NUMERO **34** | DICEMBRE 2022

Tracce di MONTAGNA

PERIODICO DEL CLUB ALPINO ITALIANO - **SEZIONE DI FERMO**

SEZIONE di FERMO 55 1967 | 2022

STRADA DELLA SIBILLA: UN MONITO PER IL FUTURO

Poste Italiane SpA - spedizione in abbonamento postale 70% - Dr commerciale Business Ascoli Piceno n. 12 / 2006 - Redazione Largo C. Mora, 6 - 63900 Fermo - Autorizzazione Tribunale di Fermo n. 2/06 del 05-05-2006

ETNA

LA VITA COME SENTIERO DI MONTAGNA

Negli occhi e nella mente
la meraviglia e lo stupore
di un luogo sospeso
tra terra e mare

Gelsomina Viscione - Alberto Vita

Martedì 31 maggio 2022 Gli ultimi passeggeri, Mina e Mauro, salgono nel pullman per Fiumicino, all'una circa a Cupra Marittima. Un saluto frettoloso rivolto all'indistinto abitacolo perché la notte incombe, unitamente al desiderio di assopirsi, per affrontare la lunga giornata che attende tutti. Arrivati a destinazione, incontriamo Lorenzo, Nadia e il dolcissimo Giacomo, venuti in macchina, e procediamo con le operazioni di imbarco. A Catania atterriamo verso le 8.00: i tentativi di recuperare briciole di sonno sono stati vani; i visi di tutti noi mostrano i tratti di una notte pressoché insonne, anche se mitigati dalla curiosità, mista ad una sorta di euforia sottesa, in vista dei giorni che si aprono a noi. Il nostro incedere, alquanto malfermo, ben si accorda con l'atmosfera propria dei "non luoghi", quali i due aeroporti, che, sebbene diversi per dimensioni, si presentano privi di identità e anonimi. Usciti dall'aeroporto, la prima tappa del viaggio è Acireale (Jaci-Riali o Jaci in siciliano) centro principale della Terra d'Aci, con un impianto urbanistico tipico delle città tardo-medievali della Sicilia. Dopo un breve giro tra i viali della Villa Belvedere, percorriamo il corso Umberto, passeggio della città, lungo il quale si prospettano diversi palazzi nobiliari, che mostrano, in molti casi, il fascino del declino e sono testimoni dell'essenza stessa del tempo. Sostiamo più a lungo nella Piazza del Duomo, su cui si affacciano alcune delle vestigia più importanti della città, tra cui la Chiesa Cattedrale, la Basilica dei Santi Pietro e Paolo, il Palazzo del Comune e il Palazzo Modò. La passeggiata lungo il corso, per dovere di cronaca, è iniziata dopo una pausa nel bar indicato dai nostri accompagnatori CAI. Sosta che ha visto scomparire come per incanto la stanchezza e affrontare arditamente l'assalto alle prelibatezze sicule: cannoli (proprio quelli del dottor Pasquano che fanno gola a Montalbano), brioches con granita di differenti gusti, cassata… Riprendiamo il pullman e ci rechiamo a Linguaglossa, paese che ci ospiterà per tutta la durata del soggiorno, nelle diverse strutture alloggiative, per deporre i bagagli e rinfrescarci. Prima dell'ora convenuta, qualcuno di noi cerca di prendere possesso della cittadina aggirandosi lungo le strade, ma principalmente visitando la chiesa madre del 1613 e il palazzo comunale. Una brutta sorpresa ci attende quando ci ritroviamo all'appuntamento per andare alle Gole dell'Alcantara: il pullman è rotto. L'autista ci tranquillizza annunciando che è in arrivo un altro mezzo in sostituzione. L'attesa, sotto un sole a picco e con i partecipanti disseminati a piccoli gruppi in zone di ombra, è di circa due ore: è universalmente conosciuto che il "tempo" è intrinsecamente inafferrabile e la sua percezione è fortemente diversificata alle diverse latitudini e, in questa circostanza, abbiamo modo di verificare l'assunto. Lorenzo decide di modificare il programma: la meta prevista per il pomeriggio è rimandata all'indomani e per le ore che seguono ci si recherà a Randazzo. La cittadina conserva la sua origine prettamente medioevale poiché non è stata mai lambita dal vulcano, pur essendo il comune più vicino al cratere centrale dell'Etna (15 km circa). Il suo territorio è stato solcato da disparate civiltà: greci, romani, bizantini, ebrei, arabi, normanni, aragonesi, le cui tracce, documentarie ed artistiche, sono ancora visibili. Il paese è davvero bellissimo e gode di un clima ideale con i suoi 750 metri di altitudine, ma le memorie del passato, in particolare le dimore nobiliari, faticano a preservare la raffinatezza, lo splendore estetico, l'eleganza del loro passato, perché abbandonate

e decadenti. In ogni caso, la passeggiata lungo le vie principali ci permette di ammirare, camminando in un tempo e in uno spazio sospesi, alcuni splendidi segni del passato: la basilica di Santa Maria Assunta (1239), la chiesa di San. Nicolò (XIII), la statua del gigante Piracmone, la via degli Archi, il cortile del corpo di guardia del castello svevo. Donne sedute davanti all'uscio di casa, un ragazzo mollemente abbandonato su un sedile improvvisato, crocchi di uomini che discutono animatamente nella piazza del paese, gatti di colore diverso che circolano lungo l'acciottolato, completano un quadro che rimanda ad un tempo senza tempo.

Il rientro a "casa" è seguito da un'ottima cena (le porzioni erano alquanto ridotte e i piatti un po' costosi, ma molto buoni) in una trattoria nella piazza principale di Linguaglossa. Credo che tutti abbiano raggiunto velocemente l'agognato giaciglio per un sonno ristoratore. Il secondo giorno, 1 giugno, ci rechiamo alle Gole dell'Alcantara, situate nell'omonima valle, dove termina la catena montuosa dei Peloritani tra i comuni di Castiglione di Sicilia e di Motta Camastra. Si tratta di gole alte fino a 25 metri e larghe, nei punti più stretti, 2 metri e, nei punti più larghi, 4-5 metri. La formazione dell'alveo risale a circa 300.000 anni orsono; l'attuale aspetto del fiume si deve alle colate verificatesi negli ultimi 8.000 anni. La presenza dell'acqua e la relativa percolazione all'interno della massa magmatica hanno causato un raffreddamento più veloce dando origine a fratture irregolari, le quali, intersecandosi, hanno formato strutture prismatiche di varia configurazione: a catasta di "legna" (disposte orizzontalmente), ad "arpa" (leggermente arcuate), a "rosetta" (andamento radiale). Le formazioni più regolari sono verticali, a "canna d'organo", e possono raggiungere anche i 300 metri. Arrivati alla piccola spiaggia della gola, un'acqua limpida, chiacchierina e alquanto fresca, spinge tutti a percorrere alcuni metri del letto del fiume. Alcuni ardimentosi, dopo aver superato il freddo impatto, peraltro rigenerante, nonostante la profondità e la corrente diventino sempre più significative, cercano di superare una piccola ma impetuosa cascata per ammirare le diverse stratificazione delle pietre.

