

A photograph of a stone tunnel with a group of people walking away from the camera towards a bright, sunlit exit. The tunnel walls are made of rough-hewn stones, and the floor is covered in gravel and some wooden debris. The scene is captured from a low angle, looking down the length of the tunnel.

***CAMMINARE  
PER  
CONOSCERE***





Cosa insegna un progetto scolastico come "camminare per conoscere" ai ragazzi segregati da una Pandemia, prigionieri negli steccati dell'egoismo prodotto da una società guerrafondaia, soli nell'illusorio mondo del consumismo e del marketing, tristi insieme ai loro tablet, incerti dietro alle mascherine che nascondono l'espressione dei sentimenti, disorientati rispetto al passato ed al futuro? Cosa hanno imparato gli studenti del Pisacane realizzando escursioni per boschi e valli, insieme ai loro compagni e professori in dialogo con la natura, con gli altri e con se stessi?

Hanno imparato, passo dopo passo a concentrarsi su silenzio, tempo e misura.

Hanno respirato aria pulita e accolto gli insegnamenti con rinnovata disponibilità e consapevolezza.

Hanno pensato a se stessi e raccontato di se' agli altri intorno al fuoco dell'Amicizia.

"I monti sono maestri muti e fanno discepoli silenziosi"( J.W.Goethe).

Questo hanno imparato.

Grazie a tutti coloro che hanno partecipato e realizzato questo bellissimo progetto pedagogico.

La Preside.



Si dice che le cose non accadono per caso... se il Prof. Gerardo Ferrara non mi avesse invitato a partecipare all'escursione sul sentiero del Monte Ceraso dedicato alla legalità alla fine dell'anno scolastico 2021, se non avessi partecipato per una qualsiasi ragione plausibile a quell'evento, se non avessi compreso l'amore per il loro territorio manifestato dagli studenti che partecipavano a quella escursione, tutto quanto correlato al progetto "Camminare per conoscere" non sarebbe avvenuto.

La chiave di volta della genesi del progetto è da ricercare proprio nella partecipazione a quella giornata. Chi vive nel Cilento non sempre ha l'esatta percezione dell'immensa importanza del patrimonio fisico ed immateriale che caratterizza questa grande subregione campana: ci si nasce, ci si vive, si è abituati al bello. Chi vive immerso in questa straordinaria cornice è portato a pensare che il bello cilentano sia una dimensione "normale", che è possibile trovare in ogni dove. Sappiamo che non è così! Per rendere giustizia a questa fortunata combinazione si fece strada l'idea progettuale che poi è sfociata nelle trame del progetto "Camminare per conoscere", elaborato in seguito con i docenti Rosaria D'Amato, Gerardo Ferrara e Luigi Brusco.

Il focus del progetto, come è noto, si è incernierato sulla conoscenza del territorio fisico e delle sue dotazioni storico-culturali. La partecipazione degli studenti a giornate escursionistiche sui sentieri e sulle antiche vie di comunicazione che si irradiano tra i boschi e il territorio addomesticato dall'uomo

nei secoli, in uno con l'esperienza naturalistica maturata a tutto tondo in un rifugio montano, sono stati gli strumenti utilizzati per lasciare che il corpo e le giovani menti potessero riempirsi di sensazioni altrimenti non surrogabili.

La speranza è che tutto quanto vissuto dagli studenti nel corso delle attività svolte possa essere



servito ad accrescere la consapevolezza di quanto sia importante agire in maniera responsabile e sostenibile per tutelare concretamente quanto il territorio cilentano possiede ed offre. La speranza è che le attività messe a loro disposizione dal progetto "Camminare per conoscere" possano essere state solo l'inizio di un percorso responsabile in vista del compimento del loro ruolo di futuri cittadini delle comunità cilentane. L'osservazione nel corso delle attività dei loro comportamenti, delle loro espressioni, del loro coinvolgimento attivo, delle loro domande e delle riflessioni da loro esplicitate testimonia che il percorso si è avviato in maniera soddisfacente: ciò ripaga anche l'impegno profuso dai tanti docenti per le varie discipline scientifiche e dai volontari che hanno messo a disposizione le proprie competenze.

Agli studenti vadano i migliori auguri per il loro percorso formativo, per la loro crescita e per tutto quanto potranno fare per il Cilento, la loro terra!

Mimmo Pandolfo

(Presidente GET Cultnatura,  
Presidente Federazione Italiana Escursionismo,  
Vicepresidente European Ramblers Association)



## **Progetto di escursionismo “Camminare per conoscere”**

Il progetto di trekking “Camminare per conoscere”, fortemente voluto da noi docenti di Scienze Motorie, è stato attuato grazie al determinante sostegno della Dirigente, prof.ssa Franca Principe e di tutti i docenti del Pisacane, che hanno accolto con grande entusiasmo la proposta.

L'idea è stata concretizzata grazie al partenariato con il GET Cultnatura di Rofrano (SA).

Il Presidente dell'Associazione, nonché Presidente Nazionale della FIE, Domenico Pandolfo, ha pensato e programmato il progetto con noi. Insieme abbiamo immaginato cosa potesse offrire maggiori spunti e stimoli ai ragazzi e in che modo noi docenti avremmo potuto creare le condizioni per motivarli ed interessarli.

Pandolfo, nonostante i suoi numerosi impegni istituzionali, è stato di una disponibilità infinita, generoso nelle idee e nella concretezza delle attività, competente e motivante, una presenza assidua nella gestione dell'intero progetto. Al suo fianco altre due persone meravigliose, due guide FIE e soci del GET, Carlo Palumbo e Antonio Federico.

Non è semplice trovare aggettivi per descriverli, sono diventati immediatamente parte del gruppo, i nostri angeli custodi, amorevoli e attenti verso tutti, risolutivi nelle difficoltà e determinanti nel farci vivere a pieno ogni istante, ogni scoperta, ogni emozione. Sì, di emozioni ne abbiamo vissute proprio tante e il grande merito è senz'altro di chi ci ha saputo guidare in questa avventura.

La realizzazione è stata articolata in più fasi, ciascuna fondamentale per costruire un percorso

didattico ben strutturato e finalizzato alla crescita personale, culturale e formativa dei nostri alunni.

Le lezioni itineranti, finalizzate innanzitutto alla riscoperta dell'armonia corpo-mente, hanno determinato un grande coinvolgimento emozionale dei ragazzi e questo ha permesso di avvicinarli con grande naturalezza ad importanti tematiche ambientali/storiche/culturali e non per ultime scientifiche.

Innanzitutto, è stata svolta un'attività sportiva moderatamente impegnativa, che ha permesso di mettersi alla prova e misurare le personali potenzialità, accrescendo l'autostima e incamerando energia positiva; contestualmente, la pratica dell'escursionismo, effettuata su percorsi ubicati in veri e propri angoli di paradiso, ha reso spontanea per tutti la condivisione di sentimenti, emozioni ed opinioni, così come la riflessione su valori etici e morali spesso sottovalutati, quali la socializzazione, la cooperazione e la solidarietà.

L'ambiente naturale è diventato un'aula decentrata, un vero e proprio “spazio” dove gli alunni hanno potuto scoprire e interiorizzare conoscenze interdisciplinari, che l'aula scolastica non sempre riesce a trasmettere del tutto. Si è potuto studiare “dal vivo” il paesaggio fisico che ospita il mondo animale e vegetale, conoscere la storia, le tradizioni e gli aspetti culturali del territorio, puntare l'attenzione sulla sfera emotiva della persona, sulla Bellezza della vita nelle sue espressioni più semplici e scontate e sull'enorme valore dell'armonia psicofisica, punto di partenza per una consapevole affermazione della persona.

E' stata un'esperienza unica, che ricorderemo a vita con emozione ed orgoglio!

