



Il Cammino di San BENEDETTO

SUBIACO-MONTECASSINO 5 - 13 APRILE 2013

Prologo: CALINO – SUBIACO **Venerdì 5 Aprile 2013**

L'appuntamento con "il Cammino" diventa ogni anno più desiderato e atteso. Nuovi paesaggi, nuove esperienze, nuovi incontri ci attendono sul sentiero e, per una settimana, questa scoperta diventa l'unica cosa che conta della giornata: camminare, guardare, stupirsi, gustare.

Il cammino scelto quest'anno presenta una novità e, allo stesso tempo, una continuità.

La continuità è che anche questo tratto si innesta nel progetto iniziato ormai quattro anni fa (agosto 2009) che, partendo dal santuario della Verna (Arezzo) ci vedrà (a Dio piacendo) pellegrini a Monte Sant'Angelo sul Gargano, sulle orme di San Francesco e dei tanti pellegrini medioevali che erano diretti in Terra Santa.

La novità è che abbiamo voluto percorrere un cammino "benedettino", alla scoperta di questa altra grandissima figura, San Benedetto, padre del monachesimo, fonte della spiritualità di tante comunità religiose che hanno preso a modello la sua regola, patrono (e a ragione) dell'Europa.

Ricordiamo che san Benedetto vive tra il 480 e il 547 d.C. e quindi ancora agli inizi dell'esperienza cristiana e contribuisce in maniera determinante nella sua diffusione non solo in Italia, ma, attraverso i suoi monaci, in tutta Europa.

Il cammino dello scorso anno aveva fatto tappa a Roma, partendo da Rieti e la Valle Santa.

La meta prefissata di quest'anno era l'abbazia di Montecassino e i percorsi possibili erano due: il cammino della "Francigena del sud" che da Roma punta a Monte sant'Angelo, oppure "Il Cammino di Benedetto" proposto da una bella guida redatta da Simone Frignani. Questo cammino, in realtà, parte da Norcia (paese natale di san Benedetto) per concludersi a Montecassino, all'abbazia dove è morto ed ora riposano le sue spoglie insieme a quelle della sorella santa Scolastica.

Il fascino, la curiosità di incontrare San Benedetto e un percorso (sulla carta) più isolato e naturalistico ci ha portato a scegliere questa seconda proposta nella sua parte finale: da Subiaco a Montecassino; e non ci siamo pentiti. (*vedi il sito internet: <http://www.camminodibenedetto.it/>*)

Quindi si parte. Sono le 6.15 di un mattino buio e piovoso (venerdì 5 aprile) quando partiamo in macchina da Calino direzione Subiaco.

È proprio un tempo da lupi, al punto che sulla Torino-Piacenza sbagliamo l'innesto e invece di virare verso Bologna, continuiamo verso Piacenza... Poco male. Un caffè in autogrill e si riprende la direzione giusta.

Lasciamo il brutto tempo al nord e ci dirigiamo verso un clima più consono ai pellegrini. Dobbiamo infatti dire che in tutti i giorni del cammino abbiamo avuto giornate più che buone, con un solo episodio di pioggia (il primo giorno) che è durato lo spazio di un quarto d'ora. Poi clima ideale: soleggiato ma non caldo, ottimo per camminare.

Arriviamo a Subiaco verso le 13 e prendiamo alloggio alla foresteria dell'abbazia di Santa Scolastica. Non ci sono molti ospiti... quindi niente cena (come invece avevamo accordato); non è un grande gesto di ospitalità, tuttavia anche questo serve per metterci nel clima del "pellegrino" che tutto affronta e sopporta con sorriso e carità. Sembra una banalità, ma se non avessimo avuto la macchina... e se fossimo arrivati a piedi dopo una lunga tappa... raggiungere un ristorante non sarebbe stato un bel regalo; infatti la foresteria di Santa Scolastica è abbastanza isolata rispetto al paese ed è posta su un'altura piuttosto impegnativa da fare a piedi.

Beato te, pellegrino, se il cammino ti apre gli occhi a ciò che è invisibile agli occhi



Il pomeriggio è dedicato alla visita turistica di Subiaco, una bella cittadina in provincia di Roma, che ha dato i natali anche alla famosa Gina Lollobrigida.

