



## **LA DIMENSIONE UMANA DEL VIVERE NEL "PICCOLO MOLISE"**

### **ISERNIA E LA SUA PROVINCIA**

**Un concentrato di natura, storia, spiritualità, archeologia, arte, tradizioni e buona cucina, che riporta in vita atmosfere legate al mondo pastorale di un tempo, volutamente tenute vive dall'antica saggezza degli abitanti del luogo e che al visitatore distratto potrebbero sembrare dimenticate. Montagne maestose, compatte foreste, laghi, segni di storia: oggi finisce davvero lo splendido isolamento di questa antica terra di confine, un angolo ancora poco conosciuto e tutto da scoprire, dove è ancora possibile conciliare il proprio benessere con un corretto rapporto con la natura.**

#### **IL FASCINO DI ISERNIA**

Dal 1970 Capoluogo di Provincia, Isernia unisce alle impareggiabili bellezze naturali il fascino di un passato che si perde nella notte dei tempi. Conducendo una titanica lotta per la sopravvivenza, 700/800 mila anni fa una tribù di Homines Erecti, un gruppo umano di cacciatori, precursore della storia dell'umanità, sceglie questo luogo ricco di acque e di selvaggina per impiantarvi il proprio accampamento. Qui costruisce man mano una vera e propria struttura urbana, utilizzando intelligenza pragmatica e l'impiego coordinato di energie. Isernia è stata centro fortificato sannitico, capitale italiana, colonia romana. Ai tempi dell'Imperatore Augusto, il Sannio Pentro, zona legata all'economia pastorale e facilmente collegabile con le reti viarie di Lazio, Campania, Costa Adriatica e Puglia, viene assegnato ai veterani della V<sup>a</sup> Legione Romana. Decaduta a borgo fatiscante e inospitale nello sfascio generale della società imperiale romana, Isernia vive poi il dominio Longobardo, Normanno e Svevo. Sede vescovile medievale, feudo e libera città sotto il regno di Napoli, dopo

l'Unità d'Italia, a seguito di una economia ormai in ginocchio, si presenta la necessità di emigrare. Il riscatto inizia proprio con le rimesse degli emigranti, grazie alle quali Isernia si ingrandisce e ritrova prosperità. Nonostante il ciclone della seconda guerra mondiale abbia investito la città in modo catastrofico, l'elezione a Capoluogo di Provincia nel marzo del 1970 premia la notevole estensione del suo territorio, la sua importantissima ubicazione e, soprattutto, l'atroce olocausto a vantaggio della nazione. Capoluogo di una provincia giovane, Isernia oggi offre al visitatore un volto interessante, dove passato e presente armonicamente si fondono. Oltre alle suggestive viuzze della città vecchia, sono da vedere le tracce delle mura pre-romane, la Fontana della Fraterna, eretta tra il Due e il Trecento, la Cattedrale ricostruita sui ruderi di un antico tempio pagano, il Museo Nazionale, situato nell'ex Convento delle Benedettine, la chiesa romanica di S. Maria Assunta e, appena fuori città, la zona archeologica e il Santuario dei Santi Cosma e Damiano.

### **UNA NATURA INCONTAMINATA E PROTETTA**

**Visitare la terra molisana è un pensiero d'amore verso una natura incontaminata e protetta, fatta di catene montuose elevate, pianure e pianori, valli, fiumi, laghi, fiori, piante, animali. Chiamala emozione vivere nel cuore verde della provincia di Isernia! L'antica terra dei Sanniti è una terra dolce, tranquilla, sicura, dove la natura silenziosa è scrigno di paesaggi mozzafiato dai forti modulati contrasti: immensi spazi in tutte le tonalità del verde, umidi pascoli montani attorniti dalle cime dei massicci dell'Alto Molise, una serie di campi e campitelli spaziosi inanellati da catene montuose ricoperte da foreste, attraversate da tratturi e fasciate da leggeri sentieri incontaminati. I tratturi, 111 metri di larghezza, ci parlano da sempre di greggi e mandrie, di transumanza pianura-montagna-pianura, dove scorreva la ricchezza delle mandrie! La loro difesa era affidata a castelli, torri o a masserie fortificate. Questa terra è un ambiente così ricco di memorie storiche da perdersi incantati nelle sue tracce, ancor oggi sapientemente ritrovate e conservate con amore.**