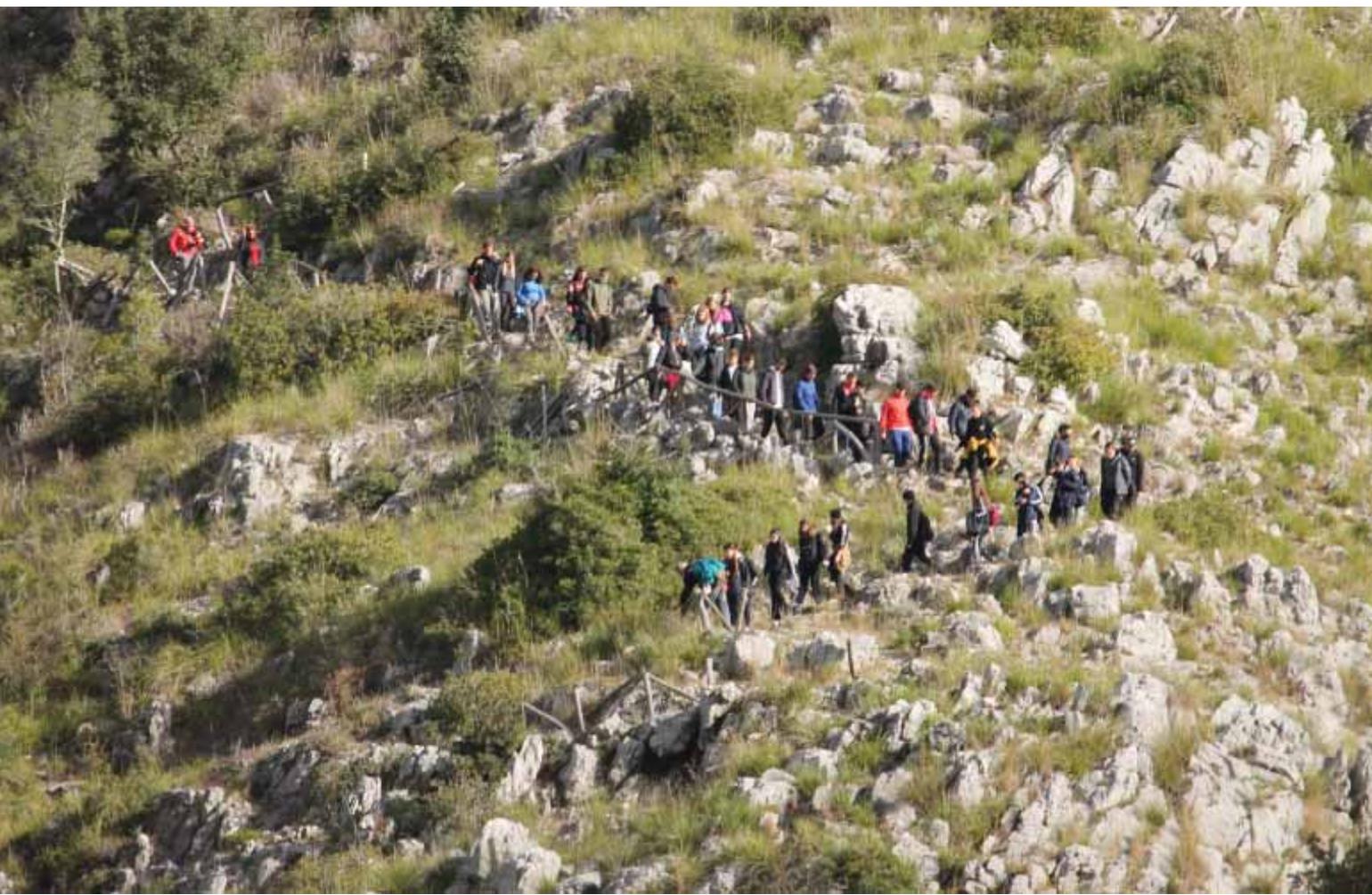
Rosaria, Gerardo, Luigi.

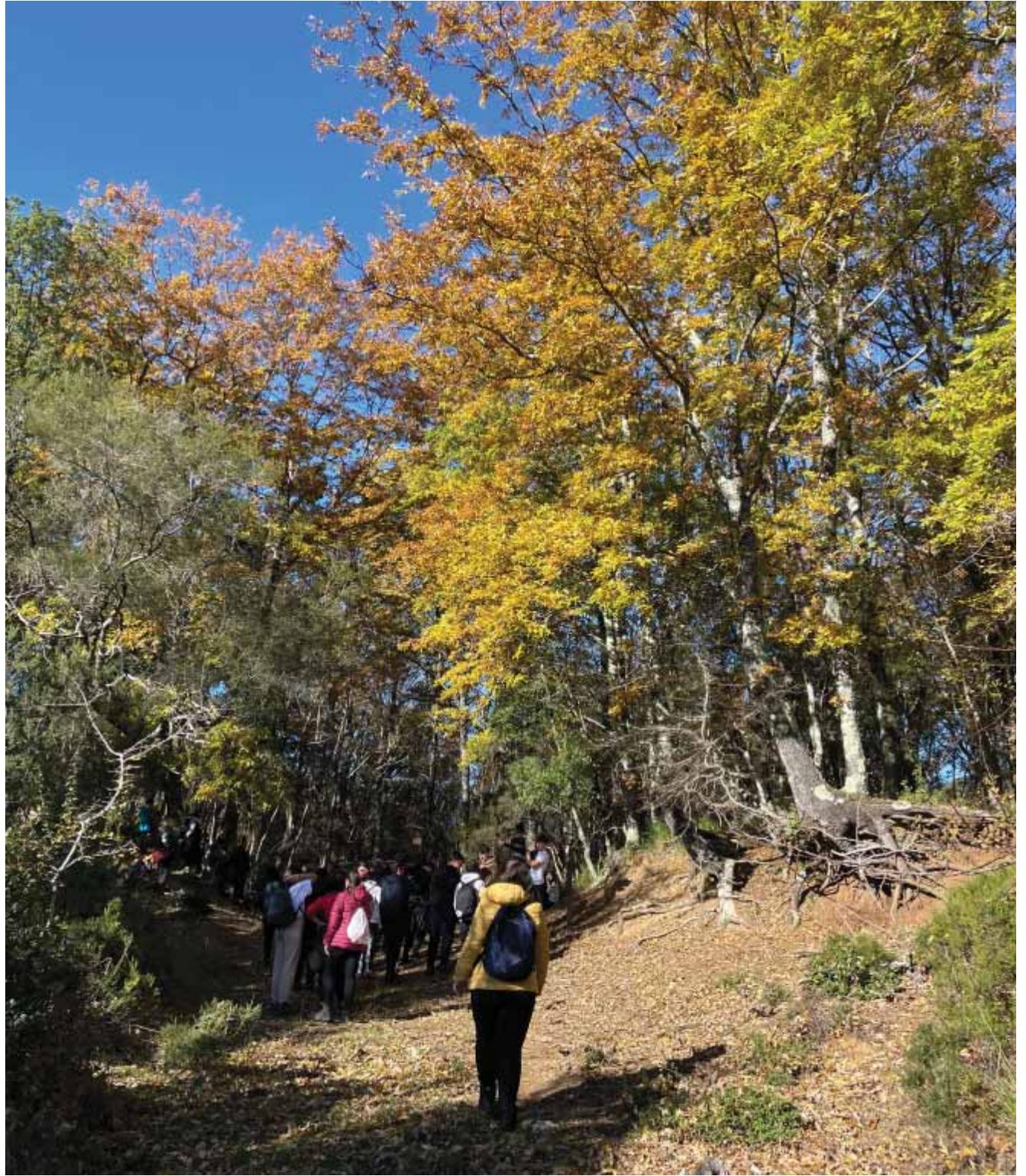


## **Prima escursione: Tortorella - Morigerati**

La prima escursione inserita nel progetto corrisponde alla terza tappa del Cammino di San Nilo, che collega il borgo di Casaletto Spartano a quello di Morigerati. Il gruppo del Pisacane ha iniziato il percorso un po' più avanti, nel Comune di Tortorella, da dove, attraverso un agevole sentiero, ha raggiunto il rio Gerdenaso, affluente del Bussento, per poi inoltrarsi nella foresta del Farneto.

Dopo aver raggiunto un ponte medievale, ancora ben conservato, il gruppo ha continuato il cammino fino alla piazza principale di Morigerati. Questa è stata sicuramente un'escursione spettacolare, che ha coinvolto i partecipanti su tutti i fronti: i dislivelli abbastanza impegnativi hanno messo alla prova la prestanza fisica, l'attraversamento del fiume ha tirato in ballo il coraggio e lo spirito di avventura ed infine il ritrovarsi catapultati nel bel mezzo di una foresta, ricca di alberi ad altissimo fusto, ha regalato a tutti inaspettate emozioni.







## Grazie montagna

Grazie montagna per avermi dato lezioni di vita,  
perché faticando ho imparato a gustare il riposo,  
perché sudando ho imparato ad apprezzare un sorso d'acqua fresca,  
perché stanco, mi sono fermato ed ho potuto ammirare la meraviglia di un fiore,  
la libertà di un volo d'uccello, respirare il profumo della semplicità,  
perché solo, immerso nel tuo silenzio,  
mi sono visto allo specchio e spaventato ho ammesso il mio bisogno di verità e amore,  
perché soffrendo ho assaporato la gioia della vetta, percependo le cose vere,  
quelle che portano alla felicità, che si ottengono con fatica e chi non sa soffrire,  
non potrà mai capire.





