



# CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione VERBANO INTRA

Vicolo del Moretto 7 - 28921 VERBANIA

Tel-fax 0323405494 info@caiverbano.it www.caiverbano.it



## PARCO NAZIONALE DEL CILENTO 19-24 GIUGNO 2021

Il CAI sez. Verbano ha nel proprio calendario di attività escursionistica per l'anno 2021 un trekking nel Parco Nazionale del Cilento insieme al CAI di Napoli ed al CAI Montano Antilia, per il periodo dal 19 al 24 giugno 2021, confermando ancora una volta il principio di condivisione e collaborazione con altre sezioni.

...Mai come quest'anno in tutti noi è sentito il desiderio di partire, di stare insieme agli amici, di staccare dal nostro ...tran tran. Un anno e più di pandemia, il rispetto delle prescritte regole hanno limitato il nostro vivere lasciando in noi, credo, una certa stanchezza. Per fortuna il CAI ha confermato il trekking e, pertanto, si parte.

### 19 giugno

Partenza in pullman, presto, molto presto, ci aspetta il treno, ITALO, a Milano, stazione centrale, destinazione Salerno. Solo il ritrovarsi è già una gran festa, ritrovo amici che non vedo da ...prima della pandemia. Una gioia.

Come sempre, Franco non ha lasciato nulla al caso: prenotazioni, numero dei posti assegnati in treno e quant'altro. Il treno, una freccia, velocissimo attraversa l'Italia, ... Firenze, Roma Termini, Salerno... Dai finestrini osservo pianure, poi colline, città, il tempo vola. Le prescritte mascherine anti COVID al viso ci limitano un po', ma le regole vanno rispettate. A Salerno il traffico è caotico o forse non sono abituata, ma tant'è, siamo in vacanza, il mare lì vicino, nuovi rumori e suoni. Picnic sotto ad una pianta, all'ombra, di fianco a Sonia, Carla, Enrica..., nelle vicinanze degli scavi di Paestum. Il caldo promette bene. Aspettiamo la guida turistica, arriva in monopattino, veloce, un cappello giallo, si presenta, il suo nome è Vissia, riparte, la ritroviamo agli scavi.

Paestum è bella, ma sono soprattutto ed anche le spiegazioni di Vissia a farci piacere questi scavi: la maestosità dei templi, la loro differenza nelle colonne, Vissia ci spiega un'infinità di volte anche con illustrazioni alla mano, il "com'era prima". Sembra quasi di vedere il "macellum" o la Basilica Romana, le terme, il foro, la bottega dei profumi ...eppure non rimane quasi più niente. Brava Vissia, molto brava.

Arrivo in albergo, a Santa Barbara di Ceraso, la giornata è stata lunga e calda, la cena desiderata e ben accetta.

## **20 giugno**

Dopo colazione, partenza per gli scavi di Velia o meglio per l'area archeologica di Elea Velia; ci aspetta nuovamente Vissia. La giornata è calda, molto calda, ma Vissia è molto brava, le sue spiegazioni, sempre coinvolgenti, a volte anche divertenti; storia antica, l'area è molto vasta, interessante, forse ancor di più di Paestum, ma tant'è il tempo vola. Salutiamo calorosamente la nostra guida turistica, coinvolgente, simpatica: ha saputo trasmettere tutto il suo sapere su questi scavi, ora ancora più interessanti.

Conosciamo Andrea e Luigi del CAI Montano Antilia che ci accompagneranno in questa nostra scoperta del Cilento, sempre sorridenti e pacati, raccontandoci e facendoci scoprire le bellezze del Parco. Al momento ci accompagnano in un'azienda per una degustazione, che si rivela un vero e proprio pranzo all'aperto, seduti anche su balle di paglia, all'ombra di ulivi, degustiamo minestra di pasta e legumi e frittele ripiene. Il cuoco, silenzioso, è in continuo movimento, rimarrà ben poco di quanto cucinato. La giovialità degli amici campani con la quale ci hanno accolti resterà uno dei ricordi più belli del viaggio.

Seduta sulla paglia, apprezzo la compagnia di chi mi sta intorno, amici campani e non, felici di stare insieme; iniziano anche i canti, qualcuno balla... al suono di una fisarmonica...