### **L'ABETE BIANCO**

Magiche e imponenti sono le foreste dell'Abete bianco nell'Alto Molise, i cui siti, ridotti purtroppo nei secoli dall'intervento dell'uomo, sono oggi davvero preziosi: Collemeluccio nel comune di Pescocostanzo, Montedimezzo di Vastogirardi, Capracotta, Pescopennataro e Agnone. La Riserva MAB (Man and biosphere) di Collemeluccio-Montedimezzo, che interessa anche alcune aree boschive di paese limitrofi, costituisce una delle 245 riserve istituite in tutto il mondo dall'Unesco, con l'obiettivo di proteggere le aree naturali di particolare interesse attraverso lo studio del rapporto tra l'uomo ed il mondo animale e vegetale. Costituita da una vegetazione arbustiva rappresentata prevalentemente dall'abete bianco, dal faggio e dal cerro, è popolata da lupi, scoiattoli, cinghiali, lepri, donnole, volpi, gufi, civette e vipere.

### **I MONTI DEL MOLISE: OASI, RISERVE E PARCHI**

L'orografia del Molise è semplice: la dorsale appenninica va da nord a sud e le colline sono disposte lungo le valli dei corsi d'acqua, il versante che guarda il Tirreno è come un alto bastione, quello che guarda l'Adriatico scende con pendenze molto meno ripide. Di natura carsica, la dorsale inghiotte le acque piovane che riemergono più a valle laddove incontrano un terreno impermeabile. Le Mainarde, incontaminate e bellissime, là dove la natura è davvero sovrana e protetta, fanno parte del territorio molisano del Parco nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise, che comprende i comuni molisani di Pizzone, Scapoli, Rocchetta al Volturno, Castel San Vincenzo e Filignano. Sui crinali, nei recessi montani più segreti o ai margini delle foreste di cerri, faggi e abeti (giustamente famosa la straordinaria faggeta di Valle Fiorita!) vivono branchi di cervi, di camosci e anche qualche esemplare di orso marsicano. A volte, si avvista volteggiare in alto l'aquila reale. I monti Frentani, caratterizzati da un'orografia meno accidentata con rilievi più bassi e arrotondati, sono più antropizzati e si collocano come una naturale porta di accesso dal basso Abruzzo e dalle regioni meridionali adriatiche al sistema delle aree naturali protette centro appenniniche. Sono tutte molto interessanti le zone protette nel territorio. Tra queste La Riserva MAB (Man and biosphere) di Collemeluccio-Montedimezzo, la Riserva Statale orientata di Pesche con molte specie arboree quali il pino nero, l'Oasi legambiente di Selva Castiglione nel territorio comunale di Carovilli, l'Oasi delle Mortine, gestita dal WWF Italia, tra le Mainarde e il Matese, ed il Giardino Botanico di Capracotta. Quest'ultimo è situato nel territorio di Capracotta, in provincia di Isernia, nell'Alto Molise, a 1.550 metri s.l.m., lungo la strada provinciale per Prato Gentile, a poche centinaia di metri dalle splendide piste di sci di fondo che hanno ospitato i Campionati Italiani Assoluti del 1997, a circa un chilometro e mezzo di distanza dal centro abitato, in una posizione di straordinaria bellezza paesaggistica che domina la Valle del Sangro, con un'ampia vista diretta sulle Mainarde, la Maiella e tutto il Molise. Il Giardino, che si estende su circa 10 ettari, è uno dei pochi esempi di "orto botanico naturale" esistenti in Italia, nel senso che la maggior parte delle specie botaniche presenti sono spontanee ed endemiche della flora dell'Appennino e l'intera tipologia ed architettura interna al giardino stesso è quella naturale, senza interventi da parte dell'uomo che ne abbiano minimamente alterato l'originaria allocazione degli elementi naturali preesistenti. Chiudono la serie dei rilievi molisani i monti del Sannio, ai confini con Campobasso, e il Matese imponente massiccio calcareo ricco di acque che da Nord-Ovest a Sud-Est segna il confine con la regione Campania. Il Massiccio del Matese, con cime anche superiori ai 2000 metri (il Miletto), è in gran parte ammantato da una fitta faggeta, nota per i Tre Frati del Monte Mutria, enormi patriarchi arborei che raggiungono i 550 anni d'età. L'Oasi di Guardiaregia, la seconda in Italia per estensione territoriale, si sviluppa sul versante orientale del massiccio in un comprensorio di elevato valore naturalistico: straordinaria la ricchezza di primule e garofani selvatici, orchidee di montagna e violette e la presenza del gatto selvatico, del lupo e del nibbio reale. "Solitario selvaggio rigore dei paesaggi montani" scrive Francesco Jovine, il grande scritto-

