

Il cammino di San Benedetto



Le ultime sei tappe da Subiaco a Montecassino dal 20 al 26 aprile 2017

Tracciato del percorso Subiaco - Montecassino di 120 km



Sartirana – Subiaco



Ecco giunto il momento di affrontare l'ultima parte del Cammino. Raggiungiamo Subiaco (treno e autobus) puntuali alle ore 12.00. Pranziamo al sacco presso il Ponte di San Francesco.



Prima tappa: Subiaco - Trevi nel Lazio 22 km



20/04/2017 Alle 13.15, dopo aver recitato la preghiera del pellegrino, fatto la foto di rito partiamo per la nostra prima tappa di 22 km.

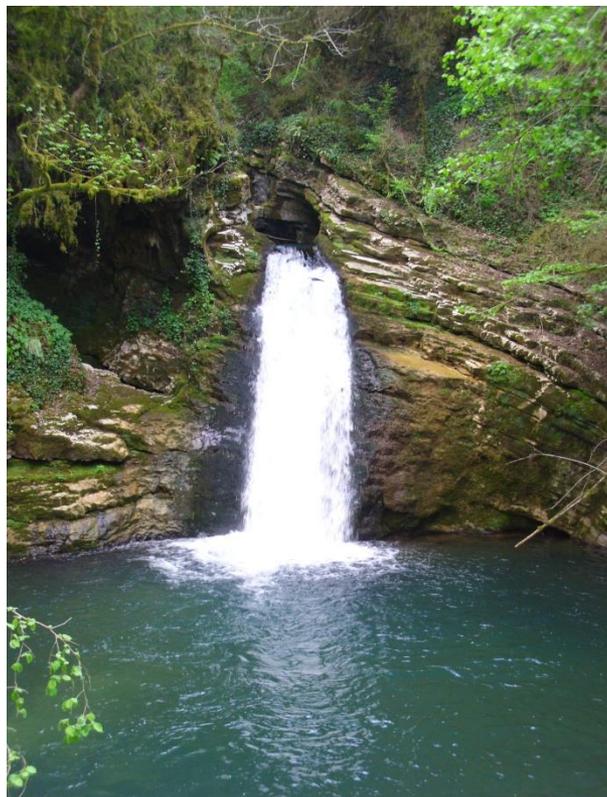
Subiaco - Trevi nel Lazio

Raggiunto i ruderi della casa di Nerone lasciati lo scorso anno, ci incamminiamo per la valle del fiume Aniene. Un ultimo sguardo al Monastero del Sacro Speco e, dopo aver fatto una deviazione per ammirare il piccolo lago di San Benedetto (vera oasi di pace), ci incamminiamo per i primi undici chilometri in mezzo a magnifici boschi su una larga carrareccia.



Subiaco - Trevi nel Lazio

Terminata la strada sterrata giungiamo a Ponte Comunacque. Anticamente da qui partiva l'acquedotto Anio Novus che portava 200.000 litri d'acqua al giorno a Roma dopo un percorso di 87 km di cui 73 sotterranei. Attraversiamo un piccolo ponte romano e con una piccola deviazione andiamo a vedere la caratteristica cascata di Trevi.



Subiaco - Trevi nel Lazio



Il sentiero passa poi in mezzo ad alcuni pascoli recintati per riportarci sulla strada asfaltata. In 2,5 km raggiungiamo ponte S. Teodoro da dove possiamo ammirare la nostra meta: l'antico borgo di Trevi.