Risaliamo sulla sommità per ammirare le gole da un'altra prospettiva. Imbocchiamo il sentiero delle Saje, che mostra il sistema di irrigazione introdotto in Sicilia durante la dominazione araba. Il primo punto panoramico che raggiungiamo è la sorgente di Venere, piccolo laghetto che segna l'inizio della tumultuosa corsa del fiume all'interno delle gole. Secondo un'antica leggenda, il Dio Vulcano amava follemente la Dea Venerea, la quale ricambiava. Per suggellare questo amore, il Dio Vulcano riscaldò le acque dell'Alcantara, luogo sacro dove Venere amava bagnarsi. Un bel giorno però, l'amore finì a causa del tradimento di Venere. Vulcano, in un attimo di rabbia funesta, rese le acque dell'Alcantara gelide, così da far pagare a Venere il suo tradimento. Da allora si racconta che la vasca della Dea restituisca la virilità agli uomini e la verginità alle donne che si immergono nelle sue fredde acque….. succederà anche a tutti coloro che si sono immersi?
Proseguendo il percorso a ritroso, raggiungiamo il Tumulto di Vulcano, che prende il nome dalla divinità. È qui che le acque del fiume si fanno violentemente strada tra i basalti. Poco più avanti si trova il Balcone di Venere, raggiungibile attraverso uno stretto sentiero. Qui si entra nel mezzo delle gole, a pochi metri dal livello del fiume, circondati dalle meravigliose pareti di lava basaltica. Il sentiero continua tra la vegetazione, fino a raggiungere il Balcone e Anfiteatro delle Muse, punto in cui le gole sono alte circa 25 metri. Qui si possono ammirare da vicino i basalti colonnari a "canna d'organo", levigati dalle forti piene invernali del fiume. Con un po' di attenzione, si possono distinguere le diverse colate laviche avvenute nei millenni passati. Poco dopo si raggiunge il Balcone delle Cascatelle, l'affaccio più intimo di tutto il parco. Da qui si possono osservare, da un'altra angolazione, la piccola Grotta delle Gole, la spiaggia e alcune piccole cascate all'interno delle gole. Alla fine del percorso, ci accoglie il sentiero del Giardino Mediterraneo, che si snoda attraverso un rigoglioso agrumeto siciliano. Nella tarda mattinata raggiungiamo la piccola baia protetta da colline che scendono verso il mare: Giardini Naxos. Nel poco

tempo concesso, alcuni di noi decidono di assaporare le acque trasparenti di un mare che lancia un forte richiamo; altri preferiscono, dopo aver consumato un veloce pasto, passeggiare sul lungomare. Nel tardo pomeriggio, con il pullman raggiungiamo Piano Provenzana (1800 metri) e dopo una non breve attesa si sale su bus 4x4 per raggiungere l'Osservatorio a 2900 metri. Durante il percorso in fuoristrada si cerca, per la posizione che si occupa e gli inevitabili sballottamenti, di catturare le immagini dei diversi crateri spenti, nonché del paesaggio lunare che si apre con continui nuovi scorci. È l'imbrunire quando ci si ferma per una breve sosta alla cerniera di fuoco, che rimanda all'eruzione del 2002 e segna profondamente e drasticamente la stazione turistica di Piano Provenzana. Dopo una frequente e forte attività sismica sul versante nordest del vulcano, l'eruzione esplose in tutta la sua virulenza il 27 ottobre 2002 sul versante nord e si concluse il 29 gennaio 2003 sul versante sud. Questa eruzione fu una delle più esplosive degli ultimi 100 anni ed oggi è chiamata "l'eruzione perfetta". Una serie di crateri iniziarono ad aprirsi sul versante nord creando la cosiddetta "bottoniera"; le ceneri e i lapilli iniziarono a spargersi per chilometri nell'aria e la lava raggiunse Piano Provenzana. Qui sono sepolti sotto la lava i negozi di souvenir, alberghi, ristoranti e tanti anni di storia di una importante stazione turistica. L'eruzione dell'Etna del 2002 continuò incessantemente, dirigendosi verso la pineta Ragabo e terminò il 7 novembre a sette km dal paese di Linguaglossa. In contemporanea sul versante sud si formarono due crateri, uno a 2750 metri di altitudine e uno a 2800 metri. Il rifugio Torre del Filosofo fu sepolto per sempre sotto tonnellate di materiale vulcanico. L'eruzione si divise in due flussi di lava. Una scese verso il giardino botanico di Nuova Gussonea sul lato sud-ovest e l'altra in direzione del Rifugio Sapienza. Questo riuscì a salvarsi dalla lava e dal fuoco, ma un centro informazioni e un bar furono colpiti dalla lava. In totale, l'eruzione creò circa 160 milioni di metri cubi di materiale vulcanico. Il centro turistico sul versante nord dell'Etna, Piano Provenzana, fu completamente distrutto e diversi ettari della pineta Ragabo andarono a fuoco.

Osservando ciò che resta di qualche albergo, della pista sciistica che tu hai buttato a terra dopo qualche eruzione…quale arroganza, la nostra, averti trattato come una qualsiasi montagna. E che risposta, elegante e puntuale, hai dato a noi tutti, seppellendo le strutture sfida che erano state costruite su di te…

I mezzi continuano a salire fino a quota 2900 circa per portarci fino all'osservatorio vulcanologico. Qui saliamo a piedi per circa 50 metri e ci affacciamo sulla valle est, dove è in atto un'eruzione.

….la relatività generale quasi sembra luccicare e tira forte entro sé ogni pretesa di assoluto eliminandola alla radice….

Rimaniamo estasiati davanti allo spettacolo, nonostante un gelido vento implacabile, quasi che, come un contraltare, le lingue di fuoco possano donarci un inaspettato calore. Il 3° giorno (2 giugno) partiamo per l'escursione dal rifugio Citelli, e attraversando un folto bosco endemico di "Betulle Aetnensis", arriviamo alla Grotta di Serracozzo, per poi proseguire su un ripido sentiero che porta sull'orlo della valle del Bove con uno scorcio mozzafiato sull'Etna fumante.

L'itinerario prosegue in direzione nord-est sino a giungere a Serra delle Concazze dove ammiriamo le colate laviche del 1928. Lo sguardo si perde sui Monti Peloritani, tra cui spicca il Cervino di Sicilia "Rocca Novara", fino a Taormina e tutti i paesi della costa Ionica. Si prosegue lungo tracce di residui lavici, polvere nera, "dicchi" (pareti alte 30-40 metri formatesi dall'azione della lava, che toccando il terreno trova un ostacolo e si innalza), tra cu-

scini di Astragalo o Spino Santo fino a ritornare al bosco di betulle che ci riporta al Rifugio Citelli.
Il pomeriggio si chiude con una degustazione presso un'azienda vinicola, dove Mauro, approfittando di una chitarra messa a disposizione dall'azienda, ci delizia con bellissime canzoni mentre noi tutti, distesi su un bel manto erboso, cantiamo in coro e il cucciolo Giacomo, incuriosito, ci gira intorno. Il 4° giorno (3 giugno), partendo sempre da Piano Provenzana, prendiamo il sentiero che costeggia il Monte Nero, all'interno della frattura eruttiva del 2002 e sui flussi lavici del 1923, per arrivare alla magnifica faggeta di Timpa Rossa e all'omonimo rifugio, dove ci fermiamo per una breve sosta. Si riprende il cammino sui flussi lavici del 1947 e infine su quelli del 1614/24 costituiti da particolari morfologie vulcaniche a lastroni e corde, chiamate "pahoehoe". È su questo campo lavico, detto dei Dammusi, che troviamo a 1720 m una delle più lunghe gallerie a scorrimento lavico dell'Etna. La Grotta dei Lamponi è lunga 700 metri ed è stata così denominata da alcuni volontari del CAI di Linguaglossa per la ricchezza di piante di lamponi che ritrovarono al suo ingresso.
Il ritorno a Piano Provenzana percorre per un tratto la via dell'andata e poi prosegue aggirando il Monte Nero dal versante opposto. Accompagnati da un sole implacabile, percorriamo cimiteri di betulle, che creano con il loro biancore un forte contrasto con il terreno lavico. Come un piccolo gioiello, la meravigliosa saponaria colora il paesaggio.
…segno che tradisce il rapporto eterno tra distruzione e creazione. Le eruzioni diventano rocce, poi terreno, poi nascono i fiori, poi l'aria si mescola di elementi essenziali ad una vita destinata a morire. ...Una leggenda narra che Venere ha posto i cuscini di saponaria sul suo dorso per ricordare che, anche tra le insidie più grandi del fuoco e del tremore possono nascere amore e bellezza.