## **La seconda escursione**

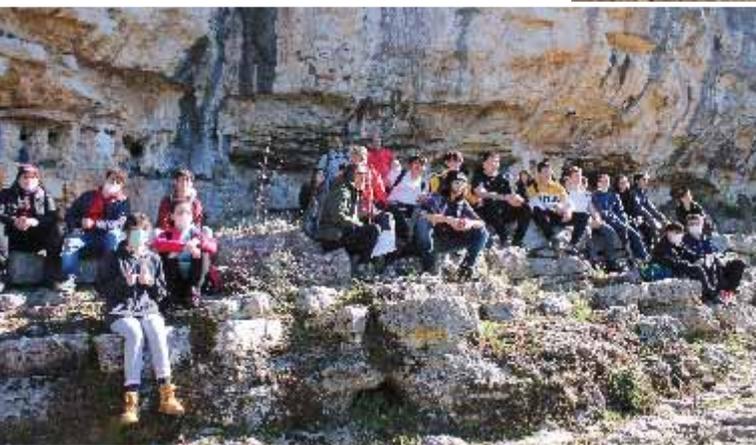
### **Caselle in Pittari- Morigerati**

Dal centro abitato di Caselle, il gruppo del Pisacane ha imboccato il sentiero sacro di San Michele, un sentiero sterrato che gradualmente si arrampica sul Monte Pittari, dove nel punto più alto si gode una vista mozzafiato sulla valle del Bussento e sul golfo di Policastro. E' stata visitata la grotta che ospita il Santuario dedicato a San Michele Arcangelo, raffigurato in un bassorilievo del XII secolo e i due cunicoli laterali dietro l'altare, in cui sono presenti

grosse concrezioni, opere in muratura e blocchi squadrati, forse usati un tempo come altari, oltre che imponenti stalattiti e stalagmiti.

Dalla grotta, poi, si è scesi fino a raggiungere l'Oasi WWF nel Comune di Morigerati, un luogo spettacolare dove si incontrano ruscelli, sorgenti, cascate e anche un antico mulino ad acqua, fino ad arrivare all'enorme grotta, dove si assiste alla risorgenza del fiume Bussento. Attraverso una salita abbastanza impegnativa il gruppo ha raggiunto la piazza di Morigerati.





**La terza escursione**  
**San Severino di Centola - Roccogloriosa**





La terza escursione del progetto “Camminare per conoscere” è stata articolata su due destinazioni, apparentemente distanti tra loro ma legate da un filo conduttore: la storia.

Il gruppo dei partecipanti si è inerpicato lungo il sentiero che porta al borgo medievale di San Severino di Centola, ripercorrendo un sentiero di accesso che vanta oltre un millennio di storia. Sin dalla fondazione del borgo, che in origine era un insediamento militare voluto dai Principi Sanseverino di Salerno, il sentiero di accesso è stato testimone del passaggio di guarnigioni di varia etnia (longobarde, normanne, angioine) e delle genti che hanno popolato l'abitato fino agli anni '50 del secolo

scorso, periodo in cui la popolazione si trasferì a valle, intorno allo scalo ferroviario, per le migliori condizioni di vivibilità che il nuovo sito garantiva. Gli studenti hanno potuto immergersi in atmosfere pressoché cristallizzate, che consentono alle nuove generazioni di attraversare, seppure per il breve tempo di durata della visita, nelle atmosfere che hanno caratterizzato i borghi dell'intero Cilento fino a pochi decenni fa.

La seconda parte della giornata escursionistica ha basato il focus sulla visita all'area archeologica oscolucana di Roccagloriosa. Il gruppo dei partecipanti, attraverso l'uso di un bellissimo sentiero escursionistico, che collega l'abitato di



Roccagloriosa all'area archeologica, ha potuto conoscere le vestigia misconosciute agli stessi abitanti del Cilento e finanche dei paesi vicini, di questa città osco-lucana attiva e fiorente nel V-IV sec. a.C. La visita si è svolta prima lungo il perimetro esterno della città, dove sono osservabili le imponenti mura ciclopiche realizzate con blocchi di pietra a forma di parallelepipedo. Gli studenti sono quindi entrati all'interno della cinta muraria, attraverso la porta principale di accesso alla città, nelle aree dove sono stati effettuati i saggi da parte degli archeologi guidati da Maurizio Gualtieri e poi da Mario Napoli, che hanno portato alla luce l'impianto urbano di un'insula, denominata "Complesso centrale". Successivamente, il gruppo di visita si è spostato verso l'area di Monte Capitenali – La Scala, dove è stata portata alla luce la necropoli con alcune tombe a camera, anch'esse realizzate con enormi blocchi di pietra squadrata. I

corredi funebri di queste tombe, custoditi nei due piccoli ma interessanti musei cittadini, hanno consentito di comprendere l'importanza commerciale della città osco-lucana, essendo presenti monili d'oro e vasellame di estrema bellezza artistica.

Una considerazione va fatta sull'incapacità del nostro territorio di valorizzare quanto esso custodisce: in qualsiasi altra parte del mondo occidentale, due siti quali quelli oggetto della terza giornata di visita prevista nel progetto, costituirebbero dei poli capaci di attrarre l'interesse dei visitatori generando così opportunità di economia sostenibile. Nel caso in specie, gli unici visitatori dei due siti sono stati gli studenti del Liceo Pisacane e lo staff (docenti ed accompagnatori) che ha consentito l'organizzazione delle sei giornate escursionistiche. Si affida ad un amaro "no comment" qualsiasi altra considerazione!





## Sperimentare i ritmi naturali

L'ultima fase del progetto ha previsto il soggiorno per un'intera giornata al rifugio "Serenelle", gestito proprio dall'associazione GET Cultnatura di Rofrano. Il rifugio si trova nel Comune di Laurito, a circa 5 Km di distanza dal centro del paese, per cui ogni gruppo lo ha raggiunto a piedi, attraverso un sentiero.

Insieme ai docenti e alle guide, gli alunni per 24 ore si sono catapultati in un altro mondo, nel quale hanno riscoperto la semplicità e la bellezza di vivere a stretto contatto con la natura.

Nessuna connessione e nessuna possibilità di avere contatti telefonici, questa la prima condizione da accettare, per poi passare ad organizzare tutto il quotidiano, dalla sistemazione degli ambienti alla preparazione dei pasti, alla gestione autonoma dei tempi di lavoro e di relax, ovviamente, nella massi-

ma semplicità, senza l'aiuto di elettrodomestici e senza alcuna agevolazione.

A dirlo così potrebbe sembrare una condizione sacrificante e, invece, i ragazzi sono stati benissimo, sono diventati un'unica squadra, affiatata e complice, hanno dimenticato completamente i cellulari e i social network, finalmente si sono connessi con sè stessi, con il gruppo presente e con la meravigliosa cornice naturalistica, che ha contribuito a rendere tutto magico.

Emozionanti i racconti attorno al falò, le numerose confidenze, i canti a squarciagola, le barzellette ma, soprattutto, emozionante è stato vederli così felici, gioiosi di stare insieme nel vero senso della parola, di abbracciarsi, di conoscersi un po' più a fondo e di emozionarsi davanti allo spettacolo del tramonto e dell'alba a 1000 metri di altezza.







**L'ESSENZA DEL PROGETTO**



## Chesta è la terra mia

Giuseppe Liuccio è nato a Trentinara (SA), ha insegnato latino e greco nei Licei classici di Salerno e provincia per poi dedicarsi alla sua vocazione di giornalista.

Per più di vent'anni è stato giornalista alla RAI, poi ha continuato a fare il giornalista della carta stampata, occupandosi quasi esclusivamente del territorio della provincia salernitana. In questa poesia l'amore per il Cilento e l'ammirazione per la sua gente si trasformano in versi della lontananza e della nostalgia, in cui celebra una terra incantevole e suggestiva e affronta temi centrali della vita e della realtà cilentana.

Il nostro accompagnatore Carlo Palumbo, dinanzi alle Grotte di San Michele, dove il panorama mozzafiato lascia tutti attoniti e silenziosi, l'ha recitata con emozione e trasporto ai ragazzi del progetto. La commozione è stata inevitabile!