Si riparte, ci aspetta il sentiero degli innamorati; sarà facile, penso, è "degli innamorati", dopo la minestra ed anche un po' di vino, è quello che ci vuole. Dopo una passeggiata su una passerella di legno, quasi sulla spiaggia, e le spiegazioni di Andrea, il sentiero sale in mezzo ai boschi, a gradini, impervi, in salita, sempre di più... E su e su... Luigi, la guida, là davanti, ogni tanto una sosta. Accidenti che fatica! Intravvedo il mare, con sollievo. Siamo in cima, ora si scende per poi risalire, ed arrivare in una sosta panoramica, le foto, Luigi spiega, si ritorna... discesa e poi salita... accidenti... Siamo arrivati, il pullman aspetta. Ci siamo tutti... o quasi... Manca Marino, ma è subito ritrovato, tra l'allegria di tutti. Giornata piena.

## **21 giugno**

Oggi si ritorna alle montagne: Monte Gelbison o Monte Sacro, m. 1707. La cima è raggiungibile in auto, ma noi percorriamo un bel sentiero, il sentiero dei monaci, in mezzo ai boschi, al fresco... Si sale dolcemente, si chiacchiera anche, si ascolta Luigi che oggi è accompagnato da Ambra, anch'essa guida, brava e lieve nel raccontare della sua terra. Un bivio, una strada del tutto lastricata, fontanelle... In cima il santuario di Maria S.S. del Sacro Monte di Novi Velia, qui i pellegrini arrivano numerosi, in preghiera; non oggi, giorno feriale, ci siamo solo noi e pochi altri, sul sagrato della Chiesa, grande, soleggiato; entriamo in chiesa, in doveroso silenzio, il segno della croce, laggiù la statua della Madonna, antica, una preghiera, quasi una richiesta di aiuto per le nostre sofferenze ...e non solo. Pranzo al sacco, foto di gruppo e si scende, lungo un nuovo sentiero, in mezzo ai boschi; mi volto: dietro di me quasi una processione, colorata, lieve e silenziosa, mi dà sicurezza, mi sento felice, sono tra amici.

Il pullman accoglie chi è stanco - che fortuna -, i più scendono ancora a piedi, di nuovo in mezzo ai boschi, faggio, qualche olivastro... un paese, la Chiesa, luminosa, vasi di gerani, bellissimi, aiuole colorate, balconi fioriti, uno spettacolo... Si ritorna a Santa Barbara di Ceraso.

## **22 giugno**

Oggi ci aspetta il percorso di San Nilo, attraverso la valle del fiume Lambro. Non so perché, ma dopo aver percorso l'impervio sentiero degli innamorati tutto mi sembra più facile.

Prima, sul sagrato di una Chiesa, Andrea illustra quanto faremo nella giornata, ci porta a visitare una sala che raccoglie tanti giochi, costruiti in legno e non, bambole di stoffa, archi, frecce, fionde, .... una maestra prima e poi due alunne raccontano e raccontano, in noi un po' di nostalgia, ....il gioco è sempre stato una cosa seria, in ogni luogo! Un oleificio, un artigiano del legno, la bottega dell'arte vivente.

Si parte, un ponte a dorso d'asino, si passa uno per volta, due potrebbe non reggere, in mezzo a boschi, erba alta, un ruscello da attraversare, strada asfaltata per un po' e poi sterrata, la segnaletica su qualche tronco, San Nilo e il disegno del frate... Oggi è veramente caldo, la fatica si fa sentire, forse più per la calura che la difficoltà del sentiero. Sosta e degustazione in un grande spiazzo, sotto gli ulivi, tavoli preparati dagli amici campani. Salumi e formaggi, vino.... Marmellate e biscotti, bontà del posto. Una chiesa, piccola, semplice. E' l'Abbazia di Santa Cecilia. Saluti e ringraziamenti reciproci, Franco si fa benvolere da tutti... Riparto con, in più, nello zaino, due vasetti di marmellata di mele annurche e nespole; il caldo si fa sentire molto, ma... avanti! Su e su, arriviamo alla meta, San Mauro la Bruca con il Monastero di San Nazario. Sosta ....

La camminata è stata più impegnativa del previsto, non si farà visita a Palinuro.

Strada facendo, dal pullman, intravedo un paese medioevale, pareti scoscese, boschi, ...