Subiaco - Trevi nel Lazio

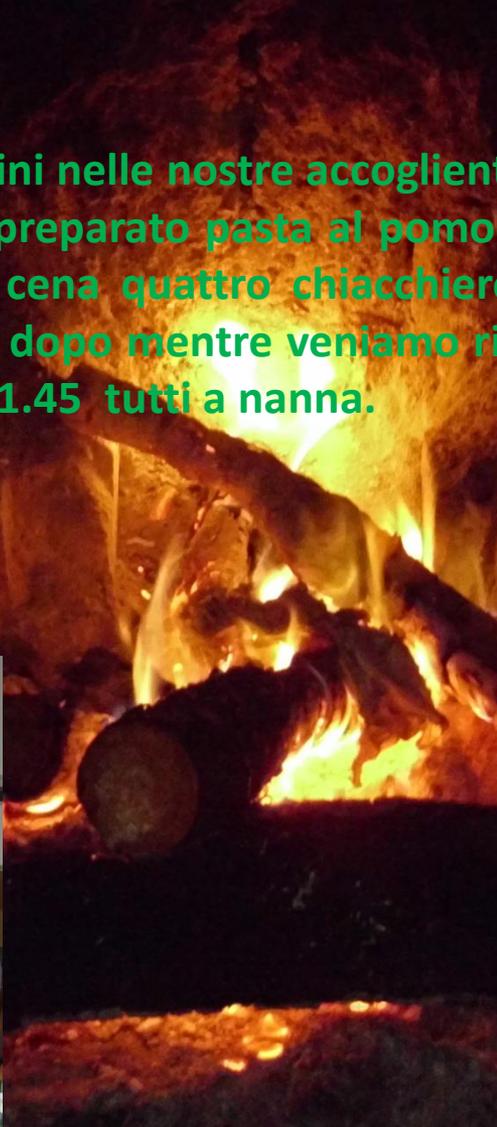


Giunti al ponte S. Teodoro non riusciamo a trovare la direzione giusta. Il vento ed il freddo hanno aumentato la loro intensità. Decidiamo così di contattare la Sig.ra Marisa che ci aspetta presso la casa vacanza delle Suore Oblate dove verremo ospitati, per chiedere informazioni. Lei molto gentilmente invierà sul luogo suo marito che ci darà le preziose indicazioni per arrivare alla nostra meta dove troveremo il camino acceso ed un caldo fuoco ristoratore.



Subiaco – Trevi nel Lazio

Sono le ore 20.00: lasciamo gli zaini nelle nostre accoglienti camere ed andiamo subito a cena dove la Sig.ra Marisa ci ha preparato pasta al pomodoro e basilico, pollo e patate arrosto, insalata e frutta. Dopo cena quattro chiacchiere sulla giornata trascorsa, un anticipo circa la tappa del giorno dopo mentre veniamo riscaldati dal fuoco del camino, dal caffè e da un grappino. Alle 21.45 tutti a nanna.

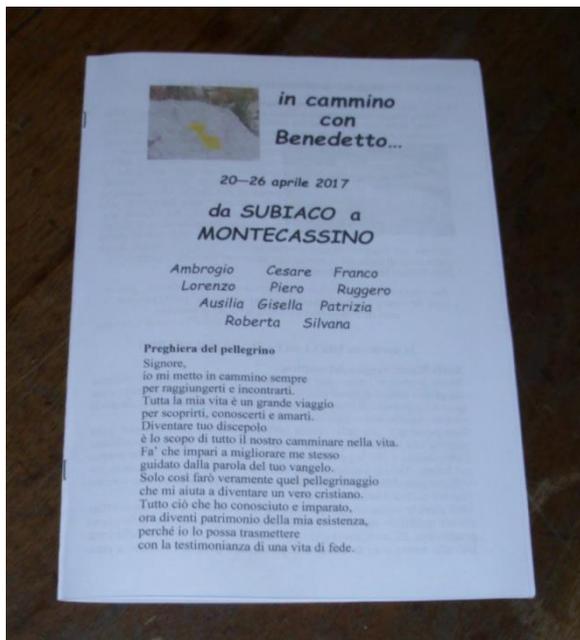


Seconda tappa: Trevi nel Lazio - Colleparado 23,8 km



21/04/2017 Oggi ci aspetta la tappa più impegnativa di questa ultima parte del cammino. La Sig.ra Marisa ci prepara la colazione mentre siamo riscaldati dal camino che Piero ha acceso svegliandosi al mattino presto.

Prima di partire, ma già con gli zaini in spalla, ci riuniamo intorno al tavolo per la preghiera utilizzando il libretto preparato da Silvana.



Trevi nel Lazio - Colleparado



Dopo la consueta foto di rito davanti alla casa della Suore Oblate con la Sig.ra Marisa partiamo in direzione di Trevi dove acquistiamo il pranzo al sacco. Fa ancora freddo ma non tira vento e si preannuncia una bella giornata. Raggiunto il ponte S. Teodoro saliamo costantemente nel bosco fino a giungere alla cappelletta di S. Maria della Portella dove i primi che arrivano suonano la piccola campana per incitare gli altri nell'ultimo sforzo.



Trevi nel Lazio - Colleparado



Superata la cappelletta procediamo su un'antica mulattiera che per secoli fu una delle principali vie di comunicazione verso Roma passando anche davanti alla roccia che fungeva da inginocchiatoio di San Domenico.

Scendiamo poi in una stupenda e verde valle con tanti cavalli al pascolo ed una fonte d'acqua fresca.



Trevi nel Lazio - Colleparado

Il sentiero riprende ripido per portarci all'arco di Trevi di epoca romana che fungeva da dogana. Proseguiamo poi per una comoda carrareccia sino a raggiungere la strada asfaltata che ci porta all'antico borgo di Guarcino dove ci fermiamo per il pranzo al sacco. Sono le 13.00 circa ed abbiamo percorso 14 km.



Trevi nel Lazio - Colleparado



Trevi nel Lazio - Colleparado

Dopo il caffè ed alcuni dolcetti tipici di Guarcino alle 14.00 ripartiamo per passare dall'antico borgo di Vico nel Lazio, cinto da poderose antiche mura con 25 torri: uno spettacolo medioevale che il vice-sindaco del paese ci aiuta ad attraversare spiegandoci che il S. Patrono S. Giorgio (23 aprile) in realtà viene festeggiato a luglio per consentire ai nativi emigrati altrove di ritornare per la grande festa paesana. Abbiamo percorso 19 km e ne mancano ancora sette e tutti su asfalto!