Si viri nu paese abbandunato  
Co quatto case nzimma no sderrupo,  
na vecchia ca è cchiù vecchia re le mura,  
cchiù ghianca re le pprete re la via,  
Chesta è la terra mia!

Si truovi na campagna senza grano,  
na vigna ntesecata e nu pagliaro,  
nu vecchio co lo cane e l'accettodda,  
le mmano spertusate ra le sserchie,  
Chesta è la terra mia!

Si passi pe no vosco solitario  
E nu craparo canta co passione  
Na storia re bbreanti e de baruni,  
re gelusie, r'amore e de vendette,  
Chesta è la terra mia!

Si sienti na campana c'accumpagna  
Tutta la gente apprisso a no tavuto,  
fermate pure tu pe no minuto.  
Dancillo co rispetto no saluto.  
Chesta è la terra mia!

Si sotta no portone senza luce  
Nce sta no nome ca non se capisce,  
è nu surdato ca morette acciso  
senza conosce manco lo motivo.  
Chesta è la terra mia!

Si assenno r ana chiesa all'intrasatta  
Te viri nfacci no vestito ianco,  
nu velo, li cunfietti co lo grano  
e tutto no paese ca fa festa.  
Chesta è la terra mia!

Si sotta no castiello co lo lippo  
Lu mare fa l'amore co li scogli,  
le barche cunnuleiano nzimma l'onne,  
le rezze se stennecchiano a lo sole,  
Chesta è la terra mia!

Si viri na valigia co no tuocco  
nzimma no treno ca vaie a Milano;  
si sotta na baracca a Francoforte  
le lacreme se mmeschiano a la birra,  
Chesta è la terra mia!

Si viri na uaglioffa a primavera  
Cu l'uocchi niuri e li capiddi r'oro,  
ddoie scocche nfacci e na cammisa aperta,  
le mmenne ca spertosano la vesta.  
Chesta è la terra mia!

Chesta è la terra mia: terra r'amore,  
terra re stienti, re sururi e chianti!  
La gente è de boncore non fa nienti  
Ca se la so' scordata pure li Santi.



“Grazie a questo progetto abbiamo avuto modo di stringere rapporti più solidi con i nostri compagni, perché prima di quest'esperienza non avevamo mai avuto la possibilità di passare del tempo così spensierato insieme. La fortuna più grande è stata potersi rapportare con delle persone che ci hanno trasmesso tanto, a partire da chi ha permesso tutto questo, i professori Rosaria D'Amato e Gerardo Ferrara che, con la loro gioia di vivere, il loro impegno e la passione per il loro lavoro, ci hanno aiutato ad affrontare con grande leggerezza e facilità le difficoltà emerse e arrivare in cima ci è sembrato un gioco da ragazzi. Il Presidente Mimmo Pandolfo ci ha trasmesso l'amore per il nostro territorio e ci ha fatto notare quanta bellezza sia nascosta in esso. Porteremo sempre con noi le storie e la saggezza di Carlo, lo yoga all'alba con Ferrara, i marshmallow attorno al fuoco, il fantasma alla finestra, le cadute nel fiume, il ballo attorno all'albero e i canti con la chitarra”

*IIIA Liceo Scientifico*



“Riuscire a descrivere in poche parole tutte le emozioni provate durante questa esperienza sembra essere impossibile: siamo stati catapultati in una parte di mondo che nemmeno conoscevamo, o che forse, non volevamo conoscere.

D'improvviso tutto ciò che erano le nostre convinzioni sono state spazzate via: il pensiero fisso che per riuscire a divertirsi servisse il cellulare, la convinzione che la natura non fosse altro che un insensato miscuglio di cespugli, alberi e fiori.

Non ci è voluto poi così tanto a stravolgere i nostri pensieri, a farci capire ciò che davvero c'è dietro quel miscuglio di verde, un verde che sembra parlare solo di vita, di speranza e di libertà.

Un verde che sembra parlare la stessa lingua delle meravigliose persone che ci hanno accompagnato lungo questo percorso, non crediamo basti un semplice “grazie” per dimostrare la nostra gratitudine e ammirazione”



“Un modello: ecco tutto ciò che siete per noi, la prova di quanto sia gratificante impegnarsi attivamente e lottare per qualcosa, perché è questo ciò che fate, lottate per diffondere consapevolezza, per far ammirare tutta la bellezza così vicina a noi ma che sembra essere così distante.

Sono questi i ricordi che con affetto custodiremo nei nostri cuori, e se lo faremo, è solo e soltanto merito vostro.

Tutti intorno al falò, a ridere, a scherzare, a guardare persi le stelle e, seppur per poco, senza alcun pensiero: liberi e spensierati, semplicemente noi, noi come non lo eravamo mai stati.

Grazie per tutto ciò che ci avete regalato.

Grazie per averci fatto scoprire questo bellissimo mondo”.

*IA Liceo Cassico*

“La premessa che ci è stata fatta di un’avventura all’insegna di natura e nuove esperienze ha oltrepassato colossalmente le nostre aspettative per via dello splendido legame umano e didattico che si è instaurato con le guide e con i nostri splendidi professori”

*IVB Liceo Scientifico*



“L'idea di abbandonare la realtà a cui siamo quotidianamente abituati in favore di un'immersione totale nella natura ci spaventava, ma grazie alla simpatia, conoscenza e pazienza di Mimmo, del sommo Carlo e dei docenti , ci siamo sentiti a nostro agio e abbiamo avuto modo di espandere i nostri orizzonti anche riguardo il nostro territorio, che abbiamo percepito vivo come mai prima d'ora”

*VB Liceo Scientifico*



## Vivere o sopravvivere?

In un mondo fatto di attimi persi, occasioni mancate e poco tempo a disposizione, tutto ciò che non siamo in grado di controllare o di distruggere ci destabilizza.

E cos'è più incontrollabile della natura?

La riserva naturale che abbiamo attraversato viene percorsa dal sentiero di San Nilo ed è la più diversificata di Europa. In questo paradiso terrestre la varietà di specie vegetali è molto vasta, noi abbiamo visto:

la **Parietaria**, una pianta erbacea perenne che cresce fino a 70 cm di altezza, la **Calendula** con le sue 20 specie è una pianta che appartiene alla famiglia delle Asteracee, il **Tasso barbasso** o **verbasco** che è una pianta molto appariscente ed è stato usato come una medicina alternativa per secoli perché ricco di vitamine e minerali, il **Ranuncolo** che è una pianta erbacea soprattutto terrestre con preferenza dei terreni palustri lievemente acidi, la **Mentuccia**, un'erba aromatica che viene spesso utilizzata in cucina e fiorisce da giugno ad ottobre, la **Valeriana** rossa la cui peculiarità è di spuntare da luoghi impervi, come ad esempio gli antichi muri a secco.

Abbiamo visto la **Borragine** che ha i semi ricchi di acidi grassi polinsaturi ed è utilizzata per le sue proprietà antinfiammatorie e protettive del sistema cardiovascolare, il **Gigaro**, una pianta velenosa diffusa in tutta Italia, il **Tiglio**, una pianta arborea che ha una vita molto lunga, il **Dente di leone** è una pianta erbacea nota come **tarassaco**, che ha numerose proprietà benefiche per disturbi di tipo digestivo.

Abbiamo visto piante di **Betulla** con la corteccia molto delicata, maestosi alberi di **Quercia**, che ha radici molto profonde e può vivere dai 200 ai 300 anni.

La nostra attenzione non si è focalizzata solo sulla natura, abbiamo osservato e compreso, grazie alle spiegazioni che ci sono state fornite dalle guide, i vari processi di erosione e il meraviglioso paesaggio creato dalle rocce.

Siamo schiavi di un sistema troppo grande e complesso per essere abbattuto, non riusciremo mai a staccarci da questa realtà. L'uomo è abituato a qualsiasi tipo di comodità e non ci rinuncerebbe per nulla al mondo.

Quindi...

Viviamo o sopravviviamo?

Passiamo i nostri anni migliori, esattamente, a fare cosa?

Lo schermo ci lacera, gli occhi bruciano, il minimo



contatto con l'esterno ci terrorizza, così abituati a quella luce fredda che il sole ci sembra estraneo. Eppure, non ci muoviamo, restiamo lì una, due, tre ore.

"Ancora cinque minuti, poi smetto".

