

Fra il IV e il II secolo a.C. tornano a essere abitati i castellari già frequentati in precedenza (tranne Zignago) o altri occupati *ex novo* (Cassana, Carpena, Carro), mentre tombe a incinerazione protette da cassette di lastre di pietra, le cosiddette “tombe a cassetta”, sono state trovate soprattutto nella bassa valle (comuni di Bolano, Calice e Podenzana), ma anche a Case Bertinetto (Carro). In quest’epoca la cultura materiale dei liguri di Val di Vara, Val di Magra, Garfagnana e Versilia denota un’impressionante omogeneità (Formentoni, 1975; Melli, 2002; Armanini, s.d.), riconducibile all’*ethnos* dei Liguri Apuani che in questo periodo controllano le Apuane e il versante tirrenico dell’Appennino, dallo sbocco in pianura del Serchio fino al confine con i Liguri Tigulli, stanziati in Val Petronio, Val Garvegna, in Fontanabuona e sulla costa a ponente di Framura.

Nella prima metà del II secolo a.C. i Romani combatterono durissime battaglie contro i Liguri Apuani, sconfiggendoli e deportandoli in parte nel Sannio. I Romani fondarono la colonia di Luni e popolarono la zona pianeggiante, strappata ai Liguri, con coloni e veterani, mentre, sulle montagne, gruppi di Liguri continuano a vivere secondo le antiche consuetudini. In epoca Romana e nell’Alto Medioevo, Luni amministrava tutta la vallata fino alle sorgenti del Vara (Conti, 1967; Gambaro, 1999). La *Tabula Peutingeriana*, una specie di carta geografica di età tardo-romana ricopiata nel medioevo, sembra sancire la separazione della Val di Vara dal territorio del Tigullio.

Probabili testimonianze del dominio bizantino e della presenza del *limes*, una catena di fortificazioni che i Bizantini avevano approntato per proteggersi dai Longobardi, sono i toponimi come *Monte dei Greci*, nella montagna varesina, e *Greino* (o meglio *Grexino*), quartiere della stessa Varese Ligure. I Longobardi hanno invece lasciato traccia nella dedicazione di alcune chiese a santi guerrieri come San Michele a Porciorasco (Varese Ligure), L’Ago (Borghetto Vara) e Corvara (Beverino) e San Giorgio a Castello di Carro.

Il territorio di Lunigiana (Val di Vara compresa) sotto gli imperatori franchi venne inserito nella Marca della Liguria orientale, affidata alla famiglia degli Obertenghi, dalla quale sembrerebbero discendere gran parte delle casate feudali che signoreggeranno sulla valle: i Malaspina in primo luogo, ma anche i Pennello, i Celasco, i Vezzano e, provenienti dalla riviera, i Fieschi e i Da Passano (Formentini, 1965). Intorno al Mille cominciano ad essere costruiti la maggior parte dei castelli che ancora oggi costellano le alture dell’intera Lunigiana storica.

Dal punto di vista ecclesiastico tutta la valle rimase fino al 1133 sotto la diocesi lunense. Solo la zona dei comuni di Carro, Carrodano, Maissana e in parte Varese (a Ovest del torrente Stora), già dopo il Mille risultano in diocesi di Genova. Questo sembrerebbe essere uno dei primi segni dell’espansione genovese nella Lunigiana occidentale. Infatti, Genova cominciò a interessarsi della zona dal punto di vista commerciale ed ecclesiastico: nel 1133 Brugnato, sede di un’antica e potente abazia benedettina, viene staccata da Luni ed elevata a diocesi suffraganea di quella di Genova.

