



Alex Learns Italian Naturally · Episode 03 / 20 · B1–B2 · 17:57

Abruzzo

Abruzzo: la prima capitale d'Italia non fu Roma

Abruzzo: Italy's First Capital Was Not Rome

OVERVIEW

Summary

Giovanni tells the story of Abruzzo from Corfinium — the rebel capital that put the name Italia on its coins — to Ovid, Celestine V, mountain life, regional food, and L'Aquila's 2009 earthquake and reconstruction.

THE STORY AHEAD

In this episode

- the Social War and why Rome's Italian allies rebelled
- Corfinium, the rebel capital that used the name Italia
- L'Aquila, Pescara, Chieti, Teramo, and Sulmona
- Ovid, exile, and the Metamorphoses
- Celestine V, the hermit who became pope and resigned
- the Gran Sasso, Maiella, national parks, and transhumance
- arrosticini, saffron, pasta alla chitarra, trabocchi, and confetti
- the modern economy, the coast, and mountain depopulation
- the 2009 L'Aquila earthquake, solidarity, and reconstruction

Transcript

Abruzzo: la prima capitale d'Italia non fu Roma

La prima capitale di uno Stato che portava il nome Italia non fu Roma. Fu una piccola città dell'Abruzzo. Più di duemila anni fa, mentre Roma cercava di dominare tutta la penisola, i suoi alleati si ribellarono. Crearono un nuovo governo e scrissero la parola Italia sulle loro monete. Ma perché combatterono contro Roma? E perché scelsero proprio l'Abruzzo come centro della loro nuova Italia?

Prima di raccontare questa storia, voglio presentarmi. Mi chiamo Giovanni e sono nato all'Aquila, il capoluogo dell'Abruzzo. Sono cresciuto tra le montagne, in una città dove l'inverno è lungo e il cielo è grande. Da bambino, mia nonna mi portava alla Fontana delle Novantanove Cannelle. Contavo le bocche della fontana con le dita, una per una, e non arrivavo mai alla fine. Oggi vivo lontano, ma quando qualcuno dice la parola "casa", io vedo ancora quelle montagne. Questa non è solo una lezione di storia e di geografia. Per me, è la storia della mia terra. Venite con me. Per capire la storia del nome Italia, dobbiamo tornare al primo secolo avanti Cristo. Roma era già molto potente, ma non combatteva da sola. Molti popoli della penisola davano soldati, denaro e risorse alle sue guerre. Tra questi c'erano i Marsi, i Peligni, i Sanniti e altri popoli delle montagne del centro Italia. Combattevano accanto ai Romani. Spesso morivano per Roma. Ma non avevano gli stessi diritti dei cittadini romani. Dovevano combattere, ma non potevano partecipare veramente alla vita politica dello Stato che aiutavano a costruire.

Per anni chiesero la cittadinanza. Roma rifiutò. Alla fine, nel 91 avanti Cristo, iniziò la guerra. Si chiama Guerra Sociale, ma il nome può confondere. Non era una guerra tra ricchi e poveri. La parola viene dal latino *socii*, che significa alleati. Fu la guerra degli alleati italiani contro Roma. Non combattevano perché odiavano Roma. Combattevano perché volevano essere riconosciuti come uguali.

Crearono un proprio Stato, con un senato, un governo e un esercito. Scelsero come capitale Corfinium, una città nell'Abruzzo di oggi. E le diedero un nome nuovo: Italia. Sulle monete apparve la parola Italia. In alcune immagini, il toro italiano combatteva contro la lupa romana. Per un momento, quindi, esistevano due centri di potere: da una parte Roma, dall'altra una nuova Italia nata dalla ribellione.

Roma alla fine vinse la guerra, ma non poté ignorare il problema. Per fermare la rivolta, cominciò a dare la cittadinanza a molti alleati italiani. I ribelli persero sul campo di battaglia, ma ottennero gran parte di ciò che volevano. L'Italia politica non nacque in un solo giorno, naturalmente. Ma qui, per la prima volta, il nome Italia diventò il nome di uno Stato.

