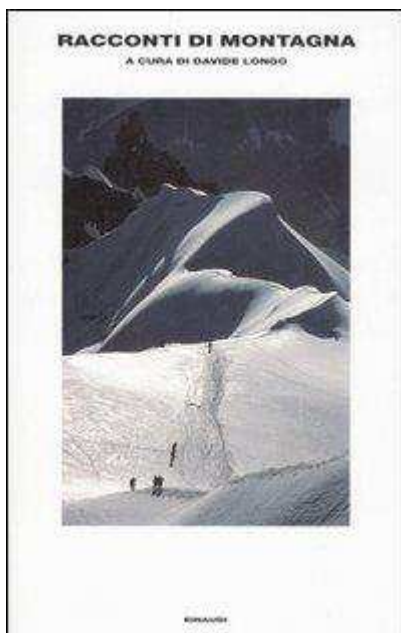
Già online è invece il sito www.sentieroitalia.cai.it

Narrare la montagna: scelti per voi



AA.VV Guida ai rifugi del Cai, Solferino – disponibile in eBook

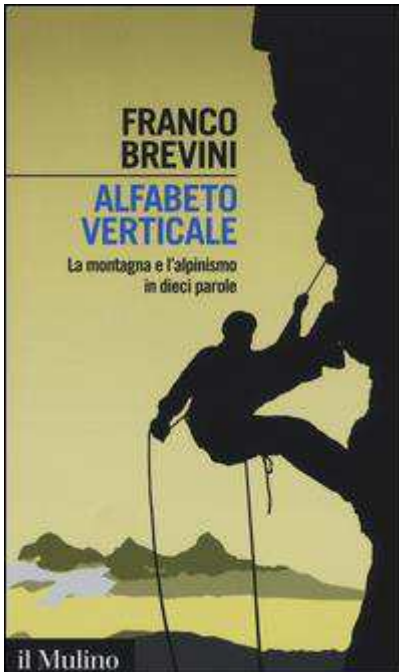
Nuova edizione della Guida ai Rifugi gestiti dal Club Alpino Italiano: oltre trecento schede illustrate e aggiornate, divise per aree geografiche, con un breve profilo storico e tutte le informazioni pratiche relative alla struttura. Un'opera unica e completa per chi ama la montagna, arricchita da approfondimenti sui cambiamenti climatici, il rapporto con l'ambiente e il rifugio inteso come presidio del territorio, impresa architettonica, momento poetico e sentimentale nella narrazione dell'alpinismo.



AA.VV Racconti di montagna a cura di Davide Longo, Einaudi

La lotta fra un uomo e un angelo, in un albergo di montagna. Un inverno trascorso sotto una valanga. Un amore finito sullo sfondo del Monte Fuji. E poi storie di neve e di guerra, di ghiacci artici e scoperte della libertà, di sinuosi corpi femminili sulle piste da sci. Come

recita il titolo del racconto di Fosco Maraini, "Quando salendo creavi un mondo", l'esperienza della montagna ha a che fare prima di tutto con un percorso interiore. Mentre il paesaggio si allarga, le pareti di roccia, la neve, i ghiacciai, l'esperienza stessa della salita obbliga l'uomo a un confronto con l'assoluto. La montagna diventa simbolo, una concretissima sfida contro i propri limiti, nell'isolamento dal mondo circostante l'ascesa si estremizza in asceti.



Franco Brevini, Alfabeto verticale: la montagna e l'alpinismo in dieci parole, Il Mulino

Da oltre due secoli l'alpinismo è una passione, uno svago, uno sport che conquista sempre più adepti. Cosa spinge tanti di noi ad affrontare rischi disagi e fatiche per salire le montagne? Franco Brevini in questo libro ha voluto rispondere raccontando e condividendo l'esperienza dell'alpinismo attraverso le dieci "voci" che a suo giudizio ne costituiscono l'essenza: un racconto coinvolgente fatto ad un tempo di ricordi personali, di riflessione, di storia. Altezza, Bufera, Immensità, Rischio sono le esperienze della dimensione verticale; Arrampicata, Ghiaccio, Scialpinismo le principali attività che si praticano in montagna; infine Dolomiti, Gran Paradiso e Tunu (Groenlandia) sono tre luoghi simbolo che hanno particolarmente segnato l'esperienza alpinistica, non solo dell'autore.