Ben presto Genova entra in azione anche dal punto di vista politico e militare e alla fine del XIII secolo molte aree della valle sono sotto il suo dominio, fatta eccezione per buona parte del versante orientale che rimarrà per alcuni secoli sotto



Fig. 10 - Paesaggio dell'alta Val di Vara con i tipici terrazzamenti

Malaspina (e a tratti, per quanto riguarda Sesta e dintorni, sotto Pontremoli) e la zona di Varese su cui signoreggiavano i Fieschi. Proprio fra XIII e XIV secolo, grazie a questi ultimi, Varese Ligure, fino ad allora sede della Pieve di Vara e di un fortilizio, venne rifondata come vero e proprio borgo mercantile, sulla via che da Sestri Levante conduceva verso il Parmense, attraverso il Passo di Cento Croci. Il borgo fu popolato da numerose famiglie di mercanti provenienti dal Tigullio e in parte dal Parmense, mentre le *villie* continuarono a essere abitate da contadini e pastori locali. Il popolamento del borgo con famiglie di provenienza rivierasca potrebbe essere alla base del legame che ancora oggi esiste fra Varese e la Riviera (Figone, 1995).

Nei secoli seguenti, dopo la fallita congiura di Gian Luigi Fieschi e il conseguente passaggio di Varese alla Repubblica genovese, l'unica scossa nella storia del territorio fu costituita dall'invasione napoleonica e della conseguente costituzione della Repubblica Ligure e del Dipartimento degli Appennini. Quando dopo il Congresso di Vienna l'intera Liguria passò sotto il dominio dei Savoia, la Val di Vara fu inserita nella provincia del Levante, con capoluogo alla Spezia, eccetto Varese e Maissana che furono aggregate a quella di Chiavari.

Dopo l'Unità d'Italia la Val di Vara era divisa fra le province di Massa Carrara (in cui erano inseriti i comuni di Calice al Cornoviglio e Rocchetta Vara) e Genova, fino a che nel 1923 La Spezia divenne provincia autonoma inglobando tutto il territorio.

Ma cosa rimane oggi di questa stratificazione di dominazioni e fatti storici? Che cosa caratterizza dal punto di vista socio-culturale la Val di Vara?

Oggi la vallata dal punto di vista dialettale si presenta come un quadro piuttosto composito: dai dialetti tipicamente spezzino-lunigianesi della bassa valle si passa, gradualmente, a quelli genovesi della zona di Varese e Maissana. Secondo i dialettologi la demarcazione fra dialetti genovesi e dialetti spezzini è costituita grosso modo dalla linea Levanto-Sesta Godano (Petracco Sicardi in Bellani, 1989).

Se ci soffermiamo a osservare la valle dal punto di vista della cosiddetta cultura materiale (tradizioni, usi e costumi), ci accorgiamo come anche la zona che per motivi storici è stata più esposta all'influenza genovese sia, invece, permeata di elementi tipicamente lunigianesi. Questo si evince, soprattutto, nella diffusione o nella denominazione di alcuni oggetti tipici della civiltà contadina o nei nomi dati ad alcune erbe selvatiche che, essendo molto conservativi, possono essere illuminanti sulla storia antica della lingua di una comunità (Berruto, 1970; Giannelli 1984). Due esempi emblematici: il tagliere rotondo in legno usato per far lievitare il pane o per mettere questo o le torte sotto al "testo", in tutta la valle media e alta è chiamato *livèa* o *liivèa*, termini simili al lunigianese *livaro* (Nesi 1980), che designa lo stesso utensile; mentre in Val Petronio e Val Graveglia (Genova) o non è usato o assume denominazioni completamente diverse (*tagee*, *turtà*, cfr. Plomteux 1975, 1981); in tutta la valle la vitalba (*Clematis vitalba* L.) è conosciuta come *güsserna* o sue varianti (cfr. scheda etnobotanica), termini sconosciuti in genovese e diffusi, invece, in tutta la valle del Magra (Armanini, s.d.). La stessa denominazione *prebuggiun*, che indica il misto di erbe spontanee, tipica dell'area genovese e diffusa già in quel di Framura, Deiva, Moneglia, Castiglione Chiavarese, Ne e Sestri, è sconosciuta dai più anziani abitanti della Val di Vara e della

costa fino a Bonassola e Montaretto, che la considerano una parola di provenienza rivierasca (Bisio e Minuto, 1998). L'insieme delle erbe nella zona oggetto di questo lavoro è detta semplicemente *erbe/erbette* o (fino a Monterosso, Borghetto Vara e Zignago) *erbi/erbetti*, esattamente come in Lunigiana.