re molisano di "Terre del Sacramento", di quest'ambiente fatto di grandi pianori carsici, colorate praterie d'alta quota, doline e inghiottitoi, canyon e grotte, vette sui 2000 m. di quota, un autentico museo geologico all'aria aperta. Capracotta: Giardino della Flora Appenninica, tel. 0865 949210.

### **IL BACINO IDROGRAFICO DEL VOLTURNO**

Interessante il bacino idrografico del Volturno: per la loro integrità naturalistica le sue rive offrono itinerari paesaggistici di notevole bellezza, dall'incanto delle Mainarde al lago artificiale di Castel San Vincenzo, dalla ricchezza di canneti a una grande varietà di animali. Dalle sue placide sorgenti, le acque del fiume defluiscono dapprima in modo tumultuoso, poi sempre più lentamente verso la pianura fino alle vicinanze di Venafro, dove troviamo l'area dell'Oasi delle Mortine, gestita dal WWF Italia. In quest'area, tra le Mainarde e il Matese, il Volturno attraversa una zona "allagata" dominata dal saliceto, pioppo bianco, ontano nero e poi da fitti canneti, un'area umida, popolata da un'avifauna stanziale e migratoria di grande interesse per gli studiosi. Tutta la valle del Volturno, fino ai confini regionali, dà un ottimo olio extra-vergine di oliva, vino, lenticchie, fagioli, cicerchie, cipolle, aglio, miele.

### **STAZIONI INVERNALI**

Se vogliamo sciare, le stazioni attrezzate si trovano a Campitello Matese, nel Comune di San Massimo, e a Capracotta-Campitello Matese, posto ad un'altitudine di 1400 m. in un anfiteatro naturale dominato da massicci in cui abitano lupi, rapaci e rettili, è innevato dall'autunno fino a primavera inoltrata: le piste sono adatte a tutte le specialità sportive e le strutture alberghiere, ben armonizzate nell'ambiente, fanno di Campitello un luogo all'avanguardia per il turismo "bianco". Capracotta sorge a 1460 metri di altitudine, immersa nelle ampie distese di boschi e pascoli, tra Monte Capraro, famoso per le piste da discesa, e Monte Campo. Sia nel periodo invernale, che in quello estivo, Capracotta offre la possibilità di praticare una serie di attività sportive e ricreative. Durante il periodo invernale, il paese diventa la meta preferita degli appassionati di sci di fondo: a Prato Gentile, costruito tra i boschi e la radura, troviamo un incantevole anello di pista da fondo omologata, attrezzatissimo impianto che nel 1997 ospitò il Campionato Italiano di sci di fondo e nel 2004 la Continental Cup di sci di fondo. In estate altre attività, quali escursioni a cavallo, tennis, calcio, pallavolo e pattinaggio. La prima domenica d'agosto la meravigliosa radura di Prato Gentile è ugualmente gremita, in occasione della Pezzata, una festa tanto cara ai pastori della zona, che prende il nome da una squisito stufato di agnello locale, insaporito con aromi vari, offerto agli ospiti qui convenuti. Quando la neve non invita più a una bella sciata, vale anche la pena di fare una sosta a Staffoli, nel comune di Agnone, in una vasta tenuta agrituristica, dove è possibile lanciarsi in belle cavalcate, gustando anche le saporite pietanze del posto.

Consorzio Campitello Matese, San Massimo, Piazza Marconi, tel. 0874 784190

Sci Club Capracotta, P.zza S. Falconi, 4 - 86082 Capracotta (IS) - tel. 0865 949303.

