

- LA FOGLIA -

VIVERE LA MONTAGNA

Bandiere sulle montagne non ne porto:
sulle cime io non lascio mai niente, se non,
per brevissimo tempo le mie orme che il vento ben presto cancella

Reinhold Messner



ANNO XVI n. 194 Settembre 2015

Associazione "il Chianiello" - Amici della Montagna - ONLUS-Angri (Sa) www.moscardiniangri.it

RICORDI DALLA VAL GARDENA

Oh! Ecco la Val Gardena, un diamante tra le rocce bianche e fragili della Dolomiti!

Ecco, i sentieri che vanno sotto le pareti altissime del Sassolungo, del Sella e delle Odle!

Ecco, le malghe tra prati verdi e crocifissi di legno, dove si recuperano le forze con polente e strudel di mele e dove frotte di bambini festanti si rincorrono come nuvole nel vento!

Ecco, i rifugi, avamposti delle cime ardite e mete dove finiscono le fatiche delle salite e si gonfiano i petti d'orgoglio!

Ecco, i villaggi e i paesi allineati lungo la valle, ognuno con il suo altissimo campanile e le piazze brulicanti di gente venuta da lontano: l'elegante Ortisei, la cheta Santa Cristina e la frizzante Selva che ci ha ospitato in quattro stelle per sette giorni!

Ecco, i maestri artigiani del legno, a menar vanto di sculture sparse per il mondo intero!

Ecco, il Sassolungo e l'Alpe di Siusi, terra di magie e di streghe, di acque fetide ma miracolose e dove lo sguardo arriva alla Marmolada, regina di queste vette!

Ecco, i mitici passi che hanno visto indimenticabili sfide umane: il Sella, il Gardena, il Campilongo e il Pordoi, uniti in una serie interminabile di tornanti!

Ecco, gli abitanti muti e miti alla perenne e quotidiana ricerca di foraggio e di acqua: mucche pacifiche e cavalli stizzosi!

Ecco, la strada ferrata voluta in tempo di guerra quando queste vette erano frontiere di sangue e di morte, oggi è comodo sentiero per lenti passi!

Ecco, per Selva i vigili in guanti bianchi, le fontane di acqua pura di montagna, e le musiche tirolesi!

Ecco, i cani al guinzaglio che non lasciano tracce del loro passaggio e che vanno a dissetarsi ai dog-bar!

Ecco i boschi di pino mugo, di pino cembro, le abetaie; alberi che, alcune volte, nascono vivono e muoiono tra le rocce!

Ecco, il cielo azzurro splendente che si accompagna spesso a svelte nuvole di giorno e a bianche stelle di notte!

Ecco, gruppi di Moscardini disputarsi panorami, come moscerini d'estate, e perdersi tra colori e profumi!

Ecco, infine, gli aromi e i sapori forti delle spezie, le carni tenere, i formaggi e i salumi della valle, piatti deliziosi di pasta in salsa mediterranea, delicate mousse di frutta, sorbetti e gelati e nel giardino, al riparo di notturne rugiade, grappa alle mele, alla genziana!

Ho cercato di rappresentarvi con flash di parole le tante emozioni che hanno preso i Moscardini durante i sette giorni di soggiorno a Selva di Val Gardena.

Abbiamo scelto, per quest'anno, di venire in questa valle per poter, da vicino, ammirare le meraviglie delle Dolomiti.

Non è stata la prima volta, avevamo già avuto modo, nel corso degli anni, di ammirare e camminare per queste montagne, dalle Pale i San Martino di Castrozza alla Marmolada, dal Catinaccio al Latemar (lago di Carezza), dalla Val Funes con le Odle alle Tre Cime di Lavaredo, dalle dolomiti di Sesto alle Tofane di Cortina e non sarà l'ultima, sempre che la salute sia con noi.

I 'Monti Pallidi' come li chiamano i Ladini della Val Gardena hanno un fascino unico, è come l'emozione del primo amore, quello che non si dimentica mai. Come puoi non incantarti davanti a guglie altissime e fragilissime, a piramidi e pinnacoli, alle valli ridenti che li separano? Come non restare affascinati dalla storia magica della loro creazione, un capolavoro della Natura? Queste sono montagne speciali, sono montagne uniche. Sono montagne nate per magia dal mare, modellate prima da mani di giganti marini e sconosciuti e poi dal vento e dai ghiacci che continuano a sgretolare e a dividere gli enormi blocchi pietrificati di immensi cimiteri di piccole e grandi creature. Esse sono le testimonianze di barriere coralline del mare di Tetide. Sono montagne che si vestono di tanti colori al variare della luce e del cammino del sole: rosa all'alba, poi gialle, bianche a mezzogiorno, e rosse al tramonto. Tanti colori come scene di uno spettacolo teatrale che non finisce e non finirà mai.

