

IN QUESTO NUMERO ...



RINASCERE DAI SENTIERI: IL CAI E L'ULTIMO TERREMOTO di Nicola Racano

Un importante convegno del CAI invita a camminare per ricominciare ed una riflessione di Alfredo invita a non dimenticare.

pag. 2



IL "SENTIERO" DI MAURIZIO di Gianni Colonna

Guardare negli occhi e chinarsi verso l'altro: assieme a Maurizio sul sentiero della solidarietà.

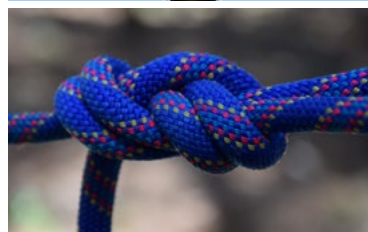
pag. 3



LA MONTAGNA: PARADISO DEI BIMBI di Mirella Frasca e Angelica Sabatini

I giovani alla scoperta del "tesoro montagna" con il Gruppo di Alpinismo Giovanile

pag. 3

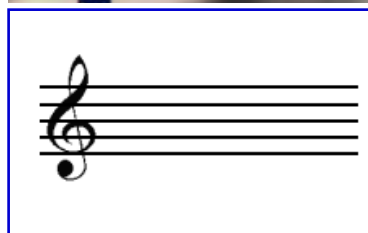


ESCURSIONISMO AVANZATO IN SICUREZZA

intervista a cura di Gabriele Bonifacio

Una conversazione con Pino Celenza, Massimo Prisciandaro, Maria Luisa Bassani, Michele D'Adamo e Michele Guastadisegni, protagonisti dei recenti incontri sezionali di formazione.

pag. 4



IL RUMORE DEL SILENZIO di Luigi Cinquina

Un interessante racconto di Luigi Cinquina, terzo classificato (ex aequo) nel Concorso "Racconta una Storia" - 2016

pag. 6



10° TRIAL DEI TRABOCCHI di Paolo De Stefanis

Dopo il grande successo del recente 3° TRIAL DEI TRABOCCHI, il nostro inviato nel futuro descrive ciò che è accaduto domani.

pag. 6



MONTAGNE DA LEGGERE di Nicola Racano

Un romanzo assolutamente da leggere: "Le otto montagne" di Paolo Cognetti.

pag. 7



Circolare Informativa
Interna

Club Alpino Italiano
Sezione di Vasto



NUMERO

3

2017

ANNO 10

TRACCE

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

RINASCERE DAI SENTIERI: IL CAI E L'ULTIMO TERREMOTO

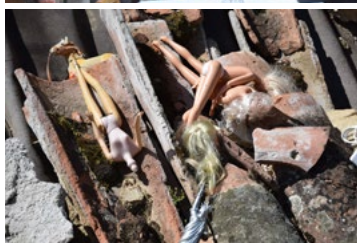
di Nicola Racano

Nell'ambito della **65ª edizione del Trento Film Festival – Montagna / Società / Cinema / Letteratura**, di grandissimo interesse è stato il convegno **"IL CAI E I SENTIERI PROTAGONISTI DEL DOPO TERREMOTO"**, cui hanno partecipato, assieme a Vincenzo Torti, attuale Presidente Generale del CAI, e a ben tre ex-Presidenti (Umberto Martini, Annibale Salsa e Roberto De Martin, che attualmente presiede il festival trentino), numerosi dirigenti nazionali e regionali, provenienti soprattutto dalle quattro regioni appenniniche colpite dal sisma.

La periodicità grosso modo quinquennale dei terremoti nel nostro paese ha reso tristemente note a tutti le problematiche del dopo terremoto. Quando poi il disastro riguarda zone montane marginali, già in sofferenza per lo spopolamento, le cose si complicano ulteriormente. Come ha scritto il poeta - paesologo **Franco Arminio**, «*La sventura è l'unica forma che hanno i paesi per farsi riconoscere. La loro vita ordinaria sembra non esistere. Il paese interessa quando cade, quando frana. E allora il centro finalmente si muove verso i margini*».

Le relazioni, tutte molto stimolanti, in modo concorde hanno sottolineato la necessità di un "protagonismo dei sentieri" per ripopolare di vita i borghi colpiti. **Paola Romanucci**, Presidente della sezione CAI di Ascoli Piceno, ha sottolineato che il recupero della rete sentieristica, tema a prima vista marginale e quasi frivolo di fronte alla gravità delle emergenze, è, al contrario, di notevole rilievo, non solo per restituire ai residenti infrastrutture tutt'altro che trascurabili in momenti di frane e crolli generalizzati, ma anche come una leva per cominciare a riscoprire la consapevolezza di sé dei territori e la straordinaria bellezza della vita ordinaria. Il CAI, in collaborazione con le comunità locali e gli enti territoriali, può intervenire, oltre che con l'impegno consueto nella manutenzione e nella riattivazione di tracciati franati, anche con iniziative quali l'allestimento di aree di campeggio per la ripresa dei trekking e di un turismo sostenibile, durevole e lento, piuttosto che ridotto ad un mordi e fuggi consumistico. Il sentiero, ha chiarito **Annibale Salsa**, noto studioso dell'identità e della cultura alpina, è una specie di cordone ombelicale tra l'ambiente naturale e gli uomini, perché nasce da interventi umani che umanizzano la natura (la natura selvaggia, infatti, non ha sentieri). Si è dunque in presenza di un bene culturale e non solo materiale, di una tradizione che vive, di un momento dell'identità del paesaggio, dell'identità delle comunità, dell'avvenire che si intende costruire.