Roberto Casati, La lezione del freddo, Einaudi

Il giorno in cui la famiglia trasloca nel New Hampshire, davanti agli occhi si apre un incanto: la casa è immacolata, le doghe di legno percorse dalle ombre del bosco, il tetto verniciato di un azzurro fiabesco. L'estate caldissima sembra non voler mai terminare, ma le allusioni misteriose nelle conversazioni con i vicini e i colleghi fanno presagire una minaccia. In un batter d'occhio arriva la neve, il grande fiume è già ghiacciato, bisogna attrezzarsi: le bambine e il cane ammirano in silenzio lo spettacolo bianco in cui vivranno per un anno. Tra sputaneve elettrici e cataste di legna, orsi nel giardino e incendi divampati nella canna fumaria, piste di fondo oniriche e impronte calcate nel bianco per essere certi di ritrovare la strada, la grande scoperta è che il gelo può diventare un membro della famiglia, una lente d'ingrandimento, un modo di sentire. L'esperienza quotidiana del freddo è un'avventura estrema, a cui non siamo più abituati e che potrà sorprenderci come una possente rivelazione



Alex Cittadella, Breve storia delle Alpi tra clima e meteorologia, Cai-F. Angeli

Alpi, clima, meteorologia. È da questi termini che bisogna partire per scoprire le relazioni tra ambiente alpino, uomo e variabili climatiche nel corso del tempo. L'arco cronologico di riferimento va dal Medioevo alla Prima guerra mondiale con accenni anche all'età antica. Uno sguardo a volo di uccello con l'obiettivo di fornire spunti mirati per un quadro d'insieme sull'emergere della questione climatica nel contesto alpino. L'attraversamento delle Alpi da parte di Annibale costituisce il punto di partenza per inoltrarsi in un percorso plurisecolare di approccio alle terre alte che, fattosi più intenso nei secoli del basso Medioevo, diviene essenziale per comprendere la storia dell'Europa a partire dal Cinquecento. Dopo una riflessione sulle dinamiche caratterizzanti la scoperta delle Alpi dal punto di vista ambientale, meteorologico e climatico attuata nel Seicento, la narrazione indaga la ridefinizione del mondo della montagna attuata dai filosofi settecenteschi e dai tecnici militari napoleonici e austriaci. Per poi proseguire con un'analisi degli studi prodotti in epoca positivista, con maggiore attenzione all'avvio delle osservazioni meteorologiche sistematiche, alla fondazione degli osservatori lungo tutto l'arco alpino nonché all'azione congiunta di enti nazionali (tra cui il Club Alpino Italiano) e sovranazionali per lo studio del clima. Un ultimo approfondimento tematico analizza la connessione fra Grande guerra e ambiente alpino nella sua accezione prevalentemente climatica.



