

in...cammino



pedibus calcantibus et ... gambe in spalla !

Anno II - numero 8 - Marzo - aprile 2014

Editoriale *Quelli che...*

Quelli cui piace camminare e quelli che camminano.

Quelli cui piace raccontare e raccontano.

Quelli che camminano i racconti e quelli che raccontano i cammini.

Quelli che no.

Quelli che dagli zero agli otto anni insieme a mamme papà nonni ed amici perché la natura è bella.

Quelli che hanno lo scopo di aiutare i più giovani per vivere l'ambiente montano con gioia perché è anche educativo e formativo.

Quelli che agli alunni affiancano gli insegnanti e agli insegnanti affiancano gli alunni per conoscere e tutelare la montagna.

Quelli che dopo lo Zenit scendono al Nadir e tutti insieme approfondiscono nell'Azimut.

Quelli che sono ipogei.

Quelli che sugli sci fanno escursionismo ma anche alpinismo.

Quelli che arrampicano e quelli che si inerpicano fuori della roccia.

Quelli che O Dio del cielo se fossi una rondinella.

Quelli che la cultura.

Quelli che il torrentismo che poi chiamano canyoning.

Quelli che vanno a scuola anche da grandi.

Quelli che sono amici di Manlio e di Mario.

Quelli che si sono messi **in...cammino**. *E quelli che camminano...*

Quelli che...

Segue a pag. 18

“A volte il treno sbagliato
porta alla stazione giusta”

(Anonimo, India)

SOMMARIO

pagina 1

Editoriale

pagina 2

Suggerimenti per il Presidente
Monti Sibillini

pagina 4

Il cacciatore sfortunato

pagina 5

In cammino tra le stelle

pagina 8

Come in un'osteria in montagna

pagina 10

Un circuito di Monte Trella

pagina 14

L'Immagine

Pagina 19

Il fosso dell'Elmo

Pagina 21

Consiglio Direttivo Gruppo Seniores

Pagina 22

La roveja

Pagina 24

La foto del bimestre

Pagina 25

Primule

Pagina 27

Cucina e letteratura di montagna

SUGGERIMENTI PER IL PRESIDENTE

di *Giorgio Nisio*

Novecento più ventotto:
e' un successo con il botto!
Se 'sti dati son sicuri
ci vorrà lo stadio Curi
per tenere l'assemblea
e qualcuno già si bea...
Io sarei molto contento
di contar l'otto per cento!



Per tornare alla realtà
un consiglio eccolo qua:
se del socio vuoi l'affetto
non negargli lo spaghetti
e se noti defezioni
vai non stop coi rigatoni.
Se poi c'e' uno sfolemento
torta al testo a piacimento!
Se poi speri nei bambini
fai la fin di Mussolini.
Sia col sole, sia col ghiaccio
e' il pensiero di Giorgiaccio.

Monti Sibillini

(I parte)

Da Giorgio Furin riceviamo uno scritto riguardante i nostri monti Sibillini; è un capitolo estratto da un tomo di montagna ben più ampio (*Cristiano Iurisci. "Ghiaccio d'Appennino, Versante Sud". Stampa Monotipia Cremonese, Cremona, 2012*). Dopo una breve introduzione il capitolo si sofferma su alcuni aspetti storici riguardanti la conoscenza alpinistica soprattutto invernale di questi monti a partire dall'ultimo quarto del secolo XIX. Molto riguarda anche alpinisti della Sezione di Perugia del CAI. Riportiamo così il testo, che scomponiamo in due parti: la prima in questo numero e la seconda nel numero successivo.

L'autore è Manilio Prignano.

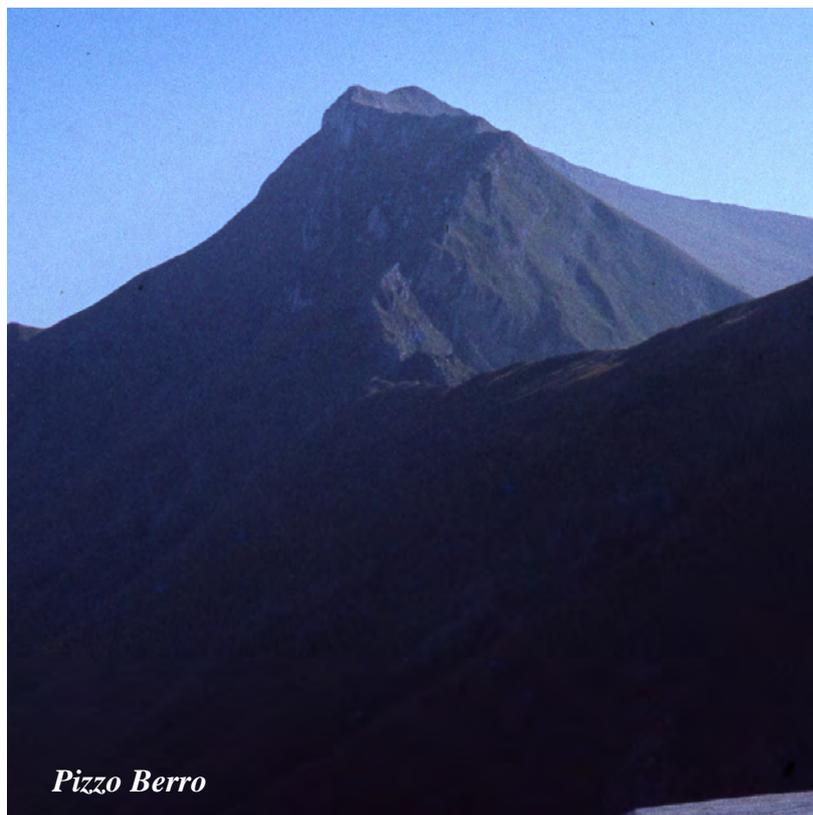
Cenni storici sull'alpinismo invernale nei monti Sibillini

I Sibillini hanno l'onore di registrare la prima salita invernale di rilievo nell'Italia Centrale. Damiano Marinelli, famoso viaggiatore e geografo, nonché alpinista, con le guide G. Cicoria e Capocci il 4 marzo del 1876 sale sia la vetta più alta, allora correntemente indicata con il nome di Cima di Pretare, e a seguire Cima del Redentore, a quei tempi chiamato Monte Vettore. Quest'ultimo viene tra l'altro raggiunto risalendo con tutta probabilità il ghiaione sud, tutt'oggi considerato un percorso alpinistico, seppur facile (PD-). La lontananza del gruppo da Roma, a quei tempi unico centro alpinistico del centro Italia, si fa sentire e la successiva visita è quella di Gualerzi e compagni del 1892 che toccano anche loro le due vette unendole però con un bellissimo percorso di cresta (NdA: *Gualerzi rivendicherà la prima salita del Redentore, in virtù di una non esplicita dichiarazione del Marinelli riguardo il raggiungimento*

di questa vetta, nella stringata relazione dello stesso).

La successiva fase non aggiunge novità nella ricerca di obiettivi, che restano le cime principali del gruppo; a cambiare, però, sono i mezzi impiegati. Tra le due guerre, infatti, il maggior promotore dell'alpinismo sui Sibillini, Angelo Maurizi, di origini milanesi, ma marchigiano d'elezione e residente a Castelsantangelo sul Nera, porta avanti una sistematica esplorazione della catena attraverso lo scialpinismo, che in questo periodo viene di fatto considerato l'unico modo di praticare alpinismo in inverno. Insieme agli sci, in ogni caso, fanno la comparsa i ramponi che nel corso di questi percorsi vengono utilizzati per i tratti più impegnativi, come ad esempio il supermanto delle "roccette" sopra il Lago di Pilato. La salita parziale, nel 1937, della cresta NE del M. Bicco non cambia la sostanza delle cose: perché si avvii un vero sviluppo dell'alpinismo invernale bisognerà attendere il secondo dopoguerra.

La prima salita invernale in un versante chiaramente alpinistico è quella della Via del Canalino, sulla SE del Vettore, nel 1956 (A. Puleggio, D. Martelli, E. Filippini, I. Castellani), cui segue la parete N del M. Bicco, che vede ancora in azione i fratelli Maurizi e alcuni dei protagonisti dell'alpinismo maceratese: Moretti, Perucci e Alviti. Negli anni '60 i progressi dell'alpinismo marchigiano portano alle prime salite degli ascolani sul Pizzo del Diavolo e dei maceratesi sul Monte Bove. I primi conducono a termine l'impegnativa invernale al Canalone nord della parte nord (Raggi e Capponi, 1961) e poi il canalone Maurizi alla Punta Maria, sul versante est (Saladini, Alesi, 1964), i secondi invece, oltre a divertirsi sui canalini di M. Bove nord, salgono quasi completamente la via Maurizi alla parete est, una bella impresa, anche se manca il finale (NdA: la salita integrale sarà poi effettuata da Paola Gigliotti e Massimo Marchini nell'inverno 1985). La salita completa della parete riuscirà al determinato perugino Giulio Vagniluca nel 1970, per una via nuova e di grande impegno, su terreno assai innevato. Lo stesso aveva già superato nel 1967, sempre con notevoli difficoltà di misto, anche la parete nord per lo Spalto orientale. Nel dicembre del '71, Vagniluca sale per primo in invernale anche la via di roccia più bella della montagna, la Alletto-Consiglio allo Spigolo nordest, che viene



Pizzo Berro

ripetuta subito dopo da diverse cordate formate da alpinisti di varia provenienza. Tra questi vi è anche Giacomo Alessandrini che, insieme a Lino Liuti, entrambi di Jesi, aveva superato in prima invernale la grande classica della parete nord (via Maurizi-Taddei) nel febbraio del medesimo anno. Negli anni '70 le cronache alpinistiche registrano anche le prime sortite invernali di Massimo Marchini e Paola Gigliotti, che dopo alcune prime invernali di vie di roccia, a partire dalla via della Pera, del gennaio 1980, spingeranno decisamente in avanti l'evoluzione dell'alpinismo invernale con la ricerca metodica di vie di interesse esclusivamente invernale al Monte Bove. L'elemento tecnico che permette quest'avanzamento è senz'altro da ricercarsi nell'applicazione sistematica dell'innovativa tecnica della piolet-traction, probabilmente sperimentata per primo sui Sibillini e sull'Appennino intero da Marco Florio nel 1974 nel corso della difficile salita solitaria della diretta al Pizzo (sottogruppo del Vettore). Gigliotti e Marchini, attraverso una sempre maggiore specializzazione e una completa sintonia con la "loro" montagna, arrivano a spingersi fino ai limiti dell'"estremamente difficile", con la salita della Via dei Cristalli (1985), tutt'ora irripetuta, sulla parete nord del Bove.

Fine I parte

Una favola per i piccoli iscritti al BABY CAI

Tanti sono i gruppi che connotano la sezione perugina del CAI: Alpinismo giovanile, Amici di Manlio, Azimut, Coro Colle del sole, Etruskanyoning, FuoriDiRoccia, Rampichini, Scialpinismo, Sciescursionismo, Scuole, Seniores "Mario Gatti", Speleo, Tam, Scuola interiezione umbra di alpinismo "Giulio Vagniluca", Scuola sezionale per l'escursionismo "Giancarlo Orzella", e, per finire, anzi per iniziare, Bay CAI. Ed è proprio ai bambini (0-8 anni) che rappresentano tale gruppo che vogliamo dedicare questa favola, nella speranza di allargare il panorama dei nostri lettori, principiando dai più piccini..., per esempio dai nostri nipotini...

Il cacciatore sfortunato

Una favola di Gianni Rodari

- Prendi il fucile, Giuseppe, prendi il fucile e vai a caccia. – disse una mattina al suo figliolo quella donna. – Domani tua sorella si sposa e vuol mangiare polenta e lepre.

