TRACCE
viaggio alla scoperta del nostro territorio

MONTAGNA E VALORI

di GIANNI COLONNA

E' da tempo che me lo chiedo: andiamo in montagna perché siamo fatti in un certo modo oppure è l'andare in montagna che ci fa diventare in un certo modo? Siamo attratti dalla montagna perché già dotati di una sensibilità per la natura e le sue creature, di un gusto per l'esplorazione, di una certa dimestichezza con la fatica? Perché animati da una propensione per il silenzio o forse anche da una tendenza alla riservatezza e alla preferenza per luoghi poco affollati o addirittura isolati, e, ancora, perché spinti dalla ricerca di una prospettiva diversa, di un altro punto di vista? O, al contrario, è forse il praticare la montagna che ci porta col tempo a diventare persone con una spiccata sensibilità per la natura e le sue creature, a sviluppare un gusto per l'esplorazione, ad acquisire una certa dimestichezza con la fatica, ad imparare ad apprezzare il silenzio e i luoghi isolati, a vedere le cose da prospettive sempre diverse?

Sinceramente non lo so. Né credo che saperlo sia in fondo importante. Ritengo che entrambe le ipotesi potrebbero essere vere. Non perché, come spesso accade e come recita il detto latino "in media stat virtus", ma per il fatto che noi, esseri umani, siamo fatti per apprendere dalle esperienze. Attraverso le esperienze modifichiamo i nostri assunti, le nostre teorie, i nostri punti di vista, in parte il nostro modo di essere e sentire. Questa lunga premessa per dire che ci sono cose che constato, vedo, osservo in alcune persone e in alcune circostanze della vita della nostra sezione che è giusto prenderle e considerarle intanto per quello che sono senza andare necessariamente a disquisire sulla eventuale natura della loro origine. E' da queste cose semplici, immediate, visibili a tutti che nasce questa breve riflessione.

Per ultimo cronologicamente il progetto-idea della Presidente Leontina (Perù 2010) ma, direi, le tante iniziative della nostra Sezione (la festa dell'albero, le conferenze a tema, il cinema di montagna, il taglio che viene dato a tante escursioni, il modo con cui tanti di noi camminano e approcciano la montagna ……..) mi sembra ribadiscano in modo inequivocabile questo: LA MONTAGNA E' NON SOLO un luogo naturale meraviglioso e fantastico; NON SOLO un luogo i cui mille e sfaccettati aspetti vanno collezionati come ricordi nella mente o come immagini in un computer; NON SOLO un modo per mettersi alla prova e misurarsi con le proprie prestazioni fisiche ed emotive o con quelle degli altri, per sentirsi un po' pionieri, esploratori; NON SOLO un modo per passare una giornata lontana dai casini della città, in tranquillità e buona compagnia …… sicuramente la montagna è anche questo e altro ancora! Del resto ognuno la vive come meglio crede e sa. Ma le iniziative sopra descritte ribadiscono, a mio parere, che la MONTAGNA E' soprattutto UN VALORE! Un valore che impariamo a conoscere ed apprezzare praticandola.

Sì, la montagna è un valore perché ci invita alla CONOSCENZA. CONOSCENZA intesa come imparare a vedere "non luoghi diversi con gli stessi occhi, ma gli stessi luoghi con occhi diversi" (M. Proust). Conoscenza che è (fosse anche solo per la durata di una escursione o anche solo per un momento) assumere un altro punto di vista: guardare la montagna con gli occhi del pastore che ci lavora; con gli occhi di un popolo che la vive non per un giorno o per una vacanza ma per una vita intera; con gli occhi (perché no?) di un camoscio, di un grifone, di una farfalla …! Conoscenza che è non solo acquisizione di nozioni in tema di ambiente, di natura, di tecniche (cose senza dubbio importantissime), ma è prevalentemente sviluppo di una nuova e diversa sensibilità verso la natura e le creature che la abitano.

