

La vecchia casa di cura, il sentiero dei filosofi e la moderna via crucis della natura

Oltre cento anni fa il medico Adolf Keller scelse il paesaggio di Cademario per realizzare la sua visione di una casa di cura in un luogo molto soleggiato, dove fosse possibile fare movimento nella natura. Ancora oggi è un posto ideale per fare rilassanti escursioni e, nel contempo, ammirare cosa è stato intrapreso negli ultimi anni con l'aiuto del FSP al fine di valorizzare il paesaggio rurale tradizionale. Siamo andati sulle tracce del pioniere delle cure naturali accompagnati da Carlo Scheggia, che ha lavorato a lungo come forestale del Malcantone.

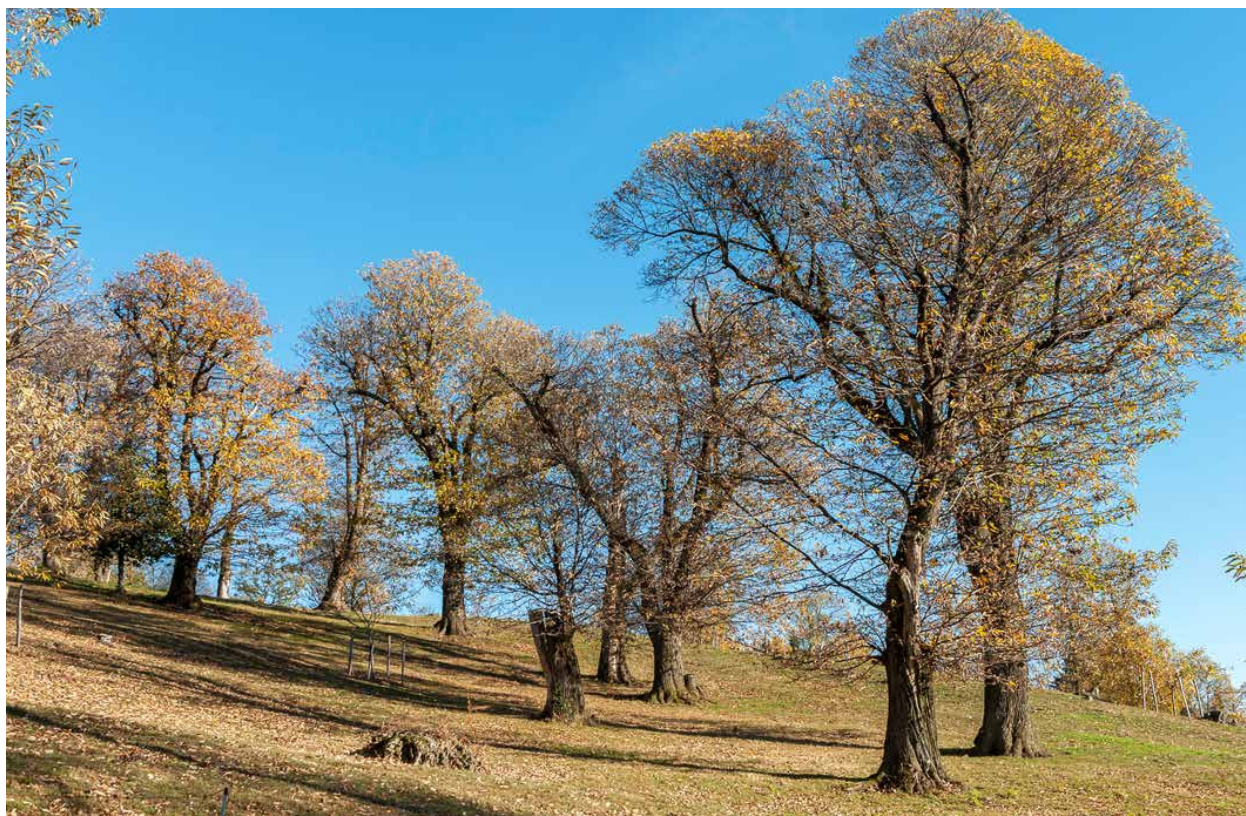
«Deve pur esserci in Svizzera un luogo dove è possibile gestire una casa di cura aperta tutto l'anno». Con questo desiderio, attorno al 1910, il medico zurighese Adolf Keller si mise alla ricerca di un posto dove realizzare il «suo» sanatorio al Sud delle Alpi. Il sanatorio «Naturheilanstalt Fellenberg», che Keller dirigeva a Erlenbach, doveva chiudere durante i mesi invernali. Nel soleggiato Ticino egli sperava di trovare un luogo in cui fosse possibile proporre, su tutto l'arco dell'anno, soggiorni curativi basati su un'alimentazione sana e molto movimento all'aria aperta. Come scrisse più tardi, in quel periodo durante le vacanze fece ricerche approfondite, visitando molti bei posti, ma i «se» e i «ma» finivano sempre per ostacolare il suo sogno.