Nel pomeriggio breve visita turistica a Taormina e, al ritorno, brindisi di saluto nella sede del CAI di Linguaglossa, ospiti dell'ex presidente Carmelo Mangano che, insieme a Nino Pavone, ci ha accompagnato con grande dedizione e pazienza. La giornata si conclude con una ricchissima e allegrissima cena preparata da Aida nello splendido spazio della struttura dove alcuni di noi alloggiano. Carmelo e la sua famiglia, proprietari del B&B, si dimostrano, ancora una volta molto ospitali. Le escursioni del 4 giugno, quinto ed ultimo giorno, sono funzionali al ritorno all'aeroporto di Catania. Iniziamo con una breve passeggiata di circa km 4 ai crateri Monti Sartorius, sempre sul versante Nord dell'Etna, partendo poco prima del rifugio Citelli. Sono sette crateri del 1865 allineati a bottoniera ad una altitudine di m 1667. Prendono il nome dallo studioso tedesco Sartorius von Waltershausen che riportò cartograficamente le più importanti eruzioni dell'Etna. Dal versante nord dell'Etna ci spostiamo a quello sud fino al Rifugio Sapienza. Sostiamo per un paio di ore prima di ripartire per l'aeroporto di Catania. Qualcuno approfitta per una breve escursione ai crateri circostanti, anche se il contesto, nel suo insieme, è fortemente deturpato da una forma di turisticizzazione alquanto discutibile. Rientriamo seguendo le tappe all'incontrario, ma negli occhi e nella mente la meraviglia e lo stupore di un luogo sospeso tra terra e mare.

Le citazioni in grassetto sono estrapolate dal testo di Leonardo Caffo "La montagna di fuoco – Etna: la madre"

VALNERINA
Una tre giorni nella valle incantata dell'Umbria

Loredana Di Giacomo - Enrico Ripa

È l'acqua a disegnare il percorso.

Protagonista è il fiume Nera che nasce a 902 metri s.l.m. in località Vallinfante di Castelsantangelo sul Nera per risorgenza dai bacini idrici sotterranei dei Sibillini; all'altezza di Visso, dopo pochi chilometri, le varie sorgenti si uniscono in un unico corso e danno vita al fiume vero e proprio. Nei pressi di Triponzo, già in territorio umbro, nella provincia di Perugia, il fiume aumenta la propria portata d'acqua grazie al notevole contributo da sinistra del fiume Corno, scorrendo per svariati chilometri in una valle verdissima e quasi incontaminata dove lambisce i centri di Cerreto di Spoleto, Vallo di Nera, Sant'Anatolia di Narco, Scheggino. Prosegue il suo percorso nella provincia di Terni bagnando altri borghi come Sambucheto, Ferentillo, Montefranco, Arrone; dopo Collestatte, il fiume raddoppia la propria portata grazie al contributo assai ricco del Velino, suo principale affluente, che in esso si getta con i tre salti spettacolari che compongono la Cascata delle Marmore, la più alta d'Europa con i suoi 165 metri di altezza. Dopo aver percorso 116 chilometri, il Nera raggiunge il Tevere nei pressi di Orte. La Valnerina è un susseguirsi di gole, alture verdissime talvolta rocciose, eremi, torri di avvistamento e timidi borghi medievali abbarbicati a mezza costa. Il territorio è un grande laboratorio a cielo aperto di geologia (www.parcogeologicovalnerina.it), una valle mistica dedita alla vita eremitica (www.proruscio.it), una perenne via di comunicazione e passaggio dove natura, storia, arte si fondono in un tutt'uno.

La nostra avventura inizia sotto un ottimo auspicio: tempo bello, non troppo caldo. Seguendo idealmente il percorso del fiume, la prima escursione si svolge nella zona di Preci e in particolare abbiamo percorso l'anello del Monte Moricone, identificato come sentiero E12 del Parco Monti Sibillini (www.sibillini.net). Partiamo dal borgo di Saccovescio per raggiungere la Sella di Pian Callaio; il panorama che si gode alla fine della salita, su tutta la catena ovest dei Sibillini, ripaga ampliamente della fatica. Nel scendere passiamo per il borgo di Collescille e deviamo in direzione dell'eremo di San Fiorenzo (www.iluoghidelsilenzio.it/eremo-di-san-fiorenzo-preci), da dove ammiriamo la sottostante Valle Castoriana. La visita all'eremo ci permette di conoscere il simpatico eremita polacco Taddeo Wrona, il quale si è ritirato 26 anni fa a vita monastica. E grazie all'incontro cercato da alcuni di noi, suonando insistentemente la campanella esterna per avvisare della nostra presenza, visitiamo l'interno della struttura e ascoltiamo da lui la storia e gli aneddoti del luogo. Proseguiamo per il Borgo di Preci fino a Scheggino, dove alloggiamo presso l'hotel informale di Marco e mangiamo nella locanda gestita dall'originale Emiliano. Il locale è spartano e il pasto è abbondante, "pure troppo!" come sottolinea Ginevra, e comprende la specialità del posto, la trota fritta. Unico neo è la presenza di un nutrito gruppo di motociclisti che "allieta" la serata con brindisi incomprensibili e parecchio rumorosi. Scheggino è un piccolo borgo umbro con pittoresche viuzze, stretti viottoli e il castello, qui le acque del fiume Nera lambiscono rustici caseggiati (www.umbriatourismo.net).

Il giorno seguente il programma prevede la visita di paesi come Triponzo, Cerreto di Spoleto e Borgo Cerreto e per chiudere l'anello percorriamo un tratto della ex ferrovia Spoleto-Norcia ("Umbria a piedi" di Pezzotta N., et al., 2021, Ed. Guide ITER- pag. 168-170). Nel pomeriggio, raggiunto il borgo di Sant'Anatolia di Narco, visitiamo il paese e il museo della canapa con la guida esperta di Benedetta e Glenda. Apprendiamo di come la produzione della canapa era molto fiorente nella zona, infatti il percorso vicino al fiume è denominato "le canapine" e passo dopo passo ci spiegano il ciclo produttivo di lavorazione (www.museodellacanapa.it).

Il trekking urbano è di circa 3 Km. e comprende anche la visita alla sottostante Abbazia dei Santi Felice e Mauro, icona della Valnerina. La sua storia risale a quasi 1500 anni fa, quando il padre Mauro con il figlio Felice si stabilirono in una grotta sottostante l'attuale abbazia, vivendo da eremita (www.iluoghidelsilenzio.it). Tornati dal giro, visitiamo il museo della canapa che ha sede nel cinquecentesco palazzo comunale e costituisce una delle antenne dell'Ecomuseo della Dorsale Appenninica Umbra, realtà diffusa in tutta la valle, nata allo scopo di conservare e tramandare le tradizioni e i mestieri che appartenevano alla comunità (www.cedrav.net).
Un'atmosfera canterina accompagna l'ultima serata in ristorante perché non solo la montagna, anche la musica UNISCE. Il 25 aprile ci riserva altre belle sorprese: le miniere di ferro del Monte Birbone. Partiti per tempo, arriviamo alla frazione di Butino nel comune di Monteleone di Spoleto, dove ci aspettano gli amici del CAI di Leonessa. L'uscita intersezionale, non programmata, è organizzata grazie al contatto con l'Associazione

ArcheoAmbiente (www.archeoambiente.net) e precisamente con la signora Giuseppina, persona molto disponibile e ben contenta di farci conoscere questo territorio. Nei dintorni di Monteleone di Spoleto, in località Ponte delle Ferriere si lavorò il metallo estratto dalle miniere del Monte Birbone. Con questo materiale vennero realizzati due cancelli laterali medi della Basilica di San Pietro (detti di Urbano VIII) e quelli alla porta del Pantheon a Roma (www.gmpgaia.it/2020/04/03/monteleonedispoleto.it). L'escursione, con oltre 50 persone, prevede la visita di due miniere, una delle quali scoperta solo lo scorso anno. Scongiurate le ire di Giove Pluvio, la giornata si conclude con un delizioso "terzo tempo" fatto di deliziosi panini con porchetta, salame e pecorino, sulla terrazza dello chalet all'interno del Parco della Croce a Monteleone di Spoleto. Una ospitalità e una organizzazione ineccepibile, quella offerta dai nostri amici di Leonessa e di Monteleone! Sciolta la compagnia, alcuni di noi ne approfittano per fare un giro in paese e con Giuseppina, depositaria delle chiavi del Museo della Biga, possiamo visitare anche questa piccola "chicca" che offre il territorio monteleonese: la copia a grandezza naturale (l'originale si trova al Metropolitan Museum di New York) della c.d. biga etrusca, in realtà di origine greco-ionico, consistente in un carro da parata del VI secolo a.C. in legno, bronzo dorato e avorio (www.monteleonedispoletoeventi.it). Cosa dire di questi tre giorni? Sicuramente grazie a tutti i meravigliosi partecipanti che ci hanno accompagnato in questa avventura, dove anche il meteo si è rilevato clemente a dispetto delle previsioni. Una menzione speciale alla nostra decana Ginevra che dopo molto tempo ha scelto noi per rimettere il naso fuori da Monterubbiano. Arrivederci, speriamo presto, per condividere altre esperienze di cammini, storia e tradizioni! Excelsior!

