

IL CAMMINO DI SAN BENEDETTO

Dopo l'esperienza di Santiago e del sentiero di Francesco, ecco concluso anche il cammino sul "Sentiero di San Benedetto". Siamo quattro amici tra i 56 e i 75 anni di Piacenza e dintorni, desiderosi di intraprendere questa nuova avventura dopo incertezze, un rinvio e zero allenamenti. Partenza l'8 giugno 2013 dal piazzale della chiesa di Gossolengo e arrivo in auto a Norcia dove questa notte siamo ospitati dalle Suore Benedettine del convento di S. Antonio. Suor Maria Maddalena, filippina, da 17 anni in Italia, ci accoglie con un grande sorriso e mentre ci serve la cena, coglie l'occasione per parlarci della sua vocazione e di come lei e le sue anziane consorelle vivono la regola di San Benedetto (ora et labora) attraverso la preghiera (7 volte al giorno), il lavoro nell'orto, nella rilegatura di libri, nella preparazione di miele e prodotti sottovetro e non ultima l'ospitalità ai pellegrini. Dopo la cena partecipiamo alla recita di Compieta con tutte le otto suore. I canti liturgici sono armoniosi e celestiali e l'ora di preghiera passa in fretta. Usciamo per visitare Norcia in notturno. La cittadina medievale, racchiusa nelle antiche mura, converge nella bella e scenografica piazza, degna di un film di cappa e spada. E' il centro civico e religioso in cui confluiscono gli abitanti in questo tiepido sabato di giugno. Al centro della piazza San Benedetto ammonisce con braccio teso i popoli d'Europa. Attorno a lui convergono il Palazzo comunale, la Cattedrale di Santa Maria Argentea e il Castello, ora museo e la Basilica del XII secolo. Quest'ultima e la profonda cripta sono sorte sui resti della casa natale di Benedetto. Sulle pareti di una stanza sono esposte le fotografie dei maggiori conventi e chiese benedettine nel mondo. Torniamo al convento, dove troviamo altri ospiti, tra cui un ragazzo irlandese che è giunto fin qui in bicicletta. L'auto è stata parcheggiata al sicuro in un'ala coperta del convento e noi ci ritiriamo nelle celle per un meritato riposo.



9 Giugno – NORCIA-CASCIA

Ci siamo svegliati presto per partecipare alla S.Messa domenicale delle ore 8 nella cappella del convento. Facciamo una colazione abbondante, poiché non troveremo punti ristoro nel percorso della tappa. Sarà così per tutte le tappe: solo colazione e cena, salvo addentare qualche frutto a metà via, facendo di necessità virtù. Lasciata Norcia, il sentiero sale dolcemente fino al paesino di Piediripa, proprio dove inizia la salita che ci porta a Oricchio, minuscolo paese ben conservato ma deserto. Un occasionale abitante della domenica ci indica il sentiero per Fogliano, dove aggirato un oratorio dedicato a S.Antonio, scendiamo rapidamente verso Cascia. La nostra meta è l'Hotel delle Rose in cui si arriva facilmente grazie alla presenza delle scale mobili, sempre in funzione, che ci conducono facilmente dal piazzale di parcheggio dei bus al centro del paese. Il servizio è anche molto comodo perché la corsa termina a 30 metri dalla Basilica di S.Rita. Abbiamo tempo per visitare la Basilica inferiore, funzionale al raccoglimento e alla preghiera e al Santuario, che contiene l'urna di Santa Rita, meta di pellegrini che provengono da tutto il mondo, per chiedere grazie. La chiesa, costruita negli anni '50, mi lascia perplesso; presenta volte blu con angeli svolazzanti, colonne a mosaico verde e tinteggiature con colori forti e decisi. L'ottima cena in Hotel viene servita in una grande sala tutta per noi. Poi il sonno prende il sopravvento a causa delle fatiche della prima camminata di 18 chilometri.