Vincenzo Torti, nella sua relazione di sintesi, ha richiamato l'importanza dei sentieri nello stimolare la conoscenza dei patrimoni naturali ed artistici e il ruolo del CAI come mediatore culturale. Ha quindi sottolineato la necessità di convertire la disperazione in coraggio per ricostruire non solo le case, ma anche la bellezza e la vita. E ha concluso con un efficace slogan: «**Ricominciamo a camminare, camminiamo per ricominciare**»



CAMPEGGIO SOLIDALE AD AMATRICE 2-3-4 GIUGNO 2017

di Alfredo Colantonio

Quando nella bella mattina del 4 giugno stavamo lasciando l'agriturismo di Accumoli, ho ammirato la magnifica visione di tre catene montuose: a destra Re degli Appennini, tutta la Laga davanti ed a sinistra il Vettore che è la cima più alta dei Sibillini. E pensavo a cosa resterà nel mio cuore di questi tre intensi giorni sulla Laga. Resteranno nel cuore le tante cascate della Laga che abbiamo ammirato: quelle più lontane come la Pacina o come le tre cascate alla testata del fosso di Selva Grande, incastonate come gioielli in uno scenografico anfiteatro naturale, dove il valente alpinista-scrittore Alberico Alesi ci ha condotti percorrendo la storica Via Ranna. Mentre, Mirella, sempre carica di entusiasmo, ha fatto scoprire altre due grandi cascate: quelle delle Barche e della Trecina. Il secondo giorno abbiamo ammirato il lungo scivolo d'acqua delle Scalette ed il terzo si è concluso con l'apoteosi delle Cento Cascate di Cesacastina.

Ma resteranno nel cuore anche i tremendi silenzi delle frazioni annientate dalle tante scosse di terremoto e abbandonate dagli abitanti, e poi la chiesa di San Martino distrutta con l'antico portale, quella dell'Icona Passatora ingabbiata con gli affreschi intravisti dalle finestrelle, le troppe strade ancora ingombre di macerie, quella piccola bambolina scoperta sopra i calcinacci, i cimiteri con i loculi sventrati ...

Però soprattutto resteranno nel cuore i sorrisi: il sorriso della brava cuoca Paola che ha ripreso a preparare prelibatezze nell'agriturismo S. Clemente affianco alle macerie della sua abitazione, il sorriso dell'indomabile Luciana senza più casa che rimane vicino alla sua chiesa distrutta, quelli della determinata Katia che, con le sue forti spalle, conduce l'agriturismo Alta Montagna Bio di Accumoli insieme al marito e ai quattro figli. Lo scopo più importante del campeggio era proprio questo, cercare di far capire ai pochi abitanti rimasti che noi eravamo loro vicini sia fisicamente, che moralmente. E' la soddisfazione più grossa è stata quando nel salutarci, Mario mi ha detto "questo che fate per noi è importante". Tutto questo si può fare abbandonando il cosiddetto escursionismo mordi e fuggi: arrivare, camminare e ripartire subito. In questo modo non si può entrare in contatto con la gente del posto e non si dà nulla all'economia locale. Una volta un ristoratore di Castiglione, mentre io parlavo della nascita del Parco della Majella, mi rispose "Gli escursionisti? Quelli ci lasciano solo la pipì, meglio i cacciatori, loro dopo la battuta di caccia vengono a mangiare e bere" e mi mostrò una tavolata di cacciatori che mangiavano allegramente.

Grazie di cuore ai pochi (ma buoni) soci di Vasto che hanno voluto partecipare, sopportando i disagi e ... il sottoscritto!

IL "SENTIERO" DI MAURIZIO di Gianni Colonna

C'era già forse all'inizio della giornata del 7 maggio qualche debole presagio ad indicare il clima che in seguito avrebbe caratterizzato la "fase" assembleare del dopo pranzo? A me non è sembrato o comunque non l'ho colto. A parte l'esiguità del numero degli escursionisti rispetto alle edizioni precedenti, lo sfilacciarsi dello stesso sin dalla partenza, il mancato ricordo con il gruppo del percorso breve dopo la celebrazione della messa, il commento di Ernano relativo "all'anarchia" imperante.

