

**IL LIBRO**

**Paolo Morelli**  
**“Vagare nella natura**  
**è un antidepressivo”**

ANNARITA BRIGANTI A PAGINA XIII

**Paolo Morelli.** In “Vademecum per perdersi in montagna” racconta come ci si può allontanare dalla vita metropolitana

# “Vagare nella natura è un antidepressivo”

ANNARITA BRIGANTI

**Q**UEST'ESTATE, tutti sui monti, almeno per quanta riguarda le letture. Sulla scia del neo Premio Strega Paolo Cognetti, nell'ambito di una tradizione che ha visto scrittori alpinisti del calibro di Erri De Luca e Mauro Corona, c'è una rinascita di questo tipo di narrazione, nella quale s'inserisce il *Vademecum per perdersi in montagna* (**nottetempo**), di Paolo Morelli. L'opera, esordio dell'autore, che poi ha pubblicato una decina di altri libri, è stata appena ristampata dalla casa editrice milanese, dopo un successo che dura da 14 anni. Il volume, diviso in due parti - “Attrezzi per vagabondaggi a piacere” e “Compagni! (piccola guida agli incontri di montagna)” - racconta un turismo non di massa, ma neanche esasperato come l'alpinismo o di lotta o come l'ambientalismo, attraverso numerose parole chiave. S'inizia con “agilità”, che può essere compensata da esercizi di respirazione, e si finisce con le “zecche”, che pare perseguitino i viaggiatori d'alta quota. Ricordando di mettere nello zaino solo lo spazzolino da denti e i vestiti pesanti.

**Morelli, qual è il senso del suo “Vademecum”?**

«C'è la necessità di pensare in modo meno compulsivo. In montagna impari a rinunciare, se le condizioni atmosferiche non sono favorevoli, capisci che non ti devi fissare sull'obiettivo, come invece facciamo nella vita metropolitana. Il carattere è il peso più inutile che ci portiamo dietro. La nostra indole può diventare una zavorra. Per perdersi intendo non solo il vagabondare in mezzo alla natura, ma anche lasciare la mente libera d'inseguire le proprie divagazioni, senza costrizioni».

**Lei, da Roma, come si è avvicinato alla montagna estrema, fuori dai soliti circuiti turistici?**

«L'innamoramento per la montagna è nato quando ho iniziato a prendere sul serio la scrittura, essendo entrambe facce della stessa medaglia. La natura fornisce gli spunti che poi alimenteranno il racconto. La stessa narrazione è un cammino, una scalata. Vago tra i monti da solo, amo la Majella, in Abruzzo, e non mi porterei mai dietro il telefonino, che non posseggo neanche. Come ha fatto notare Reinhold Messner, gli incidenti, da quando ci sono i cellulari, sono aumentati del 200%. Pochi giorni fa, due



**IL VOLUME**

“Vademecum per perdersi in montagna” è il primo libro di Paolo Morelli, appena ristampato da **nottetempo** dopo un successo che dura da quattordici anni

escursionisti hanno chiamato l'elicottero dei soccorsi solo perché si sentivano stanchi».

**Nel suo testo lei esorcizza la morte, parlandone spesso. Quand'è che se l'è vista peggio?**

«Quando mia moglie, in un'arrampicata che stavamo facendo insieme, è precipitata per centinaia di metri. È stato un miracolo il fatto che si sia salvata, riuscendo ad assecondare la caduta, ammorbidendola. Affidarsi a quello che succede, invece di spaventarsi, è la lezione più importante che ho imparato in montagna. Non bisogna avere paura di niente, ma un sano timore reverenziale verso le cose che sono più grandi di noi».

**Perché è riscoppiata la passione per questo tema e per questo modo di passare il tempo libero?**

«La montagna è meglio degli antidepressivi, è una terapia, che ti aiuta a ritrovare il gusto della vita. Se tutti la frequentassero, gli studi degli psicoanalisti sarebbero deserti. Il mio momento preferito è quando distribuisco il miele e le carote agli orsi. Spargo il liquido sul terreno, per nutrirli dopo il letargo, dal quale si risvegliano sempre smagriti. Ho capito una cosa: gli animali selvatici compiono gesti inconsulti solo davanti ai codardi».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



**IL CONSIGLIO**

Non bisogna essere  
ossessionati dagli  
obiettivi, ma lasciare la  
mente libera di seguire  
le proprie divagazioni