La montagna é un valore perché ci avvicina alla SPIRITUALITA'.

continua a pag. 2

Bimestrale della
Sezione di Vasto
del
Club Alpino Italiano

NUMERO
5

ANNO
2008

TRACCE

NATURA
CULTURA
TRADIZIONI
ITINERARI
INFO/ SEZIONE
CONCORSI
UMORISMO
&
ALTRE STORIE

SPIRITUALITA' nel senso più ampio del termine (dunque in senso anche laico) e non necessariamente ed esclusivamente in senso religioso. Spiritualità definita come "dimensione della coscienza in cui ognuno di noi sente di essere una piccola parte di un tutto" (L. Boff). Spiritualità che ci fa sentire di appartenere a questa terra, a questo cielo, a questo universo ….. che ci dà l'esatta dimensione di quello che siamo: una piccola particella in questa immensità che ci circonda! La montagna, infine, é un valore perché ci insegna l'UMILTA'. E' proprio nel momento in cui sentiamo di essere particella di un tutto che diventiamo anche consapevoli del fatto che noi, specie umana, non siamo i padroni assoluti né i dominatori esclusivi di questo Universo. Non è la natura che ci appartiene per cui ci arroghiamo il diritto di usarla e consumarla a nostro piacimento ma siamo noi ad appartenere ad essa. Dunque, mai sfidarla, mai violarla, sempre rispettarla, sempre rapportarsi ad essa con la dovuta soggezione, senza alcuna presunzione. Umilmente alla cima ci avviciniamo, umilmente ad essa impariamo a rinunciare. Nessuna sfida con la natura, nessun duello con la montagna. La cima ha un senso solo se si ritorna a casa.
E' con questi valori che percorriamo i sentieri aspri e ripidi della montagna e, lo auguro fortemente ad ognuno di noi, è con questi valori che impareremo a percorrere i sentieri, quelli sì più insidiosi e difficili, della vita quotidiana.

IL CINEMA CHE PARLA DI NOI

Uomini e montagne raccontati dal cinema
2ª edizione

di NICOLA RACANO

"La libertà e la semplice bellezza sono troppo grandi per lasciarsele sfuggire"
(in Into the Wild di SEAN PENN)

C'è cinema e cinema. Lontano da Hollywood, dal cinema industria–spettacolo-popcorn,tecnologicamente raffinatissimo, ma sempre più senza idee e senz'anima, esistono altri mondi, altre cinematografie, altri modi di fare e di intendere il cinema.
Anche quest'anno "Cinema e cime" cerca, appunto, di fornire un'occasione per conoscere film di qualità, capaci di stimolare il recupero di una smarrita capacità di vedere e di unire spunti di riflessione a quello che François Truffaut chiamava "*il piacere degli occhi*". E questo in riferimento soprattutto al "mondo delle montagne", che noi del CAI abbiamo scelto di inserire nella nostra esperienza e che continuamente arricchisce la nostra vita.
Il cinema che tratta temi legati alla montagna è, da tempo, un vero e proprio genere cinematografico, che comprende non solo descrizioni di terre sublimi o resoconti documentaristici di imprese alpinistiche e di esplorazioni più o meno avventurose, ma anche film a soggetto (a proposito di questi ultimi il dizionario Cinema delle montagne, pubblicato con la collaborazione del Museo nazionale della montagna di Torino, ha individuato circa 4.000 titoli, realizzati da oltre 2.600 registi e con molte migliaia di attori). Quest'anno è parso interessante proporre, innanzitutto, "*Il vento fa il suo giro*", un bel film che l'anno scorso è stato un po' un caso: prodotto con pochi soldi e distribuito senza nessuna pubblicità, è riuscito, grazie soprattutto al passaparola, a farsi vedere e apprezzare (a volte i miracoli esistono).
Ci sono poi due film ambientati sul Gran Sasso: il primo, e forse anche il più noto tra quelli inseriti nella rassegna, è "*Il sole anche di notte*", di Paolo e Vittorio Taviani, proposto come occasione per riflettere sul rapporto tra solitudine e silenzio da un lato, e spiritualità e ricerca di sé dall'altro.
Il secondo - "*L'orizzonte degli eventi*" di Daniele Vicari - ha il Gran Sasso come protagonista, e dal punto di vista concettuale affronta i problemi del rapporto tra gli uomini in un'era di globalizzazione, e dei limiti del concetto di progresso, qualora lo si intenda solo nel senso della modernizzazione tecnologica.
C'è, infine, un incontro che vuole ricordare Mario Rigoni Stern, il grande scrittore che nello scorso mese di giugno ci ha lasciato. In questa serata si potrà assistere alla proiezione - oltre che di qualche sequenza tratta dal ritratto-intervista "Mario Rigoni Stern", a cura di Marco Paolini con la regia di Carlo Mazzacurati -, di "*I recuperanti*", di Ermanno Olmi, scritto con la collaborazione dell'autore di "*Il sergente nella neve*", e ambientato sull'altopiano di Asiago, dove hanno vissuto sia Rigoni Stern che Olmi.