Passiamo davanti al Pozzo d'Antullo, una grande voragine carsica dove sono stati rinvenuti importanti reperti di fauna pleistocenica e scheletri umani dell'età del bronzo. Appena entrati in Colleparado incontriamo Pippo Franco che gentilmente si presta per una foto di gruppo ed una stretta di mano.

Trevi nel Lazio - Colleparado

Prendiamo alloggio presso il B&B Maison Dina. Siccome non ci sono posti letto per tutti Cesare e Ruggero pernoveranno in un'altra casa vicina.



Ceniamo alla Tavolacalda Colleparado. Qui scopriamo che il signore che ci ha fatto la foto di gruppo con Pippo Franco, è il Prof. Marco Sarandrea, proprietario dell'antica erboristeria-liquoreria di Colleparado. Lorenzo fa subito amicizia con lui che gentilmente ci consentirà di acquistare alcuni preparati di sua produzione (grappa alla genziana ed antica sambuca). Terminata la cena andiamo subito a nanna.

Terza tappa: Collepardo - Casamari 24,6 km



22/04/2017 Ci ritroviamo tutti nella sala da pranzo più grande del B&B Maison Dina per la colazione che Piero, alzandosi sempre di buon mattino, ha già preparato per tutti: latte, caffè, the, fette biscottate, pane, marmellata, brioches e yogurt. Silvana e Gisella riassettano.



Colleparado - Casamari

Mentre alcuni vanno ad acquistare i panini e la frutta per il pranzo al sacco gli altri si gustano il tepore del primo sole mattutino.

Alle 08.45 partiamo per la terza tappa.



Ci incamminiamo in salita in mezzo agli ulivi fino a raggiungere la chiesa della SS Trinità. Qui prendiamo un sentiero in discesa dove possiamo godere di uno splendido panorama sui monti Ernici circostanti.

Colleparado - Casamari



Superiamo il torrente grazie a un ponte di epoca romana e risaliamo il pendio opposto a quello fatto in discesa per raggiungere la strada asfaltata presso due cappelle e un'area pic-nic.



Percorso circa un km di strada asfaltata giungiamo alla stupenda Certosa di Trisulti. Lasciamo gli zaini in custodia presso un locale attiguo al negozietto di ricordi accolti da uno dei due monaci ottantenni che vivono nel convento ed iniziamo la visita all'abbazia.

Colleparado - Casamari





La Certosa di Trisulti è uno dei più bei monasteri dell'Italia centrale. Venne fondata dai Certosini (da Cistercium nome latino di Citeaux in Borgogna dove ebbe vita nell'XI secolo una riforma monastica prendendo come riferimento la regola di S. Benedetto). Ci riferiscono che tutto il complesso monastico è in vendita e speriamo che si riesca a trovare una comunità che sappia utilizzarlo al meglio e preservarlo nel tempo.



Terminata la visita proseguiamo in discesa sulla strada asfaltata passando vicino anche ai ruderi dell'antico monastero di S. Domenico di Sora sino a giungere al ponte dei Santi. Percorriamo ancora due chilometri in salita sotto il caldo sole per raggiungere le case di Civita da dove possiamo ammirare ancora in tutto il suo splendore la certosa di Trisulti

Colleparado - Casamari



Lasciamo le case di Civita sempre su strada asfaltata in mezzo a greggi di pecore, pascoli ed ulivi.

Riusciamo anche a scorgere un particolare sasso di pietra bianca dalla caratteristica forma di pecora seduta.

Colleparado - Casamari

Finalmente, quando la fatica inizia a farsi sentire, ci fermiamo nei pressi di alcune case e cascine abbandonate dove pranziamo. Sono le 13.30 .



Riprendiamo il cammino verso le 14.15 sotto un caldo sole.



Colleparado - Casamari

Ci rinfreschiamo con l'acqua freschissima e buonissima presso una antica fontana nel paese di Santa Francesca. Mancano ancora circa 9 km a Casamari



Colleparado - Casamari



Verso le ore 17.30 arriviamo davanti all'abbazia di Casamari. Facciamo la foto di rito e poi raggiungiamo il convento delle Suore Cistercensi della Carità poco distanti dove alloggeremo.



Collepardo - Casamari

Ci accoglie l'affettuosa e simpatica Suor Giuliana che con altre due consorelle originarie di Santo Domingo porta avanti la scuola materna e l'accoglienza dei pellegrini. Ci sistemiamo in camere da due posti. La cena sarà pronta per le 20.00 e così abbiamo tempo per fare con calma la doccia e riposarci.