### **REPERTI ARCHEOLOGICI IN MOLISE**

L'accampamento paleolitico in località La Pineta, appena fuori Isernia, venuto alla luce nel 1979 è sicuramente il sito preistorico più antico e ricco in Europa, con testimonianze di attività umane risalenti a circa 730 mila anni fa, i cui reperti sono ordinati nel Museo Nazionale della Preistoria. La lunga storia del Molise ci giunge però anche attraverso altre importanti testimonianze di grotte e caverne rinvenute nella zona montuosa del Matese, che confermano la presenza dell'uomo preistorico nel territorio molisano. Ma la gemma più preziosa dell'archeologia molisana è sicuramente il Parco Archeologico di Pietrabbondante, nei pressi dell'antico tratturo Celano-Foggia, un luogo straordinario sotto il profilo archeologico e naturalistico. Qui si trovano i resti dell'antica Pietrabbondante, importante centro civile e religioso della civiltà Preistorica, costruito dai Sanniti pochi decenni prima di soccombere ai Romani: una necropoli, due templi, tracce di unità abitative e botteghe.

Il capolavoro architettonico e artistico del Parco è sicuramente costituito dai resti del teatro, ricavato nel pendio naturale del terreno, e formato da una cavea con cinque gradinate dai sedili a sezione anatomica. Ma il luogo non ha ancora finito di restituire il suo patrimonio nascosto: sta infatti venendo alla luce una grande domus munita di ambienti. Oltre ai resti di un grandioso anfiteatro romano a Larino, in località Piano San Leonardo, in provincia di Campobasso ricordiamo Altilia, importante borgo medievale le cui rustiche case racchiudono i resti monumentali dell'antica città romana di Saepinum, espugnata nel 293 a.C., di cui possiamo ammirare ancor oggi la poderosa cinta muraria, le quattro porte monumentali, la basilica, il tempio, le terme, il teatro e le zone delle abitazioni.

### **RELIGIOSITA' IERI E OGGI**

Tutto in Molise, dai paesini-presepe immersi in una natura incontaminata ai luoghi di culto veri e propri (grotte, chiese e santuari), richiama una sobria spiritualità fortemente interiorizzata. Ai piedi del monte Patalecchia, sulle montagne di Castelpetroso, risalta il Santuario in stile neogotico, realizzato in pietra locale, consacrato nel 1975 alla Madonna Addolorata, patrona del Molise. Fu edificato a Cesa tra Santi, una piccola frazione di Castelpetroso, per ricordare l'apparizione della Madonna avvenuta nel 1888. All'esterno si snoda la Via Matris, un percorso che dal Santuario lungo la montagna porta al luogo delle apparizioni, dove una statua in bronzo, opera di Buratti, raffigura la maternità regale nella piena consapevolezza della sua missione corredentrice. Ma anche andando indietro nel tempo, troviamo importanti aree sacre, inserite in silenziosi e ampi spazi naturali, i cui resti la Regione Molise sta riportando alla luce con perizia e amore. Arroccato sulla cima di una montagna rocciosa di fronte al Matese, a 900 m. s.l.m., S. Angelo in Grotte, posto sull'antico tratturo che collegava le Puglie con l'Abruzzo, gode di una ricchezza paesaggistica tra le più belle del territorio molisano.