10 Giugno – CASCIA-COLLE DEL CAPITANO

Una notte di riposo e la stanchezza è passata. Facciamo colazione alle ore 8 nella grande sala con un ricco buffet. Scendiamo con le scale mobili fino al piazzale dei bus cercando invano il sentiero di Santa Rita, che dovrebbe costeggiare il fiume Corno. Chiedo informazioni. Il sentiero invece va preso proprio all'uscita principale del nostro Hotel. L'inconveniente ci fa perdere venti minuti, ma siamo ripagati dal percorrere un bellissimo sentiero tracciato nel bosco e che segue le anse del piccolo fiume dalle acque limpide e pescose, fino a un ponte di legno, terminato il quale inizia il tratto di strada asfaltata di 4 chilometri fino a Roccaporena. Visitiamo la casa maritale di Rita, un oratorio e lasciati gli zaini al bar, in custodia a una gentile signora, saliamo i 330 scalini che conducono al "Sacro scoglio", luogo di preghiera della Santa. Un breve temporale ci sorprende in vetta, avviso del maltempo in arrivo. Ripresi gli zaini saliamo nel bosco e arriva la temuta pioggia nel punto di scollinamento. Si fatica a trovare i segnali gialli e perdiamo il sentiero coperto dall'alta erba. Nonostante la mantellina, la pioggia e il fango appesantiscono i miei scarponi, ma la fatica dura poco perché ...ecco improvvisamente apparire l'Agriturismo "Colle del Capitano" a quota 980 mt. La famiglia Vannozzi con i suoi cani, ci accoglie in queste condizioni, ma si fa in quattro per sistemarci nelle stanze preparate per noi. Un bicchierino di Vov, una fetta di torta, un sorriso e la stanchezza passa. Mi cambio con abiti asciutti e faccio un rapido bucato. Il sole ora splende e

per l'ora di cena tutto si è asciugato. Come ricorda Simone Frignani nel suo libro-guida, il luogo è molto bello, è un vero Agriturismo con la A maiuscola, con una ventina di cani (da tartufi, da caccia e da difesa...dai lupi che infestano la zona) e poi capre, pecore, galline, cavalli e mucche chianine. E' abitato da una ospitale famiglia, che crede nel proprio lavoro. Ma la storia interessante è quella della "biga d'oro". Saverio Vannozzi ci racconta che nel febbraio 1902, il suo trisavolo, cercando di spianare un'altura del terreno sul quale intendeva costruire la sua casa, constatò che i sassi smossi cadevano in una cavità sottostante. Allargato il foro scoprì una tomba funeraria etrusca di forma rettangolare del secolo VI a.c. all'interno della quale vi era una biga ricoperta d'oro, i resti di un uomo e una donna e diversi oggetti funerari. L'uomo vendette la biga a un rigattiere che lo ricompensò con 150 lire, una partita di coppi per coprire il tetto. Qualche pietra proveniente dalla tomba è ancora oggi visibile sui davanzali delle finestre, ma la biga, che più propriamente si può definire "cocchio da parata", giunta a Firenze, passò a Roma e l'anno successivo fu venduta al Metropolitan Museum of arts di New York, dove ora, recentemente restaurata, fa bella mostra di sé. A nulla valsero i ricorsi del governo Giolitti di allora, a cui il crollo del campanile di San Marco a Venezia ne aveva distolto l'attenzione e le successive manifestazioni della popolazione di Monteleone di Spoleto, che si accontenta ora di una copia. Inoltre la legislazione di quegli anni sulla conservazione dei beni culturali, tutelava solo i beni catalogati e questi oggetti erano evidentemente sconosciuti allo stato. Seduti sul luogo del ritrovamento, un'aia circolare datata 1911, Saverio ci spiega tutti questi avvenimenti. Anzi ci comunica che giovedì prossimo ci sarà una trasmissione di RAI1 sull'argomento. La cena alle 19,30 è superiore alle aspettative sia per quantità che per qualità, ma risulta molto più interessante grazie alla presenza dei membri della famiglia che lavorano, dialogano e cenano con noi. Lo scopo è evidente: conoscere i propri ospiti, offrire tutte le informazioni possibili per fidelizzarli e metterli a proprio agio. La Signora Piera è gentilissima con noi, ci racconta le motivazioni della sua scelta di vita che sta sotto il lavoro che sta portando avanti, tanto che al distacco ci ripromettiamo di ritornare, ...ma chissà quando.