Quarta tappa: Casamari - Arpino 18,6 km

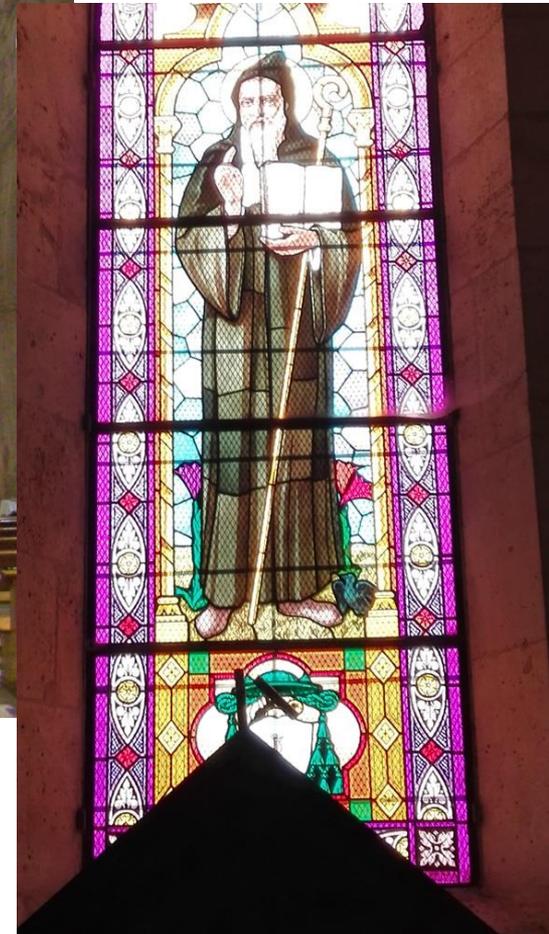


23/04/2017 E' domenica e per partecipare alla S. Messa delle 08.30 nell' Abbazia di Casamari ci svegliamo presto per fare l'abbondante colazione preparata dalle suore.

Apposto il timbro delle suore sulla credenziale e fatta la foto davanti all'entrata del convento ci incamminiamo per raggiungere l'antica chiesa gotica .



Casamari - Arpino



Visitiamo poi l'interno dell'Abbazia: la Sala del Capitolo, il refettorio, la biblioteca che contiene 25.000 volumi.....



Casamari - Arpino



... il chiostro ed il giardino.

Timbrata la credenziale partiamo per la tappa odierna: sono le 10.20.



Casamari - Arpino



Un'ultima foto all'Abbazia fuori dalle mura e poi prendiamo un sentiero in mezzo ai campi.

A mezzogiorno circa raggiungiamo Monte San Giovanni Campano dove è in corso la processione per la Festa della Madonna del Suffragio.



Casamari - Arpino



Il paese è tutto addobbato con enormi luminarie. Questa Festa richiama tantissima gente dei paesi limitrofi e la processione è molto sentita: c'è un Vescovo, diversi sacerdoti ed almeno una quindicina di sindaci con la fascia tricolore.



Quello che ci stupisce è la grande confusione: la processione passa in mezzo alle bancarelle dove gli ambulanti richiamano i clienti. Mentre si recita il S. Rosario contemporaneamente la banda suona e vengono sparati a raffica i botti nell'aria!!!

Casamari - Arpino



Casamari - Arpino

Lasciati alle nostre spalle la confusione ed il caratteristico borgo di Monte S. Giovanni Campano riprendiamo il cammino in mezzo a secolari ulivi e cavalli liberi al pascolo spaventati per i continui botti. Alle 14.00 ci fermeremo in una deserta Anitrella dove ci farà compagnia anche un micio affamato.





Lorenzo riesce ad avvicinare ed accarezzare un bellissimo cavallo al pascolo lungo la strada



Percorsi gli ultimi 9 km su una caldissima ma molto panoramica strada asfaltata finalmente appare davanti ai nostri occhi Arpino, costruita a cavallo di due colli e dove ebbe i natali Marco Tullio Cicerone. In alto, a destra, si intravede l'antica acropoli di Civitavecchia.

Casamari - Arpino



Attraversiamo il centro storico di Arpino ed in mezzo a coltivazioni di ulivi raggiungiamo l'Agriturismo La Torretta dove ci accoglie la Sig.ra Bruna. Seguirà una simpatica cenetta dove scopriremo che il vino servito in fiaschetti a tavola è prodotto dall'agriturismo.



Quinta Tappa: Arpino - Roccasecca km. 17,8



24/04/2017 Colazione alle 7.30 e partenza alle 9.00. Franco, Lorenzo e Ambrogio scendono ad Arpino per acquistare i panini e la frutta mentre gli altri si incammino per l'acropoli di Civitavecchia dove ci riuniremo tutti alle ore 10.00



Arpino visto dall'alto





Visitiamo l'Acropoli di Civitavecchia con le sue mura ciclopiche, la torre medioevale e il meraviglioso arco a sesto acuto

Arpino - Roccasecca



Arpino - Roccasecca



Riprendiamo il cammino: il percorso ci offre tratti in salita, in discesa, asfalto e sentieri in mezzo a colline dalla terra di colore scuro e coltivate a ulivi. Dopo la foto ricordo davanti alla Cappella di Madonna delle Grazie inizia un lungo tratto in discesa su un'insidiosa strada sterrata