sano. Da visitare la Chiesa parrocchiale, il cui vero gioiello di arte, di storia e di fede è l'oscura cripta con i suoi affreschi medievali di scuola senese (fine '300) che rappresentano le sette opere di misericordia corporale. In questo luogo, meta di tanti visitatori e pellegrini, c'è proprio la Grotta di S. Michele (800 d.C.), simbolo del legame tra l'uomo e la natura, quale espressione di un unico disegno di Dio creatore. Si tratta di una roccia incavata con fessure e stalattiti formatesi con l'acqua che discende dalla pietra di color verde e rosa: all'interno un pozzo che raccoglie l'acqua, una vasca di battistero a forma cilindrica e la statua dell'Arcangelo Michele, nell'atteggiamento del guerriero che calpesta l'avversario in forma di mostro ripugnante. Un'altra aerea fortemente intrisa di religiosità è quella rappresentata dal monastero di San Vincenzo al Volturno: si tratta di uno storico cenobio benedettino edificato tra il V e il VI d.C. su un preesistente insediamento sannita (VI - V secolo a.C.) nell'Alta Valle del Volturno, nel territorio del comune di Castel San Vincenzo, in Provincia di Isernia. Anche le ricorrenze religiose e le manifestazioni folkloristiche locali dimostrano tuttora un forte attaccamento alla originaria cultura contadina, che anche qui ha lontane radici sia nei culti pagani, che nelle ritualità propiziatorie e nelle sacre rappresentazioni di origine medievale. Tra i fuochi propiziatori e purificatori accesi in molti paesi del Molise ci piace ricordare, in quanto particolarmente coinvolgente, la 'Ndocciata di Agnone, una sfilata di decine e decine di 'ndocce, cioè di strutture in legno di abete bianco dalla caratteristica forma a raggiera, accese e portate a spalla lungo le vie del paese da figuranti in costumi tradizionali. Le 'ndocce, che trasformano le strade in un rilucente fiume di fuoco, sono destinate a un enorme falò finale. Il materiale usato per la fabbricazione delle 'ndocce agnonesi è l'abete bianco, in origine legato a rituali pagani e poi divenuto per i cattolici il sacro albero natalizio. Pianta resinosa e di facile combustione, il più importante fitosimbolo della Natività esprime quindi criptovalenze spirituali e materiali.

### **MONASTERO DI S. VINCENZO AL VOLTURNO**

Tra il V e il VI d.C. tre nobili di Benevento, tali Paldo, Taso e Tato, per intraprendere vita ascetica decisero di fondare un monastero presso il fiume Volturno, dove vi era già un oratorio diroccato di San Vincenzo, la cui fondazione viene attribuita a Costantino I il Grande. Con l'aiuto dei coloni, i monaci bonificarono gran parte del territorio, rendendo produttiva quella terra una volta incolta. Il primo edificio costruito in muratura è la chiesa nota come "Chiesa Sud", di fattura molto semplice, costruita al di sopra dell'area cimiteriale tardo-romana. Tra la fine dell'VIII e la prima metà del IX secolo il monastero si espande, divenendo una piccola città con 350 confratelli e vasti possedimenti terrieri, e tra la fine dell'XI e l'inizio del XII secolo viene costruito S. Vincenzo Nuovo sulla riva destra del Volturno. Il nuovo monastero viene concepito come un complesso fortificato e la chiesa, consacrata nel 1115, è affiancata dalle fabbriche monastiche, attualmente scomparse. Dopo secoli contrassegnati da alterne vicende, nell'anno 1699 San Vincenzo al Volturno entra nell'amministrazione di Montecassino, fatto che sancisce definitivamente la fine della sua autonomia. Gli edifici del monastero alto-medievale subiscono un forte interrimento e ben presto vengono dimenticati. La svolta si ha il 10 Maggio 1832 quando un contadino di Castel S. Vincenzo individua accidentalmente un ambiente sotterraneo completamente affrescato risalente al IX secolo (si tratta della nota "Cripta di Epifanio"), ma si devono attendere gli inizi del XX secolo affinché vengano condotti sugli affreschi della cripta i primi studi critici sistematici. A causa dei bombardamenti della Seconda Guerra mondiale il monastero ha subito pesanti danni: ora è stato ricostruito e ospita oggi una comunità di suore benedettine. Ad oggi laboratori permanenti d'informatica applicata all'archeologia, di restauro archeologico, di ricomposizione degli affreschi, di catalogazione e conservazione dei reperti archeologici sono in piena attività a Castel S. Vincenzo, per servire la missione archeologica di S. Vincenzo al Volturno.