11 Giugno COLLE DEL CAPITANO – LEONESSA

Lasciato l'agriturismo scendiamo verso Monteleone di Spoleto, tra campi verdissimi e in uno scenario bucolico. Il paese, manco a dirlo è posto su un colle ed è chiuso da poderose mura medievali. Passata la porta del terziere di San Giacomo entriamo nella via principale caratterizzata da palazzi, case, volte, ingressi in pietra bianca e rossa locale, che crea l'impressione che il tempo si sia fermato. Sostiamo all'unico bar e chiediamo dell'addetto che ci mostrerà la copia della biga etrusca. Nel frattempo visitiamo il paese dominato dal castello su cui spicca la torre dell'orologio e la facciata della chiesa di San Francesco che custodisce la biga. Purtroppo, dopo mezz'ora di attesa, il personaggio che detiene le chiavi della chiesa è ancora uccel di bosco e allora lasciamo il paese incamminandoci nella verde vallata del fiume Corno. Attraversiamo una piana erbosa utilizzata nel 2003 dall'AGESCI, quale campo nazionale. In cielo volteggia un falco, all'orizzonte il Monte Terminillo ancora innevato. La strada bianca, intervallata da numerose pozzanghere che testimoniano la pioggia di ieri, sale lentamente verso Leonessa. Giunti all'altezza di Villa Pulcini e superato un ponte, facciamo sosta per far riposare i piedi. Incontriamo diversi agglomerati di case: Villa Lucci, Villa Massi ecc... sono la avvisaglie della città di Leonessa. E' una antica cittadina, ricca di storia e anche stazione turistica invernale per gli sciatori di Roma. Ora appare quasi deserta, ma prima di addentrarci dobbiamo trovare il convento dei Cappuccini, che si trova in periferia, nella zona del cimitero. All'arrivo al convento la nostra presenza risulta inaspettata, nonostante la prenotazione fatta da Umberto. L'unico frate presente, il Guardiano Padre Anavio, ci sistema allora in uno stanzone da otto letti, con servizi igienici trascurati, per non dire di peggio, pur pagando € 20 a notte. Ho la stessa sensazione provata lo scorso anno al convento dei frati cappuccini di Sansepolcro: abbandono, trascuratezza, povertà. Il convento è stato costruito nel 1580 e la chiesa attigua è dedicata alla Madonna di

IL CAMMINO DI SAN BENEDETTO

Loreto. Dopo un breve riposo e un veloce bucato, decidiamo di visitare la cittadina, racchiusa nelle antiche mura. Entriamo da porta Spoletina e percorriamo la strada principale. Oggi è anche la festa del Santo Patrono, San Giuseppe da Leonessa. Delle nove chiese, quella dedicata a S. Giuseppe è l'unica aperta. La strada termina in Piazza 7 Aprile, da sempre punto aggregativo e sociale della città, con al centro la cinquecentesca fontana Margaritana, in ricordo della duchessa Margherita d'Austria. La duchessa, figlia naturale dell'imperatore Carlo V, al matrimonio con Ottavio Farnese, oltre al ducato di Parma e Piacenza, ebbe in dote questi territori, che per due secoli costituirono lo Stato Farnesiano d'Abruzzo. Margherita, madre di Alessandro Farnese, fece costruire inoltre Palazzo Farnese di Piacenza, morì a Cortona e volle essere sepolta nella Basilica di San Sisto. Alle 19,30 ci precipitiamo nell'unica pizzeria aperta per placare la nostra fame. Prima di riposare ci sta ancora un giro per le strette vie. La cittadina, oltre a risentire dello spopolamento, denuncia segni evidenti di restauri a causa di vari terremoti.



12 Giugno LEONESSA-POGGIO BUSTONE

Alle 7,30 Padre Anavio da Tagliacozzo celebra la S.Messa e così possiamo visitare la chiesetta e partecipare alla celebrazione. L'area presbiterale risulta decorata, si fa per dire, da Ugolino da Belluno, un frate "graffitaro" che coprì le pareti e la volta di simboli, parole e raffigurazioni riguardanti la Madonna di Loreto, impiegando colori rosso e nero su fondo bianco.

L'impatto visivo lascia perplessi, tuttavia se nessuno ha avuto il coraggio di migliorarne l'aspetto, significa che questo stile essenziale ha un suo valore.

Lo stesso Padre ci prepara la colazione, frugale ma sostanziosa, raccontando un po' della sua vita e degli attuali suoi impegni pastorali nella zona. Ci salutiamo con tanto di foto che verrà pubblicata su di una rivista francescana di cui è direttore, redattore e fotografo.