A parte tali aspetti, l'essersi ritrovati in 10/15 escursionisti sul monte Farano per una foto ricordo, e poi la bella accoglienza nella grande sala un tempo adibita a frantoio, i tavoli tutti occupati da gente di ogni età, il cibo e le bevande, sembravano testimoniare ancora una volta l'entusiasmo e la voglia di continuare a percorrere il sentiero intitolato a Maurizio Salvatore.

Quel percorso metaforicamente rappresenta, grazie a Maurizio, anche un camminare verso uno scopo, verso il perseguimento di un ideale di solidarietà fatto di azioni umanitarie concrete.

È vero, la mail di Gabriele giunta qualche giorno prima dell'escursione dedicata a Maurizio, annunciava aria di demotivazione e fatica all'interno dell'Associazione Maurizio Salvatore, ma a chi, come me, partecipa solo alla manutenzione del sentiero e all'escursione annuale, sono sfuggiti gli stati umorali e il clima presenti in seno agli organi rappresentativi dell'Associazione. Questi invece sono emersi tutti in quella "assemblea" improvvisata che, secondo l'incipit di Gabriele e Luigi doveva essere di durata breve, invece si è protratta per circa un'ora, e si sarebbe protratta oltre, se Luigi, presidente uscente dell'Associazione, dinanzi alla complessità degli argomenti emersi, non avesse deciso di convocarne formalmente un'altra a breve.

La speranza è che in quella sede ognuno esprima e motivi il proprio punto di vista sinceramente e senza timore di essere giudicato. *Nel diritto, un'associazione è un ente costituito da un insieme di persone fisiche o giuridiche (gli associati) legate dal perseguimento di uno scopo comune* (def. tratta da Wikipedia). È intorno ad un fine condiviso che dunque le persone si ritrovano oltre ogni diversità personale, ideologica e/o di principio, oltre la conoscenza diretta e l'amicizia con la persona a cui è intitolata l'associazione, oserei dire oltre anche le diverse modalità che ognuno ha in mente per raggiungere quel fine. È il fine il faro che ispira e illumina ogni azione. L'affetto profondo per Maurizio e il dolore per la sua immatura e improvvisa scomparsa hanno costituito il propulsore iniziale che hanno dato vita all'Associazione. Perché continui ad esistere è ora necessario dividerne le finalità e impegnare energie, risorse umane. Ognuno di noi consideri e rifletta su ciò che può fare e può dare, onestamente, senza pensare di fare un torto a Maurizio se non può. Non è da lui che dobbiamo sentirci giudicati. Sono convinto, per come l'ho conosciuto, che la sua anima bella continuerà a sorridere e a sollecitare in ciascuno la parte più nobile di noi stessi: quella che ci fa guardare l'altro negli occhi e ci spinge a tendergli la mano!



LA MONTAGNA, PARADISO DEI BIMBI di Mirella Frasca e Angelica Sabatini

vita di sezione ...

Cominciamo con un piccolo viaggio nella storia: il "Gruppo di Alpinismo Giovanile", fiore all'occhiello del Cai di Vasto, nacque nel lontano 2000, grazie a Leontina D'Orazio che, con grande determinazione, avviò questa attività.

Iniziò tutto con un nutrito gruppo di ragazzi che fecero svariate escursioni, compresi campeggio, ferrate, salita al Monte Amaro e arrampicata; tutto grazie anche alla collaborazione di Francesco Salvatorelli ed altri volenterosi adulti.

Successivamente, nel 2005, Pino Celenza, Alessandra Bruno e Mirella Frasca continuarono con lo stesso spirito, con l'obiettivo di far innamorare i giovani del "tesoro montagna". Oltre alle escursioni organizzarono, tra l'altro, la "Festa dell'Albero", il campeggio in Val Senales, una suggestiva giornata di *canyoning* nelle Gole di Caccaviola, e la visita alla Grotta del Cervo. Nel 2010 il gruppo venne suddiviso in due, ed i più piccolini vennero seguiti da Francesco Salvatorelli.

Dal 2011 responsabili del "Gruppo di Alpinismo Giovanile" divennero Mirella Frasca ed Alfredo Colantonio, con l'appoggio, nel corso degli anni, di Roberto di Leonardo, Angelica Sabatini ed altri "caini".

Nel 2016 erano iscritti ben 35 ragazzi, un numero considerevole se si pensa che siamo una sezione di mare; per altro al quarto posto in Abruzzo come numero di iscrizioni.

Torniamo al presente. Quest'attività è molto impegnativa per chi organizza, ma riempie anche di tante, tante emozioni positive. La gioia che prova un bimbo alla sua prima escursione, lo stupore nel vedere un cervo, la luce degli occhi nel guardare un prato fiorito o un cielo stellato, le risate durante una battaglia di neve improvvisata, e poi la condivisione, l'aiuto a chi è più in difficoltà, il "fare" gruppo. Tutto questo è impagabile, non ha prezzo, e ci risarcisce del tempo dedicato, delle tante telefonate e delle preoccupazioni.