Arpino - Roccasecca

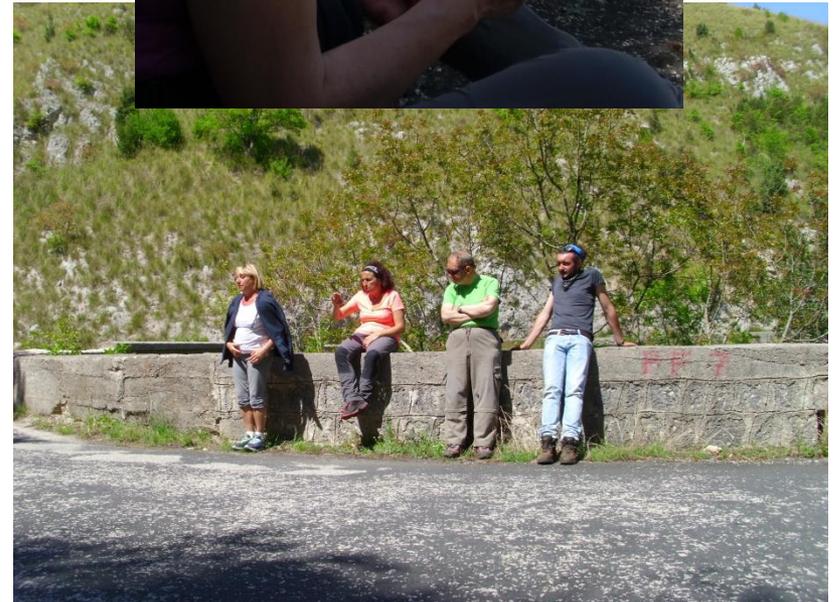
Poi per un caratteristico sentiero di montagna raggiungiamo le Gole del fiume Melfa ed il Tracciolino dove ci accolgono Angelo e sua moglie (amici del cammino di Roccasecca)



Arpino - Roccasecca



Ci fermiamo per il pranzo all'ombra delle rocce presso uno slargo del Tracciolino.



Arpino - Roccasecca



Alle 13.30 riprendiamo il cammino: gli ultimi 3,5 km li percorreremo sotto il sole cocente. Ammiriamo da lontano l'eremo di Santo Spirito e finalmente arriviamo alla nostra meta dove ci aspettano Angelo e Tommaso per la foto davanti all'imponente statua di S. Tommaso d'Aquino nativo di Roccasecca.





Arpino - Roccasecca

Ci sistemiamo presso i B&B L'Ortica, il Feudo e Maria Grazia. Alle 17.00 Angelo e Tommaso ci guidano per la visita nei dintorni di Roccasecca. Oltre a S. Tommaso d'Aquino, ebbe i natali anche il famoso flautista Severino Gazzelloni, dove per ricordarlo tutti gli anni si tiene un festival internazionale di musica che porta in questa cittadina grandi orchestre e artisti di fama internazionale. Durante la visita verrà a salutarci anche il vice sindaco assessore cultura e turismo Valentina Chianta.





Arpino - Roccasecca



Termineremo questa stupenda giornata al ristorante La Magnolia

Sesta Tappa: Roccasecca - Montecassino km. 19



25/04/2017 = ore 7.30 colazione al bar e poi partiamo per l'ultima tappa del cammino. I primi 12 km sono tutti su asfalto ma il fresco mattutino e l'acqua eccellente e freschissima delle fontane che incrociamo ci attenuano la fatica. Sotto il caldo sole raggiungiamo Madonna delle Grazie dove ci fermiamo per l'incontro di preghiera

Roccasecca - Montecassino



Lasciato il Santuario riprendiamo il sentiero in salita. Troviamo un tratto ombreggiato dove ci fermiamo per il pranzo: davanti a noi sulla pianura l'imponente stabilimento della Fiat. Sono le 13.00 ed abbiamo percorso 15 km.





Ripartiamo alle 13.45: bastano pochi passi ed ecco davanti a noi apparire Montecassino

Roccasecca - Montecassino

L'emozione è forte e l'adrenalina è alle stelle ed aumentiamo il passo ma mancano ancora 4 km: arriveremo alla nostra meta alle 15.00. Ci rechiamo prima a visitare il Cimitero Polacco dove sono sepolti più di mille soldati, giovani vite coraggiose guidate dal generale Anders che hanno dato la vita per estirpare dall'Italia e dall'Europa il nazifascismo!



Roccasecca - Montecassino



E' festa e c'è tanta gente. Raggiungiamo l'Abbazia dove timbriamo la credenziale e ritiriamo il Testimonio quale sigillo ufficiale della conclusione del nostro Cammino di S. Benedetto.