Per approfondimenti: "Guida alla Valnerina. Storia e arte." di Fabbi A., et.al, 2018, Ed. Il Formichiere.

GIORNATA DELLA MEMORIA

8 ottobre 2022

In cinquanta-tre hanno partecipato alla giornata dedicata ai nostri amici scomparsi, di cui 16 coristi, soci e non, del Coro La Priora e 37 fra soci e familiari. Niente male per un corpo sociale di poco più 600 soci, di cui una grande maggioranza è costituita da adulti e giovani che solitamente non sono attenti a questo tipo di ricorrenza. Ciò non vuol dire che in futuro questo numero, se pur dignitoso, non debba migliorare. A mio giudizio non può che crescere se si prende sempre più coscienza che chi ci ha preceduto ci ha regalato gratuitamente quanto ora stiamo vivendo: conoscenza, rispetto e amore per la montagna. Chissà se in un futuro potremo ricordare una partecipazione, a questa giornata della memoria, talmente numerosa da renderci consapevoli di avere un corpo sociale sensibile e grato!
Con fiducia, Domenico Pistonesi

ALLA **MIA** TINA

Con il rinnovo dell'adesione per l'anno 2023 alla sezione* CAI *di Fermo, la socia Gambini Tina, classe 1933, entra nei 50 anni di anzianità del nostro gruppo. Quale socio anziano e compagno di vita e passioni, desidero congratularmi e ringraziarla per aver condiviso e permesso a tutta la famiglia di vivere le magnifiche esperienze che solo la montagna può dare.

De Ficchy Carlo

< In copertina: Monte Sibilla - Simone Ferranti

CLUB ALPINO ITALIANO - Periodico della sezione di Fermo Anno 2022 - **n. 34**

Direttore responsabile: Silvio Sebastiani
Caporedattore: Sabrina Longarini
Grafica e impaginazione: Michael Paci
Stampa: Micropress srl

Hanno collaborato con testi e foto: Gelsomina Viscione, Alberto Vita, Loredana Di Giacomo, Enrico Ripa, Carlo De Ficchy, Cesare Curi, Antonietta Crisanti, Staff AG, Lorenzo Monelli, Raffaele Giardini, Gianfranco Pistolesi, Pietro Cardi, Lucia Barchetta, Alberto Pende

Altre foto: Paolo Moretti, Nicola Pezzotta, Simone Ferranti

Chiusura numero: 20 Dicembre 2022

BENessere

Andare e conoscere, andare per conoscere, conoscere e poi andare.

Cesare Curi

Andare come: a piedi o in macchina con tre o quattro amici per risparmiare.
Dove: intorno a Fermo, al mare, in campagna o in montagna nei nostri bellissimi Sibillini.
Questo è BENessere.
Andare, girovagare nel senso del verbo tedesco "wandern"; verbo che non trova in italiano un termine che renda a pieno il suo significato se non creando il neologismo "escursionare". Perché fare un'escursione o una passeggiata è riduttivo. Si va alla ricerca, a curiosare sempre con gli occhi bene aperti sullo spettacolo della natura per appagare il nostro spirito.
Questo è BENessere.
Conoscere, informarsi con libri, mappe, internet, GPS, sui luoghi, sui percorsi, sui monumenti, sulle caratteristiche del territorio, fauna, flora, su dove andare a trovare quello che di volta in volta incrementa la nostra conoscenza e passione per la natura. Il vivere all'aria aperta ci porta a ricercare: specialità gastronomiche, erbe trovate, frutti di bosco, funghi. Questo è BENessere.
Andare per conoscere: a piedi intorno a Fermo, verso il Porto o San Girolamo o Monte Rosato o Madonna Bruna o Torre di Palme con un giro nel Bosco del Cugnolo. Osservando, riconoscendo e fotografando fiori, piante, erbe, animali per poi verificare con internet, appunto, per conoscere, per arricchire le nostre conoscenze e il nostro sapere. Poi tornare a casa con i mezzi pubblici.
Questo è BENessere.
Andare in macchina a visitare i nostri borghi, tutti in cima ad un colle. Infatti la maggior parte si chiama Monte..... con in cima o un castello o una chiesa, cinti di mura con meravigliosi panorami su di un territorio dolce, ondulato, pieno di colori, che quasi sempre comprendono mare e montagna, Sibillini, Laga, Ascensione, Monti Gemelli, Gran Sasso.
Questo è BENessere.
Conoscendo e andando si va a raccogliere tutto quanto ci può offrire la natura: asparagi selvatici, erbe mangerecce come rugni, speragne, papagne, crespegne, pisciacà, bietole, cime di rape e di vitalbe, intorno a Fermo senza allontanarsi troppo; poi magari in macchina andare in montagna a "gorbani", cioè gli spinaci di montagna o per essere più scientifici il "Buon Enrico", i frutti di bosco come fragole, mirtilli, lamponi, uva spina, ribes selvatico, corniole con cui fare ottime confetture e poi magari acquistare mele rosa, noci, castagne, patate, cacio pecorino. Questo è BENessere.
E poi i funghi di cui il nostro territorio è straricco; da febbraio a dicembre se ne possono trovare di tutte le specie commestibili, tossiche e velenose, anche mortali. Per cui chi li volesse raccogliere deve munirsi di un manuale, aiutarsi con internet e poi andare in due o in gruppo nei nostri monti per conoscerli, riconoscerli, fotografarli. Per raccoglierli? Ci vuole tanta esperienza, che si acquista solo frequentando e iscrivendosi ad una Associazione Micologica e facendo poi controllare il materiale raccolto da micologi professionisti. Ma basta limitarsi ad osservarli e fotografare questi meravigliosi vegetali che la natura ci offre. Questo è BENessere.
Dai funghi si passa alle piante e ai fiori. Campagna e montagna sono piene di numerosissime specie che è bello saper riconoscere, cosa che può avvenire usando bene internet o consultando buoni manuali. Si potranno fare tante scoperte come per esempio le mele e le pere selvatiche, tante specie di ciliege, nonché imparare a distinguere le tante piante ad alto fusto, gli arbusti e poi i fiori. Soprattutto appassionandosi ai fiori si scopriranno le numerose specie di orchidee spontenee di cui è ricco il nostro territorio; tutte da fotografare.
Non c'è mai fine al BENessere.

Frutti autunnali

Antonietta Crisanti

Visto che mi assilli sempre, mo' che piove e fa tempu bruttu te so fatto un articolettu pe lu giornalettu.
Non ce pijà lu viziu, io so pensionata quindi lavoro solo quanno ciajo voja ricordatelo sempre. Se non te va vè, buttalu via.