Sapere di aver lasciato anche solo una traccia nella vita di un ragazzo, sapere di avergli fatto vivere anche solo un'esperienza nella natura, sapere di aver seminato l'amore per la montagna ci fa stare bene, ci fa volare alto. E se, come diceva Dante Alighieri, "tre cose ci sono rimaste del paradiso: le stelle, i fiori e i bambini", noi abbiamo fatto il pieno!



ESCURSIONISMO AVANZATO IN SICUREZZA

conversazione con Pino Celenza, Massimo Prisciandaro, Maria Luisa Bassani, Michele D'Adamo e Michele Guastadisegni a cura di Gabriele Bonifacio

Nell'ultimo numero di Tracce abbiamo già avuto modo di presentare la serie di "Incontri sulla formazione escursionistica avanzata" che la Commissione Sezionale Escursionismo della nostra sezione di Vasto, ha promosso e sta svolgendo.

Sabato 29 aprile, approfittando di un incontro all'aperto nella pinetina a ridosso della foce del Sinello, equipaggiato come un vero giornalista (!) ho raggiunto il gruppo di lavoro che, in un groviglio di corde colorate, moschettoni ed imbraghi stava provando alcune manovre di corda e nodi.

Pino, anche se l'abbiamo già fatto nel precedente numero di Tracce, ti chiedo una breve presentazione del corso.

Devo innanzitutto correggerti perché non si tratta di "Corso" bensì di "Incontri": la differenza è data dal fatto che per un "Corso" bisogna avere autorizzazioni diverse e seguire le linee guida ben definite dalla Scuola Nazionale Escursionismo, insomma un iter burocratico molto più complesso; per questo motivo, con gli altri accompagnatori (Massimo e Leontina), abbiamo deciso di chiamare "Incontri" queste prime nozioni di formazione avanzata escursionistica.

L'idea di questi Incontri è nata perché abbiamo voluto dare ai nostri soci la possibilità di apprendere alcune tecniche per fare escursionismo avanzato in sicurezza. In Sezione ci sono già capi-gita che fanno escursioni di un certo livello su ambiente innevato, su sentieri attrezzati, escursioni con difficoltà E o EE, con l'uso delle attrezzature specifiche: quello che vorremmo trasmettere con questi Incontri è la conoscenza per poter fare queste attività in sicurezza. Non si vuole insegnare a fare arrampicata alpinistica, ma solo le tecniche di manovre di corda e di nodi utili anche in caso di semplice escursionismo. Per fare ad esempio un'escursione in ambiente innevato, un canalone con neve e ghiaccio, occorre sapere che non bastano ramponi e piccozza, ma occorre anche sapere come ci si lega ad una corda e come si affrontano certe situazioni di pericolo.



Tutti i partecipanti alle escursioni dovrebbero avere queste conoscenze o ci si può affidare agli accompagnatori ?

Non è necessario che queste conoscenze c'è l'abbiano tutti.

Quello che questi Incontri si prefiggono è semplicemente alzare un po' il livello dell'escursionismo, nel senso che, se voglio andare a fare un'escursione su una ferrata di un certo impegno, devo sapere come muovermi con il kit da ferrata e quali strumenti avere a disposizione: il casco, l'imbrago, il set da ferrata, i guanti. Se faccio un'escursione e porto con me degli amici che stanno iniziando a fare escursionismo, oppure che stanno cercando di avvicinarsi a quello più avanzato, io devo garantire anche la loro sicurezza; quei nodi fondamentali che servono per tenere in sicurezza un amico che viene insieme a me, io devo saperli fare e devo saperli usare in modo da garantire la sua e la mia sicurezza.

Com'è composto il gruppo degli allievi?

Il gruppo di allievi che abbiamo è diviso in due categorie: c'è chi ha già fatto esperienze di escursionismo avanzato, anche molto avanzato, non conoscendo però le norme di sicurezza. Poiché la Dea bendata o Nostro Signore non sempre sono benevoli e ci fanno tornare a casa sani e salvi, è importante che apprendano le tecniche per fare queste attività in totale sicurezza.

L'altro gruppetto invece si sta avvicinando e sta scoprendo ora, piano piano, tutte le tecniche per affrontare la montagna in sicurezza. Il programma è stato fatto in maniera progressiva, con difficoltà gradualmente; siamo partiti da lezioni teoriche in aula, poi ci siamo avvicinati ai nodi e alle manovre di corda, successivamente faremo lezioni pratiche su neve, su sentieri con passaggi difficili, su creste e infine su sentieri attrezzati e su ferrate.

Massimo, ma perché dobbiamo fare tutta questa fatica nel caricarci di corde, moschettoni, piccozze e quant'altro?

non possiamo andare a camminare in montagna semplicemente lungo un sentiero tranquillo, godendoci il panorama e la bellezza della natura?