Mario Rigoni Stern, figura unica nella storia della letteratura italiana del '900, con scrittura limpida ha raccontato le storie degli uomini, la neve, i boschi, i fiori, le montagne. E ha posto a tutti qualche domanda sul senso dei nostri giorni:

"Come vivere? Allora questa domanda ce la dobbiamo porre non soltanto alla fine di un millennio, di un secolo, di un anno, ma tutti i giorni… Domando tante volte alla gente: avete mai assistito a un'alba sulle montagne? Salire la montagna quando è ancora buio e aspettare il sorgere del sole. È uno spettacolo che nessun altro mezzo creato dall'uomo vi può dare, questo spettacolo della natura" (intervista a cura di Marco Paolini).
"Per onorare Rigoni Stern ci sono due cose da fare: andare in una malga in montagna, possibilmente soli o molto bene accompagnati, e rileggere in silenzio un suo libro, pensando più che alle parole alle 'cose' di cui scrive. Il Novecento italiano non se lo meritava uno come Rigoni Stern, e il suo 'esserci' è stato un grande regalo" - (Film TV n° 26 anno 16)

programma

SABATO 8 NOVEMBRE 2008 - ORE 18.30
Resistere / Esistere in montagna: il caso della val Maira nel "più sorprendente film italiano degli ultimi anni"
- Il vento fa il suo giro *(E l'aura fai son vir), di Giorgio Diritti*, Italia, 2007, 110'.

MARTEDÌ 11 NOVEMBRE 2008 - ORE 21.00
Campo Imperatore paesaggio e dimora dell'anima
- Il sole anche di notte, *di Paolo e Vittorio Taviani,* Italia / Francia / Rft, 1990, 113'.

MARTEDÌ 18 NOVEMBRE 2008 - ORE 21.00
La voce delle cose, la responsabilità degli uomini
RICORDO DI MARIO RIGONI STERN
- *I recuperanti, di Ermanno Olmi, Italia, 1970, 95';*
- sequenze da: **Ritratti:** *Mario Rigoni Stern, di Carlo Mazzacurati e Marco Paolini*, Italia, 1999, 51'.

SABATO 22 NOVEMBRE 2008 - ORE 18.30
Il Gran Sasso: un laboratorio nucleare nel grembo, pastori balcanici sui prati
- L'orizzonte degli eventi, *di Daniele Vicari*, Italia, 2005, 115'.

Gli incontri, della durata complessiva di circa 2 ore e mezza ciascuno, avranno luogo presso la sede del CAI.

ingresso libero

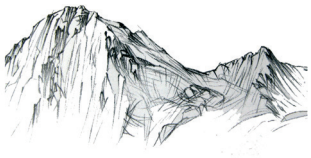
RIFLESSIONI

di GIANFRANCO MONTEFERRANTE

Domenica 28 settembre scorso si è svolta l'ultima escursione delle quattro previste del trekking urbano. L'interesse è stato alto, nonostante lo scetticismo e l'ironia di alcuni soci "*duri*" e "*puri*". Ripercorrendo i luoghi visitati, ricordiamo Fontecchio, antico borgo medievale, la sua fontana, l'edicola del Trecento e la torre con l'orologio più antico d'Italia. Le guide che ci hanno accompagnato, tutti ragazzi del luogo, hanno suscitato in noi della tenerezza, erano alla loro prima esperienza. Per quanto riguarda Trivento, la guida è stata il Parroco, il quale ci ha illustrato in modo particolarmente coinvolgente, sia la cattedrale che la cripta del XI secolo. Invece a Pietracupa (vedi Bell'Italia di Ottobre 2008) abbiamo visitato la cripta rupestre, con un crocifisso ligneo del 1700 sospeso sull'altare, ed anche in quella occasione è stato il parroco ad illustrarci tutto con esntusiasmo.

