UNA VITA ESEMPLARE

«Mi ha salvata la cordata della solidarietà»

Colpita da un fulmine, Milena Béthaz è tornata a una vita piena grazie alla sua grinta, alla fiducia in Dio e al sostegno di familiari, medici e amici. «A tutti dico: mai smettere di sognare»

«Sono fortunata. Negli ospedali ho visto tanta sofferenza, io invece ho tanti cari che mi vogliono bene»

In vetta, a un passo dal cielo
Nella foto: Milena e i suoi compagni di cordata in cima al Gran Paradiso, nel 2015.

di **Laura Bellomi**

«Sono fortunata. Negli ospedali ho visto tanta sofferenza, io ho tanti cari che mi vogliono bene, faccio cose che i medici ritenevano impensabili e... in montagna i paesaggi sono mozzafiato». Non c'è che dire, Milena Béthaz spiazza. Valdostana, 51 anni, Milena è una donna serena nonostante il tragico incidente che più di 20 anni fa l'ha portata a fare i conti prima con il pericolo di morte e poi con una lunghissima riabilitazione per recuperare quanto più possibile capacità intellettive e motorie. Una vera impresa, resa possibile dalla sua tenacia unita all'aiuto impareggiabile di familiari e amici. Il tutto con il sostegno della fede.

Siamo nell'agosto 2000, Milena ha 28 anni e mentre è al lavoro come guardaparco nel Parco nazionale del Gran Paradiso viene investita da un temporale di rara intensità, carico di fulmini che colpiscono lei e un collega che rimane ucciso. Milena viene trovata dopo una notte intera di ricerche: è in agonia ma mentre il fratello la implora in *patois* - il suo dialetto - di non mollare, le spunta una lacrima dall'occhio: è un segnale di vita in un corpo devastato dalla scarica.

LA GRINTA DEL NON MOLLARE

Le sue condizioni sono più che disperate, per i medici il più roseo degli orizzonti è lo stato vegetativo. L'intera Valgrisenche, in cui la famiglia di Béthaz è molto conosciuta e apprezzata, segue i bollettini medici con apprensione. A un mese dall'incidente amici, conoscenti, familiari e villeggianti si recano in pellegrinaggio al santuario di Notre-Dame de la Guérison in Val Veny, fra i più amati della Valle d'Aosta. «Sono stata protetta da un'ondata di amore», scriverà Milena nel commovente libro autobiografico *Un cuore in vetta* (Terra Santa edizioni).

Nel cuore della Valgrisenche
Nella foto: Milena Béthaz fra le "sue" montagne con la giacchetta del Parco nazionale del Gran Paradiso. In alto: al lavoro nel Centro di osservazione della marmotta.

Seguono tempi durissimi fra coma e terapia intensiva. Ma Milena non molla: «Avevo tanta grinta prima dell'incidente, l'ho mantenuta dopo», racconta. Oggi ha ripreso a fare sport: scia, va in bicicletta ed è perfino riuscita a raggiungere la vetta del Gran Paradiso, che con i suoi 4.061 metri è la terza cima più elevata fra quelle situate completamente in territorio italiano. «Bisogna sempre avere forza e coraggio: essere ottimisti e ripartire, grandi o piccole che siano le difficoltà. All'inizio ho pianto tanto, poi ho imparato ad accettarmi per come sono: la disabilità c'è ma ci si può convivere».

UNA FAMIGLIA UNITA

L'incidente è una cesura netta nella vita di Milena. A far da *trait d'union* fra il prima e il dopo è la passione per la montagna condivisa con il resto della famiglia, un fratello, due sorelle e i genitori. «Sono nata ad Aosta e la montagna è il mio ambiente naturale. Da bambina i miei genitori ci portavano sui sentieri a vedere gli animali. Sognavo di diventare guardaparco per stare a contatto con la natura», spiega Milena. Durante l'intervista, accanto a lei c'è la sorella Carla che racconta: «Milena è laureata in Scienze naturali e ha sempre amato correre in montagna. Meglio, è stata campionessa mondiale di *skyrunning*, la specialità della maratona in altitudine».