Sì, la tua riflessione è molto interessante, non dobbiamo mai perdere di vista il fatto che noi nasciamo come escursionisti per cui la finalità delle nostre giornate in ambiente è sempre quella di fare escursioni: ciò non toglie che a volte possiamo anche cimentarci su terreni più difficoltosi che richiedono preparazione, competenze ed attrezzature differenti, per cui avere un minimo di conoscenze ci permette di affrontare questi terreni con maggiore sicurezza e consapevolezza. Un altro buon motivo per partecipare a delle giornate di formazione e approfondimento è che durante le nostre escursioni possiamo trovarci di fronte a delle situazioni impreviste, non valutate, legate al cattivo tempo o al fatto che un sentiero ha avuto delle frane, dei dissesti, per cui è necessario, magari per brevi tratti, riuscire a mettere in sicurezza gli escursionisti e fare in modo che riescano a superare le difficoltà impreviste.

Avere conoscenze ed un minimo di materiale dietro non significa necessariamente andare su pareti verticali o su percorsi con difficoltà non escursionistica, ma è un modo per procedere "in sicurezza" su percorsi classificati come escursionistici ma che, come dicevo prima, potrebbero, per degli imprevisti o per delle situazioni non valutabili a priori, presentare delle situazioni critiche.

Quindi "sicurezza" vuole che dobbiamo andare in montagna sempre attrezzati?

Sì, secondo me sì, soprattutto un buon accompagnatore deve, per la sicurezza sua e delle persone che accompagna, avere in ogni caso un minimo di attrezzature per poter saper gestire situazioni imprevedibili anche su percorsi di tipo escursionistico.

Mi viene da dire che allora dovremmo evitare di andare in giro con accompagnatori che non sono adeguatamente attrezzati.

L'attrezzatura non è tutto, la prima cosa come sempre è la prudenza, il buon senso. A volte è più saggio avere il coraggio di rinunciare, piuttosto che andare ad "infilarsi" in situazioni di difficile gestione. In ogni caso io consiglio sempre di fare le attività con la massima sicurezza, valutando i rischi.

Consiglio di affidarsi sempre ad accompagnatori titolati del CAI, che periodicamente fanno corsi di approfondimento e di aggiornamento, e che, secondo me, sono le uniche persone che possono garantire ad un gruppo la sicurezza necessaria per poter trascorrere una giornata in montagna con la massima tranquillità, senza nessun tipo di problemi imprevisti e senza dover affrontare rischi inutili.

Maria Luisa, perché ti sei avvicinata a questi incontri?

Questi incontri mi hanno interessato fin dall'inizio proprio leggendo il programma che Pino ci aveva proposto, perché ho visto che alla parte teorica in aula è abbinata una parte pratica, in ambiente esterno: sperimentare praticamente quanto appreso aiuta certamente la memoria a ricordare nel tempo.

Ti senti più sicura adesso ad andare in montagna?

Penso proprio di sì; la conoscenza aiuta, aiuta anche a frequentare la montagna. Per me è molto importante la conoscenza, sapere dove vado e quali difficoltà potrei incontrare. Sono certa che quello che apprendereò da questi "incontri" mi aiuterà a superare, se si dovessero presentare, le difficoltà che è facile incontrare lungo i sentieri di montagna.

Michele (D'Adamo), e tu perché ti sei avvicinato a questi incontri?

Amando la montagna, avevo interesse ad apprendere delle nozioni che mi consentissero di programmare delle escursioni anche con amici al di fuori dell'ambiente sezionale, in modo da poterle progettare ed effettuare nella maggior sicurezza possibile.

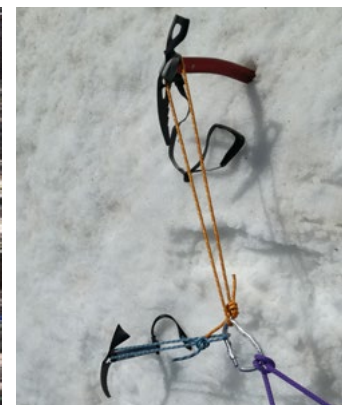
Chiedo anche a te se ti senti più sicuro adesso?

Molto, sicuramente molto più sicuro rispetto a prima; so che ora posso effettuare determinati percorsi dove prima non mi sarei avventurato.

Michele (Guastadisegni), sappiamo che ti cimenti in numerosi sport: questa esperienza ti mancava?

Sì, questa mi mancava, ero completamente ignorante in materia !

E con un po' di invidia per la bella esperienza che stavano facendo, ma sollevato perché con degli amici così preparati sarà più sicuro andare in montagna, rimessi nel fodero penna e taccuino, li ho lasciati lì, a parlare, chissà ancora per quanto, di ancoraggi, cordini e nodi barcaioili!



IL RUMORE DEL SILENZIO di Luigi Cinquina

Il suono della sveglia rompe il silenzio della notte che sta per finire: sono le sei precise e bisogna alzarsi che alle sette si parte.