Giuseppe prese il fucile e andò a caccia. Vide subito una lepre che balzava da una siepe e correva in un campo. Puntò il fucile, prese la mira e premette il grilletto. Ma il fucile disse: *Pum!*, proprio con voce umana, e invece di sparar fuori la pallottola la fece cadere per terra.

Giuseppe la raccattò e la guardava meravigliato. Poi osservò attentamente il fucile, e pareva proprio lo stesso di sempre, ma intanto invece di sparare aveva detto: *Pum!*, con una vocetta

allegra e fresca. Giuseppe scrutò anche dentro la canna, ma com'era possibile, andiamo, che si fosse nascosto qualcuno? Difatti dentro la canna non c'era niente e nessuno.

- E' la mamma che vuole la lepre. E' mia sorella che vuole mangiarla con la polenta...

In quel momento la lepre di prima ripassò davanti a Giuseppe, ma stavolta aveva un velo bianco in testa, e dei fiori d'arancio sul velo, e teneva gli occhi bassi, e camminava a passettini passettini.

- Toh, - disse Giuseppe, - anche la lepre va a sposarsi. Pazienza, tirerò a un fagiano.

Un po' più in là nel bosco, difatti, vide un fagiano che passeggiava sul sentiero, per nulla spaventato, come il primo giorno della caccia, quando i fagiani non sanno ancora che cosa sia un fucile.

Giuseppe prese la mira, tirò il grilletto, e il fucile fece: *Pam!*, disse: *Pam! Pam!*, due volte, come avrebbe fatto un bambino col suo fucile di legno. La cartuccia cadde in terra e spaventò certe formiche rosse, che corsero a rifugiarsi sotto un pino.

- Ma benone, - disse Giuseppe che cominciava ad arrabbiarsi, - la mamma sarà contenta davve-



ro se torno col carniere vuoto.

Il fagiano, che a sentire quel *pam, pam*, si era tuffato nel folto, ricomparve sul sentiero, e stavolta lo seguivano i suoi piccoli, in fila, con una gran voglia di ridere addosso, e dietro a tutti camminava la madre, fiera e contenta come se le avessero dato il primo premio.

- Ah, tu sei contenta, tu, - borbottò Giuseppe. - Tu ti sei già sposata da un pezzo. E adesso a che cosa tiro?

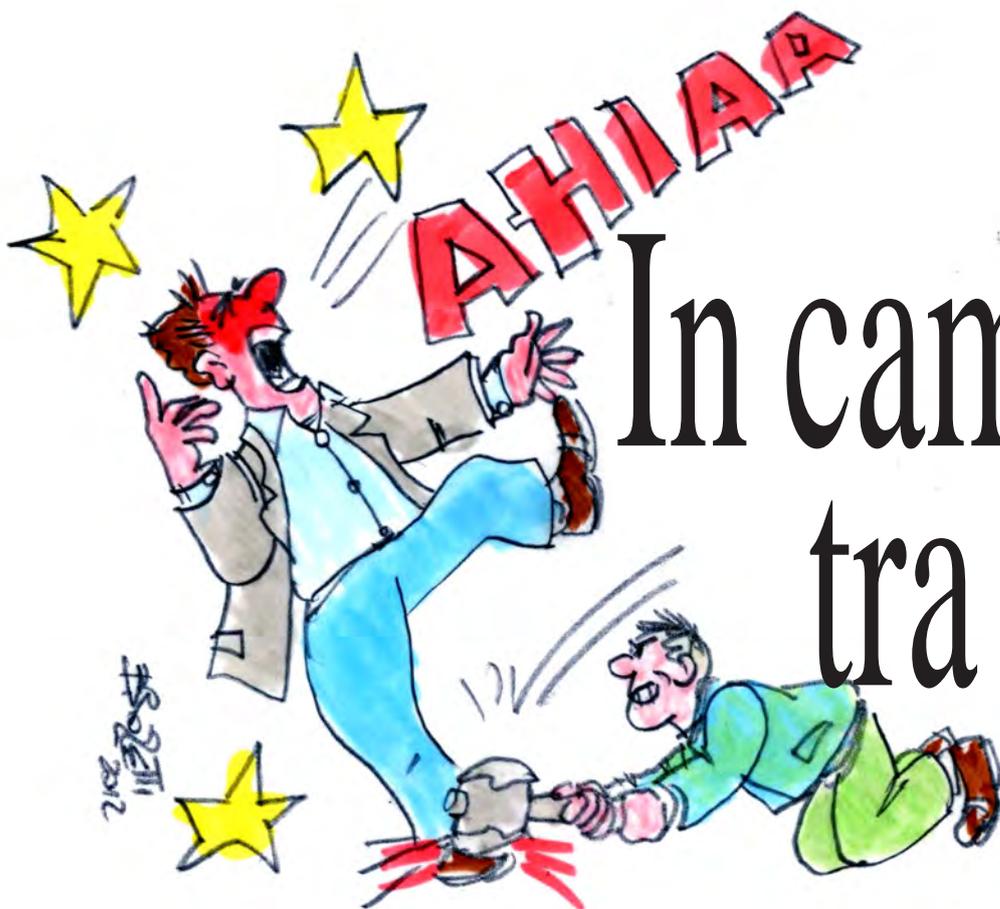
Ricaricò il fucile con gran cura e si guardò intorno. C'era soltanto un merlo su un ramo, e fischia come per dire: «Sparami, sparami».

E Giuseppe sparò. Ma il fucile disse: *Bang!*, come i bambini quando leggono i fumetti. E aggiunse un rumorino che pareva una risatina. Il merlo fischiò più allegramente di prima, come per dire: «Hai sparato, hai sentito, hai la barba lunga un dito».

- Me l'aspettavo, - disse Giuseppe. - Ma si vede che oggi c'è lo sciopero dei fucili.

- Hai fatto buona caccia, Giuseppe? - gli domandò la mamma, al ritorno.

- Sì, mamma. Ho preso tre arrabbiature belle grasse. Chissà come saranno buone, con la polenta.



In cammino...
tra le stelle

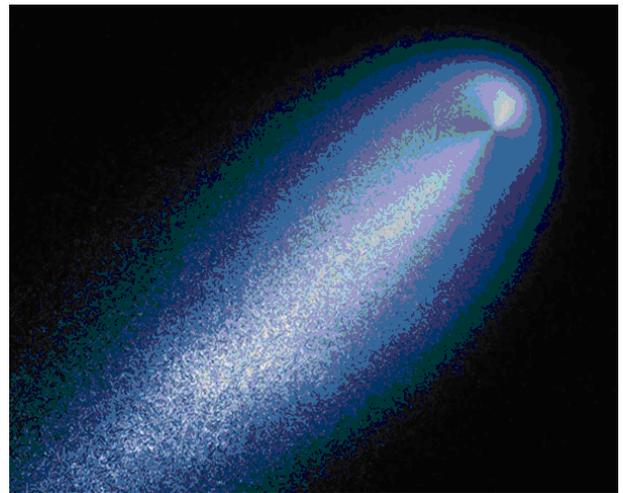
REQUIEM PER UNA COMETA

di Ugo Manfredini

Nel n.6-7 di “In cammino”, nella rubrica dedicata alle passeggiate tra le stelle, avevamo inserito un trafiletto con il quale si segnalava ai lettori l’arrivo di ISON la “cometa del secolo”: un evento astronomico di eccezionale importanza scientifica e al tempo stesso spettacolare per la luminosità del nucleo e per la lunghezza della chioma visibile ad occhio nudo; il picco di luminosità era previsto proprio a cavallo del periodo natalizio durante il quale la sua distanza dalla Terra sarebbe scesa a circa 60 milioni di km (tanto per avere un dato di paragone la cometa Hale Bopp, luminosissima e visibile per molti giorni, nell’aprile del 1997 passò ad una minima distanza dalla Terra di 197 mil. di km). Grande era quindi l’aspettativa ma grandi erano anche i timori che il tanto atteso appuntamento andasse in fumo o meglio in “vapore”; ma andiamo per ordine.

Circa 10.000 anni fa una palla di ghiaccio sporca di polveri e gas cosmico abbandonò la nube di Oort, una zona dello spazio posta agli estremi confini del sistema planetario all’interno della quale “pascolano” miliardi di potenziali comete e, attratta dalla forza gravitazionale del Sole, iniziò il suo lungo viaggio all’interno del sistema solare. Il 21 settembre del 2012 due astronomi dell’**International Scientific Optical Network** di Kislovodsk in Russia, Vitali Nevski e Artyom Novichonok, scoprirono la cometa tra le orbite di Saturno e Giove a circa 600 mil. di km da quest’ultimo già formata con una chioma di 5000 km. e la battezzarono **ISON** in quanto la scoperta era avvenuta nel corso del programma a cui lavoravano. La notizia fece subito il giro del mondo scientifico sia per la luminosità fuori del comune nonostante il nucleo di modeste dimensioni (meno di 5 km di diametro), sia per la traiettoria cosiddetta “radente” che avrebbe portato la cometa quasi a “sfiocare” la Terra. Tuttavia, successive analisi e simulazioni condotte dalla Nasa, raffreddarono gli entusiasmi suscitati dalla scoperta in quanto ISON, prima di sfilare sulla

passerella del cielo terrestre, doveva transitare dietro al Sole ad una distanza (meno di 1 milione di km) tale da lasciare poche speranze circa la sua sopravvivenza, e così infatti è stato: l’azione combinata della forza gravitazionale del Sole ed il calore dell’eliosfera hanno prima disintegrato il nucleo e poi fatto evaporare la chioma. Quel che resta di tanto clamore mediatico è una tenue nube di detriti invisibile ad occhio nudo: un fantasma dello spazio in lento inesorabile allontanamento nelle profondità dell’Universo.



1. La cometa ISON, fotografata a maggio 2013. (Per gentile concessione della NASA)

STELLE ERRANTI

“*Asteres planetes*”, Stelle Erranti: così venivano definiti i pianeti dai greci per distinguerli dalle Stelle Fisse, o quantomeno credute tali, per la loro posizione immutabile sulla sfera celeste. Il movimento di queste stelle vaganti non era certo sfuggito ai Caldei – Babilonesi

che per primi si dedicarono all'osservazione del cielo, ma furono gli astronomi dell'antica Grecia coloro che, avendone raccolto il testimone, approfondirono lo studio dei pianeti, descrivendone i moti relativi ivi comprese le variazioni del senso di marcia, oggi note come "moto retrogrado", cercando, per quanto consentito dalle conoscenze scientifiche dell'epoca, di formulare teorie convincenti delle traiettorie, delle variazioni di luminosità, di colore e di quanto risultava dall'osservazione diretta.

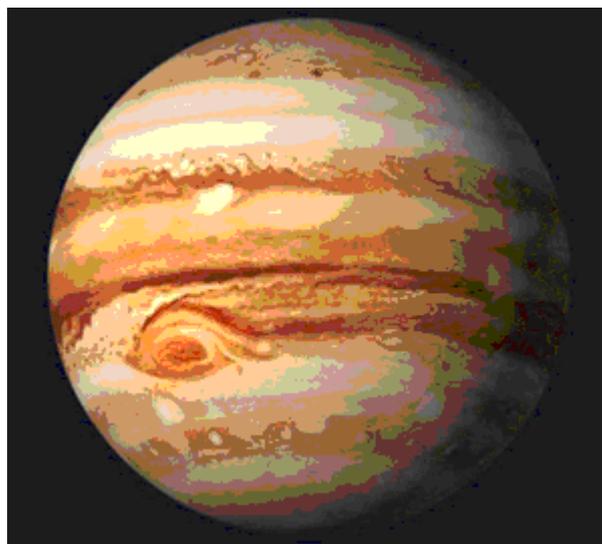
La teoria geocentrica che poneva la Terra al centro dell'Universo, sopravvissuta sino alla rivoluzione copernicana, per secoli ha depistato gli astronomi che spesso, nel tentativo di trovare una legge fisica che potesse spiegare i fenomeni celesti, si lasciavano andare a teorie fantasiose che adattavano arbitrariamente a seconda dei casi.