Distruggiamo, ricostruiamo, per poi demolire ancora: il mondo ci scivola tra le mani, è troppo debole, troppo stanco per noi. La natura lentamente muore, tutte quelle meraviglie viste da noi, a causa dell'uomo stesso soffocano. Ed un giorno ci mancherà tutto questo: ci mancherà poter



vedere quelle immense querce, ci mancherà sentire il profumo dei fiori, ci mancherà il tepore che solo il sole può donare, ci mancherà poter ridere, respirare quell'aria dal sapore di libertà e non gas tossici.

Ci mancherà la natura in tutte le sue sfumature, una più bella e verde dell'altra.

*IA Liceo Classico*

Con la prima tappa, abbiamo percorso una parte del cammino di San Nilo, trovandoci subito catapultati in un luogo quanto più distante dalla nostra quotidianità, creando un vero e proprio legame con la natura. La Scuola, tramite il progetto "camminare per conoscere" ci ha dato l'opportunità non solo di stare a stretto contatto con l'ambiente, ma anche di passare una bellissima esperienza insieme ai nostri compagni, facendoci socializzare di nuovo, con altre classi dopo molto tempo.

Durante il cammino ci siamo trovati davanti una moltitudine di specie diverse, come: il gigaro, erba

velenosa; la valeriana rossa; il tasso Barbasco; la calendula; il lentisco (dal quale prende il nome il borgo di Lentiscosa);

il ranuncolo; la parietaria, detta "erba del muro". Molte volte, chiudendoci in noi stessi, non ci rendiamo conto del patrimonio

naturalistico che è a due passi da noi. Tutti noi ricordiamo con particolare piacere, quando la guida Carlo ci ha invitato ad abbracciare gli alberi e a sentire la loro energia: è stato un momento speciale.

*IVA Liceo Scientifico*



L'uscita didattica alla scoperta dei sentieri del nostro Cilento è stata un'attività stimolante e utile per apprendere nozioni nuove, per mettere in campo le responsabilità del gruppo e le competenze acquisite nelle varie discipline del nostro percorso di studi, oltre che vantaggioso e fondamentale per rigenerare il corpo e lo spirito (Mens sana in corpore sano, diceva Giovenale).

Da questa esperienza è scaturita una profonda riflessione su un tema molto caro a poeti e scrittori di tutti i tempi: la Natura.

Per noi immergerci completamente nella Natura è stata un'occasione per distaccarci totalmente da quella che è la vita quotidiana. Abbiamo trascorso due anni in una situazione quasi surreale, ci siamo



ritrovati catapultati in un mondo che non era e non è il nostro, fatto di mascherine, distanziamento, precauzioni e paura di avvicinarci ai compagni. Queste uscite ci hanno permesso di ritornare ad una sorta di "normalità", alla spensieratezza di una volta che avevamo quasi dimenticato e ci siamo sentiti finalmente liberi e autentici. Ad ogni passo che percorrevamo ci perdevamo nel silenzio e nell'armonia che ci circondava e dalla quale non avremmo voluto uscire mai più.

Grazie a questa esperienza abbiamo riso, scherzato, ma anche riflettuto e arrivare in cima ci è sembrato meno faticoso. La contemplazione della natura ha suscitato in noi una forte commozione dell'animo, ci ha dato una nuova carica, permettendoci di affrontare con più leggerezza le difficoltà del nostro viaggio adolescenziale.

“Da sempre il mio rifugio segreto per scappare dalla monotonia dei giorni è stata la natura, perché essa mi fa sentire libera. Essa non mi giudica se metto dei vestiti bucati ma i più comodi che esistano, non mi giudica se ho i capelli arruffati o se ho le mani sporche di terra. Anzi, è sempre pronta ad accogliermi “nei momenti No” ed io la scelgo come amica perché è capace di consolarmi con un semplice soffio di vento sul viso che mi fa sentire viva e frizzantina come l'aria di montagna. Durante queste meravigliose giornate all'aperto, ho conosciuto una persona fantastica che, spero, sia sempre lo spirito guida della mia vita, il signor Carlo. Lui è la personificazione della saggezza e mi ha insegnato che è importante “assaporare la vita in ogni sua bellezza, vivendola nel modo più sano che esista”.

“Le emozioni che la natura può darci sono indescrivibili, le paragonerei quasi a quelle provate nei primi momenti del corteggiamento tra due amanti. Mi auguro che più persone abbandonino il pregiudizio secondo il quale il trekking sia solo sforzo fisico non ripagato e comincino ad avvicinarsi di più a questo mondo. E' andando lenti, nell'impervietà dei sentieri, che potremmo imbatterci in delle piacevoli sorprese e curiosità. E' andando lenti ,in questo mondo che corre, che potremmo recuperare il rapporto con noi stessi e con la natura”.

III A Liceo Scientifico



Pandemia, ancora una volta lo studio del greco è bastevole a dipingere con chiarezza tutte le sfumature che un termine cela dietro ai propri caratteri. Pan (tutto) e demos (popolo) perché è condizione comune ad ogni cittadino del mondo quella di essere vittima inerme di questi tragici tempi costellati di quarantene e lockdown. In quest'epoca in cui l'isolamento e l'abbandono sono muti artefici di ogni malessere della psiche, un'immersione nella natura è la medicina ideale a far guarire la ferita che tutti ci portiamo dentro.

La scuola, parte integrante delle nostre vite, colto il dolore interiore, più o meno conscio degli studenti, ci ha presentato questa opportunità di svago a stretto contatto con la natura. In questo

meraviglioso cammino ci siamo imbattuti in centinaia di specie diverse, come: la parietaria, la famosa “erba dei muri”; il gigaro “l'erba del serpente” altamente velenosa; il ranuncolo; la valeriana rossa; il tasso Barbasso dalla foglia delicata; la meravigliosa calendula, il lentisco che, con grande stupore, abbiamo scoperto dare il nome al vicino borgo di L e n t i s c o s a e la profumatissima lavanda. Gli alti faggi e le maestose querce ci hanno fatto da guida durante tutto il

percorso di San Nilo. Passare una giornata immersi nella natura lontani dalla tecnologia, ci ha aiutati a comprendere l'importanza del tempo che non va sprecato e la bellezza della natura che ci circonda e che troppe volte non abbiamo adeguatamente apprezzato. La naturalezza con cui abbiamo creato legami tra di noi è la componente che ci è mancata in questi ultimi due anni, e che in questa esperienza è diventata una costante. Certo, non sono stati pochi i momenti in cui avremmo voluto abbandonare tutto e tornare alla comodità di casa nostra ma la soddisfazione e la felicità che abbiamo provato una volta arrivati al traguardo è stata impagabile.

*Classe IVA Liceo Classico*



Ci sono tante meraviglie nel nostro territorio, ma noi ragazzi abbiamo sempre la testa persa nella tecnologia e non ci rendiamo conto di tutti i panorami e delle esperienze che ogni giorno ci perdiamo. Grazie al nostro Istituto abbiamo avuto la possibilità di trascorrere una giornata all'aria aperta all' interno del nostro magnifico territorio, un'esperienza che per alcuni può risultare banale, ma agli occhi della nostra generazione che non è

abituata a questo tipo di esperienze è stata unica. Siamo stati accompagnati da una competente guida che ci ha illustrato accuratamente il territorio e donato preziosissimi insegnamenti di vita. Abbiamo scoperto che il nostro territorio è il più ricco di biodiversità. Siamo entusiasti di partecipare alla prossima escursione .

*Classe III M Liceo Musicale*



Credo fortemente che il progetto di trekking scolastico realizzato presso l'IIS "Carlo Pisacane" di Sapri sia di gran lunga il miglior progetto si potesse proporre e realizzare in un periodo così delicato come quello post-pandemico, per aiutare studentesse e studenti a recuperare il rapporto con sè stessi, gli altri, la Natura e la Scuola.