Oggi Corfinium si chiama Corfinio. È un paese piccolo, molto più piccolo di Roma, Milano o Napoli. Eppure, per capire la storia dell'Italia, bisogna ricordare anche questo luogo.

Ma che tipo di regione è l'Abruzzo, se un piccolo centro tra le montagne poté diventare il cuore di una ribellione così grande? Per rispondere, dobbiamo conoscere le sue città. L'Abruzzo non ha una sola anima. Ha città molto diverse tra loro, e ognuna racconta una parte della regione.

Comincio, naturalmente, dalla mia città. L'Aquila è il capoluogo. Si trova nell'interno, circondata dalle montagne, a più di settecento metri di altezza. È una città medievale, nata come punto d'incontro tra molte comunità del territorio. Secondo la tradizione, nacque dall'unione di novantanove castelli. Ogni comunità costruì una chiesa, una piazza e una fontana. Anche la famosa Fontana delle Novantanove Cannelle — la fontana della mia infanzia —

ricorda questa storia. L'Aquila non è solo una città di pietra. È una città universitaria e religiosa, con una forte identità. Le sue piazze e le sue chiese raccontano secoli di commercio, di potere locale e di resistenza.

Più a est, vicino al mare, troviamo Pescara. Pescara è molto diversa. È moderna, aperta, commerciale, attraversata dal fiume che porta lo stesso nome. La sua vita guarda verso il mare Adriatico. Qui ci sono il porto, le attività economiche, le spiagge e un ritmo più veloce rispetto ai centri dell'interno. L'Aquila guarda le montagne. Pescara guarda il mare. In queste due città si sente già una delle grandi differenze dell'Abruzzo.

Chieti si trova su una collina non lontana dalla costa. È una città molto antica, con importanti resti romani e musei. Nel Museo Archeologico Nazionale si trova uno dei simboli più misteriosi dell'Abruzzo antico: il Guerriero di Capestrano, una grande statua di pietra, fatta secoli prima dell'arrivo dei Romani. Non sappiamo con certezza chi rappresenta. Forse un re, forse un capo militare. La figura ha un grande cappello rotondo, armi e decorazioni. È silenziosa, ma ci ricorda una cosa importante: la storia della regione non comincia con Roma.

Teramo, più a nord, ha un'identità diversa ancora. È vicina al confine con le Marche e si trova tra il Gran Sasso e il mare. La sua provincia unisce montagne, colline agricole e costa.

Sulmona, invece, si trova in una valle vicino alla montagna della Maiella. È famosa per i confetti, per le sue tradizioni religiose e soprattutto per un uomo nato lì più di duemila anni fa. Il suo nome era Publio Ovidio Nasone. Noi lo conosciamo semplicemente come Ovidio.

Ovidio diventò uno dei più grandi poeti della letteratura latina. Nel suo libro più famoso, le Metamorfosi, raccontò un mondo in cui tutto cambia forma: uomini che diventano alberi, donne trasformate in animali, corpi che diventano stelle, pietre o fiumi. Forse non è strano che il grande poeta della trasformazione sia nato in una regione così piena di contrasti. Montagna e mare. Città antiche e centri moderni. Silenzio e ribellione.

Ovidio lasciò Sulmona e andò a Roma, dove diventò famoso. Poi l'imperatore Augusto lo mandò in esilio, lontano dall'Italia, sulle rive del Mar Nero. Ovidio non spiegò mai completamente perché. Parlò di "una poesia e un errore". In esilio scrisse della nostalgia, della distanza e del desiderio di tornare. L'uomo che aveva scritto di infinite trasformazioni non riuscì a cambiare il proprio destino. Morì lontano da casa. Ancora oggi Sulmona lo considera una presenza viva. Le sue parole collegano una piccola città abruzzese alla storia della letteratura europea.