La tappa si preannuncia impegnativa e quindi facciamo incetta di frutta per il cammino che raggiungerà mt. 1510 allo scollinamento dei Monti Reatini. La Vallonina è molto interessante e il sentiero salendo si snoda in un bellissimo bosco di faggi. Si sente il martellare del picchio, il canto degli usignoli e si incontrano sulla radura mucche con vitelli e cavalli allo stato brado. Una leggera brezza ci accompagna fino al valico di S.Bartolomeo, dove ci soffermiamo a fotografare il cippo n.454, uno dei 649 cippi di confine posizionati negli anni 1846-47 tra lo Stato

IL CAMMINO DI SAN BENEDETTO

Pontificio e il Regno delle due Sicilie, per definire con esattezza i reciproci confini. Il cippo che pesa kg.700, porta su un lato le chiavi di San Pietro e sull'altro il giglio borbonico. Dopo 13 anni, questo faticoso lavoro verrà reso vano con l'unità d'Italia. Altri 2 cippi, evidentemente fuori dal posto originale, li avevamo notati a Monteleone e nel convento dei Cappuccini di Leonessa.



La discesa verso Poggio Bustone è rapida e faticosa, ma al termine del bosco, ecco apparire il santuario francescano di San Giacomo, oasi mistica che ospitò San Francesco e i suoi primi sei compagni, in fuga da Assisi. Qui il Santo ottenne il perdono dei peccati giovanili, trovò la vera pace e iniziò l'evangelizzazione del territorio, annunciando la misericordia di Dio. Fra Renzo Cocchi, 44 anni, che troviamo nel portico del santuario intento a leggere uno scritto di papa Paolo VI, ci spiega tutto questo e ci conduce a visitare la grotta del Santo, la cappella primitiva e l'orto. L'attuale chiesa e il convento vennero costruiti nel 1400. Afferma che tra poco potranno ospitare gruppi di pellegrini. Acquistiamo qualche ricordo e lo salutiamo cordialmente mentre arriva un gruppo di tedeschi. Scendiamo in paese, dove nell'Ostello "Locanda Francescana" siamo accolti da una dolce ragazza ungherese e da Feliciano. Ci sistemano in una grande camera con vista sulla grande piana reatina, un tempo un grande lago, di cui restano solo due laghetti e che S.Francesco attraversò in barca per andare a Greccio. Siamo gli unici ospiti dell'ostello e anche del ristorante

IL CAMMINO DI SAN BENEDETTO

poco più sopra. Feliciano ha conosciuto questa ragazza sul cammino di Santiago e insieme hanno aperto questa attività, dove lei esercita anche massaggi rilassanti ai camminatori. Dubito che abbia molto lavoro. La cena è sufficiente e il gelato pure. Poggio Bustone è anche il luogo dove visse ed è sepolto il grande Lucio Battisti.



13 Giugno – POGGIO BUSTONE-RIETI

Costeggiando la piana di Rieti arriviamo a Cantalice, addossata a una parete rocciosa. San Felice da Cantalice è famoso perché è stato il primo santo cappuccino e qui è venerato nella chiesa posta nel punto più alto del paese. Finalmente troviamo sul nostro percorso due camminatori, un francese e un austriaco. Lasciata la fonte miracolosa di San Felice, proseguiamo sul crinale e a metà percorso troviamo l'indicazione per il santuario della Foresta, anch'essa su di una altura. Qui San Francesco venne a riposare in attesa di farsi curare gli occhi dai medici papali. Visitiamo la chiesetta di San Fabiano, costruita nel 1400 incorporando una piccolissima cappella del sec. XII di cui resta l'altare, il pavimento e l'abside, luogo di preghiera del Santo. Sono le h. 12,30 e la Comunità Mondo X non è disponibile per noi, per cui ci limitiamo a intravedere il chiostro e ammirare gli orti esterni. Abbandoniamo i monti e scendiamo lungo il rio Acquamartina fino alla località Quattro Strade, periferia di Rieti, dove si trova il Centro di Spiritualità dedicato a Santa Francesca Cabrini. Si tratta di una grande casa, costruita nel tardo 1800, restaurata nel 1926 e acquistata 40 anni fa dalle suore. E' dotata di un esteso parco con giardino, alberi di alto fusto e da frutta. Al nostro arrivo sembra che non ci sia

IL CAMMINO DI SAN BENEDETTO

traccia della prenotazione, ma alle rimostranze di Umberto, ecco apparire la Superiora, Suor Franca, bergamasca doc, che chiarisce l'equivoco e ci fa sistemare in due dignitose camere.