Paolo Cognetti, *Le otto montagne*, Einaudi disponibile in eBook

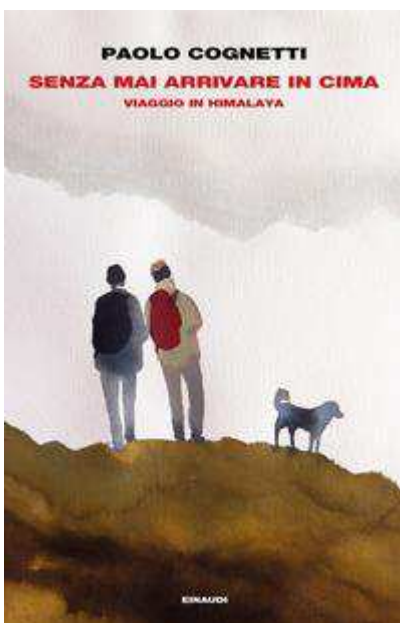
Pietro è un ragazzino di città. La madre lavora in un consultorio di periferia, farsi carico degli altri è il suo talento. Il padre è un chimico, un solitario, e torna a casa ogni sera carico di rabbia. Ma sono uniti da una passione comune, fondativa: in montagna si sono conosciuti, innamorati, si sono addirittura sposati ai piedi delle Tre Cime di Lavaredo. La montagna li ha uniti da sempre, anche nella tragedia, e l'orizzonte lineare di Milano li riempie ora di rimpianto e nostalgia. Quando scoprono il paesino di Graines sentono di aver trovato il posto giusto: Pietro trascorrerà tutte le estati in quella Val d'Ayas "chiusa a monte da creste grigio ferro e a valle da una rupe che ne ostacola l'accesso" ma attraversata da un torrente che lo incanta dal primo momento. E lì, ad aspettarlo, c'è Bruno, capelli biondo canapa e collo bruciato dal sole: ha la sua stessa età ma si occupa del pascolo delle vacche. Sono estati di esplorazioni e scoperte, tra le case abbandonate, il mulino e i sentieri più aspri.

Sono gli anni in cui Pietro inizia a camminare con suo padre, "la cosa più simile a un'educazione che io abbia ricevuto da lui". La montagna è un sapere, un modo di respirare, il suo vero lascito: "Eccola lì, la mia eredità: una parete di roccia, neve, un mucchio di sassi squadrati, un pino"..



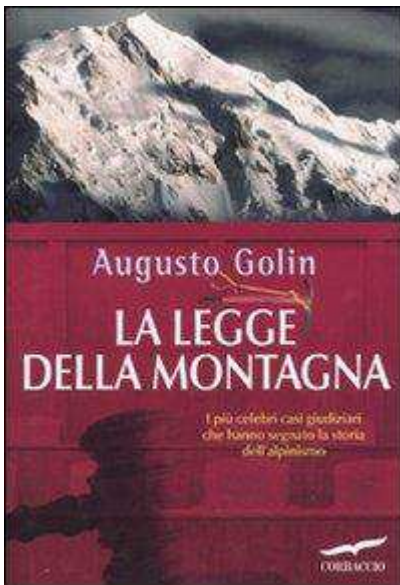
Paolo Cognetti, *Il ragazzo selvatico* (Quaderno di montagna), Einaudi disponibile in eBook

Trent'anni, un inverno difficile e la sensazione di non andare da nessuna parte: "mi sentivo senza forze, sperduto e sfiduciato. Soprattutto non scrivevo, che per me è come non dormire o non mangiare". Nasce da qui la decisione di lasciare Milano per trasferirsi in una baita di montagna a duemila metri, nella speranza di fare i conti con il passato e ricominciare a scrivere.



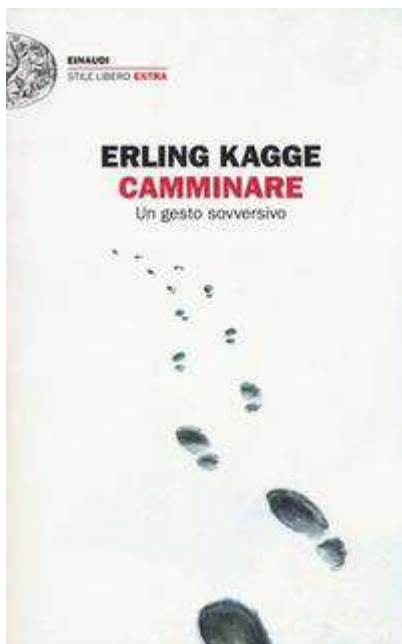
Paolo Cognetti, Senza mai arrivare in cima, Einaudi disponibile in eBook