Passeggiare per i boschi in autunno è un'esperienza sensoriale molto bella, non solo per ammirare il foliage, un'autentica esplosione di caldi e meravigliosi colori che vanno dal giallo oro dei pioppi, all'arancio degli aceri, al rosso vivo dello scotano e dei ciliegi, al rame dei faggi e al porpora dell'orniello, con tutte le differenti sfumature di colore, spesso presenti nella stessa

pianta. Tutti i nostri sensi ne sono coinvolti, non solo la vista; ascoltare il crepitio delle foglie secche, che si muovono al vento e sotto i nostri passi, respirare una sinfonia di odori, di muschio, di funghi, di terra e foglie umide, sono esperienze molto piacevoli e appaganti.
In questa stagione i boschi ci regalano anche preziosi frutti, come more, lamponi, nocciole, bacche di rose selvatiche, sorbe, tra i più comuni e noti ai molti frequentatori della montagna. Altri sono meno conosciuti, alcuni anche molto belli da vedere per le forme e i colori, ma assolutamente da non assaggiare, anche se ci sembrano invitanti, a meno che non siamo veramente sicuri di conoscerli, onde evitare intossicazioni anche gravi. Le piante possono nascondere insidie più o meno pericolose, per la difficoltà di riconoscimento tra specie diverse; sono simili i frutti del sambuco erbaceo e del sambuco comune, ma mentre quelli del primo sono tossici, quelli del secondo, se ben maturi, sono commestibili. Dobbiamo essere molto attenti ai bambini che a volte ci accompagnano nelle nostre passeggiate, più vulnerabili, sempre attratti dalle bacche, in particolar modo a quelle scarlatte. Alcune bacche possono avere effetti letali, anche in piccole quantità, come la pericolosissima belladonna, presente nei boschi, soprattutto al margine, in maniera sporadica.
Questa specie, della famiglia delle Solanaceae, è tra le piante più velenose. Essa contiene composti tossici come l'atropina, un tempo utilizzata per dilatare la pupilla, e altri alcaloidi in tutta la pianta; la maggior concentrazione si ha nelle bacche, grosse sfere nere e lucenti.
Di seguito una breve carrellata di frutti che possiamo trovare più frequentemente nei nostri boschi. Uno stimolo a coloro che vogliono imparare a conoscere la natura.

Agrifoglio
(Ilex aquifolium)

Belladonna
(Atropa belladonna)

Berretta del prete
(Euonymus europaeus)

Biancospino
(Crataegus monogyna)

Bosco in autunno con un tappeto di scotano

Caprifoglio
(Lonicera caprifolium)

Corbezzolo
(Arbutus unedo)

Corniolo
(Cornus mas)

Daphne mezereum
(Fior di stecco)

Ebbio (Sambucus ebulus)

Farinaccio (Sorbus aria)

Giaggiolo puzzolente
(Chamaeiris foetidissima)

Gigaro
(Arum italicum)

Ginepro (Juniperus communis)

Lampone (Rubus idaeus)

Melo selvatico
(Malus sylvestris)

Mirabolano
(Prunus cerasifera)

Mirto
(Myrtus communis)

Nocciolo
(Corylus avellana)

Palla di neve (Viburnum opulus)

Peonia (Paeonia officinalis)

Pero selvatico
(Pyrus pyraster)

Prugnolo
(Prunus spinosa)

Rosa selvatica
(Rosa canina s. l.).

Rovo (Rubus ulmifolius)

Sambuco (Sambucus nigra)

Spino cervino (Rhamnus Cathartica)

Sanguinello
(Cornus sanguinea)

Sorbo comune
(Sorbus domestica)

Sorbo torminale
(Sorbus torminalis)

Tamaro
(Dioscorea communis)

IL GRUPPO GIOVANILE CRESCE...

Staff Alpinismo Giovanile

Arrivati al termine dell'anno, ci siamo ritrovati per alcune riflessioni riguardo l'attività dell'Alpinismo Giovanile: siamo partiti dall'incertezza di come proporre il nostro programma ai bambini e ai ragazzi che avevamo perso un po' di vista a causa della pandemia da Covid, per poi arrivare all'entusiasmo e alla voglia di ripartire il prossimo anno! Cosa c'è in mezzo? Tantissimoooooo! A dispetto delle nostre paure, gli iscritti al corso dell'Alpinismo Giovanile sono stati 34, di varie età, e tutti con la stessa voglia di mettere in pratica il motto di quest'anno "Montagna, Divertimento, Avventura". A loro si sono aggiunti tanti altri giovani, incuriositi dai racconti dei loro amici, che hanno partecipato in modo sparpagliato alle varie escursioni. Che dire dei genitori? In numerosi hanno aderito a tutte le uscite, tanto che si è reso necessario creare un gruppo apposito, affinché godessero della montagna senza il pensiero dei propri figli. Come da tanti anni, ormai, l'Alpinismo Giovanile è ritornato nelle scuole per portare gli alunni delle primarie e delle secondarie di I grado a sperimentare e sperimentarsi nell'ambiente montano. È proseguita la collaborazione con la comunità Villa Murri di Porto San Giorgio, attraverso proposte di escursioni a bambini e ragazzi con disagio sociale. Lo staff si è arricchito, dopo il corso e un anno di tutoraggio, di cinque nuovi Accompagnatori Sezionali (ASAG), Caterina, Laura, Monia, Sara e Sergio, i quali sono stati coinvolti fattivamente nelle uscite e nella loro pianificazione. Finalmente, dopo i bilanci, la festa! Ci siamo ritrovati insieme per rivivere i momenti salienti dell'attività di tutto l'anno, per condividere ancora le risate fatte in montagna e per consegnare ai ragazzi gli attestati e i gadget. Nemmeno l'imprevisto che ci ha impedito di fare la merenda è bastato a spegnere la vitalità della serata! Il gruppo dell'Alpinismo Giovanile, quest'anno, ha coinvolto circa 1100 ragazzi e la loro contentezza e i loro sorrisi rappresentano la più grande soddisfazione per noi dello staff, quindi……..…..quand'è che si riparte?

MANUTENZIONE SENTIERI:
Corso di formazione per volontari del CAI di Fermo

Loredana Di Giacomo - Lorenzo Monelli

Già nel 1996 l'allora Presidente Generale del CAI, Annibale Salsa, dichiarava l'impegno forte e concreto dell'Associazione per la cura del patrimonio dei sentieri attraverso una fattiva partecipazione dei soci: "All'escursionista è idealmente affidata la memoria storica di un patrimonio plasmato dalla fatica, dal sacrificio, dalla caparbia determinazione degli uomini di montagna. All'escursionista, più che ad ogni altro frequentatore della montagna, è demandata la conservazione di questo ingente capitale culturale". D'altro canto lo statuto ribadisce che "…l'Associazione facilita la diffusione della frequentazione della montagna e delle escursioni (Omissis)…mantenendo in efficienza le strutture ricettive e i sentieri".

Da quegli anni molta strada è stata fatta; l'attività di volontariato è stata via via nel tempo più strutturata e tutelata seguendo le norme legislative inerenti il settore. Grazie alla firma del protocollo MIBAC 2012-2022 tra il Sodalizio e il Ministero del Turismo e all'impegno di questi anni della Struttura Operativa Sentieri e Cartografia a livello centrale, non senza sottolineare il lavoro delle Commissioni regionali, l'attività sui sentieri ha avuto una accelerazione avendo come obiettivo la realizzazione di un Catasto Nazionale degli stessi. Dunque coinvolgimento dei volontari delle sezioni, che non riguarda solamente lavori con pennello e vernice (rigorosamente bianca e rossa!), ma anche attività di decespugliamento, sramatura, pulizia e manutenzione del fondo, riqualificazione dei sentieri e la realizzazione del catasto digitale degli stessi sperando che in tempi ragionevoli si giunga ad una rete sentieristica consolidata nazionale.

L'attività, sopra descritta, è un servizio che viene offerto a tutti gli escursionisti per conoscere, valorizzare e tutelare l'ambiente, ma comporta rischi e pericoli che non vanno sottovalutati e vanno affrontati con adeguata preparazione e buon senso. Dunque, nel periodo di marzo di quest'anno la nostra sezione ha organizzato un corso denominato "I° Corso di manutenzione e gestione della sentieristica", in collaborazione con l'Istituto Tecnico Tecnologico G. e M. Montani – Sezione Agraria e il Comitato Provinciale del CSI.