La serata si rivela interessante per la testimonianza di Sr. Franca, settima di dieci fratelli, cui è legatissima. E' impegnata in parrocchia, ma ha speso quattro anni della sua vita in Etiopia per la promozione umana di quella popolazione e per l'annuncio della parola di Dio. Quest'esperienza l'ha molto segnata e appena può ne parla con tutti. Arrivano anche tre ciclo-pellegrini di Correggio, di ritorno da Monte Cassino. Ci raccontano della loro esperienza, che è diversa dalla nostra in quanto nel pedalare hanno trovato difficoltà a individuare i segnali gialli identificativi. Interessante è sapere che il tratto da Subiaco a Monte Cassino, che noi abbiamo deciso di fare in bus, è particolarmente bello. Una sobria cena ci viene servita da un altrettanto sobrio maggiordomo. Buona notte.

14 Giugno RIETI-ROCCA SINIBALDA

Lasciamo la casa e percorriamo i 4 chilometri che ci separano dal centro della città, che attraversiamo lungo il viale principale. Passata la bella cinta muraria ben conservata, visitiamo la Cattedrale e la cripta, dove sembra che abbia pregato San Francesco. Visitiamo anche la chiesa di San Francesco, addobbata dentro e fuori per la ricorrenza di S. Antonio da Padova. Superato il fiume Velino sui resti di un ponte romano, usciamo dalla città seguendo il sentiero che costeggia il fiume Turano. Una freccia gialla ci fa deviare per 400 metri, ma riconosciuto l'errore, proseguiamo lungo la valle fino a raggiungere in vista Rocca Sinibalda, a mt. 600 s.m. Abbiamo percorso 4+20 chilometri senza incontrare abitazioni e siamo un po' stanchi, ma quest'ultimo strappo di mt. 200 di dislivello altimetrico è proprio la ciliegina sulla torta. Ma tant'è, tutti questi paesi sono stati immancabilmente costruiti in cima un

colle per difendersi dai saraceni, che nel secolo IX, hanno raziato non solo Roma e la costa laziale, ma si sono spinti fin qui.



Le bianche case del paese fanno corona alla possente rocca dei signori Sinibaldi, il cui capostipite, per paura di essere ucciso nel sonno, si fece costruire questo maniero con 365 camere da letto.

Naturalmente è una divertente leggenda. L'attuale imponente

castello fu ricostruito negli anni 1530-37, sui resti di una primitiva rocca appartenente a Sinibaldo Conte di Sabina e nipote diretto di Carlo Magno. Attualmente, dopo diversi passaggi, il castello è monumento nazionale e una parte è gestita dal Barone De Stefani. Il castello è visitabile solo il sabato e la domenica. Peccato! Qualcuna di queste notizie ce le racconta divertita Alessandra, che gestisce l'Hotel Locanda del Convento, tre stelline, addossato al maniero e "posto nel cuore della Riserva Naturale dei Monti Cervia e Navegna", come recita il biglietto da visita. La ragazza, 29 anni, è molto simpatica, ospitale e ciarliera q.b. Le stanze sono decenti anche se con un solo bagno per quattro. Ci prepara una cena abbondante con una amatriciana doc, carne, dolce e caffè. A cena sono presenti anche le ragazze che stanno gareggiando nello stadio di Rieti in prove di atletica leggera. Alle 21, in occasione delle feste in onore a Sant'Antonio, assistiamo nella piazzetta del paese, a uno spettacolo di danze che poco hanno a che fare con il Santo. Durante la ricca colazione del mattino, Alessandra ci racconta le sue pene per poter ottenere un mutuo bancario e ci omaggia di alcune mele da consumare nel viaggio. Un gesto gentile che lascia in noi un'ottima impressione sull'ospitalità ricevuta.