Che cos'è l'andare in montagna senza la conquista della cima? Un atto di non violenza, un desiderio di comprensione, un girare intorno al senso del proprio camminare. Questo libro è un taccuino di viaggio, ma anche il racconto illustrato, caldo, dettagliato, di come vacillano le certezze col mal di montagna, di come si dialoga con un cane tibetano, di come il paesaggio diventa trama del corpo e dello spirito. Perché l'Himalaya non è una terra in cui addentrarsi alla leggera: è una montagna viva, abitata, usata, a volte subita, molto lontana dalla nostra. Per affrontarla serve una vera spedizione, con guide, portatori, muli, un campo da montare ogni sera e smontare ogni mattina, e soprattutto buoni compagni di viaggio. Se è vero che in montagna si cammina da soli, anche quando si cammina con qualcuno, il senso di lontananza e di esplorazione rinsalda le amicizie. Le notti infinite in tenda con Nicola, l'assoluta magnificenza della montagna contemplata con Remigio, il saliscendi del cammino in alta quota, l'alterità dei luoghi e delle persone incontrate.



Augusto Golin, La legge della montagna: i più celebri casi giudiziari che hanno segnato la storia dell'alpinismo, Corbaccio

C'è un lato oscuro nella storia dell'alpinismo, un lato poco noto ma che spesso è avvincente quanto il racconto delle grandi salite, e consiste nel resoconto degli strascichi giudiziari di tante fra le imprese più eroiche e gloriose. A partire dall'alba dell'alpinismo moderno, che nasce convenzionalmente nel 1786 con la salita sul Monte Bianco del cercatore di cristalli Balmat e del medico condotto Paccard, su invito dello scienziato De Saussure che aveva promesso un premio a chi per primo avesse conquistato una vetta considerata inviolabile. Balmat riuscì ad assicurarsi il merito della salita (e il premio) e Paccard gli fece causa. Un secolo dopo, Whymper conquistò il Cervino e anche lui finì in tribunale con l'accusa di aver tagliato una corda in discesa provocando la morte dei suoi compagni. Più note le vicende della spedizione italiana che portò alla conquista del K2 nel 1954, con Compagnoni, Bonatti e il CAI impegnati per anni in tribunale, così come, del resto, Hermann Buhl che nel 1953 aveva fatto la prima salita al Nanga Parbat e come Reinhold Messner nel 1970 sempre per il Nanga Parbat.



Erling Kagge, Camminare: un gesto sovversivo, Einaudi

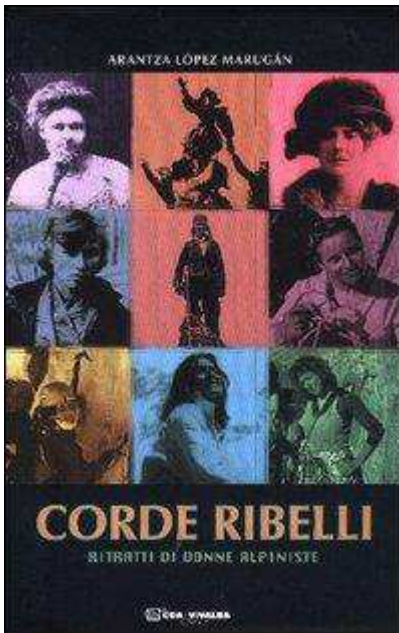
Camminare è diventato un gesto sovversivo. Non serve essere atleti professionisti, aver scalato l'Everest o raggiunto il Polo Nord, come Erling Kagge. La rivoluzione è alla portata di chiunque. Basta decidere di rinunciare a qualche comodità e spostarsi a piedi ogni volta che è possibile. Anche in città, anche nel quotidiano. Sottrarsi alla tirannia della velocità significa dilatare la meraviglia di ogni istante e restituire intensità alla vita. Chi cammina gode di migliore salute, ha una memoria più efficiente, è più creativo. Soprattutto, chi cammina sa far tesoro del silenzio e trasformare la più semplice esperienza in un'avventura indimenticabile.