La particolarità dell'evento, rispetto ad altri corsi di questo tipo, è stata la partecipazione di alcuni degli studenti dell'Istituto, oltre che dei volontari CAI. La collaborazione ha permesso di avvicinare i ragazzi all'ambiente montano, di poterlo vivere con la consapevolezza dei pericoli e rispetto della natura, oltre a fornire una conoscenza base sulla manutenzione sentieristica.

Il corso è stato articolato in 4 incontri: tre in aula per la parte teorica presso l'Istituto Montani e uno sul campo. Gli argomenti, sviluppati in modo esaustivo e professionale dai docenti intervenuti, hanno fornito la conoscenza base sui rischi e sulle misure di prevenzione e sicurezze relative all'attività di segnaletica e alla manutenzione dei sentieri, nozioni sulle tecniche di segnatura e piccola manutenzione, elementi di botanica e primo soccorso.

La giornata pratica si è svolta nel territorio comunale di Montefalcone Appennino. La scelta non è stata casuale. Infatti è attiva una collaborazione tra il sindaco Giorgio Grifonelli e la nostra sezione per la realizzazione di percorsi in quelle zone. A completamento della giornata, tutti a Smerillo per il pranzo e la consegna degli attestati di partecipazione!

Degno di nota è stato l'evento sociale "La Montagna si tinge di rosa" svoltosi l'11 settembre che ha visto il coinvolgimento di quasi 200 partecipanti di tutti i gruppi della nostra sezione. Per l'itinerario proposto dagli organizzatori sono stati scelti i sentieri di Montefalcone Appennino, quelli appunto tracciati dai nostri manutentori. Excelsior!

Ai nostri soci: per qualsiasi comunicazione inerente i sentieri che ricadono nell'ambito della sezione di Fermo potete mandare una email alla segreteria (segreteria@caifermo.it) e/o contattare il Referente sezionale Enzo Romanella al 338/3521849.

"le montagne
si tingono di rosa"

11 settembre 2022

Carissimi amici,

sono stato invitato a raccontare la storia dei novant'anni della mia vita.

Sarò sintetico: non è mia abitudine parlare di me. Più che della mia vita passata , dirò quello che vorrei fare, quando sarò grande.

Nei novant'anni che mi sono rimasti, è mia intenzione percorrere altre strade,altri sentieri, che non siano quelli dei nosti monti. Così avrei l'occasione di imbattermi con altri uomini e altre donne.Conoscerei personaggi importanti e anche io diventerei un pezzo da novanta.

Poi mi sono detto: dove trovare per le contrade del mondo altri personaggi e cancellare volti e sorrisi di uomini e donne,che per oltre mezzo secolo,condivido insieme a loro, le vicissitudidini e la storia della nostra Sezione?

L'ex Presidente Generale, in una sua lettera, facendo proprie le parole di Italo Calvino, asserisce, che "le associazioni rendono l'uomo più forte e mettono in risalto le doti migliori delle singole persone".

Non è vero che vorrei percorrere altri sentieri. I nostri monti ne sono pieni, e sono quelli, che ci hanno insegnato a vivere, essere rispettosi con gli altri e con noi stessi, e rispettare la montagna.

Grazie ai Presidenti che non ci sono più , che molto hanno dato per il Club, e un saluto a quelli tra di noi.

Un particolare ricordo và a Mario, nonostante i pochi anni che è stato tra di noi, aveva portato una ventata di entusiasmo, tanta era la sua passione per la montagna.

Grazie a Robero "lu Greciu" e a Filippo e alle loro prelibatezze gastronomiche,hanno fatto tingere di rosa le nostre meravigliose montagne: esse sono le cattedrali del Signore.

Raffaele

CONGRESSO NAZIONALE TAM

" Il ruolo dell'operatore TAM per la montagna di domani "

Gianfranco Pistolesi

Con una partecipazione di circa 120 persone, l'1 Ottobre 2022, ha avuto luogo a Bologna il congresso nazionale TAM

La sezione CAI di Fermo ha contribuito con la presenza di 4 soci che hanno potuto prendere conoscenza dei nuovi indirizzi generali a cui il CAI intende fare riferimento per il futuro molto prossimo. Nella consapevolezza della rapida modificazione che ha subito la montagna a partire dalla 2^ metà del secolo scorso, dobbiamo, purtroppo, prendere atto che tale cambiamento ha interessato le alte quote. Soprattutto le terre alte dove si sviluppavano le principali attività che contribuivano, per circa la metà, alla produzione delle risorse su cui il popolo poteva fare affidamento per vivere e non solo per sopravvivere. Partendo dall'inizio degli anni '50 è iniziato il fenomeno del depauperamento di queste terre a seguito della trasmigrazione verso le città e le zone industriali che crescevano di conseguenza. Si è innescata così una rapida trasformazione di questi territori che, abbandonati a sé stessi, hanno consentito l'avvio di un pericoloso e generalizzato degrado, compromettendo il mantenimento non solo delle biodiversità naturali, ma anche della sua stabilità strutturale e morfologica. I pochi temerari che sono rimasti, sono così pochi e ormai troppo avanti nell'età per essere di aiuto alla inversione di tendenza di questo processo che, se non si dovessero verificare fatti nuovi, potrebbe portare alla irreversibilità. Ad ora in Italia, nelle terre alte, che rappresentano oltre la metà del territorio, vengono prodotti i servizi ecosistemici naturali (acqua, legna, foraggio, funghi, tartufi, ecc.) che, in linea di massima, hanno subito variazioni contenute, ma vengono prodotti anche servizi ecosistemici semi-naturali (latte, formaggi, carne, frutta, ecc.) che ormai sono ridotti a circa 1/10 rispetto a quanto si produceva nella prima metà del secolo scorso. Di questa realtà si è fatto carico anche il CAI ad iniziare dalla corresponsabilità di dover mettere mano alla revisione del "nuovo bidecalogo" approvato a Maggio 2013 e dove sono trattati tutti gli argomenti riguardanti l'ambiente montano e la sua tutela, comprendente il territorio, il turismo, lo sfruttamento, le attività umane, i cambiamenti climatici, ecc. ecc. La decisione di intervenire su un trattato così ampio e minuzioso, vuole rappresentare la consapevolezza e la convinzione del CAI di volersi adeguare alle nuove sfide. Questo mediante l'avvio di un confronto più esteso rivolto alla condivisione di idee indirizzate al raggiungimento di obiettivi concreti anche in funzione dell'accordo di Parigi sul clima del 2015 e dell'agenda 2030. Difronte alla cruda realtà, che chi frequenta questi territori si trova ad osservare, deve essere nostra cura prenderne atto per capire, valutare e avviare le opportune procedure affinché chi ha il potere possa intervenire nelle forme più opportune. Non si tratta di sostituirci agli operatori del settore e del territorio, ma semplicemente valutare se eventuali iniziative possano riscuotere la nostra condivisione in relazione al concetto di ecosistema, biodiversità e sviluppo sostenibile. In pratica dobbiamo saper distinguere tra un intervento in cui si identifica l'aspetto puramente speculativo e uno dove viene coinvolta la comunità, in cui ciascuno opera con le sue conoscenze e competenze al solo scopo di raggiungere obiettivi condivisi. Siamo consapevoli che non può essere più valido il concetto che la montagna e le terre alte vanno lasciate così come sono perché il territorio non può essere deturpato. Al contrario, questi luoghi vanno inseriti in un contesto di sviluppo per il quale però non esiste una ricetta generale. Per ogni caso specifico c'è da capire quale è la strada possibile da percorrere. Qui subentra il nostro ruolo perché ogni ricetta va valutata per capire cosa è compatibile con il concetto di sviluppo in quel territorio. Un esempio concreto è rappresentato dalle locali green community, comunità sostenibili, che per fini turistici coinvolgono la gente radicata nel territorio per realizzare insieme piani di sviluppo sostenibile dal punto di vista energetico, ambientale, economico, sociale e produttivo. Questo al fine di offrire ai visitatori/ospiti eventi, eccellenze, svago, gastronomia e con l'opportunità di partecipare alle varie attività della comunità per un coinvolgimento attivo dell'ospite. Qualche iniziativa in tal senso è già stata avviata in alcuni specifici territori, come ad esempio in Valle Soana. Qui, i residenti hanno costituito una filiera integrata e condivisa che coinvolge l'agricoltura, l'allevamento e il turismo insieme. La stessa cosa non si può dire parlando dell'iniziativa unilaterale portata avanti dal sindaco di Montefortino in relazione all'intervento imposto nella frazione di Rubbiano, dove ha avviato l'azione di esproprio delle proprietà per realizzare una serie di strutture di tipo ricettivo senza il coinvolgimento della gente radicata nel territorio. In questi casi cosa possiamo fare? Bella domanda !!!!