La Val di Vara nella sua interezza può essere dunque compresa nell'area culturale lunigianese anche per quel che riguarda l'architettura rurale (Citi, 1988), la gastronomia (AA.VV., 1999a, 2002; Marchese, 1989; Martinelli, 2007) e il folklore (De Nevi *et al.*, s.d.; Maccioni *et al.*, 1997; Rozzi Mazza 2003; Tomei *et al.*, 1997).

## ETNOBOTANICA IN VAL DI VARA

L'etnobotanica si è rivelata uno strumento di basilare importanza per una corretta lettura del territorio, in quanto capace di evidenziare le peculiarità naturali, culturali, sociali, storiche, nonché le risorse agricole e umane del passato. La natura interdisciplinare è l'elemento cardine della sua forza: permette di studiare un medesimo problema da diverse prospettive e, attingendo da scienze diverse, ne integra le risposte.

Nell'ambito del progetto pilota *Valorizzazione della Montagna Spezzina*<sup>6,7</sup>, attuato nel biennio 2004-05, è stata condotta una ricerca *ad hoc* sulle tradizioni etnobotaniche della bassa, media e alta Val di Vara; nello specifico, l'area indagata ha interessato i territori comunali di Beverino, Bolano, Borghetto Vara, Brugnato, Calice al Cornoviglio, Carro, Carrodano, Follo, Maissana, Pignone, Riccò del Golfo, Rocchetta Vara, Sesta Godano, Varese Ligure e Zignago (fig. 11).

Per il reperimento delle informazioni sono state intervistate 393 persone, di cui 70 maschi e 323 femmine (fig. 12), seguendo le metodologie già esposte nel testo.

### Analisi dei risultati

La Val di Vara si è dimostrata una terra feconda di tradizioni popolari con ben 250 specie vegetali, utilizzate nei diversi ambiti della ruralità passata e presente (fig.13). Il risultato della ricerca è sintetizzato nei dati presentati di seguito sotto forma di schede e integrato da pubblicazioni sia di carattere scientifico, sia didattico-divulgativo (cfr. lista bibliografia che precede lo schedario etnobotanico).

---

<sup>6</sup> Il *Progetto Pilota Montagna Spezzina – prestazione B* è stato finanziato dalla provincia della Spezia e dalle tre Comunità Montane “Alta Val di Vara”, “Media e Bassa Val di Vara” e “Riviera Spezzina”, con la compartecipazione della Regione Liguria. La ricerca è stata svolta dalla Scuola Superiore Sant’Anna di Pisa e si è articolata in tre azioni:

1. valorizzazione economica, produttiva, turistica e paesaggistica del bosco;
2. valorizzazione della flora spontanea, dei prodotti officinali e dei fruttiferi autoctoni;
3. promozione integrata della montagna.

<sup>7</sup> L'indagine si è ulteriormente arricchita di dati etnobotanici in relazione al sottoprogetto MYCOMED (Interreg IIC Sud Mediterritaggio), sulla *Valorizzazione delle risorse micologiche in alta Val di Vara*, svolto dalla Scuola Superiore Sant’Anna di Pisa, nel biennio 2006-07, per conto dell'omonima Comunità Montana.

## Il territorio della Valle del Vara



## I comuni della Valle

- Beverino
- Bolano
- Borghetto Vara
- Brugnato
- Calice al Cornoviglio
- Carro
- Carrodano
- Follo
- Maissana
- Pignone
- Riccò del Golfo
- Rocchetta Vara
- Sesta Godano
- Varese Ligure
- Zignago



Fig. 11 - Italia, Liguria, Val di Vara e i suoi comuni

Le specie esaminate sono ascrivibili ai seguenti *Taxa*: *Fungi* (3), *Pteridophyta* (10), *Gymnospermae* (7) e *Angiospermae* (230); quest'ultime sono così ripartite: 24 *Monocotyledones* e 206 *Dicotyledones*. (fig. 14).