Ascolto il rumore dei passi dell'inquilina del piano di sopra che si è già alzata, deve andare in pasticceria molto presto perché la domenica è giorno di lavoro intenso. Preparo il caffè e il sibilo della macchinetta mi avvisa che è pronto; e poi mi lavo in fretta, rumore di rubinetti e di scarico, che stasera mi farà la doccia. Mi avvio in auto, sento un rumore strano provenire dal motore, un cigolio forse dell'usura di qualche parte meccanica, o forse più semplicemente il brontolio di una macchina che almeno la domenica vorrebbe riposare.

Arrivo al parcheggio fotovoltaico, il nostro punto di incontro, lontano il rumore di motori di altri amici che, a quest'ora in cui il sole "albeggia" e la notte "notteggia", puntuali giungono all'appuntamento. Si parte, una lunga fila di auto e rumori di ferraglie si dirige verso il monte Secine, guidati da Pino che fa l'ultimo appello dei prenotati ad alta voce, in modo che anche gli assenti possano sentire.

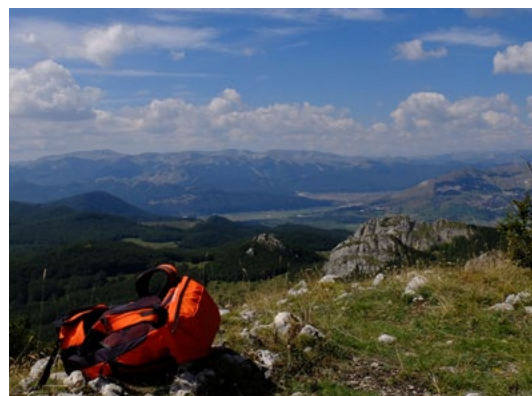
Dopo più di un'ora si giunge alla meta, al punto di partenza di questa nuova escursione, non difficile tanto che pure alcuni bambini sono venuti con noi, i nipotini di qualche socio già nonno, le cui vocine stridule entrano nel cervello mentre indosso le scarpe da trekking.

Si parte La nostra guida spiega le caratteristiche del percorso, qualcuno distratto parla con l'amico di quello che ha mangiato ieri sera, i ragazzini non rinunciano a cercare i Pokemon nei boschi di Gamberale, gridano, forse uno è dietro l'albero ed è stato sgamato.

E si è continuato così per 3 ore, tra voci di esclamazioni, chiacchiere, rumori di confezioni scartate di panini, biscottini, caramelle ed integratori, mentre i passi calpestavano il manto di foglie di faggio, che ci accompagnava con un fruscio di sottofondo sin dalla partenza.

Ad un certo punto, lungo la via del ritorno ed ormai prossimi alle macchine parcheggiate, Sante ci invita a fare silenzio, tutti: mah, penso tra me, ma che vuole dire? Stavo parlando non ricordo con chi, ma ho ascoltato l'invito e mi sono fermato e così, uno alla volta, la trentina di amici escursionisti si è fermata ad ascoltare il silenzio della montagna. Eh, non proprio: qualcuno più lontano, che all'inizio ha ignorato l'invito, ci dava fastidio con la propria voce che rompeva quel silenzio ma poi, pian piano, si è arrivati ad un momento in cui tutti, anche quei ragazzini "vivaci", sono stati zitti. Che rumore, quel silenzio!

I suoni della montagna ci hanno invasi a pieno, attraversati, trafitti da una musica della natura nuova, che puntualmente ignoriamo perché distratti dalle nostre voci, dai nostri rumori. Ognuno di noi, immagino, in quei momenti si è guardato dentro, ha percorso chissà cosa, chissà quali pensieri, belli, tristi, dolci, segreti, condivisibili: mah, in quelle poche decine di secondi di silenzio, non sentiremo mai il rumore assordante ascoltato dentro di noi.



IL 10° TRIAL DEI TRABOCCHI di Paolo De Stefanis

cronaca dal futuro...



(N.d.R.) Sono stati ben 325 gli atleti che hanno partecipato alla terza edizione del Trial dei Trabocchi, disputatosi lo scorso 30 aprile. I 14 km. del percorso, che, dalla spiaggia di Punta Penna alla foce del Sinello, attraversa i luoghi più incantevoli della Riserva Naturale di Punta Aderci, sono stati sistemati con molta cura e precisione dal Gruppo sentieri del CAI Vasto. Anche quest'anno si è rinnovata la collaborazione con la Podistica Vasto, presieduta da Antonia Falasca: al suo impegno, e a quello di Tonino Baccalà, è dovuto il successo dell'iniziativa, senza dimenticare il supporto di Cogestre, Protezione Civile, Croce Rossa, Comune di Vasto.

Ma questo è solo l'inizio. Il nostro inviato nel futuro ci racconta ciò che è accaduto domani.

E' l'anno 2024.