Aristarco di Samo (310-230 a.C.) rappresentò una voce fuori dal coro avendo per primo ipotizzato che la Terra non fosse il centro dell'Universo ma, come per Galileo molti secoli dopo, fu accusato di empietà e costretto a ritrattare.

Negli anni successivi sia Apollonio di Perga (262-190 a.C.) sia Ipparco di Nicea dedicarono gran parte della loro esistenza allo studio dell'astronomia; quest'ultimo in particolare è rimasto famoso per aver compilato il primo catalogo stellare di cui si ha notizia nel quale erano elencate 1080 stelle: tra queste non mancano le stelle erranti che all'epoca risultavano sette: Luna, Sole, Mercurio, Venere, Marte, Giove e Saturno (la Terra non era compresa in quanto centro immobile dell'Universo).

Oggi, dopo secoli di "convinzioni" appiattite sulla teoria tolemaica ed imbrigliate dall'oscurantismo della chiesa medioevale, dopo le battaglie di scienziati come Copernico, Keplero, Galileo, Ticho Brahe, solo per citare alcuni dei più grandi, i pianeti del sistema solare, pur con tutti i segreti che ancora nascondono, ci appaiono quasi dei vicini di casa ai quali ormai da qualche decennio facciamo visita con i nostri telescopi, le sonde spaziali e veicoli robotizzati.

Tutte le notti, nubi permettendo, ne possiamo avvistare qualcuno ad occhio nudo, come Venere, Marte, Giove o Saturno, e anche Mercurio per chi è dotato di una vista perfetta; talvolta ne scorgiamo uno solo, a volte più d'uno come si sta verificando nel mese di marzo. Per chi vuole provare, vi suggeriamo la ricerca di Giove in



2. Giove, in basso a sinistra la Grande Macchia Rossa

quanto si presenta ancora ben alto sull'orizzonte e soprattutto per gli orari abbastanza comodi per l'osservazione.

Lo possiamo individuare facilmente la sera intorno alle 20,30 verso Sud quando raggiungerà il culmine dell'altezza sull'orizzonte a circa 70° e sarà visibile fino alle prime luci dell'alba quando tramonterà in direzione Ovest/Nord Ovest. Apparirà come un punto di luce bianca incastonato nella costellazione dei Gemelli, inconfondibile per la mancanza del tipico scintillio che caratterizza la luce delle stelle. Insieme a Saturno, Urano e Nettuno è uno dei quattro pianeti gassosi del sistema solare ed è il più grande in assoluto con un diametro di 142.800 km ed una massa 318 volte maggiore di quella della Terra. La sua atmosfera, estremamente densa, è costituita prevalentemente da idrogeno, elio, metano e vapor d'acqua, ed è perennemente agitata da violentissime correnti a getto che, all'osservazione telescopica, si manifestano come fasce oscure alternate da zone chiare decorrenti parallelamente all'equatore. Nell'emisfero meridionale questa struttura fortemente simmetrica è interrotta da una grande macchia di forma lenticolare, di colore scuro conosciuta come la Grande Macchia Rossa, un ciclone di dimensioni gigantesche alimentato da venti ad oltre 300 km/h scoperto oltre tre secoli fa. Giove è anche il pianeta che ha "catturato" il maggior numero di satelliti: a tutt'oggi ne sono stati scoperti 67 e probabilmente sono molti di più: i maggiori ed i più noti sono Io, Europa, Ganimede e Callisto detti satelliti Galileiani o Medicei in quanto scoperti da Galileo nel 1610.

Come in un'osteria, in montagna

A cura della Redazione

Al rientro da una camminata, leggera, intensa, intrigante, per programmare una escursione, impegnativa, nuova, diversa, per incontrarsi e raccontarsi, davanti ad un buon bicchiere, un piatto semplice e gustoso, in un'atmosfera quasi d'altri e lontani tempi, ma viva, vera, attuale ed accogliente, eccoci alla Vineria La Frascetta a Ponte Valleceppi. Tavolini di legno, tovaglette di carta paglia, seggiole comode come una volta, alle pareti di tutto di più, tra ricordi, memorie, oggetti e strumenti di lavoro o di svago, disegni, quadri, cartoline, foto, un insieme compatto e testimone di vita e di vite vissute, un paio di vecchi sci e bastoncini a richiamare la nostra attenzione, sono gli elementi che ogni due mesi ci stimolano a vederci qui per stabilire o completare e assemblare quanto parlorito dai nostri pensieri e dalle nostre emozioni per definire il numero in uscita del nostro *In...cammino*.

Anche Benny (Benilde Peruccaccia) e Glauco (Galeotti) sono camminatori e viaggiatori curiosi.





Nei ritagli di tempo dall'impegno lavorativo in questa piacevole osteria, nelle giornate domenicali quando l'esercizio è chiuso, nelle settimane di vacanza (una o due invernali, un paio estive, ma non sempre), anche loro percorrono i nostri sentieri, in campagna, sulle belle colline dei dintorni, sui nostri monti dell'Appennino umbro-marchigiano, e, perché no, in giro per il mondo. Ma a noi preme partecipare la gradevolezza del luogo, intimo ma vivace, modesto ma ricco, caldo e sincero, in cui ad un menù fisso ogni giorno si affiancano piatti speciali o di stagione: per le colazioni e pranzi di lavoro la bottega (si possono anche acquistare prelibatezze locali o d'altrove) è in funzione dalle 9.30 alle 14 circa, mentre per le merende o le cene dalle 17.30 a mezzanotte... dipende.

Il tagliere misto è fisso: salumi, formaggi, crostini, pinzimoni; aggiungasi carpaccio di manzo marinato con pomodorini e aceto balsamico o una tartara chianina (abile Glauco a prepararla: chiedete sempre un buon burro a parte) o una porzione di nervetti con fagioli cannellini, carote sedano cipolla rossa e aceto o l'aringa affumicata o una scamorza al coccio o un carpaccio di tonno affumicato guarnito e altro ancora. Fuori menù vi potrebbero proporre una zuppa di lenticchie (quelle nostre!) o un baccalà in carpaccio (da non perdere) o un cicotto (indovinare cos'è!) o una polentina al coccio con formaggi oppure al ragù bovino e via dicendo. E non mancano sott'oli, sott'aceti, formaggi e formaggini vari, prelibatezze più o meno conosciute.... La Fraschetta è una vineria: buoni vini, umbri, marchigiani o d'altrove. Il verdicchio dei Castelli di Jesi, tra i bianchi è sempre al fresco, il rosso biologico delle vigne del folignate è altresì di base.

Il pane è strettamente casareccio, ma non mancano altre proposte, tra focacce, focaccine, bruschette e simili, il tutto "fatto con le proprie mani" o dalla panetteria di fronte, forno di qualità, senza dubbio. Il pane e il servizio sono inclusi nel prezzo; ed i costi sono contenuti, onesti, come si dice. Insomma: provare per credere. Noi abbiamo provato e ci abbiamo creduto. Perché è anche come essere... in montagna, al caldo, tra amici, in sintonia dopo una bella passeggiata camminata o escursione che sia o che sia stata.

Un circuito al Monte Trella

camminata tra castellieri e storie di vita

di Daniele Crotti e della Redazione di in...cammino

Il borgo vero e proprio di Colfiorito, non bello, certo, ma ricco di storie di vita (giratelo e parlate con i paesani, con gli anziani: vi racconteranno tanto) è circondato da alcuni castellieri di cui l'Orve è quello storico e il Trella, il più elevato, uno tra i più belli e tuttora chiaramente "leggibile". L'itinerario per questa lunga escursione, in una giornata meglio se di sole, parte dalle Casermette, che pur di relativa recente costruzione (risalgono al 1882) hanno un intenso vissuto; siamo proprio di fronte alla sede del Parco Regionale di Colfiorito, inserito in una di queste costruzioni riadattate e comprendente una sala che funge da provvisorio (sarà ampliata, ci hanno detto) Museo Naturalistico: visitatela, è suggestiva. Il Museo è aperto con questo orario: inverno 9 -13 da lunedì a venerdì ed il lunedì pomeriggio 15 - 17; in estate (da metà giugno alla prima domenica di settembre) 9 - 13 dal martedì al venerdì, 10 - 13 e 15 - 18 sabato, domenica e festivi. Rivolgetevi alla Sig.ra Laura Picchiarelli a nome del CAI di PG allo 0742 681011 (laura.picchiarelli@comune.foligno.pg.it - www.parks.it/parco.colfiorito).

La storia delle cosiddette Casermette, tuttora definite tali così come l'ampia area pro-

spiciente l'antico borgo, frazione del Comune di Foligno, data da quasi un secolo e mezzo e, quando venne terminato, era costituito da "un complesso di nove capannoni destinato ai servizi di poligono di artiglieria e ricovero militari di truppa in tempo di manovre e di tiro e divenne operativo a partire dal 1885" (Crotti, 2009). Tante sono le pubblicazioni che parlano delle Casermette: in bibliografia riportiamo quelle da noi consultate. Ci preme ricordare soprattutto le due pubblicazioni dell'Istituto per la Storia dell'Umbria Contemporanea di Perugia (ISUC), una a cura di O. Lucchi e l'altra di Drago Ivanović. Procuratevele, se potete e volete, e leggetele: sono importanti.

L'escursione ricalca, ma in maniera più ampia,



lu collettu de Sant'Antoniu



il 3° Itinerario che l'Ente Parco di Colfiorito propose una decina d'anni addietro pubblicando un depliant esplicativo al riguardo e segnalandolo parzialmente lungo il suo tragitto a sud-est della frazione folignate: sarebbe l'ITINERARIO DELLA PINETA, la grande pineta che sormonta il Monte, posto a 891 m (il depliant lo segnala a quota 866 m). Partiamo, ora.

Superata la chiesa madre di Colfiorito, di là dalla SS 77, si sale agli 800 m dell'area attrezzata. Si prosegue lungo il Sentiero della Pineta sfiorando gli 891 m del Castelliere Il Monte alla nostra sinistra. Continuiamo lungo la carrareccia. Al termine della pineta, alla nostra sinistra apparirà il Trella con la sua visibile croce; a destra, a poche decine di metri, a 828 m di altezza, netto è il Colle di Sant'Antonio, ove, secondo alcune fonti, ai tempi dei tempi vi era un castelliere: *lu collettu de Sant'Antoni*, lo chiamano i locali. Proseguendo, e tra l'estesa pineta, macchie e antichi boschi, i campi sono abilmente coltivati e parzialmente protetti qua e là dall'assedio notturno dei cinghiali, ecco a sinistra il *fabbocone* (non si sa bene perché così sia chiamata questa vallata che scende sino al pianoro di Cesi) e a destra la cosiddetta "Ara (non l'area, sembra) dei Cavalieri", sì perché qui, sopra questo piccolo montarozzo (870 m circa), c'era una volta

una chiesa, a sua volta sembra costruita sopra di un'ara d'epoca romana (fors'anche i cavalieri erano romani e qui era luogo di culto e/o di incontro, chissà), la cui base, una pietra di travertino, è oggi al centro di Fraia (sormontata da una croce), mentre sul posto non rimane traccia di alcunché. Di là poco sotto e sopra la palude, a quota 845 m, c'è il Castelliere di Campignoli: resti arcaici sono ora nascosti da piante ed arbusti. Torniamo sui nostri passi lungo la iniziale carrareccia per dirigerci verso Fraia. Boschi a sinistra e a destra la *vancarelle* (o *vangarelle*?) e la Macchia dello Spagnolo; più sopra l'immensa Selva di Cupigliolo. Scendiamo infine a Fraia, poche case, siamo ancora in Umbria, a 819 m. Da qui un vecchio sentiero in mezzo ad un filare di querce ci porta al Piano di Popola e Cesi, "il più meridionale dei bacini di Colfiorito ed anche quello che si presenta con un paesaggio vegetale più vario" (Orsomando, 1998). Si scende sino ai 773 m e poi si risale di pochi metri per raggiungere il Monumento alle vittime dei nazi-fascisti alla periferia di Cesi: "...Viveva a Roma ed era sfollato a Costa. Insieme ad altri uomini di quel paese... era stato portato a Cesi e costretto ad assistere alla fucilazione di quattro giovani catturati mentre fuggivano sui monti... Quando fu in grado di parlare ci disse che quella fucilazio-

ne, così era stato detto, sarebbe dovuta servire di monito a tutti... I loro nomi sono incisi in un cippo eretto sul luogo della fucilazione, in un prato subito fuori Cesi per la strada verso Fraia” (Pucci Pertusi, 2007).