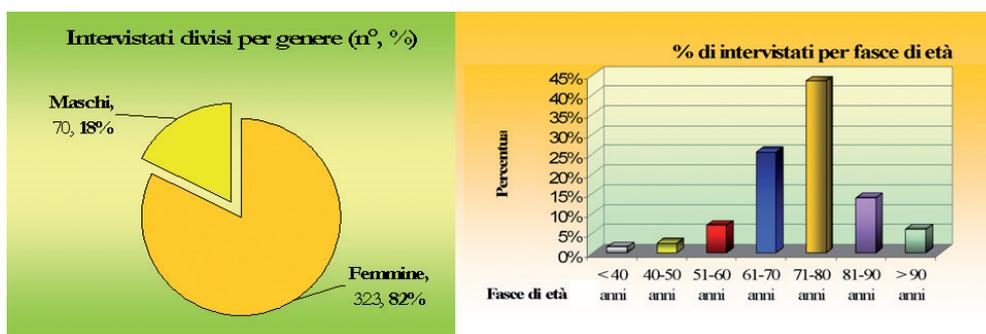


Fig. 12 - Caratteristiche degli intervistati (a sx, ripartizione per genere e a dx, per fasce d'età)

Le specie appartengono a 177 generi e afferiscono a 69 famiglie botaniche; le più rappresentate risultano essere Compositae (12,9%), Rosaceae (9,7%), Labiatae (8,5%), Poaceae (4,4%) e Liliaceae (4,0%) (fig. 15), mentre tra i generi primeggiamo *Prunus*, *Allium* e *Mentha*.

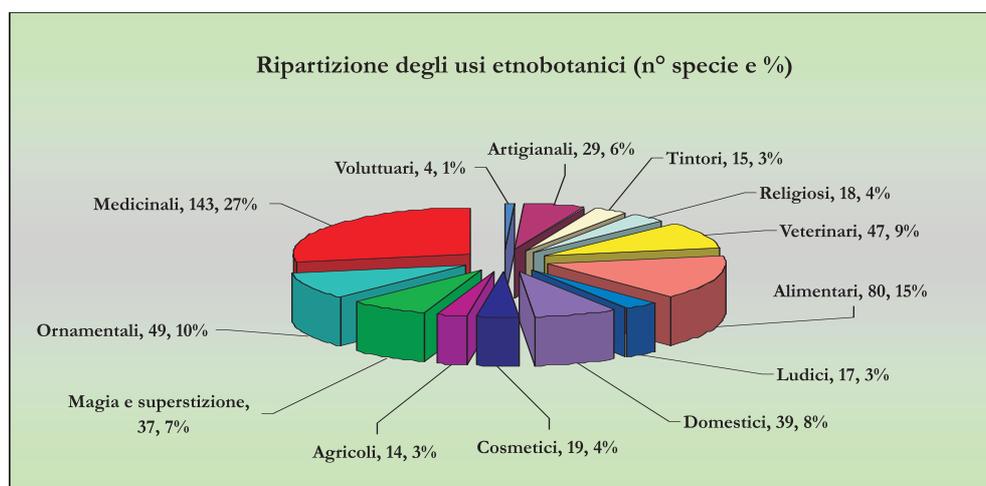


Fig. 13 - Ripartizione in percentuale delle specie vegetali in rapporto agli usi etnobotanici

Alcune considerazioni generali sugli usi etnobotanici censiti in Val di Vara sono qui brevemente esposti; per ulteriori e più approfonditi dettagli si rimanda alle singole schede etnobotaniche.

### 1- Piante d'uso medicinale nella cura dell'uomo

L'importanza dell'etno-farmacobotanica trova conferma nelle direttive dell'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) sulle "medicine tradizionali". Tali

disposizioni stimolano ogni singola nazione a recuperare, sul proprio territorio, le terapie popolari, per ottenere nuove conoscenze in campo farmacologico da integrare, dopo il vaglio scientifico, all'interno dei moderni SSN (Servizi Sanitari Nazionali). Inoltre ricordiamo che, da alcuni anni, in numerose ASL italiane, sono attivi ambulatori con medici e personale specializzati in fitoterapia, in grado di prestare un servizio terapeutico mirato, attraverso l'impiego razionale e standardizzato dei farmaci vegetali (Firenzuoli, 1998).