Abbiamo ammirato il panorama dall'altura su cui sorge la rocca dei Borgia, siamo discesi verso la chiesa di S. Andrea ricca di un giardino verde ai piedi dell'altare con tanto di cascatella... Poi uno sguardo alla chiesa di San Francesco per transitare, infine, sul ponte di San Francesco, un bellissimo ponte romano ben conservato e suggestivo.



Ma il gioiello prezioso di Subiaco è il monastero di San Benedetto, aggrappato alla montagna. Un posto straordinario, unico. Bello sia nella architettura, che nell'arte che lo decora e lo impreziosisce, con le sue chiese ben affrescate, le grotte, gli oratori... che lasciano meravigliati. Bello anche per la presenza dello spirito Benedettino che si respira tutto attorno. Siamo anche facilitati dal fatto che ci sono pochissimi turisti (una decina) e quindi il silenzio e la pace regna sovrana.

Nel tardo pomeriggio, verso le 17, raggiungiamo anche l'abbazia di Santa Scolastica che visitiamo accompagnati da una guida che ci illustra i tre chiostri, la chiesa, e gli altri ambienti visitabili che contraddistinguono il monastero.

Non c'è il fascino del monastero di San Benedetto, ma anche questo complesso è interessante, soprattutto dal punto di vista architettonico, e della storia che emana. È infatti la più antica abbazia fondata da San Benedetto ed è ancora molto attiva.

Sostiamo un momento in preghiera nella chiesa dove è esposto il Santissimo, poi ci spostiamo nella biblioteca dove sono in bella mostra alcune miniature e libri fantastici; ci sorprendono gli scritti di Ubertino da Casale, nome che ci riporta al film "Il nome della rosa"...

Alle 18.30 un riposino in camera e inizia la preparazione finale degli zaini. Si approfitta della presenza della macchina per scartare qualche indumento e rendere lo zaino meno pesante.

L'equipaggiamento per il cammino fatto in questa stagione è un po' diverso da quello che serve in estate; oltre ad avere indumenti un po' più pesanti, bisogna fare i conti con la difficoltà di fare il bucato al termine della tappa: infatti l'asciugatura è molto difficile e gli indumenti bagnati rischiano di rendere ancora più pesante lo zaino. Questa è una difficoltà da mettere in conto e che non sempre è messa in evidenza nelle guide.

Dopo una cena gustosa da Checchina a base di maialeto locale e abbacchio, cicoria, broccolotti e verdure (un po' caruccia per i prezzi della zona), festeggiamo il compleanno di Pier... con una buona bottiglia di Franciacorta.



Preghiera di San Benedetto da Norcia

*Padre buono, ti prego:
dammi un'intelligenza che ti comprenda,
un animo che ti gusti, una pensosità che ti cerchi,
una sapienza che ti trovi,
uno spirito che ti conosca, un cuore che ti ami,
un pensiero che sia rivolto a te, degli occhi che ti guardino,
una parola che ti piaccia,
una pazienza che ti segua,
una perseveranza che ti aspetti*



Il Cammino di San BENEDETTO

SUBIACO-MONTECASSINO 5 - 13 APRILE 2013

1ª Tappa: SUBIACO – TREVI NEL LAZIO Sabato 6 Aprile 2013

La sveglia è puntata alle 6.30, uno sguardo al cielo, che risulta limpido (anche se fa freddino) e in un attimo siamo pronti per dare inizio a questo cammino. La colazione la faremo strada facendo visto che la Foresteria è ancora chiusa (l'accoglienza dei pellegrini ha ancora tanta strada da fare...). Per questo ci siamo procurati brioches e succhi, oltre al cioccolato comprato in autogrill. Iniziamo il cammino con una preghiera: la preghiera del Pellegrino (vedi sotto) e poi via in discesa fino a raggiungere il corso dell'Aniene.

Il percorso fino a Comunacque è splendido: sono 11 Km di strada che costeggia il fiume Aniene, in questo periodo molto ricco d'acqua, tra boschi e paesaggi suggestivi.

Alle 8.15 ci fermiamo per la prima sosta dedicata alla frugale colazione. Alle 10 ci imbattiamo in un torrentello che attraversa la strada e che dobbiamo guardare; qui il quadro è veramente speciale: una deliziosa cascatella si riversa sulla carrareccia tra rocce coperte di muschi verdissimi.