E noi ritorneremo per tutte queste cose!

IL MURATORE DI DIO

Padre Pietro Lavini, 'il Muratore di Dio' è venuto a mancare il 9 agosto di quest'anno. Avevo già scritto a proposito dell'imminente visita programmata per 19 e 20 settembre all'Eremo di San Leonardo, occasione per incontrare ed ascoltare la parola di Padre Pietro, ma la notizia della sua scomparsa, triste e inaspettata per noi Moscardini, mi costringe a riscrivere il tutto con altre parole.

Con parole di sincera commozione. Quanti ricordi in un attimo mi ritornano in mente. Ricordi legati ai due incontri avuti con Padre Pietro, definito in una lettera 'il Muratore di Dio' da Giovanni Paolo II.

Il primo, era il 27 maggio del 2000, di domenica, con altri quaranta Moscardini Salii per la prima volta all'Eremo a 1128 mt, sotto lo sguardo della Priora, una montagna mitica dei Monti Sibillini. Incontrammo Padre Pietro con la sua tuta blu da lavoro e ci raccontò la storia dell'Eremo, delle sue fatiche e della sua volontà di continuare l'opera, malgrado le avversità degli uomini e delle istituzioni. Ricordo che Micciariello si offrì di prestargli il suo aiuto, ma Padre Pietro gli rispose: 'Dovervi venire prima, tanti anni fa, adesso che è finito il lavoro ti presenti?'

La seconda volta ancora di domenica, ancora il 27 ma di agosto ritornammo ancor più numerosi. La chiesa era completata, il campanile prendeva forma ed altezza e Padre Pietro ci accolse con la stessa tuta di colore blu. Giovanni, il Masto, in privato gli chiese: 'Padre, ho bisogno di parlarvi' e Padre Pietro "Guagliò, tu per parlare devi andare a Montecitorio, qui non c'è spazio ne tempo per le chiacchiere". Vincenzo, il masticiello, in quella occasione infilò un santino del nostro San Giovanni, tra le pagine del libro dei Vangeli, era la sua specialità: portare il san Giovanni Nero in giro per il mondo.

Addio Padre Pietro, umile frate e grande uomo,

MONTE TIRONE E GLI ALBURNI

Il mese di agosto si vive tra mare e monti ripercorrendo i luoghi d'infanzia. Dopo il mare tocca alla montagna, così ci ritroviamo nel cuore degli Alburni, a Sant'Angelo a Fasanella, un antichissimo borgo incastonato proprio sotto la montagna e di fronte ad una distesa a perdita d'occhio di colline sempre verdi coltivate prevalentemente a uliveti e vigneti.

E' qui che nascono, quasi per caso, delle bellissime passeggiate sui monti circostanti. Quella di oggi è un'escursione organizzata da Enzo, Presidente di un'associazione locale, "L'Impronta dei Monti Alburni", e da Assunta, profonda conoscitrice della sua montagna e della natura in genere.

Il gruppo di 15 appassionati è formato prevalentemente da autoctoni ottatesi e santangiolesi e da oriundi venuti per trascorrere le vacanze da tutte le parti del mondo, il più lontano viene da Manhattan! Il punto di ritrovo è il bar del paese da dove la piccola carovana si muove per raggiungere il rifugio del Panormo nel vicino comune di Ottati, lì si uniranno al gruppo i pochi che non partono dai paesi montani.

L'escursione prevede un circuito che parte dal casone Farina arrampicandosi verso il Vuccolo dell'Arena per poi salire verso la cima del monte Tirone passando per il Secchiettiello per poi fare ritorno al punto di partenza.



Il sentiero percorso è interamente immerso in un folto bosco di faggi, alti e rigogliosi, che rendono la passeggiata piacevolmente fresca, consentendo a tutto il gruppo di godere dei colori, dei profumi, dei fiori, delle piante e di tutto ciò che il bosco mette a disposizione in un vero e proprio trionfo della natura.