La casa di cura edificata alla fine del mondo

Dopo aver tentato di acquistare un terreno a Locarno, sul Monte Verità di Ascona e nella regione di Lugano, Adolf Keller trovò ciò che cercava: durante un'escursione sulla Collina d'Oro un accompagnatore gli indicò

Cademario spiegandogli che «lassù è il luogo più soleggiato di tutta la regione». Per il giovane medico, che nella sua dissertazione aveva attribuito una grande importanza alla luce del sole per la salute e si era specializzato in Germania con un pioniere della naturopatia, questa era un'informazione interessante. Il giorno successivo il dottor Keller salì a Cademario. E mentre ammirava la splendida vista e la magnifica regione, non finendo di meravigliarsi, decise che quello era il posto giusto.

Un bosco di 42 000 metri quadrati per la fase iniziale, acquistato con non poche difficoltà da 26 diversi proprietari, situato sopra il villaggio di 350 abitanti, allora senza strada di accesso e in seguito raggiungibile dalla più vicina stazione ferroviaria solo con un viaggio in carrozza di quasi due ore su una ripida strada di montagna – quello avrebbe dovuto essere «il posto giusto» per una casa di cura? «A quell'epoca Adolf Keller costruì una casa di cura letteralmente alla fine del mondo», si può leggere nella tesi di dottorato che Martin Aegerter scrisse nel 1997 sul pioniere del-



lo stile di vita e delle cure secondo natura. Adolf Keller era una persona molto dinamica che incitava anche gli ospiti della casa di cura a fare regolarmente movimento all'aria aperta, gite ed escursioni in montagna. Questo non solo per motivi di salute, ma perché «chi va a piedi può ammirare il paesaggio e la flora.»

Un rifugio per le vecchie varietà di castagni

Ancora oggi i dintorni del Kurhaus Cademario, costruito nel 1914 e nel frattempo trasformato in un lussuoso albergo wellness, offrono molte opportunità per scoprire il territorio: dalla «Via Kurhaus» parte una strada forestale, costruita durante la Seconda guerra mondiale dagli internati polacchi, che conduce all'Alpe Agra. Qui, sul Monte Cervello, nel frattempo invaso dalla vegetazione, e in due altri luoghi, in passato in giorni diversi della settimana si svolgeva la ginnastica mattutina che Adolf Keller condusse personalmente fino a tarda età, accompagnata da canti e allegria. Lungo il percorso si trova un ampio pascolo ricco di castagni imponenti in parte vecchi, ma anche relati-

vamente giovani. Su una tavola informativa sono elencate circa 50 varietà locali di castagno, che crescono in questo «frutteto di conservazione». Essi sono stati inventariati nell'ambito del Piano d'azione nazionale per la conservazione e l'uso sostenibile delle risorse fitogenetiche per l'alimentazione e l'agricoltura (PAN-RFGAA) e sono conservati qui per il futuro.

Ginnastica mattutina sull'Alpe Agra (1945)