### **ISERNIA LA PROVINCIA DEL TARTUFO**

L'Alto Molise è un territorio ricco di pregiati prodotti del sottobosco, tra cui spicca il tartufo, nuovo protagonista della gastronomia locale. Il tartufo molisano, e in particolare quello nero, si stima contribuisca oggi alla produzione nazionale con una quota di mercato del 40%! Se, fino a non molto tempo fa, il profumato tubero veniva esportato verso località più famose, oggi invece, riconosciuto come uno dei prodotti più tipici della zona, è diventato protagonista di ottime ricette locali, ma anche ingrediente pregiato di varie specialità regionali, come le salsicce o i burrini, prelibati formaggi locali ripieni di burro tartufato. E' pregiatissimo, ma più raro, il tartufo bianco (*Tuber magnatum Pico*), presente nelle vallate umide più interne delle province di Isernia e Campobasso. Nelle zone più asciutte si raccoglie in abbondanza il tartufo nero (*Tuber aestivum Vitt*) o Scorzone e l'Uncinato. I comuni che ne sono più ricchi sono San Pietro Avellana, che fa parte dell'Associazione nazionale "Città del Tartufo", e Carovilli. San Pietro Avellana organizza da oltre un decennio, la seconda domenica di agosto, la Sagra del tartufo nero, che richiama turisti e buongustai anche dalle regioni vicine, e, ai primi di novembre, la Mostra mercato del tartufo bianco pregiato. Il Consorzio per la Valorizzazione del Tartufo Molisano, che coinvolge 25 Comuni della Provincia di Isernia, intende tutelare il tartufo e il suo territorio, chiamando a raccolta tutti gli attori della filiera del tartufo, i cercatori, i distributori, le aziende di lavorazione del tartufo, i Comuni e gli altri enti interessati, affinché venga salvaguardato il territorio, che, a causa di una raccolta indiscriminata, rischia di essere in breve tempo degradato e depauperato di questa ricchezza. Il 12 e 13 agosto a San Pietro Avellana si terrà la "Fiera Provinciale del Tartufo", che vuole unificare tutto il territorio interessato al tubero in una manifestazione a valenza provinciale.

#### *A tavola*

Una cosa che colpisce, girando per il Molise nelle varie stagioni, è la produzione agricolo-pastorale (legumi, verdure, prodotti del sottobosco, ovini, pollame, suini e selvaggina) che si tramuta sulle tavole in piatti di grande

perizia culinaria dai sapori e profumi di una volta. La cucina tradizionale offre piatti semplici, ma gustosi: tra questi, una minestra di piccole lasagne fatte a mano (sagne) con fagioli, erbe aromatiche varie e peperoncini, la polenta con salsiccia al maiale e peperoni all'aceto, il fegato di vitello alla pizzaiola e gli gnocchi di farina e patate (cavatelli) al ragù di agnello, i "turcinelli arrostiti" (interiora d'agnello raccolte a gomito per racchiudere un insieme di frattaglie dell'animale) grigliati sulla brace e lo sfingione, che ricorda nel sapore la pizza napoletana. Tra le carni abbondano le preparazioni di agnello e capretto al forno, allo spiedo o alla cacciatora arricchite con diavolillo (peperoncino rosso). Tra i formaggi, ricotte, scamorze, burrine, provole, mozzarelle. A Capracotta c'è un ottimo pecorino e ad Agnone è rinomato il cacio "a cavallo della pertica", un antico formaggio vaccino, fresco o stagionato. Il vino DOC è il Pentro d'Isernia, vino da pasto prodotto nelle tipologie bianco, rosso, rosato e rosso riserva. Il Biferno Rosso DOC, prodotto nella zona di Campobasso, è un tranquillo vino da pasto invecchiato da 1 a 4 anni. Il Molise Greco Bianco DOC, nella versione fermo o frizzante, è un vino piacevole che viene prodotto in tutta la Regione.

*Come raggiungerci*

**In auto:** Autostrada A1 Roma - Napoli, uscita S. Vittore. **In treno:** fino a Isernia. Per informazioni: [www.trenitalia.it](http://www.trenitalia.it) ; oppure stazione di Isernia tel. 0865 414143. **In aereo:** Gli aeroporti più vicini a Isernia sono quelli di Roma e Napoli.

**REGIONE MOLISE  
ASSESSORATO AL TURISMO**

Via Crispi - Campobasso  
Tel. 087 429515/429514

**ENTE PROVINCIALE PER IL TURISMO**

Via Farinacci, 9 - Isernia  
Tel. 0865 414590