L'andatura è sufficientemente lenta da consentire ai più esperti la ricerca di qualche fungo ed ai più curiosi la ricerca di piccoli particolari e di ogni dettaglio che possa destare la curiosità di chi, abituato a vivere in città, non si trova spesso davanti ad un meraviglioso e coloratissimo brucio che ben presto finisce nell'obiettivo di molte fotocamere. La marcia procede lentamente, ma senza soste fino a quando l'esperta guida non conduce il gruppo al primo punto panoramico con una breve deviazione sul percorso. Da questo punto si

può ammirare la vallata oltre la catena montuosa degli Alburni scorgendo già i primi centri abitati. La sosta è breve ma non si parte prima di aver fatto una bella foto di gruppo.

La marcia riprende spedita verso Monte Tirone, 1564 mt, che viene raggiunta dopo aver percorso l'ultimo tratto, usciti dal bosco, in ripida salita. Raggiungere una vetta è sempre una soddisfazione immensa soprattutto quando, arrivati in cima, il panorama che si scorge è meraviglioso come quello che possiamo ammirare oggi. Da un lato l'immenso bosco verde che copre il monte Panormo visibile alla nostra sinistra, guardando il mare, e la più brulla e pietrosa cima del monte Urto visibile dalla parte opposta. Alle nostre spalle, invece, si apre uno scenario immenso e completamente diverso. Sono ben visibili Sicignano degli Alburni arroccata ad arco sulla collina sottostante, la più lontana, ma altrettanto bella Petina che cade proprio sotto il Panormo, scorgendo lo sguardo più in fondo si vede Buccino, di cui è ben visibile l'Area Industriale fino a scorgere laggiù in fondo i monti che dividono la provincia di Salerno dalla vicina Basilicata.

A malincuore il gruppo è costretto a riprendere la marcia verso il rifugio rincuorata solo dal pranzo luculliano che li attende. Il sentiero viene percorso rapidamente in discesa, ma una volta nel bosco le sorprese non sono finite.

Lungo il sentiero si apre una delle numerosissime grasse presenti nella zona. (Le grasse sono profondi inghiottitoi che hanno la funzione di raccogliere le acque piovane). Il gruppo si ferma incuriosito dalla profonda insenatura e, mentre alcuni sono affacciati sul bordo intenti a scorgerne la profondità, ecco che dal fondo della grassa emerge un gufo reale che, disturbato dai rumori e dal flash dei fotografi, si alza in volo e scappa lontano lasciandosi ammirare nella maestosa apertura alare.

Dopo un ultimo sforzo il gruppo si ritrova al punto di partenza, al comodo ed ampio rifugio del Panormo, dove sotto gli ottimi consigli della nostra Assunta, l'oste Pasquale ci ha fatto vivere emozioni culinarie almeno pari a quelle vissute in cima al Tirone, degna conclusione di una meravigliosa giornata di montagna, di natura, di amicizia. Buon cammino a tutti!

Agosto 2015 (8) - Giacomo Chiaccone



"MOSCARDINI di AGOSTO"



X Cammino dell'Angelo



Aniello alla fine del 'Cammino'



Giacomo e Bruce



Moscardini in Val Gardena



Padre Pietro e i Moscardini

LE ERBE OFFICINALI DEL CERRETO-1° parte

‘Andar pei monti’ non è soltanto camminare per sentieri e raggiungere le vette, ma anche saper osservare la natura con gli alberi, i fiori, le erbe, le pietre gli animali che accompagnano i nostri passi. Cominciamo con le erbe, cosiddette officinali, che si trovano e possono essere raccolte sui Monti Lattari e che sono utilizzate per preservare la salute e il benessere di uomini ed animali; che possono essere impiegate tali e quali in cucina, come spezie per aromatizzare alimenti, nella preparazione di tisane, oppure lavorate con procedure particolari nella produzione di liquori, integratori alimentari, cosmetici, farmaci e altri prodotti per la casa. Nel tempo, vennero chiamate ‘officinali’ tutte le erbe e le piante impiegate appunto nelle ‘officine’, laboratori e botteghe, degli speziali, da qui il nome.

Elencheremo quelle più comuni accompagnandole con foto illustrative, con informazioni sulle proprietà e pratiche utilizzazioni.. Prima di passare alla parte descrittiva è bene dare consigli sulle modalità e tempi di raccolta.