DENTRO E FUORI DAL BOSCO

Pietro Cardi

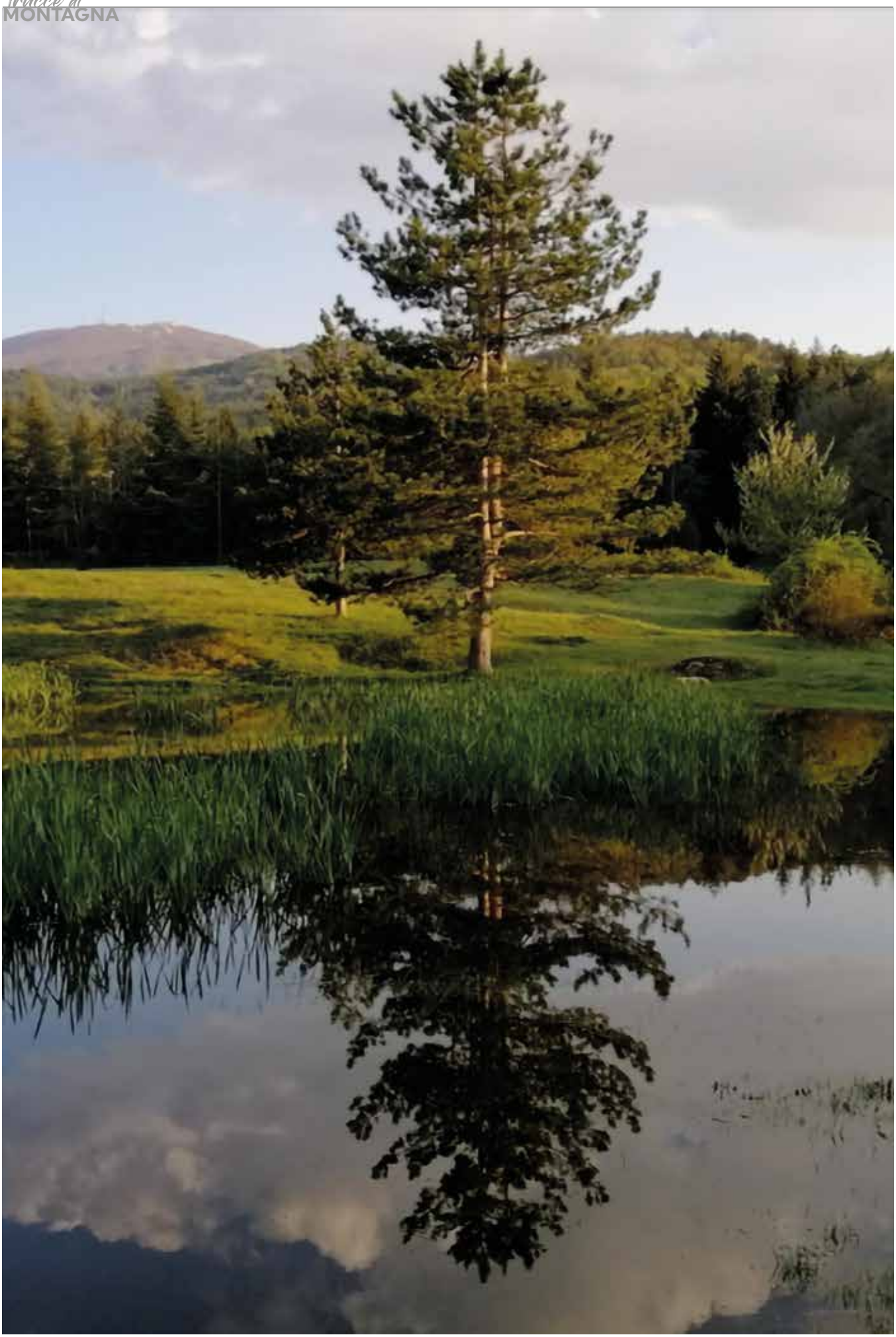
Sono le quindici e trenta. La luce del sole attraversa lo spazio libero tra i rami delle querce, ancora carichi di foglie gialle, marroni e rossicce. Ritorno ora dalla ricognizione pomeridiana nel bosco in cerca di legna. Ho trovato un alberello morto, ancora in piedi e delle giuste dimensioni. È la legna migliore da bruciare nella stufa; è già secca e asciuttissima. Lo taglio rigorosamente a mano. È un confronto alla pari: la durezza della legna contro la forza delle braccia. Questo mi ricorda il film "Il cacciatore" di Michael Cimino, del 1978, in cui Robert De Niro pratica la caccia al cervo ma…con una sola pallottola: istinto del cervo contro bravura del cacciatore.

Ho preso un segaccio, di quelli moderni, con i denti a doppio filo, che taglia forte. Il trasporto alla legnaia avviene a spalle, poi si va di elettro-sega per un taglio di 40 cm. Un pezzo lo lascio intero, uno lo spacco a metà e una metà la spacco in due quartini: la pezzatura giusta per un bel fuoco. Per questa operazione non uso l'ascia perché dopo aver visto lo splitter manuale, che ho ricevuto anni fa dalla Norvegia, l'ascia ritorna ad essere uno strumento primitivo. Mi godo il suono limpido della legna colpita e annuso l'odore della segatura; mi giro intorno, si sta facendo buio. Sono immerso nel bosco che si prepara al letargo. Cerco di reagire e di tenermi in forma, nonostante l'isolamento precauzionale; devo allenare le braccia per risalire qualche cascata di ghiaccio, invece di andare in letargo, anche io. Sollevo le due buste di legna. Sono 15 kg circa per la carica serale. La stufa rimanda un piacevole calore: 50% per convezione, per cui l'aria calda arriva in tutta casa, e 50% per irraggiamento, ossia lo stesso calore del sole che ti scalda dentro. Lavora a fuoco continuo, nel senso che è sempre accesa.

Saranno quasi tre anni che, in piena crisi di mezza età, mi sono ritirato in montagna, bloccato tra il bisogno di sentirmi libero e i sensi di colpa per l'eccesso di empatia. In altre parole in bilico tra i miei bisogni e quelli degli altri.

Asciugo il sudore vicino alla stufa. Si, essa non è solo una fonte di calore, fa luce, ci si può cucinare e… fa compagnia. Ho passato notti intere a guardare in faccia le mie paure più profonde e posso affermare che la luce e il calore del fuoco ti fanno sentire al sicuro, niente a che vedere con un asettico termosifone. Mettiti un po' a parlare con un amico davanti ad un radiatore bianco!