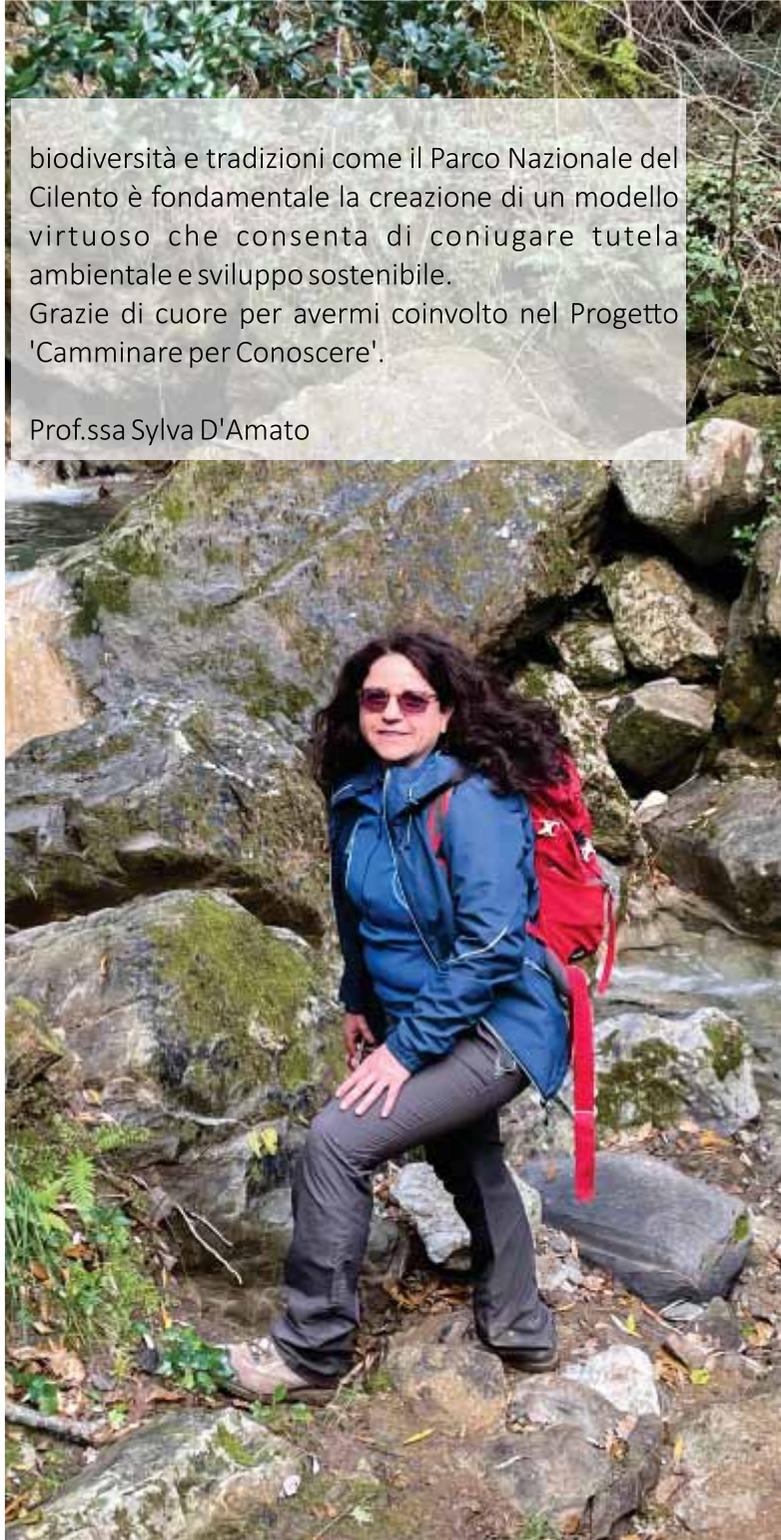
Si fa tanto parlare di benessere individuale e collettivo, Agenda 2030, obiettivi per uno sviluppo sostenibile ma, nel frattempo si continuano a seguire modelli che risultano desueti e non più rispondenti a bisogni individuali e collettivi, come se nulla fosse accaduto e mutato. Giovani e adulti hanno sempre più difficoltà a disconnettersi dalla rete, a ritrovare il proprio equilibrio psico-fisico, ad instaurare relazioni interpersonali basate su rispetto, dialogo e comprensione reciproca e a comprendere l'importanza della stretta correlazione tra Ambiente e benessere fisico e psicologico.

Desidero per questo ringraziare in particolar modo la Dirigente Franca Principe, per avere consentito ai colleghi di Scienze Motorie, Rosaria D'Amato e Gerardo Ferrara, la concreta realizzazione di un progetto così complesso, articolato ed esteso ad un gran numero di studenti. Desidero inoltre ringraziare tutti coloro che hanno preso parte e reso possibile per i ragazzi e le ragazze vivere questa esperienza, in particolare Carlo Palumbo e il Presidente nazionale della FIE, Mimmo Pandolfo. Spero che questo sia solo un inizio e che possa aiutare il mondo degli adulti a comprendere il ruolo centrale della educazione ambientale per uno sguardo 'lungo' sul futuro: in un territorio ricco di

biodiversità e tradizioni come il Parco Nazionale del Cilento è fondamentale la creazione di un modello virtuoso che consenta di coniugare tutela ambientale e sviluppo sostenibile.

Grazie di cuore per avermi coinvolto nel Progetto 'Camminare per Conoscere'.

Prof.ssa Sylva D'Amato



A woman with blonde hair, wearing a dark blue jacket and black leggings, is smiling and posing for a photo on a forest path covered in fallen leaves. Other hikers are visible in the background.

Emozioni e sentimenti “in cammino” attraverso lo splendido Cilento.

“Non c'è tristezza che, camminando, non si attenui e lentamente si sciogla”.

Parole che risuonano nella mia mente mentre, nello splendido territorio del Cilento, percorriamo il Cammino di San Nilo, un'esperienza straordinaria per lo spirito ed il corpo in questo tempo triste del nostro presente.

Il cuore si slarga alla speranza e attinge nuova linfa vitale deponendo pensieri e fatiche.

Uno splendido scenario naturale e panorami unici fanno da sfondo al nostro cammino, un cammino di condivisione e di totale immersione nella natura.

Passo dopo passo, sorrisi ed emozioni scandiscono questo nostro “non tempo”, questo tempo quasi sospeso fra sogno e realtà, che scalda i cuori e ritempra, pur nella fatica, i corpi.

Passo dopo passo, legati in un nodo di reciproco affetto, cresce il desiderio di essere in simbiosi con la natura, cresce la gioia di contemplare lo spettacolo meraviglioso di un mondo incontaminato e di assaporarne l'essenza più profonda.....Tutti insieme, in cammino, appassionatamente mentre profumi e colori si combinano fra loro in un gioco di intime corrispondenze.

Tutto ci appare incredibilmente bello, vero, autentico e, come per incanto, in un improvviso sublime silenzio, si realizza l'incredibile fusione panica con il paesaggio naturale.

La meta, alla fine del cammino, è raggiunta. Non è solo la conquista di un luogo fisico, ma è anche e soprattutto la conquista di un luogo dell'anima, un'anima più ricca di nuovo sapere, di rinnovati sentimenti e di freschi pensieri....

Grazie di cuore a tutti coloro che hanno ideato e realizzato lo straordinario progetto "Camminare per conoscere", che ci ha consentito di vivere splendide emozioni e conoscere ed ammirare le bellezze del nostro magnifico territorio!

Prof.ssa Olga Grillo

Il trekking nel nostro Istituto ha ormai una tradizione settennale.

Era settembre 2015 quando, in sede di riunione del Dipartimento di Scienze, proposi un progetto che attraverso il trekking favorisse la conoscenza del territorio da parte degli allievi, idea che fu sposata sia dai colleghi del Dipartimento di Scienze Motorie che dalla Dirigente Scolastica.

Come docente di Scienze Naturali avevo notato negli anni, durante le mie lezioni, che ogni qualvolta io facessi riferimento alle emergenze del nostro splendido comprensorio, patrimonio mondiale UNESCO, i ragazzi ne mostravano costantemente una scarsa conoscenza.