Quando si vogliono raccogliere delle piante spontanee è buona norma servirsi di una guida botanica che contenga, oltre al testo, delle illustrazioni. Il corredo di un raccoglitore di piante deve comprendere un coltello con lama di acciaio per tagliare gli steli e staccare la corteccia, un falchetto per mozzare le sommità fiorite e un canestro di vimini per contenere il tutto. Una volta raccolte bisogna pulire e mettere ad essiccare le erbe. Vediamo i tempi di raccolta: le radici devono essere ben sviluppate, le cortecce in primavera, le foglie in primavera o primissima estate, i fiori quando sono ancora nel boccio, i frutti a completa maturazione, i semi prima della caduta spontanea. Ricordiamoci sempre di prendere quanto è necessario e non di più, ma soprattutto di non prendere per le radici piante ed erbe che non troveremo l’anno dopo. Dopo la raccolta qualche buon consiglio per la preparazione.

Esistono vari metodi di preparazione delle erbe, ne elenchiamo alcuni: i succhi (ottenuti tramite la macerazione o spremitura delle piante), l’infuso, il decotto (bollitura della pianta), la tintura (macerazione a freddo), il vino medicinale, il cataplasma (miscuglio di piante pestate in un mortaio), l’unguento (ottenuto dalla mescolanza di piante e sostanze grasse), lo sciroppo, i suffumigi secchi (ottenuti ponendo una pianta su un braciare), i suffumigi umidi (ottenuti immergendo la pianta in acqua bollente).

Ed eccovi la descrizione e l’uso delle erbe, degli arbusti e dei fiori che si possono raccogliere facilmente lungo i nostri sentieri.

Finocchio selvatico o Finocchietto (*Foeniculum vulgare* Mill.).

E’ una pianta erbacea mediterranea, conosciuta soprattutto per le sue proprietà aromatiche. La raccolta del fiore del finocchio selvatico avviene appena il fiore è "aperto", normalmente a partire dalla metà d’agosto fino a settembre inoltrato. Il fiore si può usare fresco o si può essiccare, all’aperto, alla luce, ma lontano dai raggi diretti del sole, che farebbero evaporare gli oli essenziali. I semi si possono raccogliere all’inizio dell’autunno, quando è avvenuta la trasformazione del fiore in frutto. Le "barbe" o foglie e i teneri germogli si possono cogliere dalla primavera all’autunno inoltrato.

Del finocchio selvatico, chiamato in cucina anche "finocchina" o "finocchietto", si usano sia i fiori freschi o essiccati, sia i frutti o "diacheni", impropriamente chiamati "semi", che sono più o meno dolci, pepati o amari, a seconda della varietà, sia le foglie (o "barba"), sia i rametti più o meno grandi. Le foglie si usano fresche e sminuzzate per insaporire minestre, piatti di pesce, insalate e formaggi: nella "pasta con le sarde", nota ricetta siciliana, le foglie del finocchio selvatico sono uno degli ingredienti essenziali. I fiori si usano per aromatizzare le castagne bollite, i funghi al forno o in padella, le olive in salamoia e le carni di maiale (in particolare la "porchetta" dell’Alto Lazio). I cosiddetti "semi" si usano soprattutto per aromatizzare tarallini (Puglia), ciambelle o altri dolci casalinghi e per speziare vino caldo o tisane. Fanno inoltre parte della ricetta di un biscotto tipico del Piemonte, il finocchino. È in uso nelle regioni costiere del Tirreno, e quindi dalle nostre parti, un "liquore di finocchietto", per il quale s'utilizzano i fiori freschi e/o i "semi" e le foglie.

Il finocchietto è ideale come antifermentativo e digestivo, per ovviare al fastidioso gonfiore addominale. Si prepara una tisana con dieci grammi circa di frutti per ogni litro di acqua. Ideale sarebbe berne una tazza prima e una dopo i pasti. Il finocchietto si accompagna bene anche con spezie quali il cumino, per esempio. Un efficace infuso composito prevede l’uso di coriandolo, finocchietto, zenzero e limone.



Ortica (*Urtica dioica* L.)

E’ una pianta erbacea perenne, nativa dell’Europa, possiede peli che, quando toccati, espellono un fluido che causa prurito a uomini e animali.

La pianta è nota per le sue proprietà medicinali, per la preparazione di pietanze e, ancora oggi, per il suo esteso uso nel campo tessile: filati e tessuti estratti dalla corteccia.

L’ortica viene sempre ricordata per il suo effetto urticante e sarebbe sicuramente più apprezzata dopo aver conosciuto tutte le sue qualità e virtù terapeutiche. Oltre al suo impiego culinario, infatti, questa pianta erbacea può essere largamente utilizzata come tonificante, come depurativo per la pelle e per numerose altre azioni benefiche interne.