Giornata più che piena, anche questa!

## **23 giugno**

Oggi camminata vista mare e bagno! Delizia dopo il caldo di ieri, un sogno!

Baia degli Infreschi: Riserva naturale protetta, non ci facciamo mancare proprio niente, come si suol dire. Si parte da Marina di Camerota, lungo un sentiero che dalla spiaggia sale comodamente, con vista splendida sul mare, in mezzo ad olivastri, balcone su splendide insenature, acque limpide, verde smeraldo; è un bel camminare, un saliscendi comodo, che permette di chiacchierare, fare foto e lasciare liberi i pensieri... Piante di Fichi d'india enormi, alcune fiorite, splendidi fiori gialli, agave, olivastri e belle case...

Arriviamo ad un ristoro, qualcuno prosegue verso il mare, con Luigi Sonia ed Enrica mi fermo, ci sono anche Andrea, Chiara, Franco... sono in buona compagnia; un tavolo sotto ad un ulivo, un panino e una bibita...La vita ci sorride! Scendiamo verso il mare: eccolo, in una bella insenatura, pronti per un bel bagno, finalmente! Bello... bello... bello... bisogna ripartire, prendiamo la barca, tutti seduti ad ammirare questi luoghi meravigliosi, questo mare a volte blu notte, a volte verde smeraldo... La barca entra nelle grotte, dove il mare è più calmo, cristallino, acque trasparenti, meraviglie della natura ... I pensieri sono leggeri, il mio cuore... in pace.

Siamo arrivati al pullman. Ma non è finita. Ci aspetta la visita in una grotta dove sono stati ritrovati i resti dell'uomo di Neanderthal e quant'altro ed ancora si sta scavando...Interessante anche questa parte della giornata, la guida molto brava a spiegare....

Si ritorna in albergo, domani ci aspetta Napoli, oggi la cena e poi la serata di saluti e ringraziamenti agli amici del CAI di Napoli e di Montano Antilia, di Terra Mia e del Parco...

## **24 giugno**

Napoli....

Lasciamo l'albergo di buon mattino; la precedente serata è trascorsa velocemente, i saluti agli amici, tanti, simpatici e travolgenti, i ringraziamenti, le promesse di ritornare e le parole di Enzo su Napoli, le sue Chiese, le vie, il Cristo Velato e precedentemente le località che abbiamo visitato: ricorderemo tutto questo e non solo.

Napoli: eccola, bella, caotica, rumorosa, indimenticabile. Le sue vie, alcune lastricate... tanta gente... le vetrine... i banchetti... i profumi e gli odori, i portici, le viuzze, le salite, i panni stesi, svolazzanti... mette allegria, mi rincuora l'animo. Cesti di peperoncino, Pulcinella, i presepi...

Il Museo Cappella di Sansevero: entriamo, ascoltiamo la storia con gli auricolari a due a due, in silenzio, le nostre teste girano a seconda di quanto viene detto, ora destra ora a sinistra, in alto, per me, ma credo per tutti noi, un'emozione fortissima di fronte a tanta bellezza, la statua del Cristo Velato adagiato sofferente, il velo impalpabile... Manca quasi il fiato... l'emozione sale dal cuore, sino ad una lacrima... La Pudicizia... la volta dipinta... Meraviglia.

Si esce, l'emozione è ancora palpabile, sono senza parole....

Le chiese, numerose e vicine l'una all'altra, tutte imponenti, Santa Chiara, Meraviglia

La galleria Umberto I, il teatro San Carlo, Piazza Plebiscito... Meraviglia.

Si ritorna a casa con il treno da Napoli, in Freccia Rossa, non ci facciamo mancare proprio niente!

Di questo trekking ricorderò tante cose: la vostra amicizia, naturalmente, l'accoglienza degli amici Campani, impagabile, il caldo, il mare, le salite, il sentiero degli innamorati, le fatiche, le cene, le chiacchiere ... leggere, il sapere di Vissia, il suo cappello giallo....

Ecco, quando ricorderò, e sto già ricordando, l'emozione salirà dolcemente dal cuore sino a sfociare in una lacrima lieve...

Grazie a tutti voi...

Grazie a Franco e Carla, ancora una volta

*Maria Grazia*