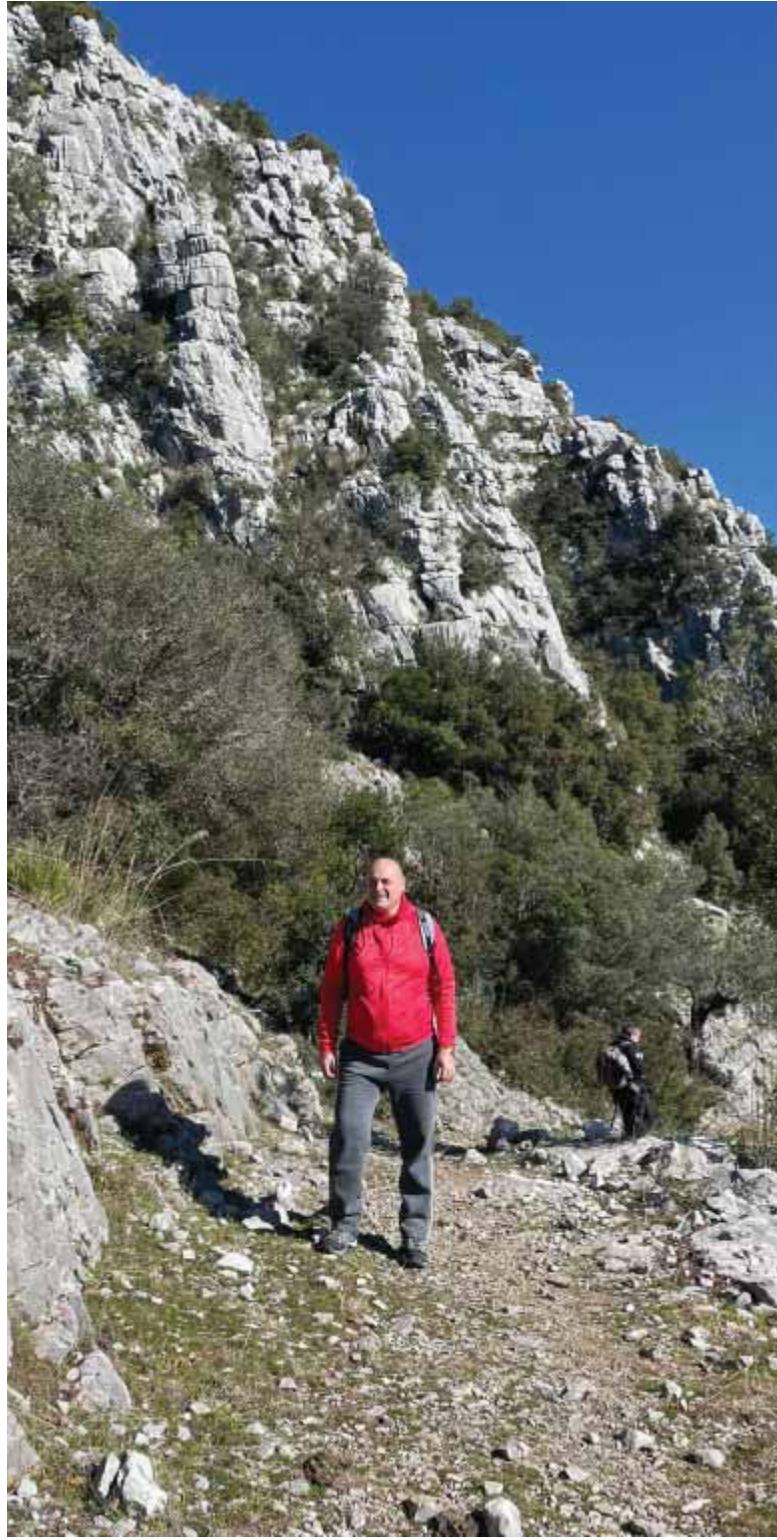
Da qui l'idea di proporre un progetto che, attraverso l'attività motoria, favorisse negli allievi la curiosità e l'interesse e l'amore per una terra davvero unica.

Il progetto, curato negli anni da diversi colleghi in collaborazione con varie associazioni è sempre più cresciuto sia per numero di adesioni che per consapevolezza da parte degli alunni ma anche della stessa Istituzione Scolastica.

Così, quest'anno, con l'ottima regia dei colleghi Rosaria D'Amato e Gerardo Ferrara, in sinergia con l'associazione GET-Cultnatura di Rofrano, affiliata alla FIE, gli allievi dei Licei Scientifico, Classico e Musicale, hanno partecipato alle diverse uscite con grande entusiasmo e coinvolgimento.

Spero soltanto che questo mio sogno di avvicinare sempre più la nostra utenza alle sue radici, attraverso la conoscenza, possa trovare sempre nuova linfa anche negli anni futuri.

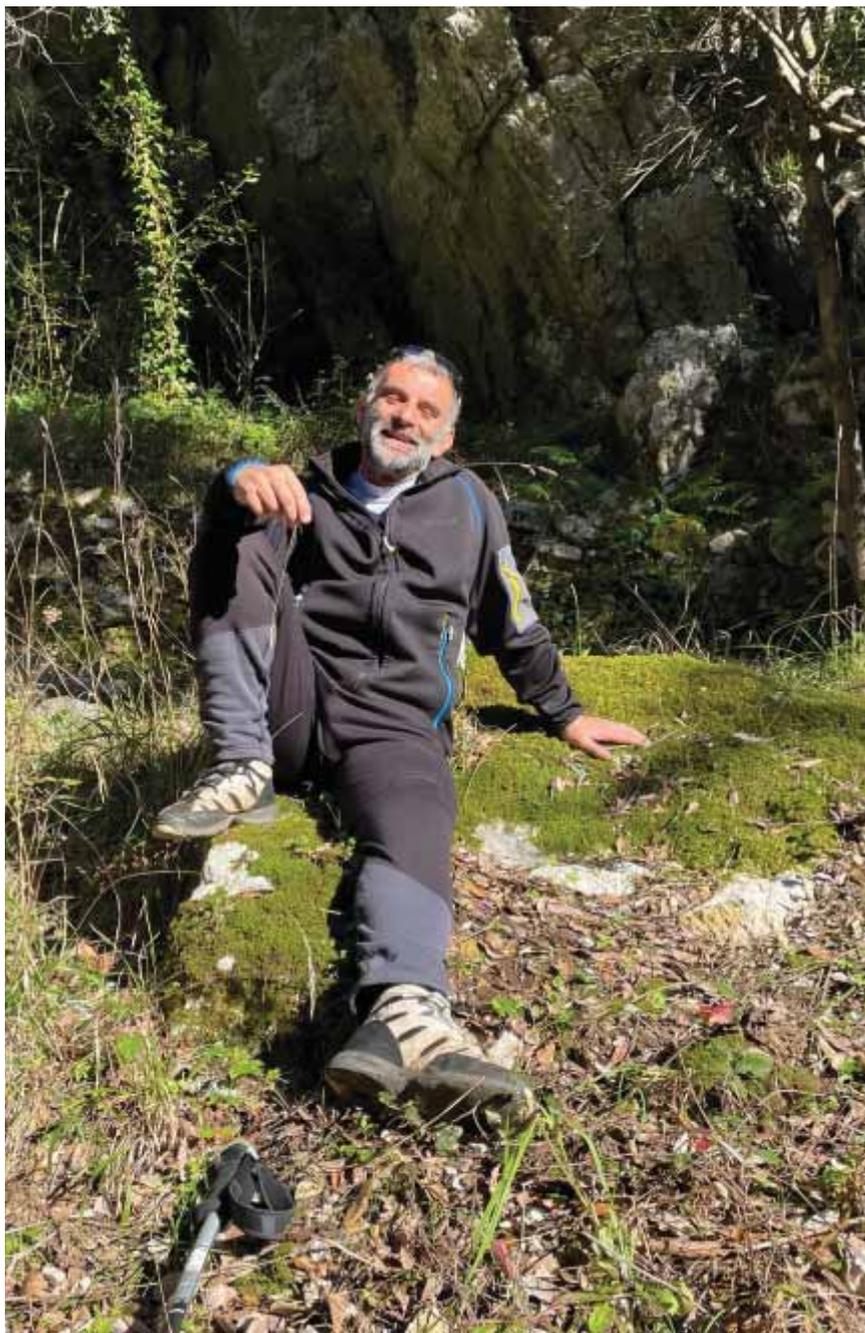
**Prof. Costantino Scarano**



La Natura, realtà misteriosa e familiare, locus amoenus in cui perdersi per poi ritrovarsi, unica luce nell'oscurità dei tempi moderni, mi circonda, mi avvolge, mi culla nelle sue braccia, come una Madre amorevole, mi trascina con se' nel vortice della sua danza, facendomi sentire parte del Tutto, come Ermione, "creatura terrestre". Divento, così, un fiore, un filo d'erba, un sasso, un rivo d'acqua e mi riconosco "docile fibra dell'universo" La conquista della cima spalanca il cuore martellante allo spettacolo meraviglioso del mare, quasi una sorta di epifania e di giusta ricompensa per il corpo affaticato, il momento mistico di preghiera e riflessione nella grotta di S. Michele, balsamo e conforto per la mia anima dolente, l'impervio sentiero di S. Nilo, disseminato di fossili, pietre miliari di un tempo ormai trascorso, conduce in un luogo incantato dove lo scroscio dell'Acqua, divinità fecondatrice della Natura, i profumi e i colori diventano un unico concerto che inebria la mia mente, un paese dormiente, immobile nel tempo, abbarbicato sulla roccia testimonia una storia di fatica e di arcana spiritualità, reliquie preziose, strappate alla terra, un tempo coltivate, riprendono vita in un museo, sotto gli occhi ammirati dei visitatori. Nel "guazzabuglio" del mio cuore nessuna emozione manca. Indossata nuovamente la maschera delle convenzioni, carica di energie e piena di meraviglia, posso tornare alla vita di sempre.