15 Giugno – ROCCA SINIBALDA-CASTEL DI TORA

La tappa di oggi è breve, appena 14 chilometri. Dopo cinque chilometri di bosco scendiamo a Posticciola, una antica stazione di posta abitata da pochissime persone. Saliamo fino alla chiesa, purtroppo chiusa. Ora la strada è tutta asfaltata e alle h 11 arriviamo alla diga del lago del Turano, una imponente opera costruita nel 1937 per regimentare il fiume e per produrre energia idroelettrica. Le acque di questo lago sono collegate con un tunnel di 9 chilometri al vicino lago del Salto. Costeggiamo il lago percorrendo la strada orientale che conduce a Castel di Tora. Per il fatto di essere circondato da boschi, le acque del lago sono verdissime e pescose, ma non sfruttate turisticamente, infatti non si vedono spiagge e barche. Forse è meglio così. La nostra meta è l'Agriturismo La Posta, appena fuori dal paese-presepe, incastonato nel verde smeraldo del lago. Lasciati gli zaini e dopo un breve riposo nelle stanze assegnate, passeggiamo in lungo e in largo il piccolo paese (ci sono solo 2 vie), mentre il castello con la torre pentagonale non è visitabile. Fino al 1864 in paese si chiamava Castelvechio, poi cambiato in Castel di Tora. E' sede del Comune e attualmente è abitato da 200 persone. Qui nel 250 d.c avvenne il martirio di Santa Anatolia, protettrice del paese, la cui statua è esposta in chiesa. Facciamo un po' di foto alla fonte del Tritone che si specchia nel lago, in attesa di assistere alla S.Messa vespertina delle h.17, anzi delle h. 18. Il parroco arriva all'ultimo minuto, mi dice che è stanchissimo, perché ha tre parrocchie da gestire e domani somministrerà la prima Comunione a 10 bambini. Collaboriamo alla celebrazione leggendo le letture della domenica. Torniamo all'Agriturismo per l'ora di cena e troviamo ad attenderci due coppie di Brescia, che partite da Norcia un giorno dopo di noi, ci hanno raggiunto. Ma sono più giovani di noi e non ce ne importa più di tanto, anzi è l'occasione per vivacizzare la serata con lo scambio di reciproche esperienze sul cammino in corso e

IL CAMMINO DI SAN BENEDETTO

i cammini già fatti, Santiago compreso. La stanza da letto e il bagno di questo agriturismo non sono gran ch , colpa anche di due innocui mini-scorpioni che fanno sussultare Umberto; tuttavia la cena   ottima e pi  che abbondante. Questa volta accetto anche il caff ,... che mi far  passare una notte insonne.



16 Giugno CASTEL DI TORA-ORVINIO



Come racconta Simone questa è una tappa impegnativa anche se non lunga. Lasciato l'agriturismo, scendiamo in paese, attraversiamo il lago passando sul ponte che unisce le due sponde e iniziamo a salire fino a quota mt 1200 passando tra radure di rose canine, cespugli di menta e di ginestre. Alle nostre spalle si intravede ancora il lago del Turano e a sinistra il pittoresco borgo di Ascrea. Il sentiero entra in un bosco di faggi e pini. Mentre recitiamo il rosario un piccolo cinghiale passa davanti a noi alla distanza di 10 mt. Al termine del bosco si scorge Pozzaglia Sabina, che raggiungiamo attraverso un sentiero ad anello. Il paese è diventato noto per aver dato i natali a Santa Agostina Pietrantoni, una Suora della Carità canonizzata nel 1999 da Papa Giovanni Paolo II. L'urna si trova nella chiesa parrocchiale che visitiamo velocemente. E' curiosa questa chiesa, perché non ha la facciata, ma solo una porta di ingresso tra le strette case. Riprendiamo il percorso che si immette nei vasti prati della valle Muzia, dove non manca un breve momento di incertezza nella ricerca del sentiero, al termine del quale spicca improvvisamente l'inaspettato campanile romanico della chiesa di Santa Maria del Piano, ora in completo abbandono.