Le varietà più comuni dell’ortica sono la ‘Dioica’ e la ‘Urens’, molto simili ma di diverse dimensioni. Il fusto è eretto con foglie opposte, picciolate e ricoperte di peli, saturi di acido formico, che a contatto con la pelle, provoca intenso bruciore e dolore. L’ortica è ricca di vitamina C, clorofilla, sali minerali (silicio, ferro, calcio, manganese e potassio). L’ortica (decotta) ha proprietà depurative per l’organismo. Anche in cosmesi l’ortica è utile, efficace contro la forfora e la caduta dei capelli, anche in questi casi si usa un decotto di radici. L’ortica depura anche la pelle se assunta come infuso, tisana o decotto. Se presi lontano dai pasti forniscono i minerali necessari per combattere la comparsa dei brufoli.



AVVISI E INFORMAZIONI

LE ESCURSIONI

19-20 Settembre-Sabato e Domenica
Monti Sibillini

Prenotazioni in sede entro 09/09

29 Settembre-Martedì

Visita Faro di Capo d’Orso
ore 10.30-13-30

contattare Luca Damigini 081 4284554

Festa di San Michele al Faito, dalle
ore 17 la ‘Sagra dei Sapori’.

STORIE FANTASTICHE ALLA FINE DEL MONDO IL VIAGGIO DI JUAN-5° E ULTIMA PARTE

Antonelli, aggiunse: <<Juan è italiano, come me, sono stato io a dargli una mano a Siviglia, mi sento quasi responsabile delle sue disavventure, anch'io vi chiedo di portarlo con i suoi amici in Cile, sulla nave c'è spazio e viveri per tutti. Siete cristiano come tutti noi e questo atto di misericordia vi renderà onore per tutta la vita. >>

Il Capitano mosso da pietà acconsentì e disse a Juan:

<<Adesso vai ad avvertire i tuoi amici, domani all'alba si salpa!>>.

Pazzo di felicità, Juan corse prima nella casetta dove la moglie e la figlia stavano aspettando il suo ritorno per consumare la cena. Con le lacrime agli occhi le prese tra le braccia e gridando disse:

<<Isabela! Maria! Domani partiamo, il Capitano ci porta tutti in una città, al Nord. Devo avvertire gli altri. >>.

All'alba del 15 febbraio 1591, a vele spiegate, la San Pablo uscì dal fiordo e si diresse verso nord, l'oceano era tranquillo e Juan con Maria e Isabela era sul ponte. Dopo un mese giunsero in vista di Valparaiso, 'la Valle del Paradiso', così battezzata da Don Juan de Saavedra quando qui giunse dal Perù, nell'ottobre del 1536.

Juan non aveva mai visto paesaggio così bello, una valle verde e rigogliosa con le colline che si affacciavano su una baia dell'oceano Pacifico, gli ricordava la costa di Amalfi con alle spalle le montagne a lui tanto care. Scesero dalla scialuppa e ad uno ad uno tutti i superstiti della colonia di Sarmiento baciaron la terra. Li accolsero caldi raggi di sole e il profumo dei fiori; Padre Samuel portava una croce e a lato trotterellava Isabela i cui occhi verdi luccicavano come smeraldi; si diressero alla chiesa della Matriz cantando il 'Te Deum'. Intorno alla chiesa s'era già formato un villaggio, circondato da mura e da fortini eretti a difesa delle scorribande dei corsari inglesi. La città a quell'epoca contava già mille abitanti e altri arrivavano ogni giorno dai possedimenti spagnoli del Perù e della Bolivia, facenti parte dei territori del Vicereame. Una strada lastricata collegava la città della costa a Santiago de la Nueva Estramadura, un'altra città fondata nel 1541 lontana dal mare da Pedro de Valdivia, tenente di Francisco Pizarro, che aveva conquistato e sottomesso l'impero degli Incas.

Per Juan era, finalmente, il ritorno alla civiltà e la serenità ritornò nella famigliola. Isabela, aveva i coetanei con cui giocare, una vera scuola e tanti altri libri da leggere. Maria felice per la felicità del marito e della figlia, una sera confessò a Juan di desiderare un altro figlio, e così fu.

Juan aprì una bottega di falegnameria, il mestiere non l'aveva dimenticato e ben presto si fece apprezzare per la sua bravura. Dopo un anno Maria gli diede un figlio, che chiamarono Esteban, lo stesso del Capitano della San Pablo. La bottega andava a meraviglia, le costruzioni di nuove case non facevano mancare il lavoro e Juan comprò dalla Municipalità di Valparaiso un pezzo di terreno in prossimità della costa vicino al porto in costruzione, appena fuori dalle mura.