Nel frattempo il sole splende limpido e piano piano il nostro abbigliamento si fa più leggero.

Alle 10.45 arriviamo al ponte di Comunacque. Il nostro esploratore Pier va alla ricerca della Cascata di Trevi visto che la nostra guida ne parla molto bene. Lo sforzo ne vale davvero la pena: la cascata è davvero uno spettacolo, non tanto per l'altezza del salto, quanto per la quantità d'acqua che si riversa nell'Aniene. I torrenti, infatti, sono pieni d'acqua e la cascata produce un effetto di nebulizzazione dell'acqua veramente forte. E poi il bosco che, per l'effetto dell'umidità, sembra proprio uno scorcio di foresta celtica.

Terminata la visita, ci gustiamo un buon caffè nel baretto sul ponte Comunacque e poi affrontiamo l'ultimo tratto verso Trevi nel Lazio.

La strada ora si sviluppa su asfalto, ma il traffico è quasi nullo. È però in costante salita.



Dopo una curva, si staglia sullo sfondo Trevi nel Lazio, adagiato su un alto colle e dietro una catena di monti carichi di neve; sono i Monti Simbruini.

Saliamo agli 800 metri di Trevi e verso le 12.45 arriviamo in paese. Giusto il tempo per fare un po' di spesa per il pranzo.

Nel piccolo parco attrezzato, consumiamo il nostro pic-nic. Per il pellegrino è importante pranzare, ma in modo leggero; quindi niente ristoranti o pranzi sostanziosi, ma solo uno spuntino veloce per non appesantirci troppo. L'albergo "Il Parco" che ci ospita dista poco più di 2 km, fuori paese, in direzione Filettino. L'albergatrice ci informa che, causa

partecipazione ad un funerale, la struttura è chiusa fino verso le 17.

Approfittiamo per restare in paese e proseguire la nostra visita.

Partiamo dalla torre del Castello Caetani per raggiungere la Collegiata di Santa Maria dove visitiamo la cripta che ospita la tomba di San Pietro eremita, patrono di Trevi.

Visitiamo l'Oratorio di San Pietro eremita, la chiesetta che sorge sul luogo in cui il santo morì nel 1152.



Terminata la visita decidiamo di partecipare anche noi alla messa per il funerale; è sabato e abbiamo sentore che trovare una S. Messa domani, domenica, potrebbe essere piuttosto difficoltoso. Infatti il cammino ci porta spesso in luoghi disabitati, inoltre in questi paesi molto piccoli la messa domenicale è spesso unica.

Alle 15.30 viviamo la S. Messa; all'inizio ci è sembrato strano partecipare ad un funerale, ma in fondo questo rientra proprio nel vero spirito del pellegrino che diventa cittadino dei luoghi che lo ospitano; diventa uno di famiglia.

Rientra anche nell'esperienza che viviamo ogni giorno: coloro che ci ospitano non vedono il pellegrino come un comune turista, ma come qualcuno con cui c'è un legame... che è difficile definire ed è un misto tra amicizia e familiarità.



Alle 16.30 già ci incamminiamo verso l'albergo e alle 17.30, finalmente, arriviamo a destinazione e veniamo accolti (come sempre) con calore e amicizia. Dal piazzale dell'albergo, il proprietario già ci mostra il sentiero che dovremo prendere domani mattina e ci indica il valico verso il quale dovremo dirigere i passi.

Intanto, all'improvviso, il cielo si è rannuvolato. Siamo in montagna e il tempo di entrare in albergo che inizia a piovere (e anche forte). Quando si dice la provvidenza.

"Il Parco" è all'esterno un po' da sistemare, ma dentro è bello e confortevole. Fa un po' freddino, ma è anche vero che quando si è stanchi e affaticati, si sente maggiormente il freddo.

Finalmente una doccia calda e un po' di riposo; si rivive insieme questa prima tappa: i luoghi più suggestivi, gli incontri più curiosi, la difficoltà di certi tratti... e poi si programma la tappa del giorno dopo.

Alle 20 scendiamo per la cena: una cena "ciociara"; infatti siamo entrati nella provincia di Frosinone il cui territorio è conosciuto come Ciociaria. Ammettiamo che della Ciociaria non conosciamo nulla; una ragione in più per fare questo cammino.