Lungo la strada principale andiamo ora a visitare Madonna del Piano, la chiesa e le tre case a fianco che tanto possono raccontare. La chiesa (risale al '400), al tempo anche santuario terapeutico meta di pellegrinaggi votivi (della montagna folignate), ove ci si andava il lunedì di Pasqua (Sensi, 1984), con il suo grande affresco nella parete sinistra ormai andato perduto e con altri dipinti, di pittori locali, restaurati (assieme a portico e campanile) dopo il terremoto del 1997, è assai bella, in mezzo alla “valleverde” che la unisce ad Acquapagana. Le poche case ci rimandano invece indietro in un tempo meno remoto e ci raccontano tante storie, di cui una nell’emozionante libro della Pucci Pertusi: “... La nostra meta era Madonna del Piano, un paesino minuscolo (tre case e una chiesa), prossimo al confine tra Marche e Umbria, nel Comune di Serravalle di Chienti... Si raggiunge percorrendo una valle che, partendo dalla piana di Colfiorito, attraversa il paese di Cesi e si interna tra due file di monti fino ai paesi di Acquapagana e San Martino... La casa in cui ci sistemammo apparteneva a un piccolo possidente, Giuseppe, di mestiere muratore, che l’aveva costruita personalmente tanti anni prima, al tempo del suo primo matrimonio con un’amica d’infanzia di mia madre che in questi luoghi da piccola veniva in villeggiatura. Accanto alla casa di Giusep-

pe un grande casale abitato da sette famiglie; un po’ distanziata un’altra abitazione monofamiliare...” (Pucci Perusi, 2007).

Ripartiamo puntando verso Corgneto bassa e da qui raggiungiamo la Villa di Cesi e poi giù alla parte bassa del borgo che attraversiamo per immetterci nell’antica Via della Spina, forse l’unico tratto ancora evidente di quella che fu una delle vie più importanti, siamo in epoca romana, di allora e che univa Spoleto (Roma, prim’ancora) a Plestia (al Piano del Casone, oggi), e da qui l’Adriatico: sotto il monte Trella è riconoscibile infatti il tracciato tagliato nella roccia dell’antica Via (o Strada) della Spina, d’origini protostoriche e legata alla transumanza; la percorriamo sino ad piccolo valico, posto a poco più degli 800 m. Prima di salire in cima al monte facciamo un salto però alla “Buca del diavolo”. Ci vogliono 10 minuti. E’ un’apertura di un metro di diametro protetta da un coperchio metallico; difficile vederla: è posta una quindicina di metri sotto la pineta che fiancheggia lo stradello oltre il valico di cui sopra. Dante, un anziano di Colfiorito, dice che, al di là della sua profondità, è comunicante con le Botti di Varano. E’ la solita credenza popolare in situazioni analoghe anche altrove, quantomeno nella nostra regione: ci infili un gallo, chiudi, dopo un lasso di tempo imprevedibile, il gallo compare altrove (Crotti, 2013); in tal caso nel bel mezzo delle suggestive Botti di Varano (che ben prima i Romani realizzarono!). Dante, questa volta il padre di Federica (una giovane del posto e del posto innamorata, curiosa, attenta e con-

scrittrice) riferisce che trattasi semplicemente di una cavità carsica. Così è: una ottantina di metri, su tre livelli, con una serie di particolarità e difficoltà che gli speleologi perugini (pare) hanno ben descritto (in rete si trova il quanto).

Ritorniamo al valico e giriamo a ovest per salire al Trella, il monte (*mons Trelle / sasso de Trella*), ove “c’era una croce di legno dove si andava il



con informatori all’Ara del Cavalieri

giorno dell'Ascensione e un pezzo si faceva in ginocchio. Lassù si pregava e ci si andava con le bestie. Poi la croce cascò e un parroco di Cesi la rifece mettere di ferro" (come raccontò un anziano del luogo). La cima è posta a 1029 m. Il Monte Trella in epoca preromana venne dunque occupato da un castelliere, che altro non è che un insediamento fortificato risalente al VII – III sec. a. E. V., circondato da profondo fossato e da vallo ad aggere, con funzione difensiva, di controllo del territorio, di luogo di culto, e funzione abitativa. Questo del Trella aveva probabilmente sia funzioni abitative che di controllo delle vie di accesso tra due territori confinanti abitato da due antiche popolazioni, i *fulginates* e i *plestini*. L'etimologia del nome vorrebbe trella da t(e)rella, diminutivo dell'aggettivo latino *teres*, tondo, arrotondato, secondo una confusione di genere (in questo caso femminile per maschile), già sottolineata da grammatici del tardo-antico; e "Trella è l'elegante e basta guardarlo sullo sfondo di un cielo quasi sempre terso, sereno e azzurro per concordare pienamente" (Bettoni & Picuti, 2007). Il Castelliere del Trella difendeva il valico della Via della Spina insieme al castelliere posto di fronte, a quota più bassa, 980, noto come Castelliere di Monte S. Callisto o de La Fontaccia.

Sosta, lunga sosta: da qua il panorama, a 360°, è meraviglioso, e la descrizione delle cime da parte dei più esperti e conoscitori è quasi "doverosa".

E poi si riparte. Il Trella è avvolto da macchie e boschi, parte cimale a parte; solo sul versante nord è a prato. Scendiamo a zig zag lungo questo versante sino a poco sopra la strada che dal Piano del Casone porta al Piano di Popola e Cesi. Superiamo a destra la barriera di filo spinato e raggiungiamo la Casetta di Momo a 762 m. Passiamo davanti alla lapide di due martiri della Resistenza, oltrepassiamo i lavori per la costruzione della nuova superstrada (omettiamo commenti al riguardo) e raggiungiamo le Casermette di Colfiorito, passando sopra la nuova costruzione che contiene il MAC: Museo Archeologico di Colfiorito. Lo si aveva visitato nel passato quando ancora situato in una delle casermette. Ora dovrebbe essere ingrandito. Dopo una sosta riposante, una visita a questo museo è necessaria per comprendere meglio la lunga storia delle civiltà che qui sorsero, si svilupparono, scomparirono. Il MAC è aperto tutto l'anno con

il seguente orario: venerdì 15 – 18 (19 d'estate), sabato e domenica 9 – 13 e 15 – 18 (19 d'estate); l'ingresso, una volta gratuito, è di euro 4,00 (ridotto euro 3,00). Le visite guidate, anche in altri orari, vanno preventivamente concordate; nel caso potete contattare sempre la Sig.ra Laura Picchiarelli.

A cena, se ci si volesse fermare, le opzioni non sono poche: o al Fontanile, o alla Lieta Sosta, o da Stefano, l'Osteria a fianco del Bar Barchetta. Ve ne sono altre ancora, ma noi conosciamo al momento solo queste: il costo è contenuto, la qualità del cibo è ineccepibile.

Bibliografia consultata:

- 1) PARCO DI COLFIORITO. Carta dei Sentieri (scala 1:25.000), Umbria – sistema parchi.
- 2) "La Montagna di Foligno. Itinerari tra Flaminia e Lauretana". A cura di Fabio Bettoni e Maria Romana Picuti, Edizioni Orfini Numeister, Foligno (PG), 2007
- 3) "LE TRE VALLI UMBRE. Dalla Valnerina a Colfiorito lungo l'antica Via della Spina", Daniele Crotti, ali&no editrice, Perugia, 2009
- 4) PARCO DI COLFIORITO, Maurizio Bianciarelli, UIT di Foligno
- 5) "La Montagna di Colfiorito. Itinerari tra Flaminia e Lauretana". A cura di Fabio Bettoni e Maria Romana Picuti, Edizioni Orfini Numeister, Foligno (PG), 2007
- 6) "GLI ALTIPIANI DI COLFIORITO. Appennino umbro-marchigiano. Storia e ambiente", a cura di Ettore Orsomando, Comunità Montana Monte Subasio, Ente Parco Regionale di Colfiorito, 1998
- 7) "GRUPPO SENIORES Mario Gatti", CAI Perugia, 2011. A cura di Marcello. Edizione in proprio, 2012
- 8) "La necropoli plestina di Colfiorito di Foligno", Laura Bonomi Ponzi, Quattroemme, Perugia, 1997
- 9) "Vita di pietà e vita civile di un altopiano tra Umbria e Marche", Mario Sensi, Edizioni di storia e letteratura, Roma, 1984
- 10) AA.VV. Un Parco per gli Altipiani. Un'area naturale di pregio tra Umbria e Marche nel territorio plestino. Cassa di Risparmio di Foligno, 2005
- 11) "Avevo dicott'anni nel '43", Francesca Pucci Pertusi, Ed. Colibrì, Milano, 2007
- 12) "I luoghi della memoria. Itinerari della resistenza marchigiana". A cura di Luisella Pasquini e Nazareno Re, ANPI Marche e Istituto regionale per la storia del movimento di liberazione nelle Marche, Ancona, 2007
- 13) "Memorie di un internato montenegrino. Colfiorito 1943", Dragutin Drago V. Ivanović, ISUC, Editoriale Umbra, Foligno, 2004
- 14) "Dall'internamento alla libertà. Il campo di concentramento di Colfiorito". A cura di Olga Lucchi, ISUC, Editoriale Umbra, Foligno, 2004
- 15) "Credenze popolari: i galli delle grotte", Daniele Crotti, in: **in...cammino**, I, N° 3, Edizioni in proprio, CAI Perugia

L'IMMAGINE

(l'immagine di una Madonna, l'immagine della Madonna)

di Giuseppe Bambini

Carissimi,

eccovi i risultati, scarni ma ricchissimi, relativi ad una mia ricerca, svolta nel corso di molti anni, che non ha nessuna pretesa accademica/scientifica; si tratta semplicemente di un modesto foglio di appunti, che provvedevo ad aggiornare ogni volta che tornavo a casa, dopo una escursione od una piccola gita, durante la quale mi ero imbattuto in un quadro, un affresco, un'edicola, un toponimo insomma, o, meglio, un "micro toponimo" che rimandava alla Madonna. Al momento, ho superato le 400 occorrenze [nel senso: occasioni, circostanze – *NdE*] circa, e penso che trovare ulteriori aggiunte possa essere difficile [ma non impossibile; *NdE*]. A coloro che volessero iniziare a conoscere l'argomento mariano, - così, giusto per iniziare -, consiglio l'acquisto e la lettura di un agile volumetto, con ricco apparato fotografico: "Per Maria - la Madonna nell'arte sacra e nelle tradizioni popolari della Valnerina" edizioni Guerra, Perugia, 2008. I testi sono di Mario Polia, che conosco personalmente e del quale garantisco il rigore scientifico e l'autorevolezza.

Permettetemi alcune precisazioni.