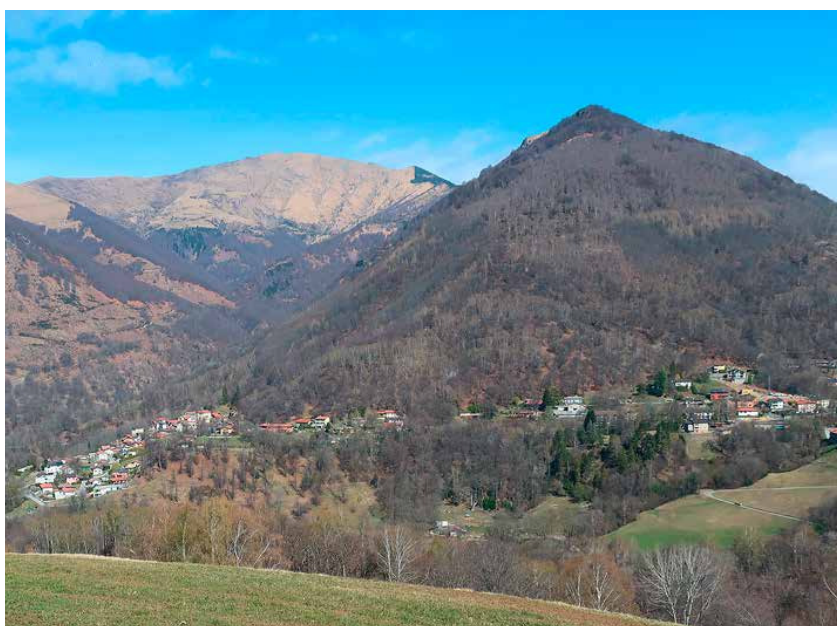


L'impressionante frutteto primario è stato creato nel 2011 nell'ambito del ripristino della selva castanile Squillin. La prima tappa di questo progetto del Patriziato di Cademario era stata finanziata per metà dal FSP a partire dal 2004. Poiché il risultato dei lavori è stato accolto molto bene dalla popolazione, nel quadro di una nuova fase la selva è stata ampliata e sono inoltre stati valorizzati un bosco misto di latifoglie e un querceto. Il FSP ha stanziato complessivamente circa 80 000 franchi per questa selva modello.

«Grazie a progetti di questo genere le persone hanno riscoperto la bellezza e l'importanza della castanicoltura», afferma Carlo Scheggia, che per tre decenni, fino al suo recente pensionamento, ha dato un contributo significativo al recupero di oltre 100 ettari di selve nel suo circondario forestale nel Malcantone.

Protezione della natura e agricoltura in armonia

Proseguendo a piedi per mezz'ora, a un'altitudine di 935 metri s.l.m., si raggiunge l'Alpe Agra, situata su una grande radura piuttosto piatta, circondata da boschi misti di latifoglie. Nell'area agricola sfruttata a pascolo, oggi riserva naturale, si possono scorgere due laghetti che costituiscono il nucleo di un sito di riproduzione degli anfibi d'importanza nazionale. Qui vive il tritone crestato, che figura sulla Lista Rossa degli anfibi minacciati in Svizzera come «minacciato». L'Alpe Agra non è lontana dalla Croce di Arosio. Il punto panoramico offre una vista spettacolare sulla catena montuosa e sui villaggi dell'Alto Malcantone. Anche da lontano si possono individuare qua e là selve castanili rade perché ben gestite. Dietro a una collina vicino ad Arosio si nasconde la Selva Induno, dove, su una superficie di cinque ettari, nel 1994 è stato realizzato il primo progetto di recupero di una selva castanile, che era stato sostenuto dal FSP ed ebbe un successo tale da essere contagioso.



Oggi in Ticino e nelle valli del Grigioni italiano 450 ettari di selve castanili recuperate sono di nuovo gestiti in modo sostenibile. Carlo Scheggia attribuisce questo successo a due fattori: «alla rete di persone impegnate nella regione e alla fiducia che il FSP ha riposto sin dall'inizio nei promotori dei progetti di selve». All'inizio tra la popolazione locale c'era anche chi era scettico: soprattutto le persone anziane non volevano che venissero loro ricordati i tempi in cui le selve castanili erano ancora sinonimo di estrema povertà, duro lavoro, fame e stenti.

Prezioso per la biodiversità e per il turismo

Però questi sono tempi passati. La ripresa della castanicoltura è stata coronata dal successo. Grazie ai pagamenti diretti in agricoltura, le selve recuperate sono gestite da agricoltori interessati e questo va anche a favore della biodiversità. Oggi si raccolgono annualmente 60-70, ma si potrebbe vendere facilmente a scopi culinari un quantitativo da tre a quattro volte superiore. Anche il turismo ha scoperto il castagno quale simpatico mezzo pubblicitario, come testimoniato ad esempio dal circolare «Sentiero del castagno», che passa anche dalla gra (o metato) di Vezio, tuttora utilizzata per l'essiccazione delle castagne.

Noi invece torniamo verso Cademario. Anziché passare dal paesaggio aperto dell'Alpe Agra, attraversiamo il versante boscato scendendo in direzione del fiume Magliasina. Tra gli alti alberi di tanto in tanto si aprono finestre ottenute da piccoli tagli, che consentono di osservare i villaggi di Fescoggia e Breno sul versante opposto, come pure selve ripristinate, prati e pascoli da cui sono stati rimossi i cespugli: elementi realizzati con successo nell'ambito del grande «Progetto Paesaggio Alto Malcantone», sostenuto dal FSP dal 2014 con complessivamente 300 000 franchi e che comprende svariati interventi.