Il nostro Tonino Piè Veloce e la presidente Antonia della Podistica Vastese sono molto soddisfatti: stanno per partire i 720 runners iscritti al "10° Trial dei Trabocchi". Senza contare i soliti infiltrati che corrono senza pettorale. Insomma, più del triplo rispetto ai partecipanti alla prima edizione del 2015. Talmente tanti che, pur di partire in prima linea, taluni s'erano allineati sul bagnasciuga della spiaggia, sicché già s'avviano con i piedi zuppi d'acqua di mare. Si parte: via! Si snodano i gruppi concorrenti, venuti da mezza Italia. Ce n'è di tutti i tipi: "Correre insieme", "Correre per vivere", "Correre per correre", "Vivere per vivere", "Vivere per correre", "Corri senza fretta", "Corri tu che corro io", "Corri oggi corri domani". E un'altra decina.



C'è pure un gruppo di Ortona che si chiama "Viva viva San Tommaso".

Superato il promontorio di Aderci, tra i campi verdeggianti che precedono la discesa verso Mottagrossa, i Gruppi si sfidano già mezzo spompatis, con i polmoni asfittici e la lingua di fuori. Qualcuno, nel mentre s'asciuga il sudore, s'è seduto sul bordo del sentiero a sfogliare margherite novelle. Qualcun altro s'è sfilato le scarpe per far rifiatore gli alluci. Sulla via del ritorno, dopo i fortissimi che hanno staccato il plotone di una buona mezz'ora, si assiste ad un parapiglia davanti al posto di ristoro per accaparrarsi l'acqua. Così che gli atleti di "Correre per correre" si mischiano con quelli di "Correre insieme", di "Corri senza fretta" e di "Viva viva san Tommaso" e fanno gran confusione nel rimettersi i pettorali dopo la pausa. Perciò, all'arrivo, tagliato il traguardo, taluni stentano a riconoscere i compagni di squadra.

Alcuni concorrenti sono in stato di agitazione e non si ricordano più chi sono, a causa del debito di ossigeno accumulato. Uno psicologo, su incarico dell'Organizzazione, si prodiga per assistere i più confusi in crisi di identità. Seduti in disparte, due Osservatori, venuti da Galassia Alfa, prendono appunti. La fama di Punta Aderci è giunta davvero lontano.

Ed anche il fascino di questo Trial, ormai entrato nel Guinness dei Trial più belli del mondo!



MONTAGNE DA LEGGERE di Nicola Racano

recensioni...

"I libri ti danno la possibilità di vedere cose che gli altri non vedono" (P. Cognetti)

Con "Le otto montagne" Paolo Cognetti ha vinto la 'sezione narrativa' del premio ITAS del Libro di Montagna, il concorso letterario collegato al Trento Film Festival. Chi vede la montagna come una dimensione di vita, chi conosce il fascino delle cime, non perda tempo, legga il prima possibile "Le otto montagne".

Il cardine del racconto è l'amicizia tra un ragazzo di città, che cerca se stesso anche in terre e montagne lontane, e un coetaneo che da sempre vive all'ombra del Monte Rosa, nello stesso paese, negli stessi alpeggi, quasi l'ultimo montanaro. Intorno a questo filo conduttore si annodano però molti altri temi: la difficoltà di crescere e comunicare con gli altri, quella di essere figli e quella di essere padri o madri, quella di tracciare una propria mappa interiore per capire il passato e trovare un posto nel mondo, per scoprire la propria montagna.

Quali sono le otto montagne del titolo? Un vecchio nepalese con un bastoncino disegna sulla terra una ruota con otto raggi e spiega al protagonista che al centro del mondo c'è un monte altissimo, il Sumeru, circondato da otto montagne e otto mari. Quindi gli chiede: «Avrà imparato di più chi ha fatto il giro delle otto montagne o chi è arrivato in cima al monte Sumeru?». Nel romanzo il vero centro (il monte Sumeru) è proprio la montagna, non una montagna qualsiasi o una in particolare, ma quella con un'identità rurale antica: perché accanto agli impianti ed ai parcheggi affollati, accanto ai pendii - luna park per il turismo di massa, esiste / resiste, sia pure a fatica, la montagna dei silenzi, e della solitudine, dalla «bellezza disumana» che «scalda l'anima».

L'attenzione dell'autore è rivolta non all'alpinista o all'escursionista, ma al montanaro, alla quotidianità dura e senza futuro del contadino di montagna, che pur tra fatiche e stenti, riesce però ad «osservare le stelle ... ed ascoltare il vento». «Mi mette molta calma, mi sembra di potere pensare bene alle cose e che tante non abbiano più importanza», confessa Lara, che assieme al suo compagno ha scelto di provare a ridare vita al vecchio mondo agro-pastorale.

Consiglio, a chi volesse sapere qualcosa di più dell'autore, di tenere presente la bella intervista rilasciata a Andrea Formagnana nel numero di marzo di "Montagne360": in essa emergono le sue scelte di vita (passa sei mesi l'anno a Milano e sei mesi ai piedi del Rosa, nei luoghi in cui è ambientato il romanzo); i suoi modi d'intendere la montagna e la letteratura, la sua ricerca di autenticità.

Perché leggere questo libro?