La cena è molto gustosa, anche perché la fame si fa sentire: antipasti locali con formaggi (pecorini), salumi, ceci, fagioli... e poi dei primi come: tagliatelle alla matriciana o alla ricotta con pancetta e asparagi selvatici (dalle nostre parti sono i "luertis" e non gli asparagi di pungitopo).

In sala siamo in compagnia di un gruppo di signore appartenenti ad una scuola di ballo; per cui la cena è allietata da musica e balli che rendono molto piacevole la serata.



Alle 22.30 sia va a letto. La prima tappa è di rodaggio e le gambe accusano particolarmente... la fatica.

Pregliera di inizio Cammino

*Fratì e fedeli che siate,
è questo della sequela di Cristo il senso:
far della vita un continuo cammino,
l'itineranza sia l'esodo vostro.
Cristo è l'eterno viandante dei cieli,
in permanente ascesa è il creato:
voi pellegrini di Dio nel mondo oh,
non stancatevi mai di andare!
Liberi come gazzelle sui monti,
la sola vostra ricchezza
spandete a piene mani
con quanti incontrate:
la pace, il bene, la gioia di Cristo.*

Il Cammino di San BENEDETTO SUBIACO-MONTECASSINO 5 - 13 APRILE 2013

2ª Tappa: TREVI NEL LAZIO - COLLEPARDO Domenica 7 Aprile 2013

Alle 6.30 la sveglia ci richiama al nuovo giorno. La prima preoccupazione è dare uno sguardo al cielo perché, dopo una nottata piovosa, il rischio di pioggia ci preoccupa; invece il cielo è sereno e si prevede una bella giornata. Fa però freddo: un po' perché siamo sugli 800 metri e un po' perché tutte le vette attorno sono cariche di neve.

Dopo una bella colazione, salutiamo gli albergatori e alle 7.30 siamo già in cammino. Si ritorna verso il paese di Trevi fino al ponte S. Teodoro.

L'acqua della notte è stata abbondante e il torrente è esondato per cui dobbiamo trovare un guado cercando di non partire con i piedi bagnati. Il guado non è comunque difficoltoso.

Da qui un sentiero in costante salita, anche se immerso in bellissimi boschi, ci conduce alla cappella della Madonna della Portella, così denominata perché sull'altra vallata, proprio di fronte, si scorge la porta di ingresso al borgo di Trevi. La raggiungiamo verso le 8.30, ma prima dobbiamo affrontare una vera... palude.

Le piogge notturne hanno reso impraticabile il sentiero; il fango e le pozzanghere sono così estese che dobbiamo trovare delle soluzioni alternative. E così ci inoltriamo nel folto del sottobosco o attraverso i campi che costeggiano il sentiero.

Queste deviazioni ci fanno perdere parecchio tempo, oltre ad essere più faticose.

Arrivati alla Madonna della Portella, il sentiero ritorna praticabile. Un po' di riposo e poi di nuovo in cammino fino al fontanile di Capodacqua.



Anche qui dobbiamo guardare il torrente; dobbiamo posizionare alcuni sassi, ma alla fine passiamo indenni dall'altra parte. Sono le 9.30 e da qui un bel sentiero, in un bel bosco, ma molto in salita ci conduce al famoso Arco di Trevi che raggiungiamo alle 10.30 con il fiato corto (siamo sui 1000 mt.).

L'arco è di origine romana e, probabilmente, era una punto di dogana verso Trevi.

Ci riposiamo un po', facendo uno spuntino e approfittando del bel sole caldo per far asciugare le magliette. Dai piani di Arcinazzo arrivano tre turisti in quad; la scena è molto gustosa. La guida dice ai suoi amici:

"Mai stati qui? No? Bene; questo è l'Arco di Trevi, è medievale e ancora sta'n piedi!"

L'accento romano e l'approssimazione della spiegazione ci fa fare una bella risata. Solo un romano poteva trattare questo monumento antichissimo con tanto distacco; loro sono infatti abituati a monumenti ben più importanti...

Alle 11 riprendiamo il cammino, ora in costante discesa. Alle 12.15 giungiamo in vista del paese di Guarcino e nella sua periferia incontriamo il Santuario della Madonna delle Grazie.



Alle 12.50 entriamo in Guarcino, un borgo delizioso. Subito ci preoccupiamo di fare un po' di spesa per il pranzo (data l'ora) e troviamo un bel posto per il pranzo: a fianco della chiesa di San Michele Arcangelo c'è proprio una piazzetta isolata che fa al caso nostro.