A Subiaco, l'apporto professionale di due giovani guide del luogo ha messo in luce la bellezza dell'Abbazia Benedettina di Santa Scolastica e del Sacro Speco, ricca di affreschi stupendi e ben conservati, in particolare nella chiesa inferiore all'inizio della scala Santa sulla destra c'é "*Il trionfo della morte*", il primo fumetto della storia (vedi foto).
Anche a Vicovaro Mandela, siamo stati accompagnati da una guida del posto per visitare l'acquedotto romano e le Grotte degli Eremiti. Se abbiamo potuto fare tutte queste esperienze, lo dobbiamo al nuovo presidente Leontina, che con acume e sensibilità verso l'arte e la cultura ha voluto dare qualcosa in più. Per noi che la conosciamo non è una novità. Infatti in questo primo anno ci sono state molteplici iniziative: il giornalino (che dovrebbe essere distribuito a tutti i soci), il cinema, i vari concorsi, la scommessa del Trekking urbano, l'incontro meraviglioso con i due alpinisti dell'esercito (così forti e così umili, da far riflettere), la bellissima serata in sede con la tombolata e la favolosa gita in Sicilia, una commistione di cultura, arte ed escursioni; la più bella gita in assoluto.
"*Oh!... la sizziane è state arivuddate gné na calzatte*" (la sezione è stata rigirata come un calzino), e questo è solo il primo anno, figuriamoci quello che verrà!!! Ci voleva proprio un presidente donna! Buon lavoro.

ESCURSIONE: GROTTA S. ANGELO-VALLE DI PALOMBARO-CIMA MACIRENELLE-COLLE BANDIERA-CAPO LE MACCHIE (percorso ad anello)



di ALFREDO COLANTONIO

Per arrivare in auto presso la grotta S. Angelo occorre attraversare il paese di Palombaro e dirigersi verso Pennapiedimonte, dopo un paio di chilometri, a sinistra si prende una stradina asfaltata indicata da un cartello. Si passa davanti ad alcune case in una della quali abita Nicola, l'ultimo pastore locale che fino ad una ventina di anni fa portava il gregge lungo la valle, per giungere alla grotta del Martellese situata ad oltre 2000 metri.
Questo ricovero è situato sopra la valle dell'Inferno di fronte alle stupende Murelle. Ora Nicola, insieme alla moglie e al figlio, alleva qualche pecora vicino casa e fa la ricotta e il formaggio. La grotta S. Angelo è impreziosita da un'abside, ciò che rimane di un eremo medievale. Intorno ci sono alcune vasche scavate nella roccia per la raccolta dell'acqua.
Tutti questi manufatti rendono il posto molto suggestivo. Superata la grotta si entra nella valle di Palombaro che si presenta, dopo il tratto iniziale boscoso, stretta e tortuosa, con spettacolari pareti rocciose. Salendo, la valle si allarga e, arrivati ai 1530 metri, si deve notare un masso con un segno rosso; da lì alzando lo sguardo alla nostra sinistra si noteranno gli altri segni rossi, che ci accompagneranno lungo il percorso. Quindi, abbandonato il sentiero di fondovalle, si comincia a salire sul versante di sinistra. La traccia dell'antico sentiero diventa uno spettacolare balcone sulle colline fino al mare, mentre volgendosi indietro lo sguardo può spaziare sulle cime di Ugni e del Martellese ricoperti di pini mughi. Questi sono delle tenaci piante che solo sulla Maiella riescono a formare delle estese boscaglie resistendo al peso della neve e alla forza del vento, grazie alla flessibilità dei loro rami che tendono ad attorcigliarsi tra loro. Il tragitto diventa impervio, ma (pare impossibile) anche qui si notano in alcune grotte diversi stazzi a picco sul precipizio. Intorno si può avere la fortuna di ammirare la graziosa farfalla Parnasso Apollo una delle rarità faunistiche della Maiella.
La nostra montagna presenta una enorme varietà di farfalle, infatti anni fa ci si poteva imbattere in un curioso escursionista armato di una rete. Era un naturalista tedesco che risiedeva nel rifugio della cesa nell'Orfento, il quale passava varie estati a girare per la montagna a catturare farfalle. Il tragitto sta raggiungendo la cima, i mughi si infittiscono ostacolando il cammino, alla fine si sbuca in cresta a pochi metri dal cartello che indica la cima Macirenelle.
Siamo sovrastati da cima Raparo, in basso sotto una prateria senza fine si ammira praticamente l'intera provincia di Chieti fino al Molise.
Se si ha la volontà, con un ulteriore strappo in salita, si può raggiungere il Raparo circondato da pini mughi. Al limite della boscaglia si possono alzare in volo le panciute coturnici che poi planeranno qualche centinaio di metri più in basso, inoltre possono sbucare i camosci che pascolano stabilmente nella vicina valle del Forcone.
A malincuore, dopo essersi riposati, si ridiscende il ripido pendio erboso, cercando di intercettare il sentiero che porta a Colle Bandiera sul noto percorso della val Serviera. Si passa accanto ad una grotta pastorale, dove sono abbandonati alcuni vecchi attrezzi come il minuscolo sgabello dove il pastore si sedeva per mungere.
Era abitato fino a non molti anni fa da un farese che aveva dei grossi cani pastore abruzzesi, spauracchio di noi escursionisti.
Si scavalca una piccola sorgente e si arriva a colle Bandiera, punto panoramico su Fara San Martino e i suoi pastifici e sulla rocciosa cima della Stretta. Superando la singolare fontanella costruita da alcuni podisti assetati (come recita la targa posta sopra), si scende velocemente alla base della montagna.
Qui invece di andare in basso verso il campo sportivo si prosegue nel bosco di querce a mezza costa, si rasenta un grande recinto dove pascolano un branco di cervi da cui spicca un maschio con delle corna stupende. Si scavalca una strada asfaltata e poco dopo aver superato delle piantagioni di noci si torna al punto di partenza.