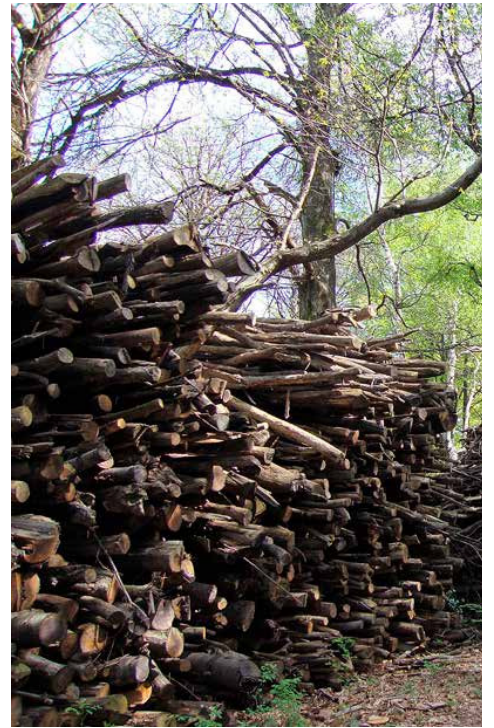
Il misterioso Sentiero dei filosofi

Giunti a un incrocio, sette diversi cartelli indicano tre direzioni: quelli ufficiali in giallo le destinazioni più vicine, uno colorato il percorso fitness di una società di assicurazioni e un altro, incolore e poco appariscente, il «Sentiero dei filosofi». Il sentiero tra Arosio e Cademario è consigliato da Auto-

Postale Svizzera come meta escursionistica per chi è «alla ricerca di quiete e relax», ammettendo che «il vero motivo per cui il fondatore del Kurhaus Cademario chiamò questo percorso Sentiero dei filosofi non lo conosciamo». Tuttavia, è facile immaginare che le passeggiate lungo il comodo sentiero offrivano agli ospiti della casa di cura l'opportunità per filosofare. «Ma anche», aggiunge sorridendo Carlo Scheggia, «per andare al Grotto di Arosio».

Infatti, come ancora indicato nel 1989 nella pubblicazione per il 75esimo anniversario, la dieta del Kurhaus Cademario era appetitosa, povera di sale e ricca di nutrienti naturali. In altre parole senz'alcol, senza tabacco, con poca o nessuna carne e molto umorismo. Questo per lo meno è quanto pubblicizzato su Internet dal portale turistico in tedesco TicinoWeekend, secondo cui queste ricette per una vita equilibrata sono la conseguen-





za dell'incontro di Keller con il medico e nutrizionista Bircher-Benner, l'inventore del Birchermüesli. L'offerta del Kurhaus, che Adolf Keller curò personalmente fino al suo decesso all'età di 90 anni nell'agosto del 1969, comprendeva anche giorni di digiuno e cure a base di cibi crudi.

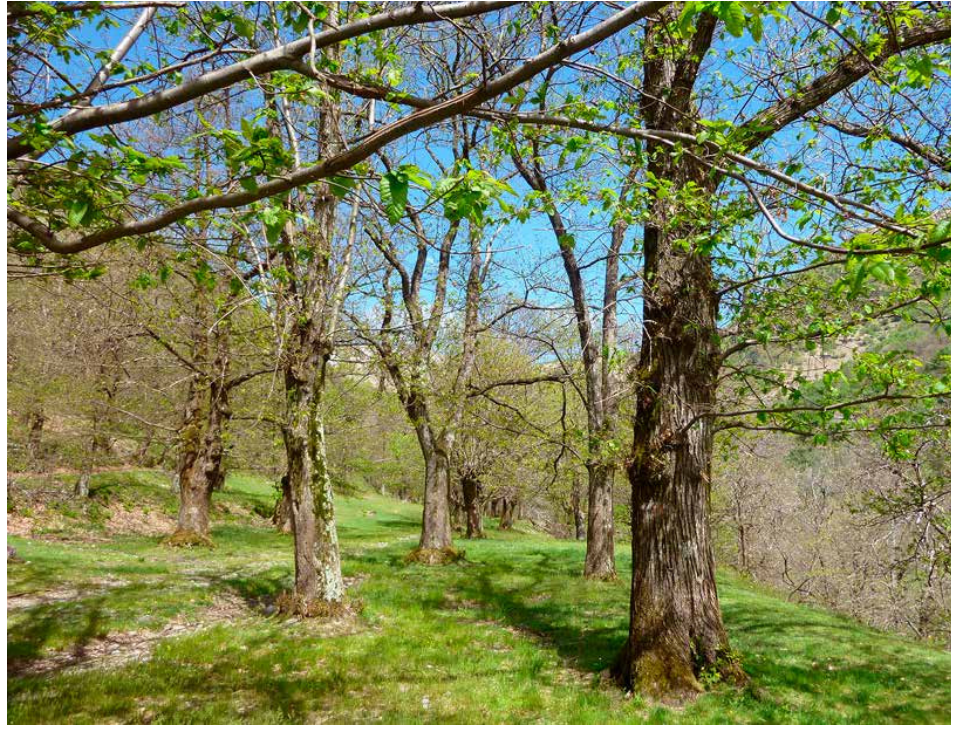
Scalini in granito in mezzo a una faggeta