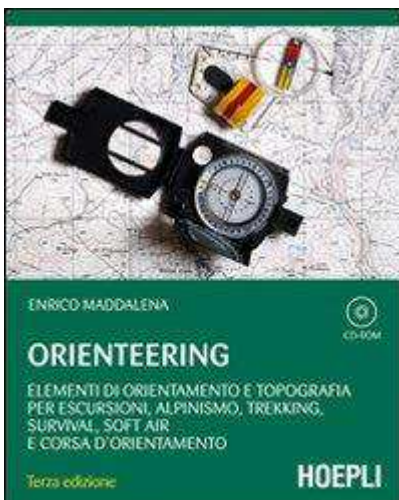
Erlin Kagge, Il silenzio: uno spazio dell'anima, Einaudi

In media, perdiamo la concentrazione ogni otto secondi: la distrazione è ormai uno stile di vita, l'intrattenimento perpetuo un'abitudine. E quando incontriamo il silenzio, lo viviamo come un'anomalia; invece di apprezzarlo, ci sentiamo a disagio. Kagge, al contrario, del silenzio ha fatto una scelta. Nei mesi trascorsi nell'Artide, al Polo Sud o in cima all'Everest,

ha imparato a fare propri gli spazi e i ritmi della natura, e a immergersi in un silenzio interiore, oltre che esteriore: un immenso tesoro e una fonte di rigenerazione che tutti possediamo a cui è però difficile attingere, immersi come siamo dal frastuono della vita quotidiana. Ma che cos'è il silenzio? Dove lo si trova? E perché oggi è più importante che mai? Queste sono le tre domande che l'autore si pone e 33 sono le possibili risposte che offre. 33 riflessioni scaturite da esperienze, incontri e letture diverse, e tutte animate da un'unica certezza: che il silenzio sia la chiave per comprendere più a fondo la vita.



Arantza Lopez Marugan, Corde ribelli: ritratti di donne alpiniste, CDA & Vivalda



Enrico Maddalena, Orienteering: elementi di orientamento e topografia per escursioni, alpinismo, trekking, survival, soft air e corsa d'orientamento, Hoepli

Destinato a chi si muove in ambiente naturale, questo volume, giunto alla terza edizione, approfondisce le diverse tecniche di orientamento, da quelle classiche all'uso del GPS, al rilievo cartografico per la produzione di mappe di piccoli e grandi spazi. Una parte è inoltre dedicata all'orienteeering come sport agonistico, disciplina che consiste nel raggiungere nel più breve tempo possibile una serie di punti di controllo, con l'ausilio di carta e bussola. In

ogni capitolo inoltre, sono proposti numerosi esercizi, di cui è fornita la soluzione. Al testo sono infine allegati: due carte topografiche sulle quali svolgere gli esercizi; un lucido che contiene un goniometro, un coordinatometro e diversi scalimetri; un utile CD-ROM, nel quale apposite animazioni interattive spiegano le varie tecniche e tattiche e l'uso degli strumenti, con l'aiuto di validi fogli di calcolo per risolvere senza fatica anche i più complessi problemi topografici.



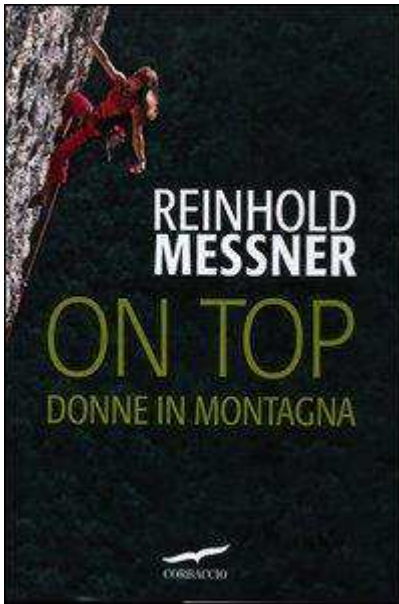
Luca Mercalli, Non c'è più tempo, Einaudi