Dopo il pic-nic ci prendiamo il caffè, mentre il cielo improvvisamente si rannuvola. Il barista ci rassicura: tranquilli non piove. Il tempo di caricarci degli zaini che... iniziano le prime gocce di pioggia. Riparati sotto alcuni alberi, copriamo gli zaini, prendiamo gli ombrelli, ci copriamo bene e ripartiamo. La pioggia è debole, ma comunque fastidiosa. Fortunatamente dura circa venti minuti. Sul sentiero verso Vico nel Lazio incontriamo una famiglia in raccolta di asparagi (sempre i nostri "luertis"). Molti sono i raccoglitori che incontreremo in questi giorni. In effetti è un legume (?) che è usatissimo ed apprezzato.

Alle 15.20 varchiamo l'arco di ingresso del borgo di Vico nel Lazio, altro bel borgo della Ciociaria.

Il paese è semi-deserto e visitiamo i vicoli del centro fino alla chiesa di San Michele Arcangelo.

Ci sorprende sempre constatare quanto sia diffuso il culto a questo arcangelo che è anche il patrono della nostra parrocchia.

Uscendo dal paese, nella piccola piazzetta esterna alle mura, un gruppo di anziane ci saluta con calore e ci indicano un albero del parco. Appollaiata su un ramo vediamo una bella "Poiana"; così da vicino non l'avevamo mai vista: è a non più di tre, quattro metri da noi. Non sembra disturbata dalla presenza degli uomini.

Dopo un'ora abbondante di cammino, su asfalto (ma senza traffico), arriviamo nella periferia di Colleparado dove siamo incuriositi e attirati a visitare il famoso "Pozzo d'Antullo".

La nostra curiosità è stata ampiamente soddisfatta: si tratta di una grande grotta che, in epoca preistorica, ha subito il crollo della volta; quindi si presenta come una voragine profonda 80 mt, circolare... è solo da vedere. Anche le fotografie non rendono bene l'impressione che ne ricaviamo.



Ci fermiamo a parlare con il custode, una persona simpatica e loquace.

L'ora è ormai tarda e non abbiamo tempo per una visita alle Grotte dei Bambocci... pazienza.

Arriviamo al nostro B&B Maison Dina, in pieno centro di Colleparado, alle 17.50.

È stata una tappa lunga, e per alcuni tratti anche impegnativa, ma siamo arrivati bene. Dopo una bella doccia calda e un po' di riposo, facciamo un'ottima cena "da Vittorio". Questa sera ci buttiamo sulle carni alla brace tipiche della Ciociaria: dal manzo, al maiale, all'agnello... tutto cucinato molto bene e accompagnato da contorni tipici.

Tutto buonissimo e un conto leggerissimo.

Il sig. Vittorio poi ci offre un Sambuca e qui apprendiamo che questo liquore nasce a Colleparado, precisamente dai monaci della certosa di Trisulti che visiteremo domani mattina. Un motivo in più per apprezzare il lavoro dei grandi monaci benedettini.

Andiamo a letto presto perché la terza tappa ci riserva grandi abbazie e tante meraviglie da gustare.



Pregghiera del Pellegrino

*O Dio, a quelli che ti amano
tu concedi sempre la tua misericordia,
e per coloro che ti servono
nessuna terra è troppo lontana:
guida il cammino dei tuoi servi
secondo la tua volontà,
perché, con la tua protezione
e la tua guida,
possano camminare senza peccato
per le vie della giustizia.
Amen.*



Il Cammino di San BENEDETTO SUBIACO-MONTECASSINO 5 - 13 APRILE 2013

3ª Tappa: COLLEPARDO - CASAMARI Lunedì 8 Aprile 2013

Questa mattina la colazione ce la prepariamo noi nella cucina del B&B. Ci aspetta forse una delle tappe più belle del percorso e quindi abbiamo un po' di fretta a partire. Sono le 7.30 e siamo in strada. Si parte subito con una salita pesante che ci porta ad una chiesetta della Ss. Trinità abbastanza malconcia. Oltre a San Michele Arcangelo, abbiamo trovato molte cappelle e santelle dedicate alla Ss. Trinità rappresentata da tre figure di "Gesù" tutte uguali, ma distinte, come se fossero tre gemelli in una "foto di gruppo". Interessante.