Ma l'Abruzzo ha dato all'Italia anche un'altra figura straordinaria. Non un poeta, ma un eremita — cioè un uomo che sceglie di vivere da solo, lontano dal mondo, per pregare. Un uomo che cercava il silenzio e fu portato verso il centro del potere.

Pietro da Morrone viveva tra le montagne. Pregava e cercava luoghi isolati. Abitava in grotte vicino alla Maiella. La sua fama di uomo santo crebbe, e molte persone cominciarono a cercarlo. Nel 1294 la Chiesa era senza papa da più di due anni. I cardinali non riuscivano a scegliere. Pietro scrisse loro una lettera: "Dovete decidere". La risposta fu incredibile: scelsero proprio lui. Il vecchio eremita diventò papa con il nome di Celestino Quinto. La cerimonia si tenne all'Aquila, nella Basilica di Santa Maria di Collemaggio.

Ma Celestino non era preparato per la politica. Era circondato da uomini esperti, famiglie potenti e interessi difficili da controllare. Dopo pochi mesi prese una decisione quasi impensabile: rinunciò. Lasciò il papato. Era un atto di paura o di libertà? Era troppo debole per governare, o abbastanza forte da capire che quel potere non era per lui? Per secoli, storici e scrittori hanno discusso questa scelta.

Celestino voleva tornare alla sua vita di preghiera, ma non poté vivere a lungo in libertà. Il nuovo papa aveva

paura che qualcuno potesse usarlo contro di lui. Celestino fu controllato e messo in prigione. Morì nel 1296. Oggi è considerato un santo. Ogni anno, all'Aquila, una grande festa chiamata Perdonanza ricorda il perdono speciale che aveva dato ai fedeli. La sua storia contiene una domanda che appartiene profondamente all'Abruzzo: che cosa succede quando una persona formata dal silenzio delle montagne entra nel mondo del potere?

Solo ora possiamo guardare davvero il territorio. L'Abruzzo si trova nell'Italia centrale, ma per secoli appartenne politicamente ai regni del Sud, legati a Napoli. È quindi centrale sulla carta geografica, ma per molti aspetti storicamente meridionale.

A ovest e al centro si alzano gli Appennini. Il Gran Sasso contiene il Corno Grande, la cima più alta di tutti gli Appennini. Poco più a sud c'è la Maiella, la montagna degli eremiti e dei pastori. Tra le montagne si aprono altipiani e valli. Poi il territorio scende verso le colline e infine arriva al mare Adriatico. In poco spazio, il paesaggio cambia completamente. In inverno, sulle cime c'è molta neve. Sulla costa il clima è più dolce. Nell'interno, alcuni paesi sono isolati e difficili da raggiungere. Sul mare, le città sono più collegate e più popolate.

Una parte importante del territorio è protetta da parchi nazionali. Qui vivono l'orso bruno marsicano, il lupo appenninico e il camoscio d'Abruzzo. Ma l'Abruzzo non è una natura vuota, senza persone. È un territorio dove uomini e animali hanno condiviso per secoli montagne, boschi e pascoli. I pastori spostavano le loro pecore due volte all'anno: verso le zone più calde in inverno, e di nuovo verso i pascoli alti in estate. Questo movimento si chiama transumanza. Ha lasciato lunghe strade d'erba chiamate tratturi, ma anche parole, musiche, feste e ricette.

La cucina abruzzese nasce da tutti questi mondi. Nell'interno troviamo carne di pecora e di agnello, formaggi, legumi e piatti che danno energia per il lavoro. Gli arrostitini sono piccoli pezzi di carne su lunghi bastoncini, cotti sul fuoco. Oggi sono famosi in tutta Italia, ma restano legati alla cultura dei pastori abruzzesi. Il pecorino è il formaggio fatto con il latte delle pecore. Lo zafferano dell'Aquila, coltivato nella zona di Navelli, mostra quanto valore può nascere da un fiore piccolo e delicato.