Siamo un pezzo di natura, lo dice la scienza ecologica, e se la natura si degrada anche noi facciamo la stessa fine. Partiamo da dove posiamo i nostri piedi. Ogni secondo in Italia spariscono sotto cemento e asfalto 2 metri quadrati di suolo. Eppure il suolo è la nostra assicurazione sul futuro, per produrre cibo, per filtrare l'acqua, proteggerci dalle alluvioni, immagazzinare CO2. La sua perdita irreversibile è un grave danno per noi e per figli e nipoti. Tanto più in epoca di riscaldamento globale che, inducendo fenomeni meteorologici estremi - alluvioni, siccità, ritiro dei ghiacciai e aumento dei livelli marini - minaccia il benessere dei nostri figli e nipoti. Eppure ci sono molti modi per risparmiare energia evitando di aggravare l'inquinamento atmosferico o per non sprecare inutilmente le risorse naturali che scarseggiano, mettendo a rischio il futuro. Mercalli lo dice e lo scrive da oltre vent'anni, e propone qui un compendio di riflessioni, prendendo lezioni di metodo e di vita da Primo Levi



Reinhold Messner, *L'assassinio dell'impossibile: grandi scalatori di tutto il mondo discutono sui confini dell'alpinismo*, Rizzoli

L'idea di questo libro, come spesso accade, si è presentata ai curatori quasi per caso: in occasione di un appuntamento in centro a Milano in cui, mentre facevano il punto su possibili future collaborazioni per il Trento Film Festival, sono emersi i ricordi di fatti e aneddoti personali relativi al Sessantotto e alla contestazione giovanile. Vista la comune passione per l'alpinismo, il collegamento con il cinquantenario del famoso articolo di Reinhold Messner su "L'assassinio dell'impossibile" è stato automatico. E, in un divertito gioco al rilancio, dall'idea di una serata al Festival dello stesso Messner che collegasse il suo '68 a quello di un'intera generazione, si è arrivati a immaginare di chiedere ai migliori scalatori cosa rimanga dell'impossibile. Un progetto immediatamente sposato da Reinhold Messner e dalla Rizzoli. Reinhold stesso ha poi deciso di partecipare in prima persona e di far diventare suo il libro aggiungendovi molto di più di quel suo articolo di 50 anni fa, rivisto e commentato. Ha infatti messo mano ad altri scritti con i quali aveva portato avanti la discussione per perorare l'apertura verso l'alto della scala delle difficoltà. A cominciare da quello sul settimo grado, poi divenuto la base del famoso - e ormai introvabile - libro, dal quale Messner ha ora ripreso e riscritto gran parte dei capitoli e che permettono di ricostruire l'evoluzione del suo pensiero attraverso il suo stesso agire di giovane alpinista innamorato del mondo verticale. Sono lavori atualizzati nel tempo, fino a inserire anche la questione dell'ossigeno sugli Ottomila nell'ampia problematica dell'etica, o, per meglio dire, di un alpinismo non dei numeri. Il progetto si è poi impreziosito grazie all'entusiasmo e alla partecipazione di molti dei più grandi alpinisti e arrampicatori, che hanno contribuito con riflessioni di grande interesse, partendo dai più vari spunti e punti di vista. Un totale di 42 contributi provenienti da ogni area del mondo in cui si pratica alpinismo e ogni genere di arrampicata ai massimi livelli, alla ricerca di sempre nuove impossibili vie, che consentano a tutti i "conquistatori dell'inutile" di trovare la propria avventura e di riconoscere i propri limiti per il gusto di poterli infrangere o ricreare, a piacimento..." (Dalla prefazione di Luca Calvi e Sandro Filippini)