Roccasecca - Montecassino

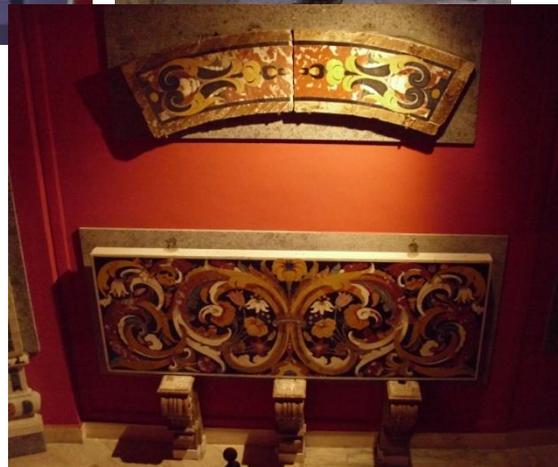
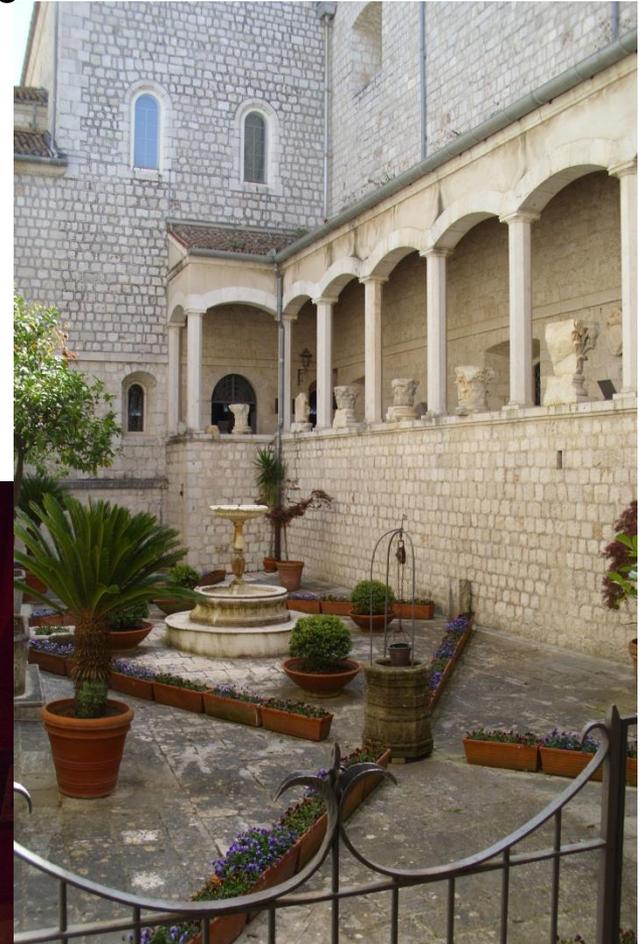
Prenotiamo la visita guidata per l'indomani mattina. Alle 16.45 prendiamo il bus navetta che ci porterà alla sottostante città di Cassino: ancora due km a piedi e raggiungiamo l'Agriturismo "La Selva" dove ceneremo e pernosteremo.