Da questa chiesetta prendiamo un sentiero, in discesa, veramente molto bello dal punto di vista paesaggistico. Raggiungiamo, alle 8.30, il fondo valle e superiamo il torrente su un bel ponte romano.

Il pellegrino sa che quando si giunge a fondo valle, poi passa sull'altro versante e quindi ... si sale. Infatti una salita impegnativa, tra asfalto e poi bosco, ci porta (sudatissimi) agli 800 mt. delle "Cappellette" che fanno da anticamera alla certosa di Trisulti che raggiungiamo verso le 9.00 Seguendo la guida, prima di visitare la certosa, scendiamo al Santuario delle Cese; un km di bel sentiero in forte discesa. Il sentiero è scandito da belle statue che evocano il misteri gaudiosi. Il santuario delle Cese è un posto che non può essere perso: è costruito sotto una grande grotta e si affaccia su una vallata mozzafiato.



Siamo soli e questa solitudine ci dà sensazioni ancora più intense. È difficile ripartire tanta è la pace che si respira. Ma la giornata è lunga e dobbiamo ancora vedere e vivere tante cose. Alle 10.15 varchiamo il portone della certosa di Trisulti. È una abbazia isolata nel bosco e già si respira un'aria di libertà.

Visitiamo la bellissima chiesa, preziosamente affrescata. Il coro ligneo ci lascia senza parole tanta è la bellezza della scultura, dei particolari, dei leggi, degli scranni...

Bellissimo il refettorio (tipico dei grandi conventi), il chiostro, i giardini con siepi "scolpite". Incontriamo un monaco ultraottantenne, intento a curare il giardino, che ci parla un po' del monastero e della sua vita; pensate che è monaco dall'età di 11 anni e dal '47 vive a Trisulti. Passiamo infine al negozio dei souvenir per il timbro sulla nostra credenziale e verifichiamo che a Trisulti è nato il liquore Sambuca, assieme a tanti altri liquori profumatissimi. Anche se chi cammina non dovrebbe farlo, una degustazione di liquori non ce la perdiamo. Buonissimi.

Lasciamo a malincuore la certosa verso le 11 e dopo dieci minuti transitiamo davanti ai resti del proto-cenobio di San Domenico di Sora.

Ora la strada, su asfalto, è in discesa e raggiungiamo verso le 11.30 il "Ponte dei Santi", un posticino suggestivo.

Da qui una importate salita ci porta ai resti del monastero delle monache benedettine di San Nicola a Civita. Di fronte, sull'altro versante della valle, vediamo il grande complesso della certosa di Trisulti.

Beato te, pellegrino, se ti rendi conto che il vero cammino comincia quando finisce la strada



Il ponte dei Santi è chiamato così perché San Domenico (di Sora, vissuto nel XI secolo) convocava le due comunità religiose, quella maschile che scendeva al ponte da Trisulti e quella femminile, invece, da Civita, e lui sul ponte teneva le sue esortazioni e prediche.

A san Nicola a Civita ci fermiamo per uno spuntino veloce. Sono quasi le 12 e mezza e quest'oggi il pranzo si salta... non abbiamo trovato negozi o trattorie. Siamo ancora in piena montagna.

Nella campagna della Ciociaria assistiamo ad una scena d'altri tempi e che abbiamo visto solo in TV. Due colonne di muli si inerpicavano in fila indiana su per i boschi montuosi dove venivano caricati di legna che poi riportavano a valle, dove dei boscaioli si apprestavano poi a tagliarla e caricarla sui carri. Scena molto bucolica.

Poco prima delle 17 varchiamo il cancello dell'abbazia di Casamari e l'emozione è grande. Con gli zaini, con la fatica dei pellegrini, questa abbazia sembra riportarci indietro di secoli. Con le sue pietre, i pilastri, le volte antiche... tutto parla di medioevo e di "gotico" (così spiega la nostra guida).

Padre Alberto ci accoglie nel migliore dei modi e ci porta ai nostri alloggi presso la foresteria che si trova all'interno dell'abbazia, adiacente alla farmacia.