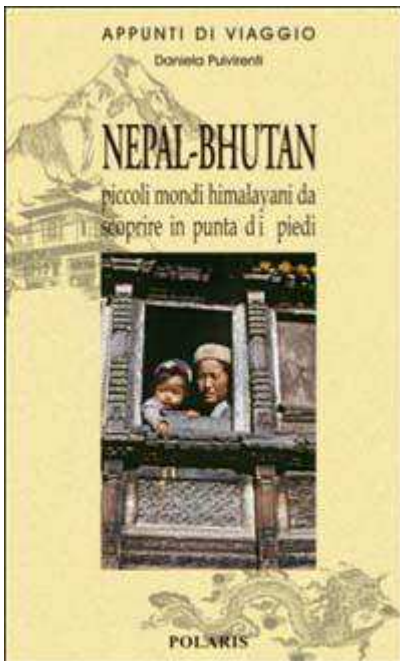


Reinhold Messner, On Top donne in montagna, Corbaccio

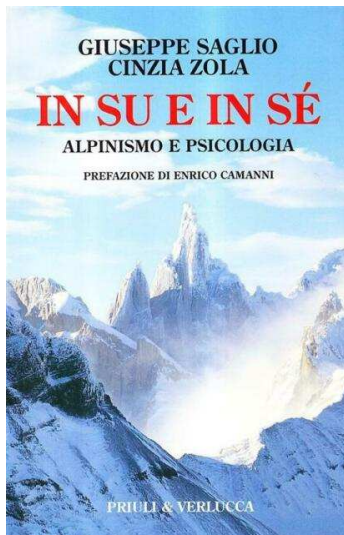
“La donna è la rovina dell'alpinismo” così nel 1911 sentenziava ironico Paul Preus, il filosofo fra gli arrampicatori liberi. Cento anni più tardi, l'emancipazione femminile si è fatta strada fin lassù, mentre la competizione fra le alpiniste d'alta quota per i quattordici ottomila fa notizia sui giornali. Tanto discussa è stata la gara degli uomini sulle più alte montagne della Terra - record di altezza, speed climb, Seven Summits e i quattordici ottomila -, altrettanto illuminante è la concorrenza fra le donne. I media tendono a metterle in competizione, e a discutere animatamente le loro motivazioni, stile e addirittura morale. Da Hettie Dyhrenfurth fino a Lynn Hill che realizza ciò che nessun uomo prima di lei è mai riuscito a compiere; da Wanda Rutkiewicz ad Angelika Rainer; da Junko Tabei, la prima donna sulla vetta dell'Everest, fino ai vertici di oggi rappresentati da Gerlinde Kaltenbrunner, Nives Meroi, Edurne Pasaban e Oh Eun-Sun, Messner racconta le migliori alpiniste d'alta quota fino al momento in cui una di loro raggiunge per prima il traguardo dei quattordici ottomila. Ma ben più affascinanti delle vittorie sono per l'autore la naturalezza e la presenza fisica con le quali nel corso degli ultimi cento anni, le alpiniste hanno occupato, passo dopo passo, il territorio dominato dal potere degli uomini al di sopra degli ottomila metri.



Alessandro Pastore, Alpinismo e storia d'Italia: dall'Unità alla Resistenza, Il Mulino



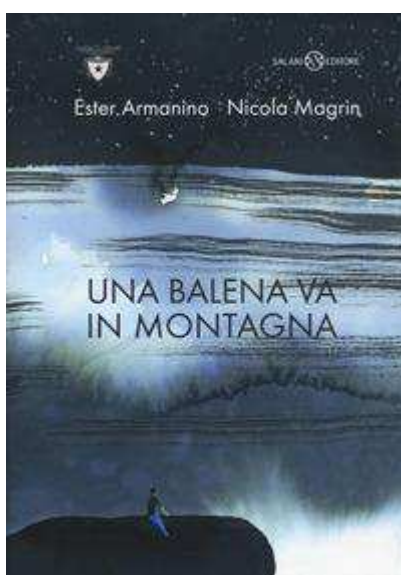
Daniela Pulvirenti, Nepal-Bhutan : piccoli mondi himalayani da scoprire in punta di piedi, Polaris



Giuseppe Saglio, Cinzia Zola, prefazione di Enrico Camanni, In su e in sé: alpinismo e psicologia, Priuli & Verlucca

L'alpinismo si rivolge essenzialmente all'andare in su, la psicologia si interessa prevalentemente dell'essere in sé. In su significa in alto. Seguire un percorso di verticalità, raggiungere una cima, ma significa anche essere su, provare uno stato di euforia, come si può verificare anche durante un'ascensione. In sé significa raggiungere una condizione di equilibrio psichico e di contenimento emotivo, ma significa anche ritrovare la strada dell'introspezione, individuare la correlazione tra esterno e interno, riconoscere la propria condizione e il proprio mondo intrapsichico attraverso un'esperienza nel mondo circostante.