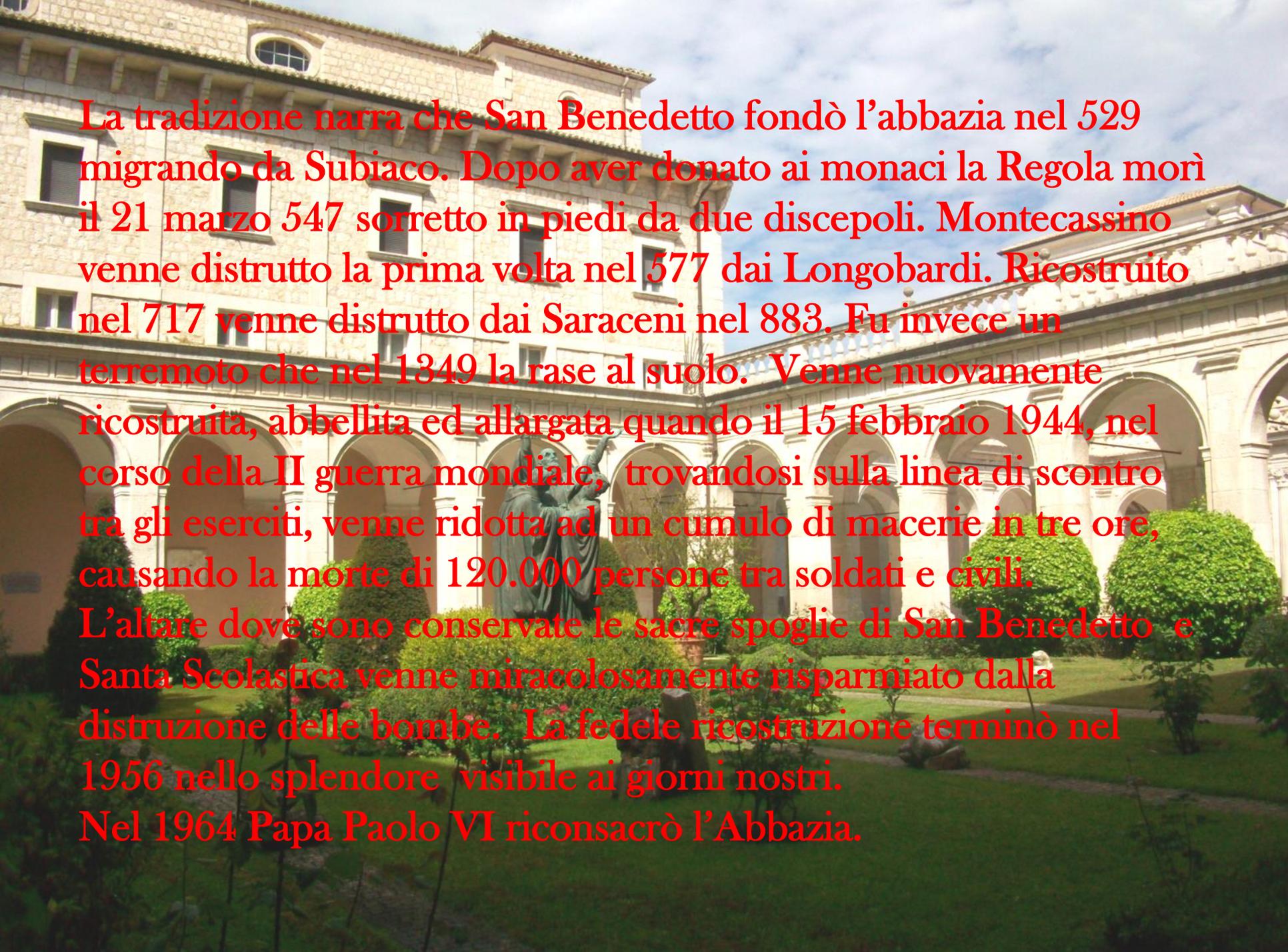
Visita a Montecassino

26/04/2017 Lasciati gli zaini al Sig. Vittorio proprietario dell'Agriturismo ci rechiamo a piedi alla stazione di Cassino per prendere l'autobus che ci riporterà a Montecassino. Strada facendo ci fermiamo in un affollato bar a far colazione. In attesa della visita guidata fissata per le 11.30 visitiamo il Museo Etnografico