La pasta alla chitarra prende il nome dallo strumento usato per tagliarla: uno strumento di legno con corde di metallo, come una chitarra. Le corde tagliano la pasta in lunghi fili quadrati. Il sugo cambia da una zona all'altra, ma il nome resta uno dei più riconoscibili della cucina regionale.

Sulla costa, il mare porta un'altra tradizione. Si preparano zuppe di pesce e piatti con i prodotti dell'Adriatico. Lungo la costa si vedono i trabocchi: grandi strutture di legno costruite sopra l'acqua per pescare con le reti. Sembrano macchine leggere appoggiate sul mare. Sono strumenti di lavoro, memoria di famiglia e simboli del paesaggio. Poi ci sono l'olio d'oliva, il vino Montepulciano d'Abruzzo, i dolci tradizionali e i confetti di Sulmona. I confetti non sono semplici caramelle: sono mandorle coperte di zucchero, offerte durante i matrimoni, i battesimi e le altre feste della vita.

Ma l'Abruzzo moderno non vive solo di agricoltura e turismo. Nella Val di Sangro c'è uno dei principali centri industriali della regione, con importanti fabbriche di veicoli e macchine. L'area tra Chieti e Pescara è un centro economico importante. Le università dell'Aquila, di Teramo e di Chieti-Pescara portano ricerca, formazione e vita culturale. Il turismo porta visitatori verso le spiagge, i parchi, le montagne, i piccoli borghi e le piste da sci.

Esiste però una forte differenza economica tra la costa e le zone interne. Le aree sulla costa hanno più persone, più collegamenti e più lavoro. Molti paesi di montagna perdono abitanti. I giovani partono per studiare o lavorare e non sempre tornano. In questo senso, la vecchia storia dell'emigrazione abruzzese non è finita. Cambia forma, ma continua.

Anche la lingua mostra quanto la regione è varia. Non esiste un solo dialetto abruzzese. Il modo di parlare cambia

tra L'Aquila, Teramo, Chieti, Pescara e i paesi delle montagne. Le persone parlano normalmente italiano, ma il ritmo, la pronuncia e certe parole possono rivelare subito la loro origine. Un aquilano come me non parla esattamente come un pescarese.

Per chi studia italiano, l'Abruzzo offre parole legate al territorio e alla vita della regione: il borgo, il paese, l'entroterra, la costa, l'altopiano, il pastore, il tratturo, il trabocco, il terremoto, la ricostruzione. Quest'ultima parola, ricostruzione, è essenziale per capire il capitolo più doloroso della storia recente dell'Abruzzo. E per me, non è solo una parola.

Alle 3:32 della notte del 6 aprile 2009, un forte terremoto colpì L'Aquila e molti comuni vicini. Quasi tutti dormivano. In pochi secondi, case, chiese, palazzi e strade furono distrutti o gravemente danneggiati. Morirono 309 persone. Migliaia rimasero ferite o senza casa. Il centro storico dell'Aquila, costruito in secoli di vita, diventò improvvisamente una zona vuota e pericolosa.

Io c'ero. Avevo la mia vita in quelle strade: la scuola, il bar dove facevo colazione, la casa dei miei nonni. Quella notte il rumore fu una cosa che non posso descrivere completamente. Ricordo il buio, la polvere, le voci dei vicini che si chiamavano per nome. Famiglie persero figli, genitori, amici. Studenti morirono nelle case dove vivevano. Interi paesi dovettero lasciare le proprie abitazioni. La mia città cambiò per sempre in meno di un minuto.