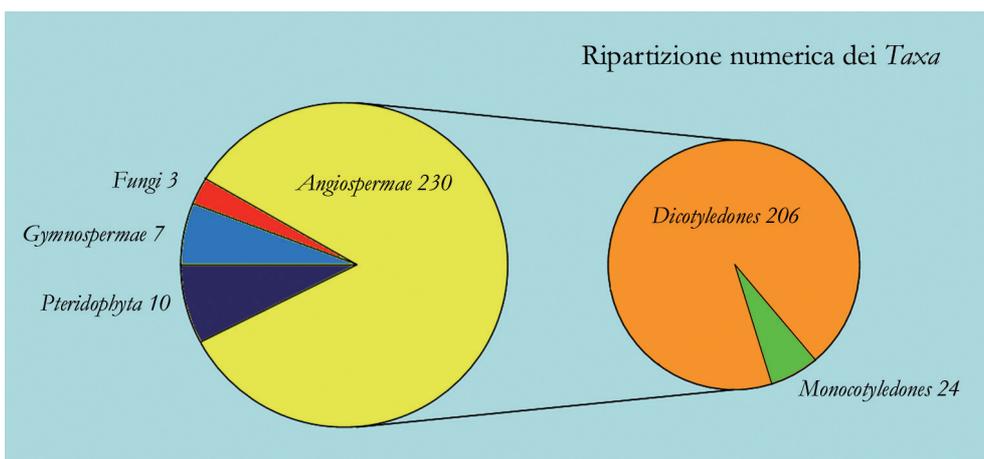


Fig. 14 - Ripartizione numerica delle specie nei diversi taxa

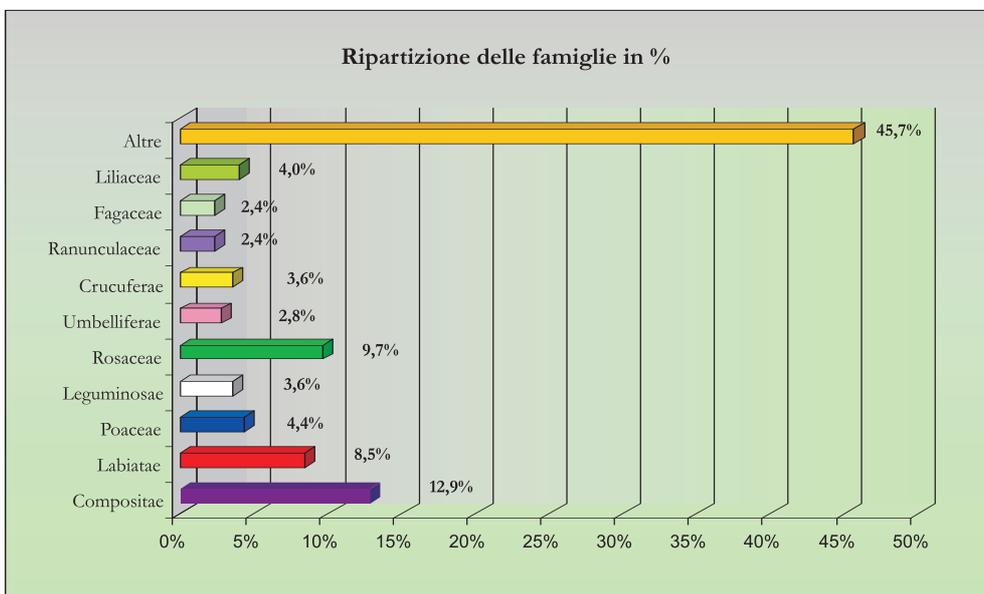


Fig. 15 - Ripartizione in percentuale delle specie in rapporto alla famiglia d'appartenenza

La farmacopea popolare della Val di Vara vanta 143 specie (pari al 28% - fig. 13) impiegate nella cura dell'uomo; in molti casi, tali usanze sono sconosciute alla medicina ufficiale e, talvolta, le indicazioni terapeutiche sono estremamente importanti (antivirali, antiipertensive, antibiotiche ecc.), specie nell'ottica di individuare nuovi principi attivi di origine vegetale (Camangi *et.al.*, 2006a).