Le occorrenze riportate relative alla "Madonna" sono tutte rigorosamente in Umbria (diversamente sono segnalate. Rimanendo nell'ambito geografico dell'appennino umbro-marchigiano, questo, va da sé, è pressoché un tutt'uno, non si può scindere (si può separare Dignano da Colfiorito? o Popola da Tavene?); per cui alcune "Madonne" potrebbero essere state omesse o inserite proprio per tale motivo (e non possiamo inoltrarci nell'attuale problematica relativi ai confini amministrativi odierni).

Ad ogni buon conto va precisato che se nel to-

ponimo non compare "Madonna..." non è stato riportato il medesimo; ad esempio: la "maestà di Mascicone", affascinante edicola mariana tra Spello ed Assisi, non risulta nell'elenco in quanto non compare sotto la dicitura "Madonna" (sarebbe potuta essere stata inserita nel caso fosse stata chiamata "Madonna del Mascicone"), eccetera eccetera.

Ancora un ultimo appunto. Le occorrenze sono riportate una sola volta, sia che risultino presenti in decine o più di casi – vedi "Madonna delle Grazie" – sia che risultino presenti in un solo caso – vedi "Madonna degli Stolti" – (anche se quest'ultima potrebbe essere, a ragione, la patrona di tante comunità e dovrebbe avere tanti devoti, invece compare solo in una piccola frazione montana di Spoleto).

MAESTÀ

Vengono chiamate in vari modi: *ancona - cappelletta - còna - l'immagine - immaginetta - maestà - madonnella - madonnina - madonnuccia - maestadella - mestaiola - mestara - pittura - pinturella - pinturetta - pittura - santissima icona.*

MADONNA

Toponimi presenti nelle tavolette I G M e nella micro toponomastica locale, - nell'Umbria e dintorni -, che hanno come riferimento la Madonna; la maggior parte sono riferiti a nomi di luogo che prendono origine da chiese, edicole campestri, piccoli luoghi di culto di devozione popolare; con asterisco vengono indicati nomi di immagini votive mariane all'interno di chiese o musei e che non danno origine a toponimi.*

Ecco quanto ho potuto sinora trascrivere (l'elenco è aggiornato al dicembre 2013):

dell'Abbecedario* - dell'Acera - dell'Acqua - dell'Acquasanta* - Addolorata - in Adorazione - Alta - Altomare - dell'Angellella* - degli Angeli - di Antria - Appare - dell'Ariccia (*de la Riccia*) - de l'Assalto (*ad saltum*) - dell'Assunta - Assunta in Cielo* - dell'Ave Maria* - dei Bagni - di Baiano - col Bambino* - di Baroncino - di Bartocciami - del Basilico - Bella - del Belvedere - della Bianca - del Bistocco - del Bocconcello - di Borghetto - dei Borghi - di Braccio - dei Bravi - Bruciata - Bruna - della Bruna - di Buggiano - di Bughignano - del Buon Consiglio (*mater boni consilii*) - del Buon Soccorso - del Buon Viaggio* - del Busso - dei Cacciatori - del Calcinaio - dei Calcinaï - di Caligiana - dei Caduti - dei Caduti in Guerra - della Calcara - del Calice* - di Campagna - del Campo - del Canale - del Casale - di Cascia - del Capezzale - di Capodacqua - di Capo d'Acqua - dei Cappuccini - delle Carceri - del Cardellino - di Calocco - di Cardoso - del Carmelo - del Carmine - di Cancelli - di Carpello - del Carpineto - della Carraia - di casa Martino - di casa Trabalza - del Casale - di Caselle - del Casino Roncalli - del Caso - del Cassero - di Castelbuono - del Castellano - di Castelletto - del Castello - del castello di Capodacqua - di Castellochio - di Castellotto - di Castelvechchio - della Cava - delle Cave - Celeste - dei Cenciarelli - della Cerasa - della Cerqua - del Cerqueto - del Cerro - del Chiascio - della Ciliegia* - delle Ciliegie* - della Cima - del Cimitero - dei Cinque Faggi - delle Cinque Fonti - della Cintola* - della Cintura* - de la Civita - di Colderba - di Coldicenso - di Colfornaro - del Colle - di Collebaldo - della Collegiata* - di Colle Moro - di Combarbio - della Compassione - della Comunione* - della Còna - del Condotto - del Confine - dei Confini - del Conforto - Consolatrice - della Consolazione - dei Consoli* - del Coperchio - di Copernieri (*o Colpernieri*) - del Coppo* - del Core - della Corona - della Cortina - della Costa - di Costantinopoli - di Corvaiano - della Croce - della Crocetta - del Crocifisso - del Cuore - dei Disciplinati -

dei Disgraziati - del Ditino - del Divino Amore - dell'Eco - dell'Eremita - dell'Età Novella - delle Famiglie - del Farneto - di Farneto - di Fatima - della Febbre* - del Feltro - della Fiamenga - del Fico - della Fiducia - del Fiore* - dei Fiori - del Fiume - di Foligno* (*ora ai Musei Vaticani*) - del Fonnello - della Fonte - della Fonte del Poggiolo - di Fontallaggio - delle Fontanelle - di Fonte Salce - delle Forche - dei Forti - del Fossatello - del Fosco - del Fuoco - del Gambero - della Ghea - del Giardino - del Gesù* - del Giglio - della Ginestra - del Ginestro - dei Giustiziati - in Gloria* - del Gonfalone - del Granello - del Grano - delle Grazie (*ego sum mater grazie*) - del Grezzo - delle Grondici - della Grotta - delle Grotte - del Grottone - dell'Icona - Ilare (*o d'Iltera*) - Immacolata - dell'Incancellata (*o dei Turriti*) - Incoronata - degli Infermi* - Inviolata - del Lago - delle Lagrime - del Latte - del Libro* - di Loreto - di Lourdes - della Luce - dei Lumi - delle Macchie - dei Macci - della Maestà - della Màina - di Mariotto - alle Masse - della Mela* - del Melograno - di Meo - della Mercede* - delle Mèssi - di Mezzopiano - de Milzone - dei Miracoli - della Misericordia - delle Missioni* - di Montali - del Monte - di Monte Camera - del Monte Grappa* - di Montecchi - di Montecolognola (*o dei Fori*) - di Monte Igno - di Monte Lago - di Monteluca* (*ora ai Musei Vaticani*) - di Montemelino - di Monte Rampone - di Montesanto - di Montevalle - dei Monti - del Moro - dei Morti* - delle Mulina - Nera - dei Nespoli - della Neve - delle Nevi - dei Norcini* - dell'Obolo - dell'Oлива - dell'Oliveto - dell'Olivo - dell'Olmo - di Onde - Orante - dell'Oratorio* - dell'Orchestra* - della Pace - di Pacchiano - della Paglia - di palazzo Iacobilli* - della Palla* - di Pambianco - di Pànico - dei Pantanelli - del Pantano - della Pappa* - del Parto* - della Pasquarella - Pastora - del Pastore - Pellegrina - della Penna - del Pergolato - di Perlici - (Madonnina) del Pero - dei Perugini - della Peschiera - della Pia - della Piaggia - delle Piagge - delle Pianelle - del Piano - del Pianto - del Piatto - di Piazza - della Piazza - di Piè della Costa - della Pietà - di Pietra-rossa - di Pietreto - della Pieve - dei Pini

- del Pino - della Pinturella dell'Acera - della Pittura - Platytera (*più ampia del sole*) - del Podere - del Poggetto - dei Poggi - del Poggio - de lu Poggheu - di Poggio del Vento - del Ponte - del Popolino - del Popolo - della Porta - del Porto - dei Portenti - Posatoro - dei Poverelli* - di Pratalenza - del Prato - della Predella - del Preziosissimo Sangue - della Provvidenza - della Puglia - del Quattrino - delle Quattro Chiavi - della Quercia - dei Raccomandati - del Ragno - del Rancio - del Ranuccio - della Rasole - della Reggia (*o Regghia*) - della Riccia - di Ricciano - del Rifugio - dei Rimedi - del Riparo - delle Ripe - della Rocca - della Romita - della Rondinella* - della Rosa - del Rosario* - delle Rose - delle Rote - delle Rotte (*o delle Cinte*) - del Ruscello - di Sanfatucchio - de la Salette - della Salute - della Sanità - di S. Anna* - di S. Arcangelo - di S. Croce - di S. Feliciano - di S. Giacomo* - di S. Giovanni dell'Acqua* - di S. Magno - di S. Savino - di S. Tobia - del Sasso - del Sasso Bianco - di Sassonia* - di Savona* - della Sbarra - delle Sbarre - della Scala - dello Scandolare - delle Scentelle - dello Scoglio - Scoperta - dello Scoppio - degli Scout - delle Scuffiöle - della Serra - della Selvetta - dei Sette Dolori* - del Soccorso (*altrimenti detta della Mazza, del Randello, del Manganello*) - del Sodo - Solitaria - di Sollone - del Sorriso* - di Spadi - della Spella - della Speranza - della Spiga* - di Spinalbeto - della Sposa - della Stazione - della Stazione di Posta - delle Stecche - della Stella - dello Stellaro - degli Stolti - di Stringaia - del Suffragio - del Tabernacolo - della Tavola - della Tenerezza* - del Termine - di Terzo - di Tivoli* - di Torgiano - della Torraccia - della Torre - dei Tramonti* - del Transito - di Trebbiano - del Trebbio - dei Tre Fossi - del Tresto - in Trono* - del Tufo - di Turrita - dell'Uccelletto - dell'Ulivo - dell'Umiltà* - degli Uncinelli - dell'Universo - della Valle - di Valsarnia - di Vecciano - Vella - del Velo - del Vento - del Verde - delle Vertighe (*o della Canella*) - del Verziere - di Vestro - del Viandante - di Via Oro - di Via Ritorta - di Via Pievaiola - di Vico - di Vierzo - del Vitellino - delle Vigne - della Villa - del Villaggio - di Villa Scirca - delle Vittorie - del Voto

Nota della Redazione

Abbiamo voluto designare tale contributo dell'amico Peppe con la parola *L'IMMAGINE*, che altro non è che un'edicola votiva (piuttosto grandicella, quasi una cappelletta), che il camminatore può incontrare salendo al Monte Aspra, partendo dal piccolo borgo di S. Vito, in Valnerina, lungo la Val Pagana (o Val Malpana), a poco meno di 1.200 m s. l. m.

Tale "Madonna" non ci è parsa essere riportata da Bambini, o forse ci è sfuggita o è dallo stesso diversamente chiamata. Al proposito ecco quanto ci ha dichiarato Giuseppe (come in precedenza riportato e qui completato): *ad ogni buon conto va precisato che se nel toponimo non compare "Madonna..." non è stato riportato il medesimo. Ecco il motivo per il quale non compare "l'immagine", così come non compaiono altre edicole e siti.*

Ci auguriamo di poterle raccontare in modo più approfondito nei numeri a venire, non certo tutte bensì quelle che possano offrire delle particolarità del tutto specifiche (e di natura varia). Chissà; ma noi lo speriamo.

Per finire, e in accordo con l'autore di tale suggestivo contributo, speriamo che i camminatori (seniores in primis) possano aggiungere ulteriori dettagli a tale simpatica e preziosa comunicazione.

Nel prossimo numero riporteremo un saggio introduttivo di don Mario Sensi relativo ad una mostra sulle edicole spellane, a mo' di esempio di disamina relative alle "edicole".

La "Madonnina del Pero"

a cura di Daniele Crotti

Se percorrete il Sentiero delle Lavandare poco oltre l'abitato di Pretola per salire a Fontenovo, dopo poche decine di metri alla vostra sinistra incontrate un'edicola. E' una copia dell'originale ed è dedicata alla *S. Icona della Gran Madre di Dio* nel Duomo di Spoleto (risalente al XII secolo dell'Era Volgare). Dagli abitanti del borgo è nota come "Madonnina del Pero".