La fondazione della chiesa sembra attribuita a Carlo Magno. Il territorio fu per anni coltivato dai monaci benedettini che lo abbandonarono nel XVI secolo. Il sentiero, in ciottoli levigati è ora in effetti una strada medievale che ci conduce lentamente a Orvinio, posto anch'esso su una altura a mt. 870. Il primo impatto del paese sono le numerosissime antenne paraboliche poste su tutti i balconi delle antiche case. In via Segni ci attende Simonetta, titolare del B&B, che ci riconosce da lontano. La casa è elegante e curata nei particolari, anche se l'unico bagno è scomodo in particolare per chi alloggia al piano alto. Mentre i miei amici sono sistemati in due camere matrimoniali, a me viene casualmente assegnata una camera "bomboniera" molto carina (sarà per l'età). Il paese, che unitamente a Castel di Tora, è inserito nel gruppo dei Borghi più belli d'Italia, è veramente interessante e ricco di storia, a parte l'antico nome di "Canemorto", sostituito fortunatamente 150 anni fa con l'avvento dell'unità d'Italia. Visitiamo la chiesa di Santa Maria dei Raccomandati del XVI secolo e, solo dall'esterno, la chiesetta ottagonale di S. Giacomo, disegnata dal Bernini. I pochi abitanti si attivano per la sua sopravvivenza. Per esempio si celebrano otto processioni all'anno; la più recente è quella di Sant'Antonio da Padova che si è svolta questa mattina nelle vie del borgo. Vengono proposte anche manifestazioni enogastronomiche, come la festa della polenta in febbraio. Maurizio, il marito di Simonetta, vuole conoscerci e passiamo con lui una piacevole mezz'ora in cui si parla di tutto, dei camminatori che transitano nella sua casa, delle prospettive del paese e conosciamo anche i suoi magnifici gemelli di quattro anni. Recentemente ha acquistato dalla parrocchia una casa ai margini del borgo e la mette a disposizione, a pagamento, a gruppi di scout o a gruppi di altre tendenze, per soggiorni o convegni. Il paese che ha aria e acqua buone, è vicino a Roma (40 chilometri) e si presta bene a queste iniziative.

17 Giugno – ORVINIO-MANDELA

Lasciamo Orvinio e la bella famiglia di Simonetta e Maurizio, per affrontare un'altra tappa di montagna che raggiunge al valico, mt.1100. Da qui in poi è tutta discesa fino a Licenza, un altro piccolo paese che dall'alto si presenta come un serpente di case addossate le une alle altre con alla testa il castello degli Orsini. Noto uno striscione bianco appeso nella strada principale con la scritta: "VIVA LA SS. TRINITA'", segno di tradizioni religiose lontane dai nostri luoghi. Sostiamo nell'unica piazzetta dotata di una fresca fontana e gremita di ragazzi e pensionati. E' l'occasione per entrare nel bar e per acquistare un po' di frutta. Il nostro abbigliamento non passa inosservato e siamo avvicinati da un camminatore locale che ha fatto il cammino di Santiago due volte, ma non quello che passa da casa sua. Strano! Siamo a metà strada e decidiamo di fare il percorso ciclistico su strada, anziché quello consigliato, per arrivare direttamente a Vicovaro, dove si trova il l'"Oasi francescana" con annesso il Convento di San Cosimato. Giunti al cancello nessuno apre al suono del citofono. Apprendiamo invece telefonicamente che la nostra prenotazione non esiste e che il locale non riceve pellegrini. In pratica gli attuali gestori laici, subentrati ai frati, sono in vacanza. Non descrivo la rabbia di Umberto! Facciamo buon viso a cattiva sorte e ci incamminiamo per altri due chilometri verso Mandela e al primo B&B ci fermiamo e chiediamo ospitalità. Con sorpresa ci rendiamo conto di essere capitati in una grande e splendida villa, messa a disposizione della famiglia Febbi, con ampio prato coronato da 30 cipressi, idoneo a sedute yoga e relax. La proprietaria è Marzia, una graziosa e gentile ragazza che oltre a questa attività, costruisce gioielli in pietre dure. La nostra fatica e il contrattempo sono così ricambiati da questa impreveduta e fortunata soluzione. Spiace non aver potuto visitare il Convento di San Cosimato, per il quale S.Frignani ha dedicato più di una pagina del libro-guida. Ma faremo le nostre rimostranze! A questo punto festeggiamo la giornata alla pizzeria "Il Battaglione" in cima al paese, anche perché questa è l'ultima camminata. Abbiamo infatti previsto di fare in autobus gli ultimi 29 chilometri che distano da Subiaco.

IL CAMMINO DI SAN BENEDETTO



18 Giugno – MANDELA-SUBIACO

Una foto e un cordiale saluto a Marzia e poi, scesi a Vicovaro prendiamo il bus che ci conduce a Subiaco e quello successivo per Jenne, con fermata alla Foresteria di S.Scolastica. Subiaco ha preso il nome dalla villa “Sublaqueum” costruita dall’imperatore Nerone sulle rive di tre laghi artificiali ottenuti sbarrando il fiume Aniene ed altri due torrenti. I resti di questa enorme villa furono nei secoli, dispersi nella zona.