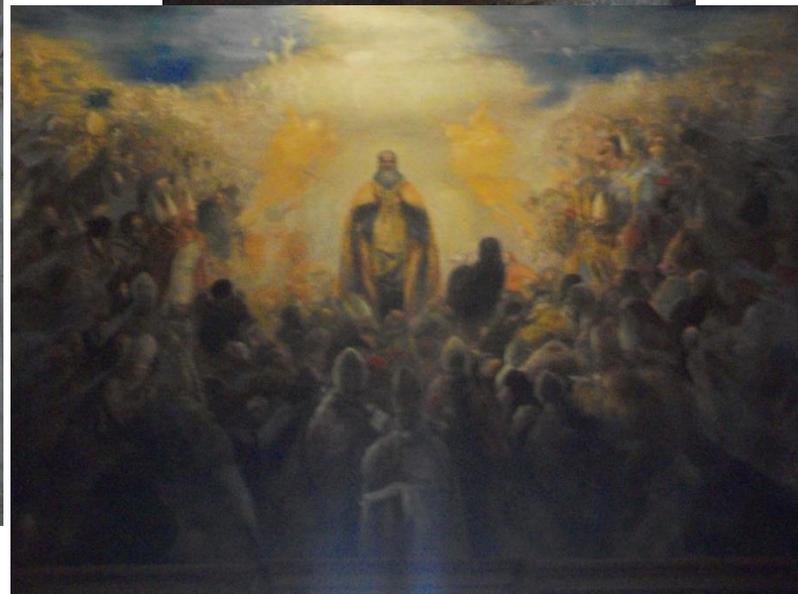
Visita a Montecassino

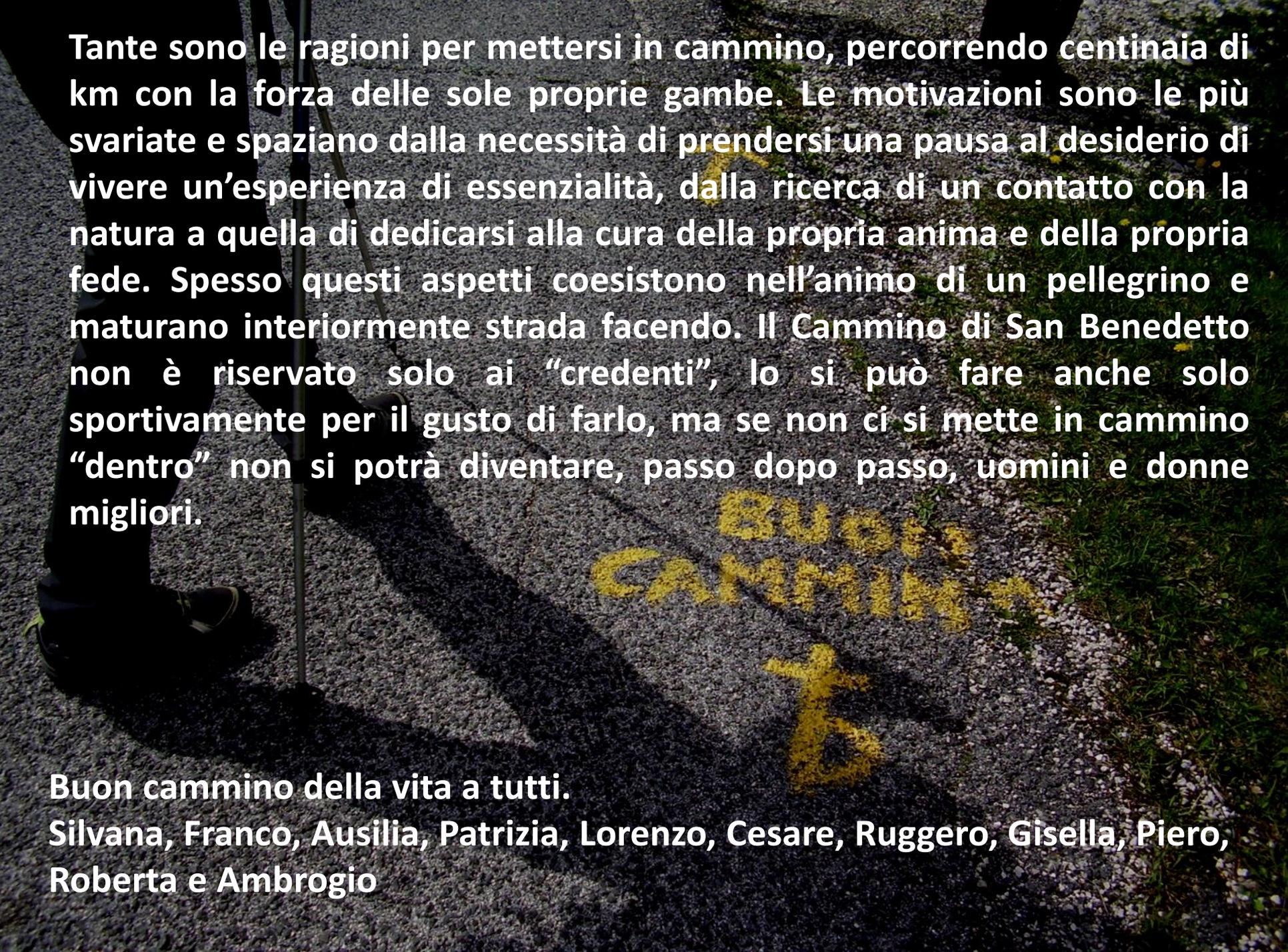


The background image shows the courtyard of the Abbey of Montecassino. In the center, there is a large, dark-colored statue of a saint, likely San Benedetto, standing on a pedestal. The courtyard is surrounded by a two-story building with a series of arches on the ground floor. The building has a light-colored facade and a tiled roof. The sky is blue with some clouds. The text is overlaid on the image in a red, serif font.

La tradizione narra che San Benedetto fondò l'abbazia nel 529 migrando da Subiaco. Dopo aver donato ai monaci la Regola morì il 21 marzo 547 sorretto in piedi da due discepoli. Montecassino venne distrutto la prima volta nel 577 dai Longobardi. Ricostruito nel 717 venne distrutto dai Saraceni nel 883. Fu invece un terremoto che nel 1349 la rase al suolo. Venne nuovamente ricostruita, abbellita ed allargata quando il 15 febbraio 1944, nel corso della II guerra mondiale, trovandosi sulla linea di scontro tra gli eserciti, venne ridotta ad un cumulo di macerie in tre ore, causando la morte di 120.000 persone tra soldati e civili. L'altare dove sono conservate le sacre spoglie di San Benedetto e Santa Scolastica venne miracolosamente risparmiato dalla distruzione delle bombe. La fedele ricostruzione terminò nel 1956 nello splendore visibile ai giorni nostri. Nel 1964 Papa Paolo VI riconsacrò l'Abbazia.

Visita a Montecassino



A photograph showing a person's legs and feet walking on a gravel path. The person is wearing dark pants and shoes, and is using a walking stick. The path is marked with yellow paint that says "BUON CAMMINO". The background is a mix of gravel and grass.

Tante sono le ragioni per mettersi in cammino, percorrendo centinaia di km con la forza delle sole proprie gambe. Le motivazioni sono le più svariate e spaziano dalla necessità di prendersi una pausa al desiderio di vivere un'esperienza di essenzialità, dalla ricerca di un contatto con la natura a quella di dedicarsi alla cura della propria anima e della propria fede. Spesso questi aspetti coesistono nell'animo di un pellegrino e maturano interiormente strada facendo. Il Cammino di San Benedetto non è riservato solo ai "credenti", lo si può fare anche solo sportivamente per il gusto di farlo, ma se non ci si mette in cammino "dentro" non si potrà diventare, passo dopo passo, uomini e donne migliori.

Buon cammino della vita a tutti.

Silvana, Franco, Ausilia, Patrizia, Lorenzo, Cesare, Ruggero, Gisella, Piero, Roberta e Ambrogio