Siamo a metà ottocento, o poco dopo, e la storia, o, meglio, la leggenda, narra che due fratelli della famigli Pero qui residenti, un giorno si mettersero a scavare, non sappiamo bene per-

ché, lungo la strada che forse già allora le prime lavandaie pretolane percorrevano per salire in città. Dopo alcune picconate, uno dei fratelli avvertì un rumore sordo: qualcosa di consistente doveva celarsi sotto terra. Lì per lì non trovarono però nulla, tant'è che l'altro fratello decise di lasciare perdere, forse anche perché si stava facendo buio. Nel corso della medesima notte, però, il Pero che aveva avvertito quel rumore, non volendosi dare per vinto, tornò da solo e zitto zitto si mise a scavare. Dopo un po' scoprì una sorta di forziere, che, una volta aperto, rivelò essere pieno di monete d'oro d'epoca romana.

La scoperta portò fortuna. Grazie a questo "tesoro", lo scopritore poté acquistare poderi e casolari in tutta l'area e, da famiglia povera quel sino allora erano, i Pero divennero assai ricchi, anche nelle generazioni successive. Per questa grazia ricevuta il fratello fece costruire, nel punto del reperimento del tesoro, questa edicola dedicandola alla Madonna. Poi succedettero altri avvenimenti ed oggi l'edicola è quale la può osservare il camminatore che passi da quelle parti, salendo o scendendo lungo il Sentiero, da poco recuperato grazie alla tenacia e al lavoro volontario di alcuni pretolani, all'interno dell'Associazione Ecomuseo del Fiume e della Torre, ed ora anche Ecomuseo Regionale del Tevere.

Tale "Madonna" è già stata aggiunta all'elenco di Giuseppe Bambini, cui era, comprensibil-



Le figurine foto della "Madonna"

note di Francesco Brozzetti

Chi di noi non si sarà mai soffermato a fotografare una "Madonna", cioè una di quelle edicole (e non sempre tali) che solitarie se ne stanno spesso ai bordi di un campo, o ad un incrocio a ricordare chi siamo e da dove veniamo?

Nessuno o pochi di noi, credo.

Poi alcuni ne hanno fatto un vero e proprio album o archivio che dir si voglia, sognando come anche il sottoscritto di poterne estrarre un volume corposo, elegante e pregiato.

Poi passa il tempo, il cassetto si infittisce inversamente alla volontà di portare avanti il lavoro.

Arriva così il giorno che, riscoperto questo tesoro si prende la faticosa decisione: "continuo" o butto tutto nel cestino dei ricordi?"

Io, personalmente vado a fasi alterne.

Ogni tanto infervorato riordino il tutto ed a volte invece scoraggiato, chiudo con rabbia il cassetto rischiando anche di prenderci, come giusta punizione, un dito in mezzo!

Ma il fascino delle edicole non cala, anzi, ogni volta che ne scopro una nuova, inchiodo l'auto, a rischio anche di provocare qualche grave incidente, scendo e la fotografo, per tutti i versi possibili, e se potessi lo farei anche dalle fondamenta!

Come allora potrei mai criticare o giudicare il "Bambini e le sue "madonne"?"

Anzi, mi piacerebbe fare, come succedeva da ragazzini con le figurine dei calciatori, confrontarmi con lui e quanti altri hanno questa passione e vedere chi ne ha di meglio, di maggior valore e di difficile reperimento.

In fondo ... siamo o non siamo sempre tutti vecchi immaturi?

E allora...

Lancio la sfida, confrontiamoci, facciamo magari una mostra ovviamente CAI e vedremo poi i risultati...!!!

Segue da pag. 1

Alpinismo, certo, la prima “missione” del Club Alpino Italiano, il cui acronimo CAI è ormai forse universalmente noto e riconosciuto; alpinismo: nelle sue tante stagioni, dalla più calda e torrida ma che in quota è sempre “fresca”, alle più fredde, nei colori autunnali e nel bianco ovattato dalle neve invernale, sia sulle vette come in grotte e dirupi, vicino a noi come in luoghi lontani, in parte differenti... Ma CAI è anche conoscenza, cultura e storia della montagna, delle montagne, della sua natura, del suo paesaggio. Conoscenza, rispetto, salvaguardia. E allora anche l’escursionismo, in piccoli o numerosi ma sempre contenuti gruppi, giovani adulti anziani, ha una sua importante funzione, oltretutto motivi di piacere, meraviglia e fascino, fonte di emozioni. Percorrere i sentieri, i prati, le cime, scendere le forre, osservare la natura e ascoltarne i suoni, e tanto altro ancora, non ultima la sua spiritualità, è quanto ci ha spinto a narrare il vissuto partecipato di tutto questo. Immagini, appunti, descrizioni, racconti, emozioni, colori, profumi...

Una favola per bambini segue ai suggerimenti in rima al nuovo Presidente e alla prima parte di brevi cenni storici riguardo i nostri Sibillini. In questo ricco numero, **in...cammino** prosegue anche tra le stelle, per poi soffermarsi in osteria a raccontarsi, per poi risalire sui monti in un semplice quanto suggestivo percorso sul Trella di Colfiorito, e poi un momento del tutto particolare e nuovo, quello legato alle edicole mariane, che pensiamo sia o possa essere spunto per riflessioni personali.

Un’altra escursione è quindi proposta, poco nota e senza sole, come il lettore leggerà, per poi soffermarci sulla roveja, antico legume della nostra Valnerina, per concludere, belle e tante foto a parte (anche enigmatica quella a pagina 24), con un omaggio alla primavera che sta per arrivare ovvero alle prime primule e con due note di cucina e letteratura di montagna che sempre il Rigoni Stern ci può ancora regalare. Leggiamo e leggete. Scriviamo e scrivete. Raccontiamo e raccontate.

Anche questo è parte di noi.



Il fosso dell'ELMO

Un'escursione poco nota e ... senza "sole"

di Francesco Brozzetti

Si raggiunge in auto il Monte Peglia e poco dopo aver superato le antenne, si piega per Morrano e, dopo il secondo bivio per San Marino, ci si ferma presso Casa Nuova (Casa Nuova, vecchia costruzione contadina, è riconoscibile perché costruita su una cresta ben riconoscibile anche dalla strada asfaltata).

Un vero parcheggio non esiste, ma sistemate le auto dove possibile, cercando di non intralciare il traffico, si raggiunge il casale e superatolo si scende e poi si risale subito dopo sulla sinistra. Paletti colorati di rosso indicheranno la strada (alcuni di questi caduti o abbattuti, sono stati appoggiati al bordo del sentiero).

Ora ci si inoltra nella macchia fitta seguendo un sentiero che molto sconnessamente, sembra quasi un solco scavato dalle acque piovane, ed in ripida discesa, circondato da enormi siepi di corbezzolo, porterà ad attraversare l'impetuoso fosso dell'Elmo.

Il paesaggio è spettrale, ma affascinante, la stretta forra che accoglie le rumorose acque del torrente ed i macigni che occupano il suo letto, danno la sensazione di trovarsi mille miglia lon-



tani dal mondo civile.

Si risale ora in ripidissima salita, tanto che è stato predisposto un passamano in legno, rustico ma efficace, fino ad un rimboschimento di pino nero e da qui ad uno stradone sterrato.

Qui si volge a sinistra, in dolce discesa fino ad arrivare ad una piccola piana chiusa tra ripidi colli.

La macchia è così fitta ed alta che si passa dentro un tunnel di foglie così spesso che non filtra mai il sole.

I grossi sassi che si trovano ai bordi dello stradone, residuo di un lavoro di ruspa, sono neri, umidi e coperti di muschio.

Attraversato ancora il fosso, non lontano dal punto in cui si getta nel fiume Chiani si riprende in salita per uno stradone ampio ma sempre coperto a tunnel da altissimi lecci secolari.

Si raggiunge ora un campo con una casa colonica abbandonata, Pian della



Casa; il Chiani rumoreggia poco distante. Qui ci si potrà riposare e riprendere le forze per l'ultima fatica.

Il panorama non è ampio, anzi, si è sempre chiusi tra colli boscosi e ripidi, selvaggi e solitari.

Si riprende quindi il cammino piegando a sinistra per una salita che accompagnerà fino alla fine, ora ripida ora più dolce.

Si entra così nel bosco che riporterà salendo fino al crinale più alto dell'Elmo, attraversando un paesaggio veramente fiabesco.

Il bosco di cerri e lecci secolari, è così fitto che nemmeno la pioggia, a tratti, riesce ad attraversarlo. Quel poco di luce che riesce a penetrare è fioca e dalle tinte vellutate che le foglie filtrano. Unici segni di vita sono quelli lasciati dai cinghiali. Questo è il loro regno, pozzanghere enormi segnate dal loro passaggio raccontano come si possano divertire tali animali, con un poco di acqua e fango. Scivoli, buche, rimate, piste segnate dal loro caratteristico calpestio, alberi scortecciati all'altezza giusta, fanno immaginare come la notte sia intensa in questa zona.

Anche altri animali lasciano i loro segnali e se si è fortunati qualche scoiattolo potrebbe saltellare davanti ai piedi.

E' tutto così silenzioso che istintivamente si parla sottovoce!

Dopo ancora un'ora così, si esce dal bosco; un ultimo strappo di salita ancora tra la fitta macchia e ci si ritrova sulla piana di fronte a Casa Nuova.

Qualche centinaio di metri per aggirare il colle ed ecco nuovamente le auto.

E' lungo e faticoso, ma ne vale la pena

Una escursione dura, ma con piacevole "salsicciata" finale

Il tragitto si snoda tra fossi e boschi, con tracce abbastanza evidenti, ma le pendenze sono a tratti molto accentuate e quindi possiamo considerare l'escursione piuttosto faticosa. La sua durata si aggira intorno alle cinque ore ed necessaria una attrezzatura adeguata al fango ed al ghiaione, pertanto sono consigliati scarponi robusti, giacca a vento, zaino, viveri ed acqua. Binocolo e macchina fotografica in teoria non dovrebbero servire vista la esiguità di panorami, ma è sempre meglio portarseli dietro ... non si sa mai!

Se non si è sazi di aria pura, basta tornare indietro fino al Monte Peglia nei cui pressi, prima delle antenne (tornando) si trova l'area attrezzata "Sette Frati" dove si potranno cuocere salsicce e bistecche alla brace chiudendo così una particolare giornata all'aperto.

L'ultimo bosco delle fate

Non si fanno mai vedere, ma sicuramente ci sono!

L'Elmo è un bosco di notevole interesse naturalistico, la macchia mediterranea ne è il carattere dominante.

Nel primo tratto, fino al fosso l'area è ricoperta di arenaria con piccolissime concrezioni di pirite. Sull'altra sponda dopo un bosco di pino nero, lecci e cerri secolari fanno da padroni.

Il cinghiale è il vero dominatore della zona, come già detto le sue tracce sono vistose ed inconfondibili, ma sono anche frequenti volpe, tasso ed istrice. Abbondanti i volatili tra cui molti rapaci sia notturni che diurni.

Nei corsi d'acqua è possibile trovare granchi, gamberi e raramente testuggini d'acqua dolce. Potrebbe anche capitare di incontrare, o scorgere di lontano, nei punti più impervi, dei daini fuggiti dall'allevamento dell'area protetta di "Sette Frati".



CLUB ALPINO ITALIANO *Sezione di Perugia*
Consiglio Direttivo del Gruppo Senior “MARIO GATTI”

Dal Verbale N°1/2014

(di *Emilio Bucciarelli*, neo-segretario)

Il giorno **8 Febbraio 2014**, alle ore 18.00 nella sede di Via della Gabbia n° 9, si è riunito il Consiglio Direttivo del Gruppo “Senior” del Club Alpino Italiano di Perugia.