La struttura della Foresteria è situata di fronte al Monastero Benedettino. Ci vengono assegnate le stanze, con colazione al mattino, al modico prezzo di € 36, mentre per la cena dovremo provvedere in modo autonomo. Alle ore 11,30 inizia la visita guidata al Monastero dedicato a Santa Scolastica, sorella di San Benedetto. E’ l’unico rimasto



dei tredici fondati da San Benedetto (480-547) nella regione sublacense. Visitiamo uno dopo l’altro i tre chiostri, il primo rinascimentale, danneggiato nell’ultima guerra ma restaurato, il secondo gotico e il terzo cosmatesco, con al centro un pozzo costruito con materiale della villa di Nerone. E’ circondato da eleganti colonnine in marmo bianco di Carrara, numerate, datate e firmate da Cosma figlio di Giacomo e dai suoi figli. Poi passiamo alla chiesa neoclassica dell’Architetto Quarenghi, completamente bianca ad

IL CAMMINO DI SAN BENEDETTO

eccezione delle colonne in marmo cipollino “neroniano”. Questa chiesa è inserita all’interno di una chiesa gotica, quasi che le due chiese costituiscano una “matriosca”.



Esistono anche i resti di altre tre chiese scomparse o inglobate nelle attuali costruzioni e nel campanile stesso. Resto in chiesa ad assistere alla S.Messa con un gruppo di pellegrini aquilani. Al termine della S.Messa entrano i monaci per la preghiera del mezzogiorno. Chiedo allora al monaco addetto al negozio quali sono i lavori con i quali viene osservata la regola. Partendo dalla produzione del miele e dall’erboristeria esposta sullo scaffale, mi dice che si fanno lavori di sartoria, di giardinaggio e di cura dell’archivio-biblioteca. Infatti Subiaco fu culla della stampa in Italia. L’archivio biblioteca mostra al pubblico i migliori esemplari superstiti della grande dispersione avvenuta nei secoli, tra cui: pergamene, incunaboli, codici, lezionari e documenti vari.



Alcuni di questi libri furono stampati qui da due monaci allievi di Gutemberg. Infine noto una grande carta geografica con indicati i maggiori conventi benedettini in Europa, tra cui Bobium e Chiaravalle Columbam.

Nel pomeriggio, visitiamo anche il Sacro Speco di San Benedetto, formato da due chiese sovrapposte, addossate alla viva roccia. Tutte le volte e le pareti sono affrescate con temi della vita di Gesù e di San Benedetto. In una cappella c'è anche l'autentico ritratto di San Francesco, raffigurato senza stimmate e quindi anteriore al 1224.

A questo punto, tornati alle nostre stanze, Francesco lancia la proposta, inaspettata ma ragionevole, di saltare la visita a Montecassino e tornare domani mattina a Norcia. Da buoni fratelli accettiamo rimandando la visita di Montecassino al prossimo anno.



La conclusione la riassumerei in un pensiero: **“un cammino a misura d’uomo, alla scoperta della spiritualità benedettina, nel centro di una Italia minore ma interessantissima, costellata di minuscoli paesi, ricchi di storia, di santi, di persone ospitali, di paesaggi stupendi e tradizioni enogastronomiche”.**

Dolenti note sono invece i prezzi, che non sono per i pellegrini. Al contrario del cammino di Santiago, in cui governo nazionale, istituzioni locali, chiesa compresa, hanno capito l’importanza del fenomeno e si sono integrati, offrendo un servizio che favorisce chi si mette in cammino. Qui invece siamo in Italia, con le sue contraddizioni e i problemi locali. Ognuno pensa per sé cercando di fare gli affari propri. Il pellegrino è equiparato al turista della domenica che non bada ai prezzi. Il prezzo poi dovrebbe essere legato anche alla qualità del servizio offerto. Si può accettare una spesa di € 25 a notte in un buon B&B, ma non pagare uno scadente servizio a € 20. In questi casi abbiamo convenuto pagare quanto richiesto alla stessa stregua di un’offerta per la causa dell’istituto.

E infine ha fatto piacere conoscere giovani, come Saverio, Maurizio e Simonetta, Alessandra e Marzia che hanno iniziative, nutrono speranze nel loro futuro e non si arrendono alla rassegnazione.

E se le gambe terranno ancora, il prossimo anno arriveremo a Montecassino.
Giordano – Umberto – Francesco - Angelo