Si dedicò nel tempo libero a coltivare ortaggi, mise a dimora delle viti arrivate dalla Spagna e nei giorni di festa, dopo la funzione religiosa, con la famiglia andava nel fondo di proprietà. Questa la vita che aveva sognato tanti anni prima partendo da Siviglia e il sogno era realtà. Non aveva più nostalgia dei luoghi natii, Isabela era contenta e non chiedeva più di andare nelle città e nei paesi che aveva conosciuto dai libri, ogni giorno scriveva il suo diario. E la vita continuò.

Juan chiuse gli occhi per sempre davanti a quel mare; aveva raggiunto la sua ultima frontiera.

FINE

*Dal libro "Lo Spirito del Vento del Sud"
di Modestino D'Antonio dicembre 2013*



Giovanni sul sentiero del Fitz-Roy

Il racconto di Juan termina dopo cinque mesi.

Juan è Giovanni, compagno di sentieri e di paesi lontani, di giornate intense e di percorsi interminabili. Non passa giorno che, alzando lo sguardo verso le vicine e amiche montagne, un pensiero, un ricordo non vada a Giovanni, che mi risponde sorridente "Ciao Dottore e buon cammino" Buon cammino a te, mio fraterno amico.

Da Angri a Maiori... con fatica!

Nel mese di agosto molti escursionisti sono in ferie, ma quelli che restano in città utilizzano i giorni di vacanza per tentare vere e proprie imprese. E' quella che hanno compiuto la nostra guida in *pectore* Franco accompagnato dal più giovane Francesco il 9 agosto. Animati dal desiderio di valicare il passo del Chiunzi ripercorrendo le orme dei padri fondatori e delle eroiche gesta di Gioannino, Aniello e degli eroi della Breccia di Chiunzi, sono partiti all'alba di una calda mattina d'agosto.

Il lungo cammino ha inizio dal sentiero che parte dal pianoro del Chianiello, i due eroici compagni di viaggio affrontano con coraggio, lottando con l'afa e la calura, il sentiero che conduce al Caurarus, deviando per il sentiero del professore tra gli odori della natura assetata, distratti solo dalla vista di un trattore che incrociano sullo "Stradone" e dalla vista di qualche uccello.

I due procedono per lo scalandrone diretti a Tramonti passando per il Tuoro di Stellante. Il cammino è reso faticoso dal caldo torrido che rende tutto più difficile, ma ormai niente può fermare i due validi eroi dal loro intento. Valicato il Chiunzi si apre davanti ai loro occhi il pianoro di Avigliano da cui si imbecca il sentiero "313" che li conduce fino a Capitignano, frazione di Tramonti.

Sarà stata la stanchezza, forse il caldo insopportabile, o (dicono loro) un segnale non ben esposto, ma i due si imbattono in un ovile che sbarrò loro la strada, fortunatamente accorre in soccorso un pastore a salvare i due intrepidi avventurieri dall'attacco dei cani accorsi a difesa del gregge, così il cammino verso la meta può riprendere spedito, imboccando però il sentiero "310" che conduce a Figliano, altra frazione di Tramonti.

L'enorme fatica è compensata dalle numerose chiese e cappelle votive incontrate lungo il percorso sparse nelle tante frazioni di Tramonti, tra cui la cappella della Maddalena risalente al 1625 e la chiesa dell'Ascensione risalente al X secolo situata nella frazione di Paterno. Il sentiero prosegue tra castagneti, scalini e ponti traballanti quando ecco spuntare l'ennesima chiesa, dedicata a Sant'Afonso Maria dei Liguori.

Ma ecco, dopo un lungo cammino al caldo e al sole, che spunta una sospirata sorgente che concede ai due coraggiosi escursionisti refrigerio e benedizioni prima di continuare verso casa Vitagliano.

Ormai Maiori è vicina, l'odore della salsedine e il vocare dei bagnanti preannunciano la meta ormai raggiunta, solo un tuffo liberatorio può alleviare l'enorme fatica dei 24 chilometri percorsi. Ma una brutta sorpresa attende i nostri eroi...non ci sono mezzi di trasporto per fare ritorno a casa. Che fare? C'è solo un modo per tornare a casa e raccontare tutto agli amici...Concetta che subito accorre in soccorso a recuperare i due malcapitati e non perdere l'occasione di raccontarci la storia di questa bella avventura.

Buon cammino a tutti!

Giacomo Chiaccone