Prof.ssa Mariella Zicca





Aristotele amava discutere di Filosofia passeggiando: l'esperienza che abbiamo fatto insieme ai ragazzi ci ha dato la possibilità di sperimentare quanto può essere interessante abbinare il muoversi nella Natura all'affrontare tematiche di natura varia, dall'Etica alla Gnoseologia, alla Storia.

Platone individuava nella Ginnastica un elemento formativo, molto probabilmente coglieva quanto essa possa essere utile ad insegnare l'importanza dello sforzo, dell'impegno, affinché si possa migliorare, raggiungere un obiettivo. Ecco, sperimentare insieme la fatica del percorso, la gioia dell'arrivo e se vogliamo anche la piacevolezza dello sforzo comune, è stato sicuramente formativo.

Infine, abbiamo verificato quello che Hegel, con la Dialettica servo-padrone ci spiegava: i ruoli nella vita non sono cristallizzati, per cui è apparso evidente che al variare delle conoscenze da utilizzare, anche un allievo può svolgere la funzione di leadership e abbiamo tratto tutti, da questo, un ulteriore sprone ad impegnarci.

Prof. Vincenzo Berardi

Mi sono chiesta: Perché tutti abbiamo affermato di aver vissuto un'esperienza altamente formativa? Che cosa ci ha fatto sentire una comunità con un forte senso di appartenenza? Questa visione corale è scaturita unicamente dall'aver scoperto e goduto della bellezza dei luoghi e dei paesaggi del Cilento? Per rispondere adeguatamente, sono andata oltre la generale interpretazione di trekking. E cambiando la prospettiva mentale ed emotiva ho trovato la chiave di volta: "la bussola pedagogica".

Che cosa rappresenta questa metafora?

Simboleggia il laboratorio in cui si sono sperimentati l'umanesimo integrale, la sostenibilità ambientale ed economica, le attività interdisciplinari, multidisciplinari e multiculturali. Rosaria, Gerardo, Mimmo, Carlo e Tonino ci hanno messo in mano una Bussola che ci ha orientati armonicamente verso il nord (gli obiettivi educativi, l'aula decentrata, lo spazio per formare individui coscienti), il sud (i paradigmi teorici, gli aspetti scientifici, storici, socio-culturali e valoriali), l'ovest (la relazione, la socialità, l'empatia, l'accettazione) e l'est (l'intelligenza emozionale, l'autoeducazione, l'autoesplorazione e l'autonomia). Ringrazio Rosaria, Gerardo, Mimmo, Carlo e Tonino con i versi del paesologo Franco Arminio.

“Abbiamo bisogno di contadini, di poeti, gente che sa fare il pane, che ama gli alberi e riconosce il vento. Più che l'anno della crescita, ci vorrebbe l'anno dell'attenzione. Attenzione a chi cade, al sole che nasce e che muore, ai ragazzi che crescono, attenzione anche a un semplice lampione, a un muro scrostato. Oggi essere rivoluzionari significa togliere più che aggiungere, rallentare più che accelerare, significa dare valore al silenzio, alla luce, alla fragilità, alla dolcezza.”

Prof.ssa Antonella D'Amico







## **Un incredibile cammino di gioia e condivisione.**

Non è semplice scrivere le nostre considerazioni sul progetto, perché significa prendere coscienza che la meravigliosa esperienza, portata avanti per un intero anno, sta per finire e noi non avremmo nessuna intenzione di scriverla la parola FINE.

Questo progetto è stato pensato all'inizio dell'anno scolastico, a pochi mesi di distanza dalle escursioni fatte lo scorso anno a maggio ed inserite nel progetto "Panismo scolastico". In due settimane riuscimmo a portare tutte le classi sul monte Ceraso, accompagnati dai nostri colleghi che, entusiasti dell'iniziativa, furono ben felici di realizzare lezioni all'aperto, contestualizzandole al momento particolare che stavamo vivendo e alla bellezza naturalistica che ci ospitava.

Ecco perché non poteva finire lì!

Dovevamo continuare a regalare a noi stessi per primi, ai nostri alunni e ai nostri colleghi momenti di gioia, di arricchimento, di entusiasmo, di emozioni, di crescita e di condivisione. Le idee c'erano ma andavano formalmente concretizzate e l'aiuto è arrivato da un caro amico di Gerardo, Mimmo Pandolfo (Presidente Nazionale della FIE) che si è seduto alla nostra scrivania e ci ha messo a disposizione la sua esperienza e la sua professionalità, seguendo attentamente il nostro lavoro di appassionati proff, frementi ed entusiasti di realizzare qualcosa di bello per i propri alunni.

Superata la fase della programmazione, abbiamo iniziato le escursioni, affiancati da altre due fantastiche persone, Carlo Palumbo e Antonio Federico, anch'essi guide FIE. Insieme abbiamo rea-

lizzato ben 18 uscite, 6 per ogni escursione designata e non è servito molto tempo per apprezzare la loro grandezza, umana e professionale. Antonio, discreto e riservato, il primo ad arrivare al pullman ogni mat-tina, a controllare l'attrezzatura dei ragazzi e a dare le raccomandazioni sui comportamenti da seguire; Carlo, affettuoso e gentile, amorevole con tutti, pronto a descrivere tutte le caratteristiche della flora presente lungo il percorso e a svelare curiosità del passato e delle tradizioni.

Siamo stati un tutt'uno, abbiamo deciso sempre il da farsi insieme, così da scegliere ogni volta la soluzione più giusta ed adeguata, ci siamo tenuti per mano in ogni senso, abbiamo tutti dato tanto e ricevuto tantissimo.

Arrivati alla fase dei pernottamenti, l'ansia è cresciuta un po', avremmo vissuto un'esperienza unica per noi e per i ragazzi, 24 ore fuori dal mondo, con il compito ben preciso di essere ciascuno un pezzettino di un grande puzzle, unico e fondamentale per creare un'immagine perfetta.

E così è stato!

Ogni volta si è creata un'alchimia che ha reso tutto magico, emotivamente straordinario, grandioso!

Abbracci, risate, racconti, timori, ansie, confidenze, abbiamo condiviso con i nostri ragazzi ore preziose ed emozioni uniche, l'entusiasmo non è mai scemato fino all'ultimo giorno e non c'è stata difficoltà che abbia frenato la voglia di arrivare fino in fondo.

Non avremmo potuto vivere un'esperienza più gratificante ed emozionante, un'esperienza che ci ha reso ancor più consapevoli che i contesti, le emozioni condivise e le relazioni con gli altri sono componenti essenziali della CONOSCENZA.

**La straordinaria poesia “The Bridge Builder”  
della poetessa americana Will Allen  
Dromgoole sintetizza magnificamente i nostri  
sentimenti e le nostre speranze...**

Un vecchio che percorreva una strada solitaria  
venne alla sera, fredda e grigia  
verso un abisso vasto, profondo e ampio,  
con acque che scorrevano fredde e profonde.  
Il vecchio attraversò nella penombra del crepuscolo,  
non aveva paura della cupa corrente;  
ma quando fu al sicuro si voltò dall'altra parte  
e costruì un ponte per coprire la marea.

<< Vecchio >>, disse un compagno pellegrino vicino,  
<<stai sprecando le tue forze costruendo qui;  
il tuo viaggio finirà con la luce del giorno.

Non passerai mai più da questa parte;  
hai attraversato l'abisso, profondo e ampio,  
perché costruire questo ponte con la marea serale?>>

<< Buon amico, sulla strada da cui sono arrivato  
mi ha seguito oggi un giovane i cui piedi devono  
passare da questa parte.

Questo baratro che non è stato niente per me  
per quel giovane può essere una trappola;  
anche lui deve attraversare nella penombra....

Buon amico, sto costruendo questo ponte per lui!>>

Proff.ri Rosaria D'Amato e Gerardo Ferrara





È doveroso ringraziare ancora la Dirigente, prof.ssa Franca Principe, per aver fortemente sostenuto questa esperienza, la DSGA, dott.ssa Maristella Gianni per la disponibilità, la collaborazione e la pazienza con cui ha supportato l'intera organizzazione del progetto e tutto lo staff dell'Ufficio di Segreteria per l'impeccabile e puntuale lavoro realizzato.