Fino ad allora il dottor Keller aveva spiegato il suo sistema di cura naturale in 44 libri e una propria rivista mensile. Il suo approccio consisteva nel «guarire le persone malate attraverso cure e uno stile di vita naturali, come pure un atteggiamento positivo verso la

vita, nonché nell'insegnare alle persone sane a prevenire le malattie». Seguendo questa tradizione, ma anche adattandosi con cura alle nuove esigenze degli ospiti, i discendenti di Keller continuarono a gestire il Kurhaus – con 132 camere, una piscina esterna riscaldata, un giardino botanico e una rinomata collezione di cactus e piante grasse – fino a quando la necessità di ristrutturare il complesso portò alla vendita a un gruppo alberghiero italo-svizzero. Nell'ultimo opuscolo dell'albergo pubblicato ai tempi della famiglia Keller si affermava che «questa casa è un luogo di forza.»

Una traccia sorprendente della vecchia tradizione terapeutica con molto «movimento e riposo, luce, aria fresca e sole» (come riportato nella pubblicazione per il 75esimo anniversario) è ancora visibile oggi lungo il sentiero che si snoda attraverso un bosco di faggio rado tra Cademario e il Colle di San Bernardo, dove si trova l'omonima Chiesetta: improvvisamente su un terreno in leggera salita una bella scalinata porta verso l'alto: circa cinquanta scalini con lastre in granito in posizione verticale, fissate con cunei di sasso, e un corrimano in legno. La «Scalinata Keller» era parte del sentiero che Adolf Keller fece costruire nel 1930 sulla collina Montaccio, dove si trovava un luogo per la ginnastica del Kurhaus. Nel 2009 il FSP ha partecipato al finanziamento per il ripristino della scalinata caduta in rovina – quale riconoscimento per l'impegno del Patriziato di Cademario a favore della Selva Squilin.





Aforismi lungo il moderno sentiero dei filosofi

Da allora il Patriziato ha ampliato il suo impegno a favore del paesaggio rurale tradizionale attraverso due progetti per la valorizzazione del Colle di San Bernardo e il recupero dell'omonima selva, che da quel momento è gestita con passione dallo stesso agricoltore che si occupa della Selva Squilin. Il FSP ha sostenuto i due progetti con complessivamente 110 000 franchi, contribuendo in tal modo a trasformare un bosco oscuro in un luminoso parco. Sono stati rimossi i castagni selvatici, le betulle e la sterpaglia, potati i vecchi alberi da frutto, messe a dimora venti specie di giovani arbusti, valorizzati un margine boschivo e un querceto.

Attraversando questo gioiello paesaggistico si passa davanti a un pannello informativo che indica il luogo del ritrovamento di una necropoli dell'Età del ferro e in seguito si prosegue lungo il sentiero che conduce alla Chiesa di San Bernardo. «Lassù puoi fare il pieno di energia», spiega Carlo Scheggia ai piedi della scalinata, che consente di superare dolcemente l'ultimo dislivello. Questa scalinata è parte della via di comunicazione storica di importanza locale con molta sostanza e stava cadendo in rovina, ma ora i danni sono stati riparati a regola d'arte. E non solo questo! Chi sale gli 89 scalini, passa davanti a sei piccole colonne in sasso sui cui è posata una targhetta con un aforisma – da Buddha e Laotse al patrono della locale Chiesa di San Bernardo: «Nei boschi si trova

di più che nei libri. Gli alberi e le pietre ti insegneranno ciò che non puoi imparare dai maestri.»

Questa è la moderna Via dei filosofi di Cademario; Carlo Scheggia la chiama anche la «via crucis della natura». Chi la percorre e giunge al termine trova la porta della chiesa chiusa a chiave, ma all'esterno un panorama incantevole, che invita a meravigliarsi e a contemplare: dal Kurhaus Cademario la vista vaga a est, verso Lugano, il Ceresio e le montagne. A ovest, oltre il Lago Maggiore, si possono scorgere in lontananza le vette vallesane con l'innervato massiccio del Monte Rosa.

Grazie a Carlo Scheggia per l'accompagnamento durante l'escursione e al Dr. Hans Keller, che ci ha messo a disposizione diverse pubblicazioni con informazioni sulla tradizione legata al Kurhaus e su suo nonno Adolf Keller.