La prima ragione è che è lontano dai luoghi comuni, dalle banalizzazioni, dalla retorica, così frequenti nella letteratura alpinistica. La seconda è che mostra in maniera efficace che, rispetto alla vita in città, la vita sui monti non è più semplice, e tanto meno rudimentale, è solo diversamente complessa. La terza è che cattura l'attenzione, coinvolge, e quando si arriva a pagina 199 si spera che non sia l'ultima, ma ce ne sia ancora una con una descrizione come questa: «Il lago era un cielo notturno in movimento: il vento spingeva da una riva all'altra folate di piccole onde, bagliori di stelle che si disponevano sull'acqua nera lungo linee di forza, si spegnevano e riaccendevano, cambiavano di colpo direzione. Restavo immobile a osservare quei disegni. Mi sembrava di riuscire a cogliere la vita della montagna quando l'uomo non c'era. Io non la disturbavo, ero un ospite ben accetto; allora sapevo di nuovo che in sua compagnia non mi sarei sentito solo».

Le Otto Montagne, pubblicato da Einaudi lo scorso novembre, è candidato al Premio Strega 2017, che verrà assegnato il 6 luglio prossimo a Roma.



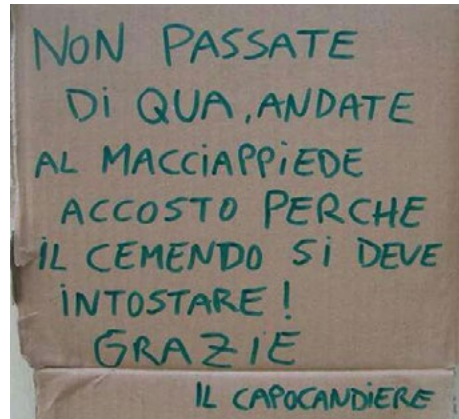
giochi di parole ... di Paolo De Stefanis

- 1) Manomette il meno matto / poi l'addenta e, di soppiatto, se lo mette dentro il piatto.
Di chi si tratta? Di un cannibale finito in manicomio?
- 2) Uno spermatozoo veloce raggiunge l'ovulo. Gli spermatozoi rimasti indietro lo applaudono, alzandosi in piedi:
è "standing ov(ul)ation"?
- 3) Se uno vuol farsi uno spuntino e va di fretta, vanno bene le ... frette biscottate?

tracce di riso ...



Il Grande Fratello ti osserva! da Emanuele Gallo



Lavori in corso! da Mario Rai

parole di montagna ... un pò di terminologia a cura di Nicola Racano

CENGINIA

Avete presente l'accesso, non proprio facilissimo, all'Eremo di S. Giovanni? Dopo una ventina di gradini intagliati nella roccia, si percorre un camminamento tra la parete e il vuoto, prima del famoso passaggio in cui si striscia distesi a faccia in giù.

Mi pare un buon esempio di cosa sia una cengia, che, appunto, è un gradino, un risalto con andamento quasi orizzontale, che interrompe la verticalità di una parete.

La parola deriva dal latino <cingŭla>, che a sua volta viene da <cingĕre>: significa, quindi, cintura ed ha la stessa origine di cinghia.

Su molte ferrate dolomitiche (ad esempio le Bocchette del Brenta) la progressione si svolge su cenge con forte esposizione, ma di limitato impegno tecnico. Particolare cautela, passo sicuro e assoluta mancanza di vertigini richiedono soprattutto i tratti privi di assicurazione maggiormente affacciati sul vuoto.

si mangia non si parla ... ricetta di Simona Borselli

TORTA DI CILIEGE

- 500 gr di ciliege (*possibilmente del Passo della Noce !*)
- 100 gr di farina 00
- 100 gr di zucchero
- 100 gr di mandorle tritate
- 80 gr di olio di semi o burro
- 2 uova intere
- 2 cucchiaini di Maraschino
- 1 cucchiaino di lievito in polvere
- 1 pizzico di sale

In una terrina sbattere le uova con lo zucchero finché diventano chiare; aggiungere l'olio di semi o il burro fuso, il Maraschino, le mandorle tritate, la farina, il lievito ed il sale e continuare ad amalgamare. Sistemare l'impasto in una teglia imburrata e cosparsa di zucchero di canna, livellarlo e sistemarvi sopra, in maniera regolare, le ciliege snocciolate che durante la cottura finiranno dentro l'impasto. Cuocere a 180° per 40 minuti circa.

Da questo numero, la Redazione di Tracce, al fine di incorrere in piacevoli leccornie ... assaggerà e valuterà (se vorrete) le ricette proposte prima della loro pubblicazione. Simona ha passato brillantemente l'esame e la sua torta è da 10 e lode!

Cuoche e cuochi preparatevi !!!!!



TRACCE

da un'idea di: Leontina D'Orazio

capo redattore: G. Bonifacio

redazione: B. Barisano, G. Di Martino, M. Maccarone, N. Racano

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

Stampato in proprio