Sono presenti i sette consiglieri eletti: Emilio Bucciarelli, Daniele Crotti, Giorgio Giacchè, Carla Grassellini, Marcello Ragni, Vincenzo Ricci, Rinaldo Tieri

Aprire la seduta Emilio Bucciarelli, consigliere più anziano e segretario della Riunione, auspicando che nel nuovo Consiglio si possa realizzare un’atmosfera di costruttiva collaborazione consentendo di raggiungere lusinghieri risultati come nel precedente triennio, grazie all’impegno dei numerosi soci che di volta in volta si sono alternati nel proporre escursioni ed iniziative di varia specificità legate alla montagna e alla sua cultura e storia.

Segue un’ ampia discussione nella quale si accenna agli argomenti che, tra l’altro, potrebbero essere sviluppati nelle prossime sedute, quali:

1) Valorizzazione delle varie e specifiche competenze presenti tra i consiglieri, fra i membri del Gruppo Senior e della Sezione in generale.

2) Programmazione di escursioni più o meno impegnative che possano consentire di volta in volta la partecipazione del maggior numero di “seniores”, inclusi trekking urbano saltuario ed escursioni per più esperti.

3) Perfetta o comunque buona conoscenza del percorso e del territorio delle escursioni da parte di tutti gli accompagnatori che, si auspica, siano più di due.

4) Controllo dell’equipaggiamento dei partecipanti e miglioramento della comunicazione fra gli accompagnatori.

5) Sviluppo ulteriormente della socializzazione inserendo alle escursioni anche occasioni conviviali almeno mensilmente, nonché dare spazio a momenti culturali relativamente alle escursioni proposte.

Si procede quindi alla elezione del presidente, vice-presidente, segretario e tesoriere.

All’ unanimità e con voto palese risultano eletti:

Marcello Ragni – Presidente

Rinaldo Tieri – Vicepresidente

Emilio Bucciarelli – Segretario

Fabrizio Franco viene confermato nella carica di **Tesoriere** già svolta nel precedente consiglio.

Nell’assumere la Presidenza del Gruppo Senior Marcello Ragni, dopo aver ringraziato per la fiducia accordatagli, sottolinea che la sua funzione sarà principalmente quella di un coordinatore in quanto conta sulla disponibilità, fattiva collaborazione e apporto di tutte le competenze del gruppo. A questo proposito propone che a Carla Grassellini venga affidato il compito di mantenere i rapporti con il CAI centrale e con i dirigenti dei gruppi “seniores” delle altre Sezioni del CAI, mentre a Vincenzo Ricci, per la sua conoscenza del territorio, venga affidato il coordinamento delle proposte di escursioni. Per quanto riguarda, infine, l’attività degli “Amici di Manlio”, Ragni propone di seguitare ad occuparsi personalmente della organizzazione di questa attività avvalendosi della collaborazione di Vincenzo Ricci e Daniele Crotti per la parte escursionistica. Queste proposte vengono accolte all’unanimità.

A cura Daniele Crotti

La roveja

di *Daniele Crotti e Vincenzo Ricci*

In data 5 luglio 2012 il Gruppo Senior della Sezione di Perugia del CAI si reca al Monte Pozzoni, partendo da Civita (siamo in Comune di Cascia) per qui tornare. Alla fine della escursione (leggete il prezioso opuscolo edito dal CAI di PG "GRUPPO SENIORES Mario Gatti 2012", a cura dell'insostituibile Marcello Ragni: questa escursione è raccontata alle pagine 83-85) Vincenzo Ricci riporta che il gruppo è stato ospite dell'Azienda Agricola biologica di Adelino De Carolis, dove, grazie a Geltrude e Silvana, ha potuto apprezzare un pasto a base di prodotti locali, in particolare la farecchiata, una sorta di polenta di roveja. Silvana stessa, a fine pasto, ha raccontato la storia di questa roveja, "legume antico e prezioso". Qui la descriviamo, arricchendo la descrizione grazie all'aiuto della rete informatica, cui è ormai quasi impossibile non ricorrervi.

La roveja è un piccolo legume simile al pisello, dal seme colorato che va dal verde al marrone e al grigio; il baccello è verde ma con la maturazione diventa viola scuro; i fiori sono purpurei. E' chiamato anche pisello selvatico o dei campi, o rubiglio (anche robiglio), o corbello, e secondo alcuni potrebbe essere un progenitore del pisello comune. Secondo altri, invece, è una specie a sé stante: *Pisum arvense*, differente perciò dal pisello, *Pisum sativum* (secondo altri ancora sarebbe *Pisum sativum* spp. *arvense*). In ogni caso la classificazione botanica è ancora non definita.

Essa sembrerebbe provenire dal Medio Oriente dove era coltivato già nel Neolitico. Nell'antichità la roveja era considerata dai Greci e poi dai Romani un alimento prelibato (sin da allora quindi era nota).

La storia

Nei secoli passati era coltivata su tutta la dorsale appenninica umbro-marchigiana, in particolare sui Monti Sibillini, dove i campi si trovavano anche a quote elevate: la roveja è resistente alla basse temperature, si coltiva in primavera – estate (solitamente semina a marzo e raccolta a luglio dei baccelli) e non necessita di molta acqua. Cresce anche in forma spontanea, lungo le scarpate e nei prati, ma nei secoli passati era protagonista dell'alimentazione dei pastori e contadini di queste montagne assieme agli altri legumi cosiddetti poveri, quali lenticchie, cicerchie e fave. La tecnica di lavorazione manuale della roveja e la meccanizzazione dei raccolti hanno scoraggiato, ci ha detto Silvana, nei tempi a noi vicini, la sua coltivazione, fino a cadere in completo abbandono.

Cosa succede nel 1998? Succede che due signore di Civita di Cascia, Silvana Crespi e Geltrude Moretti, trovano in uno scantinato lasciato in eredità dal nonno, in mezzo alle solite cianfrusaglie, un barattolo contenente semi colorati, con una scritta misteriosa: roveggia. Le due donne decidono di provare a piantarli e a fare ricerche fra gli anziani che la possano ricordare. Scoprono così il suo vero nome: roveja, appunto. Grazie così a queste due donne il legume è tornato ad essere coltivato in piccoli quantitativi da produttori pioneristici curiosi e coraggiosi.

La coltivazione

A Civita la roveja viene seminata solitamente a fine marzo, tra i 600 e 1200 m di altitudine, e raccolta tra la fine di luglio e i primi di agosto. La sua battitura è simile a quella delle lenticchie: quando la metà delle foglie è ingiallita e i semi diventano cerosi, si falciano gli steli lasciandoli sul prato ad essiccare. Va sottolineato, e questo ne costituisce la peculiarità e la preziosità, che la roveja viene falciata a mano. Quando l'essiccamento è completo si raccoglie il tutto, si porta sull'aia e si trebbia. Successivamente con setacci e con adeguata ventilazione si libera la granella dalle impurità.

L'uso

La roveja si può consumare sia fresca (nella bella stagione) sia essiccata (in autunno ed inverno), come altri legumi, in zuppe, minestre, anche in abbinamento ai cereali integrali. A Civita in particolar modo la roveja viene ridotta in farina per cucinare una polenta chiamata farecchiata (o

pesata). Silvana suggerisce di condire la polenta con battuto di acciughe, aglio, olio extravergine di oliva: è buona anche il giorno dopo, affettata e abbrustolita in padella o sulla brace. La pianta, ricordiamolo, viene usata anche come foraggio per animali.

Le proprietà

Da un punto di vista nutritivo è molto simile al pisello comune. Contiene proteine vegetali e carboidrati in buone quantità, e, nella variante secca, è legume assai energetico. La roveja è ricca anche di potassio, fosforo e, soprattutto, fibre, sia solubili che insolubili; queste aiutano a mantenere l'intestino attivo e a combattere l'aumento del cosiddetto "colesterolo cattivo" nel sangue.

NB: da pochissimi anni la roveja è Presidio Slow Food per la Biodiversità!



polenta di roveja

Vincenzo con Gertrude e Silvana.



La foto del bimestre

Una casa, il muro, una buca per lettere, la foto. Rita Zappelli l'ha scattata durante una escursione senior in Valnerina.

Ci saranno davvero lettere a noi spedite? Indovinate dove siamo, però. Grazie.



*Ma dove accidendi
avrò messo la chiave?!*

Primule

a cura della Redazione

LA LEGGENDA DELLA PRIMULA

Poesia di Loredana Savelli

... fu infine una lacrima
per quel bimbo mai nato
a plasmare nella creta arida
l'allegra culla di una primula

Sono tra i primi fiori, le primule, che compaiono all'inizio della primavera; spesso ancora nel corso dell'inverno, già a volte a fine febbraio od ai primi di marzo.

Ci riferiamo alla "primula comune", quella con le foglie verdi piuttosto intense e dai fiori gialli, a cinque petali, chiamata anche "primola" oppure "primaverina". Il nome deriverebbe dal latino *primulu(m)*, diminutivo di *primus*, primo, detta così dalla precoce, appunto, fioritura. Il Vocabolario della lingua italiana di Nicola Zingarelli, così la descrive: genere di pianta erbacea delle *Primulaceae*, spontanee nelle regioni temperate, con foglie semplici, calice e corolla divisi in cinque parti saldate alla base, coltivate per ornamento in diverse varietà dai bellissimi colori.

Noi conosciamo forse solo la primula gialla, per noi la primula vera e propria, ossia quella spontanea, quella che camminando nei boschi o rasente i medesimi, tra fine febbraio ed i primi di aprile, la si può osservare, ammirare, accarezzare. E' la *Primula acaulis* o *Primula vulgaris*, come dicono i botanici, appartenente alla famiglia delle *Primulaceae* e all'ordine *Primulales*. Complesso e arduo lo studio della botanica; e allora ci limitiamo a più brevi e facili descrizioni e ai ricordi che la medesima evoca e ci evoca, e che ricerchiamo ogni anno, durante le passeggiate del e nel tardo inverno e poi all'inizio della primavera.

La *Primula vulgaris* (o *P. acaulis*, come detto) è detta volgarmente "primavera", "primaverina" od "occhio di civetta": è perenne, con scapo - in botanica lo scapo è l'asse fiorifero privo di foglie che parte dalla radice, insomma il peduncolo florale - tipicamente nullo, foglie bislungo-ovalate, a margine dentato, pelose sulla pagina

inferiore, glabre in quella superiore, disposte a rosetta; peduncoli florali lunghi come o meno delle foglie; fiori con denti del calice lanceolato-lineari, corolla giallo chiara o raramente bianca (nella sottospecie *P. acaulis albiflora*), con lacinie obcordate - lacinia è un termine botanico che vuol significare "incisione irregolare"; il termine botanico obcordato è un aggettivo "detto di organo, frutto o foglia con due lobi allargati alla base e ristretto all'apice come un cuore delle carte rovesciato". Una vecchia enciclopedia dice che si trova nei luoghi erbosi e boscosi, e questo lo sappiamo tutti, immagino, dalla zona mediterranea a quella montana di tutta la penisola italiana ed in Sicilia (che non esista in Sardegna?), dove fiorisce da febbraio a maggio. Dimentichiamo le altre primule, che lasciamo "coltivare" agli esperti. A noi piace conoscere e sapere di questa e ricordare, quando le vediamo, i ricordi che questo semplice fiore può evocare. E le leggende...