Alcuni esempi:

1) tasso barbasso (*Verbascum thapsus* L.) ed erba ruggine (*Ceterach officinarum* DC.) - entrambe le specie sono impiegate come antivirali; nel primo caso le foglie "sbollentate" si applicano sulle lesioni cutanee, provocate dal Fuoco di Sant'Antonio, il cui agente eziologico si identifica in *Herpes zoster*, mentre, nel secondo esempio, il decotto ottenuto dalle fronde si somministra oralmente nel trattamento delle epatiti;

2) tamaro (*Tamarus communis* L.) - si usa nel trattamento sintomatico delle algie di varia natura, principalmente reumatica e nevralgica; a tal fine le sue bacche rosse e ben mature si strofinano sul corpo, sulle parti doloranti;



Fig. 16 - Droghe essiccate: a sx, papavero (*Rhoeados flos et fructus*) e a dx, malva (*Malva folium et flos*)

3) frassino da manna (*Fraxinus ornus* L.) - il decotto di corteccia è assunto oralmente come antiipertensivo;

4) giglio bianco (*Lilium candidum* L.) - l'oleito, ottenuto dalla cottura del bulbo in olio d'oliva, trova impiego in toccature locali, principalmente sul seno in caso di mastite; al preparato medicamentoso sono attribuite forti proprietà antiflogistiche;

5) aristolochia (*Aristolochia rotunda* L.) - dalla radice tuberizzata si prepara una pomata analgesica, per frizionare le parti del corpo affette dai dolori reumatici;

6) edera (*Hedera helix* L.) - l'infuso di foglie si beve come antidolorifico nel trattamento della dismenorrea.

L'uso dei rimedi fitoterapici è più marcato tra le persone che hanno superato i 65 anni di età, mentre le conoscenze in materia sono nettamente superiori nelle donne rispetto ai maschi.

Diverse sono le specie vegetali, come ad esempio malva (*Malva sylvestris* L.), salvia (*Salvia officinalis* L.) e sambuco (*Sambucus nigra* L.), note alla maggioranza degli intervistati. Tali conoscenze sono, forse, da attribuire alla facilità di reperimento e di riconoscimento delle piante stesse. Altre volte, invece, l'uso medicinale è assai limitato, circoscritto a zone ristrette e addirittura all'ambito di pochi nuclei familiari; è il caso di

*diucamara* (*Solanum dulcamara* L.), il cui uso è stato censito solo a Càssegò e a Scurtabò (Varese Ligure): il decotto, preparato con le parti aeree della pianta, si somministra oralmente, in piccole quantità, come depurativo dell'organismo. Il limitato impiego è da correlare alla sua potenziale tossicità.



Fig. 17 - A sx, oleito di iperico (*Hypericum perforatum* L.) e a dx, droga essiccata di tiglio (*Tiliae flos*)

L'analisi sulle proprietà terapeutiche delle piante evidenzia che le percentuali più alte spettano alle antinfiammatorie (14,7%) e alle antidolorifiche in senso lato (10,7%), seguono le vulnerarie (8,5%), le depurative (6,8%) e le bechiche (6,3%) (Camangi *et al.*, 2006a).



Fig. 18 - Droghe: a sx, galla di olmo (*Ulmus minor* Miller) e a dx, polline di pino (*Pinus pinaster* Aiton)

La decozione e l'infusione rappresentano le forme farmaceutiche di somministrazione per via orale più frequenti, mentre per via esterna primeggia la semplice droga fresca e contusa in applicazioni locali. Le droghe più adoperate sono le foglie (41,5%), i fiori (20,0%), i frutti (7,4%) e i semi (4,2%) (Camangi *et al.*, 2006a). Tra le droghe *sui generis* abbiamo il polline del pino marittimo (*Pinus pinaster* Aiton), usato in una miscellanea d'erbe a scopo depurativo e, ancora, gli umori raccolti all'interno delle galle dell'olmo (*Ulmus minor* Miller) impiegati come medicamento vulnerario (figg. 16, 17 e 18).

Nella disamina delle piante medicinali ne troviamo alcune velenose (cfr. *Aethusa cynapium* L.), e proprio per tali caratteristiche, sono impiegate soprattutto per uso esterno (via transdermica), poiché l'assorbimento dei principi attivi è assai ridotto;