Sarebbe quasi "facile" - da stereotipo - dire che i Béthaz sono gente forte, temprata dalla montagna. Ma il modo in cui affrontano la vita dice

«Nei momenti di sconforto ho rivolto mente e cuore a Dio e alla Madonna. Pregare mi dà serenità»

Cavaliere della Repubblica
Nella foto: Milena con il presidente della Repubblica Sergio Mattarella, che nel 2016 l'ha insignita del titolo di Cavaliere della Repubblica.

di più: a legarli sono una solidarietà e un affetto ammirevoli. Valori assorbiti nella vita familiare, provata anche dalla scomparsa del padre Louis, travolto da una valanga nel 1981 mentre sgombrava la strada della valle dalla neve. «Nella notte dell'incidente l'ho sentito vicino», dice ancora Milena. «La famiglia è da sempre sempre il mio punto di riferimento. Dopo l'incidente mi è sempre stata vicina, anche se io non ricordo. So che dormivano a turni su una brandina per non lasciarmi da sola in ospedale. Sono stati bravissimi. E lo stesso vale per medici, fisioterapisti e psicologi che hanno fatto bene il loro lavoro, mi hanno presa a cuore, come in cordata: se ce l'ho fatta è grazie all'aiuto di tutti», dice ancora Milena.

Una ripresa lunga, che l'ha portata anche a fare i conti con se stessa: dal riuscire a perdonarsi gli errori eventualmente fatti il giorno dell'incidente, al comprendere l'importanza della famiglia e all'apprezzare il contatto con la natura come occasione di gioia e rigenerazione. «Non bisogna mai lasciarsi andare, è bene pensare sempre positivo: l'impossibile può diventare possibile, dopo la notte viene il giorno e dopo il buio, la luce», ripete Milena come un mantra.

La sua storia in un libro
Sopra: Valgrisenche, il paese in cui vive Milena, capoluogo dell'omonima valle. Sotto: durante una gara in montagna, nel 1997. In basso: la copertina di *Un cuore in vetta*, il bel libro in cui Béthaz racconta la sua "seconda vita".

UNA QUOTIDIANITÀ SERENA

Dopo aver imparato nuovamente a parlare, a scrivere, a muoversi e a camminare, oggi le giornate di Milena trascorrono serene, nella fiducia di chi si sente amata ed è riuscita a riconciliarsi con la durezza della vita. «Il buon Dio mi dà serenità. Ho sempre trovato forza nella preghiera e nei momenti di sconforto ho rivolto la mia mente e il mio cuore a lui e alla Madonna. Poi ho imparato ad apprezzare i veri valori: la salute, il lavoro e le amicizie. Il mio trucco è pensare alle cose belle come le passeggiate, l'onorificenza di Cavaliere della Repubblica e il mio lavoro con le marmotte».

Dal 2015 Milena è infatti tornata al lavoro. «Prima mi chiamavano camoscio perché ero abile e scattante, ora non sono paragonabile ai miei colleghi ma un po' utile come guardaparco lo sono ancora», dice sorridendo. Al Centro studi di osservazione delle marmotte di Orvieille, sempre nel Parco nazionale del Gran Paradiso, Milena contribuisce allo studio della fauna osservando i comportamenti delle marmotte: «A ognuna diamo un nome, in questi anni ho studiato Menta, Peracina, Inuit e altre. Le individuo con il binocolo e poi le osservo con il cannocchiale. Mi piace guardarle, stanno ore al sole, fischiano quando avvertono un pericolo e si salutano con il naso. I piccoli fanno giochi bellissimi e si rotolano l'uno vicino all'altro».

È un esempio
Nella foto: finalista al premio internazionale *La donna dell'anno* 2019.

TENERE STRETTI I SOGNI

Una donna dei miracoli: Milena si potrebbe definire così, dato che a oggi ha all'attivo almeno tre "miracoli". Il primo, essere sopravvissuta al fulmine che l'ha trapassata da un orecchio al piede, spaccando lo scarpone. Il secondo, essere riuscita a riprendersi dai danni fisici e psicologici. Il terzo, riuscire oggi a guardare alla vita con speranza.

Come lei stessa scrive nel suo libro, l'incidente l'ha resa più sensibile, più fragile e insicura ma il raccontare la propria storia nasce dal desiderio di poter essere utile a qualcuno. «L'amore per la montagna mi è costato parecchio eppure continua a nutrire la mia anima», confida. «La speranza è un'ottima medicina per la mente e il corpo. Bisogna sempre sognare, anche dopo il più freddo degli inverni i prati tornano verdi! Io vorrei la pace nel mondo, la guerra è tanto brutta». Guarda fuori dalla finestra e sorride: «Nel mio piccolo sono contenta: il mio sogno è vivere con la salute che ho riconquistata, mantenendola il più a lungo possibile. Quando sono salita sul Gran Paradiso non ero certa di farcela. Se non ci fossi riuscita non sarebbe stata una sconfitta, sfidare i limiti è già una grande vittoria. Tutto si fa, tutto si può, mai arrendersi davanti agli ostacoli». ◆