natura

[na.]

SUA MAESTÀ L'AQUILA REALE

di ANNA MARIA ALBANI
NICOLA RASPA, MARIA ASSUNTA CINQUINA,
TONINO LA VERGHETTA E MARIO RAI

Arrivati ad Isola del Gran Sasso ci siamo chiesti per l'ennesima volta, dopo aver visto nel cielo limpido stagliata la sagoma solenne del Corno Grande, come era possibile che davanti a questa montagna, da qualsiasi punto di vista, con qualsiasi tempo meterologico la visione ci emozionava e ci appagava come se fosse sempre la prima volta. Nella piazzetta erano già arrivati gli escursionisti del Cai dell'Aquila con il loro poeta che davanti a tanta bellezza elargiva poesie a tutti i presenti e senza interruzione. Poco dopo con un caloroso ricevimento (per fortuna visto che la mattinata era gelida) delle sezioni di Isola, teramo e Castelli e con gustosi panini caserecci con salsiccia e ventricina spalmabile (specialità locali mai viste né mangiate) squisiti!!!! siamo partiti per l'escursione dalla carrozzabile del Ruzzo (844 m) alla Fonte del Peschio (1378) e successivamente al colle di Malanotte (1415 m) e infine a Fossaceca (1570 m). L'atmosfera dell'escursione, che era composta da circa 100 persone (le altre 60 erano dirette all'Eremo di San Nicola) era quella di una spedizione vera e propria compresi cani e bambini che ci saltellavano intorno. Dopo essere saliti a Fossaceca passando su un piccolo sentiero con una miriade di cascatelle e rivoli sul versante ovest del Monte Prena, si raggiungeva il colle Malanotte da dove si godeva di un panorama mare e la parte alta della selvaggia valle di Fossaceca innevata. Non trovo parole per descrivere questo paesaggio. Il pranzo l'abbiamo consumato scendendo alla Fonte del Peschio dove si trova il fontanile dell'acqua che viene convogliata a Teramo. Dopo una piccola conferenza del Cai regionale sull'acqua e la sua distribuzione e l'opportunità di fare più di frequente incontri con le varie sezioni, improvvisamente e contemporaneamente abbiamo visto un'ombra e tutti uniti come se fossimo un corpo solo in religioso silenzio abbiamo alzato gli ogni e l'abbiamo vista Maestosa, reale. Solenne era lei l'aquila reale che volteggiando in diversi giri ci ha dato l'opportunità di fotografarla in lungo ed in largo. Questo incontro (evocato durante il giorno più volte da più persone) e l'opportunità di conoscere altre persone come noi, simili a noi con gli stessi problemi, desideri, abitudini, passione per la natura e la montagna ci ha fatto sentire molto bene appagati e felici. Sicuramente con le ciaspole o gli sci quest'inverno ci rivedremo con loro.