Ma nelle ore dopo il terremoto successe anche qualcosa di diverso. Vigili del fuoco, medici, volontari e squadre di soccorso arrivarono da tutta Italia. Cercarono i sopravvissuti sotto le pietre. Montarono tende, prepararono pasti, aiutarono le persone rimaste senza casa. Molti italiani donarono denaro, sangue, materiali e tempo. Naturalmente, la solidarietà non cancellò il dolore. Non risolse tutti i problemi. La ricostruzione è stata lunga e difficile, e in parte continua ancora oggi. Ma in quei giorni l'Abruzzo non rimase solo. Questo, chi c'era, non lo dimentica.

E questo ci riporta all'inizio della nostra storia. Più di duemila anni fa, a Corfinio, alcuni popoli italiani si ribellarono contro Roma perché volevano essere riconosciuti come parte piena dell'Italia. Crearono uno Stato, scelsero una capitale e scrissero il nome Italia sulle loro monete. Nel 2009, dopo il terremoto, l'Italia arrivò all'Aquila da ogni direzione. Non come un esercito venuto a conquistare, ma come un paese chiamato a condividere una ferita. L'Abruzzo aveva dato un significato politico al nome Italia. Molti secoli dopo, l'Italia mostrò che quel nome poteva significare anche responsabilità, presenza e solidarietà.

Corfinio racconta la lotta per appartenere. Ovidio racconta la distanza e il desiderio di tornare. Celestino racconta il conflitto tra coscienza e potere. La mia Aquila racconta la distruzione, la memoria e la ricostruzione. Le montagne, il mare, le città, il cibo e le lingue locali raccontano una regione che non può essere ridotta a una sola immagine.

L'Italia non è nata soltanto a Roma. Una parte della sua storia cominciò qui, in Abruzzo, quando un piccolo popolo decise che il nome Italia doveva appartenere anche a chi aveva combattuto, lavorato e sofferto senza essere riconosciuto. E forse è proprio questo che l'Abruzzo continua a ricordare al resto del paese: l'Italia esiste davvero soltanto quando nessuna delle sue comunità viene lasciata fuori.

Grazie per avere ascoltato la storia della mia terra. Alla prossima puntata.

COMPANION LIST

Vocabulary

l'alleato

ally

The Social War was fought by Rome's Italian allies.

la cittadinanza

citizenship

The allies fought for equal political rights.

la ribellione

rebellion

Corfinium became the center of the revolt.

il capoluogo

regional capital

L'Aquila is Abruzzo's capital.

l'entroterra

inland area / hinterland

Contrasted with the Adriatic coast.

l'altopiano

plateau

High open land between mountain ranges.

l'eremita

hermit

Pietro da Morrone lived in mountain solitude.

l'esilio

exile

Ovid died far from Italy.

la transumanza

seasonal livestock migration

Shepherds moved their flocks between seasonal pastures.

il tratturo

shepherd's track

A long grassy route used during transhumance.

il trabocco

traditional fishing platform

A wooden structure extending over the Adriatic.

gli arrosticini

small lamb skewers

A food tied to Abruzzo's shepherd culture.

il terremoto

earthquake

Central to L'Aquila's recent history.

la ricostruzione

reconstruction

The long rebuilding process after 2009.

la solidarietà

solidarity

Help and shared responsibility after disaster.

lo spopolamento

depopulation

A continuing problem in mountain communities.

LISTEN FOR THESE

Grammar notes

Passato remoto for distant history

The Social War, Ovid, and Celestine V are narrated with forms such as rifiutò, iniziò, scelsero, apparve, diventò, and rinunciò.

Imperfetto for memory and background

Giovanni's memories use the imperfetto for repeated actions and continuing states: ero, portava, contavo, viveva, and cercava.

Building contrasts

The episode repeatedly uses non... ma..., da una parte... dall'altra..., and mountain-versus-coast contrasts to organize a long spoken argument.

Impersonal and passive si

Listen for structures such as si chiama, si trova, si preparano, and si vedono when places, customs, and foods are described generally.

Audio, timed transcript, and companions online:

<https://alexlearns.com/italian/naturally/abruzzo/>

© 2026 AlexLearns.com — free language podcasts for curious people.