Quell' anno la Primavera sembrava non dover più arrivare; gli animali del bosco la attendevano con impazienza; l'Inverno era stato molto freddo e tutti, dalla lepre, allo scoiattolo, agli uccelli non vedevano l'ora che se ne andasse, lasciando il posto al primo tiepido sole che potesse scaldar loro le pellicce e le piume. Ma l'Inverno, ormai vecchio e un po' sordo, non voleva proprio levare il disturbo, tanto che tutti gli animali iniziarono a dirgli: "Insomma, vuoi andartene sì o no?" "Non è ora che lasci arrivare la Primavera?". Insomma, tanto fecero e tanto dissero che l'Inverno si arrabiò davvero e disse tra sé e sé: "Ah sì eh? volete mandarmi via... ma io ve la farò pagare"; chiamò i suoi due fidi alleati, il gelo e la tempesta e disse loro: "Nascondetevi dietro quel cespuglio e quando vedrete arrivare la Primavera spingetela in quella grotta; io penserò al resto". Quando la Primavera, puntuale come ogni anno, fece capolino al limitare del bosco, la tempesta saltò fuori dal cespuglio dietro il quale era nascosta e soffiando un vento gelido la spinse fin verso la grotta dove il gelo costruì una barriera di ghiaccio per non lasciarla uscire. La lepre aveva assistito a tutta la scena e corse subito dagli altri animali del bosco per chiedere che cosa fare; ma nessuno sapeva come liberare la Primavera rinchiusa nella grotta.

*“Andiamo a chiedere consiglio al Sole
“ disse il pettirosso, che sapeva che
il Sole era amico della Primavera.
“E’ una brutta situazione “ - disse il Sole - “ma
io so come aiutarvi”; accompagnato da un
corteo di candide nuvolette si avvicinò ad un
ruscello vicino alla grotta e, al suo passaggio,
spuntarono dei piccoli fiori, le primule.
“Prendete una di queste primule” - disse il Sole
- “e andate subito alla grotta; sono fiori magici,
ed il ghiaccio si scioglierà”. La lepre, senza
farselo dire due volte, strappò una primula
con i suoi denti aguzzi e corse alla grotta,
dove i tre compari si erano addormentati dopo
aver festeggiato la cattura della Primavera,
e, come aveva detto il Sole, il ghiaccio
si sciolse, lasciandola finalmente uscire.
L’Inverno si svegliò al rumore della gran festa
che stavano facendo gli animali del bosco e,
accompagnato dalle risate e dagli scherzi, dovette
scappare con il Gelo e la Tempesta, sul Polo Nord.
E da quel anno, il 21 di marzo, la comparsa della
prima primula apre la porta alla Primavera!*

Tutti noi abbiamo ricordi che alle primule si legano. Ci piacerebbe che il lettore ce ne regali uno, almeno uno.

Intanto quello di uno di noi: “Ricordo un inverno, forse fine febbraio, o più probabilmente già marzo, fine marzo: la neve era pressoché scomparsa, infatti. Andai a trovare un amico, un collega di studi universitari; forse era il primo anno di corso, al più tardi il secondo. Arrivai a casa sua da Perugia dapprima in treno sino ad Arezzo e poi in autostop nel piccolo borgo fuori la città ove viveva con la famiglia. Da lì andammo, con la sua R4, al passo dei Mandrioli, sino a Bagni di Romagna e ritorno. Ci si fermò a Camaldoli, a visitare il luogo. Lungo il percorso ci si fermava qua e là per inoltrarci di poco nei boschi, dove rari cumuli di neve erano ancora presenti, e già le prime primule stavano spuntando, erano spuntate. Camillo aveva una cavalla; l’aveva chiamata Primula. Questo ricordo ci ha legato per tutti gli anni successivi; e pensare che dopo di allora i nostri incontri si fecero più radi sino a non vederci più, per tanti e tanti anni. Ritrovato all’Ospedale di S. Andrea delle Fratte, i ricordi erano ormai lontani, la vita era passata, il lavoro ci aveva allontanato ma quando ci incontriamo, di tanto in tanto, quasi sfuggevolmente, sono

convinto che ancora pure lui quelle primule non le ha mai scordate.”

Una poesia di Karen Tognini,
**Nel profumo di una primula... vedo te mio
unico amore**, recita:

Nel profumo di una primula... vedo te mio
unico amore
Sto volando su uno stelo d’erba di San
Giacomo
come le fate osservo il mondo
dove muoiono i pensieri
si accendono silenziosi sorrisi
Nascono quadrifogli e danzano le fate
abbracciano sogni allontanano i diavoli
Nel profumo di una primula
vedo te mio unico dolce amore

E quest’altra di tal Pompeo Mongiello, dal
semplice titolo del fiore, **Primula**, racconta:

Una prima gemma
v’è
sul davanzale
della finestra mia,
di una variopinta
primula trattasi
dal giallo core
e mostra
ancor di più
il suo natural
splendore
aprendosi tutta
allo sguardo mio.

Ma leggete anche voi cosa scrivono i due autori di un piccolo tomo, “Le erbe nostre amiche. Volume II. Vivere con le erbe: “decorate le vostre insalate, i dolci, le gelatine di frutta con i fiori freschi della primula (o primavera). Le sue foglie, infatti, quando sono giovani, si possono mangiare tranquillamente. Buone anche se consumate sotto forma di zuppa. In Svezia tempo fa si preparava una gustosa bevanda facendo fermentare l’infusione dei fiori insieme al limone, zucchero e miele. La radice per il suo aroma ricorda vagamente il garofano, ed è usata per aromatizzare la birra. I fiori invece, se infusi nel vino, lo profumano sapientemente”.

Ecco, questa è la primula.



CUCINA e LETTERATURA di MONTAGNA

Anna è bravissima a far da mangiare, Gianni ancora più bravo ma impiccia tutta la cucina. Ma anch'io non mi confondo.

Una cosa molto semplice e che in questa stagione facciamo sovente è la minestra d'orzo. Alla sera prendi due bicchieri d'orzo pilato e lo metti in bagno nella pignatta (meglio se di bronzo o di terracotta), al mattino aggiungi patate di montagna, cavoli, un pezzo di carne di maiale e fai bollire piano piano per cinque o sei ore badando che non attacchi sul fondo. Quando scodelli puoi aggiungere una fetta di polenta fredda. Per stomaci delicati invece del maiale puoi mettere come condimento, sempre a freddo, olio d'oliva e un poco di burro.

Anche il baccalà con latte olio e cipolla è buono e delicato: si fa andare lento in una teglia di terra finché il latte, che doveva coprire il baccalà, s'asciuga tutto e rimane sul fondo un po' di sugo. I vicentini ci mettono anche le acciughe, noi no.

Da poco Einaudi ha pubblicato di Mario Rigoni Stern "Il coraggio di dire no. Conversazioni e interviste 1963 - 2007", a cura di G. Mendicino. Nell'intervista che Gigi Ghirotti fece al "vecchio sergente nella neve" nel 1974 abbiamo estrapolato quanto segue.

L'inverno è la stagione della polenta, e gli italiani hanno disimparato a farla. La comprano fatta.

Per la polenta ci vuole il caldaio di rame, un fuoco allegro, giusto sale nell'acqua e farina gialla di grano «maranello» da far piovere dentro quando l'acqua bolle; poi due buone braccia per girarla sempre dalla stessa parte per almeno quaranta minuti. La consistenza dipende dai gusti: a casa mia sono quasi trent'anni che discutiamo su questo: mia moglie la vuole tenera, i miei figli e io piuttosto stagna.

Lei si fa anche da mangiare da solo? Può suggerirci un classico menù di montagna, facile, gustoso da preparare e da consumare anche per chi non ha molta pratica di cucina?



**A tutti voi lettori
ai vostri cari, amici, familiari, conoscenti
comunque interessati a questo periodico**



in...cammino
pedibus calcantibus inter fluctuantia follia

Anno I, numero 0
gennaio - febbraio 2013
A cura dei soci del Gruppo Seniores "M. Gatti" della Sezione di Perugia del Club Alpino Italiano

Perché
di Daniele Crotti

Giusto chiedersi innanzitutto il perché di questa iniziativa. Fondamentalmente per un mio personale "narcisismo" che mi stimola a scrivere come se ne fossi capace eccetera eccetera. Ma questo potrebbe valere, in bene, anche per qualcun altro, per esempio lo stesso Francesco Brozzetti, che ha immediatamente colto la palla lanciata e rimbalzata e mi ha egregiamente supportato, soprattutto, ma non soltanto, nella veste grafica. E bravo, allora! Graham Green scrisse, ma non rammento, dove e quando: «Scrivere è una forma di terapia; a volte mi domando in qual modo tutti coloro che non scrivono, non compongono musica o non dipingono riescano a sottrarsi alla pazzia, alla malinconia, al timor panico che sono impliciti nella situazione umana». Lette queste parole, immagino che molti di voi mi comprendano, mi perdonino, ma al contempo si sentano in qualche modo coinvolti, soprattutto chi ha subito risposto, leggi Franco Calistri, Maria Rita Zappelli, Giuseppe Bambini, Vincenzo Ricci e altri ancora cui debbo dar tempo di leggere la propria posta elettronica e altresì di riflettere sulla cosa. Come inizio mi par buono. Poi si vedrà.
Segue a pag. 2

SOMMARIO

pagina 1 Perché

pagina 2 Una Cameron

pagina 3 Bastoncini da trekking: Sì o No?

pagina 4 Trekking in Cornovaglia

pagina 5 CAI Seniores Perugia la 1ª camminata o escursione Il castigo del carabinieri

pagina 7 La tomba del Faggeto - poesia Amici di Manlio

pagina 8 Verbale dell'Assemblea Ordinaria del Gruppo Seniores

pagina 10 Il quaderno dell'escursionista Senior Pubblicazioni Gruppo Seniores Cuore d'inverno - poesia Programma gennaio/marzo

Club Alpino Italiano - Sezione di Perugia
Gruppo Seniores "M. Gatti"
Responsabile: Carla Grassellini
Vice responsabile: Emilio Bucciarelli
Segretario: Marisa Maurelli

Nel corso del I anno di attività, sono usciti 7 numeri di *in...cammino*, rivista bimestrale condotta da un gruppo di amici camminatori, soci della sezione di Perugia del Club Alpino Italiano, giornale cui tutti i membri, appartenenti ai vari gruppi in cui la sezione perugina è articolata, possono collaborare, inviando i propri racconti, note, idee.

I numeri arretrati (n. 1 - 2 - 3 - 4 - 5/6 - 7) sono reperibili alla home-page del seguente indirizzo di posta elettronica: www.montideltezio.it dove potrete visionarli e/o anche stamparli in proprio.

Oltre all'impegno, da parte nostra, di farvi pervenire le copie richieste, è altresì nostra volontà quella di invitarvi a redigere per la rivista un vostro articolo che si riferisca alle montagne (con tutto quanto ad esse è legato e collegato) e alla vostra attività in seno al CAI, Sezione di Perugia, in modo che ogni specifico Gruppo si possa sentire rappresentato ed esprimere le proprie opinioni.

Grazie a tutti.

in...cammino

pedibus calcantibus et ... gambe in spalla !

**Anno II - numero 8
marzo - aprile 2014**

Comitato di Redazione

Daniele Crotti (Capo Redattore)
Francesco Brozzetti
Ugo Manfredini
Vincenzo Ricci

Impostazione grafica ed impaginazione
Francesco Brozzetti

Hanno collaborato a questo numero:

Giuseppe Bambini
Mauro Bifani
Francesco Brozzetti
Daniele Crotti
Giovanna Fonzo
Giorgio Furin
Claudio Giacometti
Ugo Manfredini
Giorgio Nisio
Rita Zappelli

Per la corrispondenza:
daniele.nene@email.it

**Per informazioni sulle escursioni
del Gruppo Seniores consulta il
sito:**

www.caiperugia.it

oppure vienci a trovare in Sede
Via della Gabbia, 9 - Perugia
martedì e venerdì 18,30-20,00
tel. +39.075.5730334