Per bambini e ragazzi



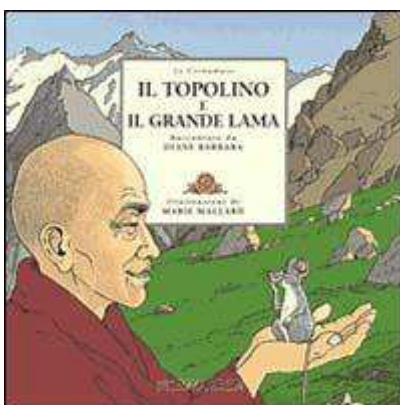
Ester Armanino, Nicola Magrin Una balena va in montagna, Salani in collaborazione con il Cai (Club Alpino Italiano)

Niska è una balena curiosa. Da sempre si chiede da dove proviene l'acqua del mare. Un bambino vive tra i boschi e il mare non l'ha mai visto. Le strade dei due si incontrano quando Niska, raggiunte le vette, rimane incastrata vicino alla baita del bambino. Grazie alle sue lacrime comincerà il viaggio che cambierà la vita di entrambi.



Luca Azzolini, La strada più pericolosa del mondo: una storia vera, Einaudi Ragazzi

Sareste disposti ad affrontare la strada più pericolosa del mondo pur di andare a scuola? Questa è la storia vera di tre ragazzini e dell'incredibile viaggio che devono compiere. Arun ha solo sette anni, Waman dieci e Manjula dodici. Sono nati in una delle più sperdute valli del Kashmir, nell'estremo nord fra India, Pakistan e Cina. E hanno un sogno: andare a scuola... Per realizzarlo devono percorrere più di cento chilometri a piedi, immersi in una terra selvaggia e ostile, a quattromila metri di altezza. Fra ghiacciai eterni e gelidi fiumi in piena, venti artici, voragini e sfide oltre l'umano, affronteranno la misteriosa ciadar: la strada più pericolosa del mondo. Un luogo in cui nulla è come sembra, e dove in gioco c'è sempre la vita



Diane Barbara, Il topolino e il grande Lama, Motta Junior



Katja Centomo, In fondo al crepaccio: cronaca di un soccorso impossibile, Einaudi Ragazzi

Trovare in vita Brigitte, dispersa sul ghiacciaio, è quasi impossibile: nessuno sa dove sia, e due notti, a 4.000 metri di quota senza un riparo, non lasciano scampo. Eppure una piccola possibilità, una minuscola speranza esiste. Benché stremati da giorni di inutili ricerche, gli uomini del Soccorso alpino partono ancora una volta, mettendo a rischio la propria vita



Luca Mercalli, Uffa che caldo! Come sarà il clima del futuro? E come possiamo limitare i danni? ElectaKids

Per effetto delle nostre azioni quotidiane - spreco di risorse naturali, iperconsumo di energia fossile, inquinamento ambientale - la Terra si sta surriscaldando e questo renderà la vita molto più difficile da qui al 2100. Siamo noi le prime vittime della nostra disattenzione. Cosa possiamo fare per evitarlo? Dobbiamo produrre meno rifiuti, utilizzare energie rinnovabili, ridurre i consumi e gli sprechi, usare mezzi di trasporto non inquinanti e molto altro

Lorenzo Revojera, L'alpinismo raccontato ai ragazzi, Editrice Ancora con il patrocinio del Cai (Club Alpino Italiano)



Maddalena Schiavo – Laura Zani, Ssss, il silenzio !, Edizioni Storie cucite

Cos'è? Dove si trova il silenzio? Se tendi le orecchie e aguzzi la vista lo senti, lo vedi, lo puoi anche toccare. Il silenzio sta sotto, sta sopra e dentro di te! Un testo lieve e delicato fatto di immagini poetiche e suggestive con cui l'autore dà forma a una parola dal significato impalpabile e sfuggente, silenzio