Il tempo di una doccia e di darci una sistemata e siamo pronti a visitare questo gioiello di arte e di fede. È inutile descrivere gli ambienti che visitiamo perché ... sono da vedere e vivere. Ci limitiamo soltanto ad elencarli: il favoloso chiostro, il refettorio che ci lascia a bocca aperta, la sala del Capitolo in cui cogliamo tutta l'importanza del luogo. Infine la chiesa... maestosa.

Alle 19.15 assistiamo (unici ospiti dell'abbazia) al canto dei vesperi da parte dei monaci che, con i loro suggestivi mantelli bianchi, occupano gli scranni del coro. Il canto gregoriano è l'espressione giusta per l'ambiente, non si riesce ad immaginare altre sonorità. Il gregoriano è nato in ambienti benedettini e qui trova la sua naturale ... vitalità.

Dopo questo momento suggestivo, è giunta l'ora di cena che dobbiamo consumare in fretta perché il cancello dell'abbazia si chiude alle 9.30.

Di fronte all'abbazia c'è il ristorante "Caio Mario", dedicato al famoso generale romano. Caio Mario (II-I sec. a.C.) fu un insigne personaggio della storia di Roma, per sette volte console e avversario di Silla nella guerra civile dell'88 a.C. La fama che assunse questo personaggio nel mondo romano fece sì che il luogo dove nacque e visse i primi anni della sua vita fosse connotato dal suo nome: infatti Casamari (Casa Marii) significa etimologicamente "casa di Mario".

La cena ciociara... una squisitezza: antipasti locali (con dei fagioli con cotiche deliziosi); poi delle tagliatelle o con funghi, tartufi, o con ragù di cinghiale... e tanto altro.

Comunque alle 9.28 varcavamo il cancello dell'abbazia con il monaco sull'uscio che ci attendeva. Si è assicurato che tutti fossimo rientrati, ci ha augurato la buona notte e ha chiuso ... il mondo fuori.

Il silenzio del luogo, il suo isolamento dal mondo... era troppo bello per andare subito a letto. Così ci siamo aggirati per l'abbazia, completamente avvolta nel silenzio, per gustare questi attimi unici.

La cosa curiosa è che non ci venivano pensieri o riflessioni particolari, ma solo la sensazione di una mente vuota, priva di attività, libera, leggera... Ci pareva di sprecare il tempo e un'occasione tanto importante; ma il segreto di questo luogo era proprio questo e abbiamo finalmente capito cosa significa "liberare la mente". A noi super-attivi questo vuoto di pensiero, se da un lato ci spaventa, dall'altro ne abbiamo tanto bisogno.

Pregliera a San Benedetto

*A te oggi rivolgiamo la nostra supplica ardente,
glorioso san Benedetto,
"messaggero di pace, realizzatore di unione,
maestro di civiltà, araldo della religione di Cristo",
ed imploriamo la tua protezione sulle singole anime,
sui monasteri che seguono la tua santa Regola,
sull'Europa, sul mondo intero.
Insegnaci ancora il primato del culto divino,
donaci di comprendere quanto sia
grande e fecondo il dono della pace,
aiuta tutti coloro che si sforzano di ricomporre
l'unità spirituale dei vari popoli,
spezzata da tanti eventi dolorosi,
così che per la tua protezione ritorniamo tutti quanti
ad essere fratelli in Cristo.
Amen.*



Il Cammino di San BENEDETTO SUBIACO-MONTECASSINO 5 - 13 APRILE 2013

4^a Tappa: CASAMARI - ARPINO Martedì 9 Aprile 2013

Lasciamo a malincuore l'abbazia di Casamari. Sarebbe stato bello soggiornare un giorno intero, ma il pellegrino ha subito una nuova meta da raggiungere (soprattutto il pellegrino moderno... che ha comunque il tempo contingentato). Avremo tempo di ritornare su questo luogo ... mediante le fotografie e i ricordi.

La tappa di oggi è praticamente tutta su asfalto, ma il traffico è molto scarso. Comunque dal punto di vista paesaggistico è un percorso molto bello: grandi vallate, uliveti, colline, monti... non ci lasciamo mancare niente.

L'ospitalità pellegrina di Casamari non prevede la colazione, per cui raggiungiamo il primo bel borgo sulla nostra strada che risponde al nome di Monte San Giovanni Campano.

Il paese è in piena festa in onore della Vergine Santissima del Suffragio che si svolge nei due week-end successivi alla Pasqua.