Alcuni giorni prima, durante una lezione con la classe in streaming, il vice capo stazione del Soccorso Alpino mi avvisava della necessità di un intervento vicino casa e io mi ero reso disponibile. Per cercare l'infortunato avevo seguito con il GPS cartografico le coordinate, inviatemi, sfruttando a volte una traccia appena accennata, in altre un punto di minor resistenza



dell'orografia del terreno. È di forte contrasto la tecnologia, perfetta e asettica, racchiusa in un telefono cellulare e l'ambiente impervio dove conta ancora l'istinto. Dovevo fare presto ma, al tempo stesso, non potevo fare a meno di osservare il bosco nel suo disordine: era bello quanto selvaggio. Massi di travertino parzialmente coperti di muschio e licheni tra gli alberi di castagno. Lo avevamo trovato cosciente e senza tracce di sangue. Nello scalare era caduto da tre metri circa, riportando trauma all'arto inferiore. Immobilizzato dalla testa ai piedi, lo avevamo trasportato lungo una mulattiera, fuori dal bosco, fino alla strada. Il tipo è poi risultato positivo ed ecco scattata la quarantena per tutti i coinvolti.
La luce calda delle fiamme avvolge la casa e, nonostante l'isolamento mi godo la soddisfazione di un lavoro ben fatto. In questi giorni monotoni mi concedo solo il piacere di brevi passeggiate. Che camminare fosse la migliore medicina per l'uomo se ne era già accorto Ippocrate e nel corso degli anni anche Harry David Thoreau apprezzò le lunghe passeggiate, come a somministrarsi una dose di piacere ogni giorno. Nei tre anni vissuti a Walden, in autonomia in una capanna auto-costruita, il filosofo borghese fece una profonda esperienza di contatto con la natura che raccontò in Vita nei boschi, libro a cui si ispirarono i successivi movimenti ecologisti, sfociati oggi nella decrescita di Serge Latuoche, economista e filosofo francese. Il suo pensiero è racchiuso nelle frasi: usa, riusa, ricicla; meno, meno lontano e meno spesso.
Thoreau scrisse anche un vero e proprio elogio alla camminata, ma non in un ambiente qualsiasi. Perché abbia il suo effetto catartico e curativo la camminata deve essere fatta immersi nella natura, nel bosco, in modo da ossigenare il corpo e anche la mente. Il ritmo dei passi sincronizzato con la respirazione, l'attenzione richiesta per la posa chirurgica dei piedi, che nel bosco non si possono mettere a caso, la vista e l'ambiente che cambia ad ogni passo, la necessità di costruirsi una mappa mentale per orientarsi ci assorbono così tanto che camminare diventa una sorta di meditazione, che ci allontana dalle preoccupazioni e consente alla mente di riposare.
Il bosco è una sorta di luogo dove ricaricare le batterie, necessarie per affrontare gli impegni di una vita urbanizzata. Dentro e fuori, come un eterno ciclo che si ripete, giorno e notte, luce e tenebre, caldo e freddo, estate e inverno, pieno e vuoto.

A PIEDI SUL TRATTO VALDOSTANO DELLA VIA FRANCIGENA

Lucia Barchetta

Quando si decide di intraprendere un cammino lo si fa sempre per un motivo, a volte conscio e a volte inconscio.

Fu così, la prima volta che pensai di percorrere la Via degli Dei: all'epoca ero una camminatrice inesperta con il bisogno di rallentare i ritmi della vita, diventata fin troppo frenetica. E così, zaino e tenda in spalla, con un peso ben oltre il tollerabile, con solo (!) la cartina in mano e senza neanche una bussola (figuriamoci il GPS), arrivai da Bologna a Firenze. In 5 giorni avevo imparato così tanto dai miei errori che tornai a casa con un bagaglio di esperienze ed emozioni che difficilmente dimenticherò.

Da quella volta non ho più smesso di camminare, come se fosse un bisogno del corpo e dello spirito a cui non poter rinunciare. Per questo, quando Nicola mi propone di iniziare la Via Francigena accetto con entusiasmo. L'idea è quella di dividerla in tratti, più o meno lunghi, da percorrere nel corso degli anni, iniziando da quello italiano: 1000 km suddivisi in 45 tappe dal Gran San Bernardo a Roma.
Nel settembre scorso percorriamo le prime sei tappe lungo il tratto valdostano. La prima grande sfida inizia già da casa. Decido di far entrare nel mio zaino da 25 litri tutto il necessario per 6 giorni e 120 km circa. Trascorro un giorno intero a sottrarre il superfluo, cercando di lasciare spazio per cibo e acqua, due magliette, un pantalone, il kit di pronto soccorso pieno di cerotti per le vesciche, un sacco a pelo e poco altro. Così è stato!
Di nuovo con zaino in spalla e tanto entusiasmo, trascorriamo il primo giorno in treno per raggiungere il Gran San Bernardo. La giornata è temporalesca, ma al nostro arrivo ci accoglie un tiepido sole e il profumo della terra bagnata. Siamo finalmente arrivati al punto di partenza. La tradizione secolare vuole che i pellegrini della via Francigena dormano all'Ospizio del Gran San Bernardo, nel lato svizzero, così facciamo anche noi. Una gentile signora ci accoglie, ci indica gli orari delle preghiere e dei pasti, molto austeri, e ci accompagna alla stanza a noi destinata: una camerata non troppo confortevole da condividere con altri pellegrini. E' proprio così che conosciamo i nostri primi compagni di viaggio: persone che avremmo incrociato lungo il percorso e condiviso a volte i nostri passi e in altre solo il ristoro serale. Comprendiamo da subito lo spirito di questo cammino.
La prima tappa prevede la discesa dal Gran San Bernardo fino a Echevennoz con l'attraversamento di paesi quali Saint Rhemy en Bosses, St Oyen e Etroubles. 17,7 km per

un dislivello negativo di 1380m spesi nel percorrere paesaggi meravigliosi con gli occhi pieni di bellezza e la gioia che caratterizza l'inizio di un cammino. La Valle d'Aosta si presenta attraverso i paesini arroccati sul versante della montagna, con i tipici tetti in ardesia, così caratteristici e ben curati da sembrare parte di una grande scenografia appositamente allestita per meravigliarci.
La seconda tappa è più semplice e si snoda da Echevennoz ad Aosta. Il paesaggio cambia e il cammino è piacevole. Percorriamo il "ru neuf", un tipico canale di irrigazione a pelo libero che ci accompagna dolcemente fino ad Aosta. Giro turistico della città e ottima cena a base di camoscio e polenta concia, per onorare le tipicità del luogo e premiare le nostre fatiche.
Con la terza tappa iniziano i primi tentennamenti: un percorso di quasi 30 km, che si svolge prevalentemente sulla sinistra orografica della Dora, con una serie di saliscendi molto faticosi. Le nostre gambe iniziano ad accusare il peso dello zaino e la fatica dei giorni precedenti. Da Aosta arriviamo a Chatillon, dove ad attenderci c'è il signor Egidio. Notando la mia maglietta del CAI Fermo, inizia tra noi uno scambio di racconti: lui con gli occhi accesi di passione narra le sue avventure montane di quando era presidente CAI.
La quarta tappa, da Chatillon a Verrès, inizia con un sentiero che costeggia un rus fino a Saint Vincent. Percorriamo un tratto dell'antica strada delle Gallie e arrivati a valle raggiungiamo Verrès lungo un percorso panoramico. Incontriamo un ragazzo inglese che sta percorrendo la via Francigena iniziata da Canterbury con l'obiettivo di raggiungere Roma in un mese. Di questa tappa ricordo vivamente il grande dolore ai piedi, a cui abbiamo posto rimedio con uno spritz sul tratto finale del percorso!
Nella quinta e penultima tappa costeggiamo la Dora Baltea, attraversiamo due antichi ponti, quello di Echallod e quello di Bard, un delizioso villaggio dominato dal forte e, entrando a Donnas, percorriamo la Strada romana delle Gallie fino al ponte romano di Pont Saint Martin. E' una tappa semplice e suggestiva, coronata dalla "degustazione del pellegrino" preparata ad Arnad, cittadina famosa per il lardo.
La prima parte del nostro cammino si conclude ad Ivrea. Entrando in Piemonte i segnavia cambiano, il paesaggio si addolcisce e i dislivelli del percorso diventano meno impegnativi. La tappa alterna borghi caratteristici a tratti nella natura. Siamo in dirittura d'arrivo, la malinconia inizia a farsi sentire. Giunti ad Ivrea ci attendono due vecchi amici marchigiani. Ce l'abbiamo fatta, con tanta fatica e sempre con il sorriso, aiutati qua e là da qualche spritz o prelibatezza tipica locale e soprattutto dalla gentilezza, forza e determinazione dei pellegrini che abbiamo incontrato lungo il cammino.
Insomma, anche questa volta lo zaino era piccolo, ma il bagaglio riportato a casa è stato enorme.
Alla prossima tappa e … buon cammino!