RACCONTO D'AUTUNNO

di ELISA RATTA

Una cascata di foglie, è questo l'autunno. La natura con i suoi colori ci avvolge, con lo sguardo spaziamo a perdita d'occhio, un alito di vento ci accarezza il viso, il sole dà un caldo abbraccio e ci lasciamo cullare dai nostri pensieri. Si stacca una foglia viene trasportata dal vento vola qua e di là e va a terra, è giunto al termine del ciclo vitale , così tante altre la seguono in una danza formando un tappeto di caldi colori che ci affascina e pensiamo che la natura è grande ed inimitabile. Una rimane tra le nostre mani e decidiamo di tenerla in ricordo di quell'attimo di dolcezza che ha evocato in noi ricordi lontani. Persi nei nostri pensieri il tempo passa e all'orizzonte si affaccia una nuvola che ha preso il posto al sole ed è tempesta che ci riporta al presente. La foglia ci sfugge dalle mani nella ricerca di un riparo e così cade a terra. Ma con grande stupore rimane impigliata nei nostri vestiti ce ne accorgiamo al ritorno a casa la guardiamo con sorriso e la teniamo con noi. Le foglie cadute hanno generato altra vita perché è morendo che si rinasce a vita.

ricette

[tr.]

I TARALLI

di MARIA ASSUNTA CINQUINA

A Vasto, per le feste natalizie c'é una tradizione secolare, si fanno i dolci in casa: taralli, scrippelle, caggionetti e tanti altri. Io per tradizione ogni anno faccio i taralli che sono molto rinomati a Vasto. Ho imparato a fare queste cose da mia madre, all'età di 11, 12 anni.
Ingredienti:
PER LA PASTA
1 kg di farina
7 uova
200 g di margarina (senza sciogliere)
350 g di zucchero
2 bustine di lievito
2 bustine di vaniglia
PER IL RIPIENO
500 g mostarda
mandorle a piacere
buccia d'arancia
cioccolato fondente tagliato a pezzettini
un pizzico di cannella in polvere

ESECUZIONE
Impastare la pasta e lasciare riposare alcuni minuti. Nel frattempo mescolare tutti gli ingredienti per il ripieno. Stendere la pasta con il matterello e tagliare dei cerchi del diametro di circa.... Mettere su ogni cerchio un pò di ripieno e richiudere facendo una leggera pressione sui bordi per sigillare bene il tarallo. Infornare a 180° per 15/20 minuti e...*Tanti auguri!*

---

umorismo

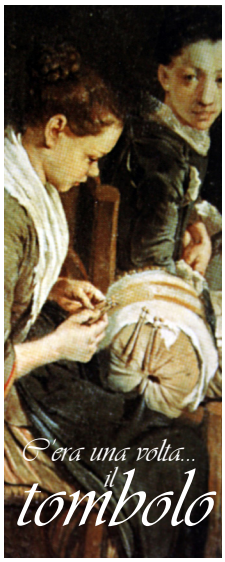
[um.]

Due gamberi si incontrano.
Come va? dice uno, e l'altro: "Si tira indietro!"

---

laboratori

[tr.]



Nell'ambito di *Arti e Suoni della Terra* **sulle TRACCE di antichi mestieri** - in programma per il 2009/2010 che intende recuperare e rivalutare le tradizioni artistiche e musicali delle zone montane della nostra regione, parte dal prossimo mese di gennaio il

Corso di tombolo (punti base).

Questa ed altre iniziative scaturiscono dal forte radicamento e dal valore sociale che queste attività ancora possiedono all'interno delle comunità dei paesi di montagna.

Il corso è aperto a tutti dagli 8 agli 80 anni.
Per le informazioni e i dettagli rivolgersi in segreteria.

TRACCE

idea, progetto grafico e impaginazione: Leontina D'Orazio
foto: Archivio personale Leontina D'Orazio, F. Pomponio, F. Salvatorelli
redazione: L. D'Orazio, F. Famiani, R. Funaro, G. Natale, M. Salvatore.

Se hai una storia da raccontare o una foto da pubblicare, se conosci un itinerario, un paese, una barzelletta, una ricetta, una filastrocca o un proverbio o hai una qualunque cosa da dire, scrivi a:

redazionetracce2008@libero.it