Ci accorgiamo subito di quanto è sentita questa festa dagli addobbi con cui il paese è vestito e da come la gente ce ne parla. A proposito: qui la parlata si avvicina molto di più al dialetto campano che a quello romano.

Una sosta per una buona colazione (sono quasi le 9) e poi visitiamo la chiesa che ospita la statua tanto venerata della Vergine.

Lasciamo Monte San Giovanni dalla porta medioevale nei pressi della chiesetta di San Rocco. Una nonnina dal balcone ci mostra la strada verso Anitrella, prossima località. Dall'alto di questo punto del paese si vede infatti tutta la vallata che dobbiamo attraversare.

Anche un automobilista si ferma appositamente e si offre per indicarci la strada. È bello sperimentare come, anche se non richiesto, la gente si presta a darci una mano, un aiuto, un consiglio.

Alle 10.30 arriviamo ad Anitrella e ci facciamo una sosta caffè. In centro al paese superiamo un ponte con una bella cascata sul fiume Liri. In paese è operativa una centrale idroelettrica che di solito "ruba" l'acqua al fiume, ma viste le copiose piogge del periodo la cascata è veramente travolgente e suggestiva. Sono le 11 e riprendiamo il cammino per l'ultimo tratto.

Raggiungiamo Arpino verso le 14 e in un attimo siamo al nostro alloggio: l'hotel "Il Cavalier d'Arpino". È un posto veramente di grande lusso. Quasi abbiamo timore ad entrare perché non sono posti da pellegrini... Ma l'accoglienza è veramente eccellente. Non importa il nostro abbigliamento, la nostra fatica e il nostro "sudore"... siamo ospiti graditi e onorati.



Visto che siamo arrivati presto, decidiamo di salire alla "Civita", il borgo che sorge a monte di Arpino, con il famoso Arco a sesto acuto e le mura ciclopiche. Quindi il tempo di lasciare gli zaini e via, di nuovo in cammino. La signora dell'hotel ci indica un percorso diverso da quello menzionato dalla guida e che si rivela sicuramente migliore, anche se sempre in fortissima salita.

Alle 15.15 saliamo alla Civita: in meno di due km affrontiamo un dislivello di più di 200 mt. E' sicuramente la salita più dura che abbiamo affrontato in questi giorni, ma ne è valsa la pena.

Beato te, pellegrino, se il tuo zaino si svuota di cose e il tuo cuore si riempie di pace



La guida prevede la salita alla Civita all'inizio della tappa di domani, ma noi suggeriamo che vale la pena salirci subito (e ovviamente anche domani, visto che il cammino passa proprio di lì). Infatti nel pomeriggio abbiamo tempo per gustarci questo scorcio bellissimo di antichità.

L'Arco a sesto acuto fa sorgere una discussione: i cartelli indicano come data di edificazione l'VIII sec. a.C.. Studi più approfonditi spostano la data al XII/XIII sec. a.C.

È comunque un posto veramente bello da vivere con calma.

Nella discesa seguiamo il percorso indicato dalla guida in modo che ci porta in pieno centro e possiamo visitare con calma la statua di Cicerone (nativo di Arpino) e un breve tratto del decumano romano. Poi la fontana delle torri e alcune chiese di indubbio interesse.

Poco dopo le 17 rientriamo in albergo e finalmente possiamo darci una bella sistemata e fare un riposo rigenerante.

Rielaboriamo la salita alla Civita, che domani dovremo affrontare anche con il carico degli zaini, e pianifichiamo la penultima tappa.

Senza accorgerci stiamo giungendo al compimento di questo cammino e il tempo, per il pellegrino, ha un comportamento strano: da un lato sembra volare di tappa in tappa, ma se si pensa al giorno in cui siamo partiti... sembra sia passato un anno.

Dopo le 20 ci rechiamo al ristorante "L'ottavo vizio", in pieno centro; un bel locale che coniuga con indubbio gusto l'antico (le pietre e le volte dei locali tipici del posto) con il moderno (soprattutto nell'arredamento).

La cena è decisamente di buon livello e ritempra il corpo e lo spirito. Questo della cena è uno dei momenti più piacevoli del cammino, un momento in cui si assapora il piacere dello stare insieme in letizia, senza vincoli di orari, di fretta... è l'unico pasto della giornata e serve per rivivere le sensazioni, rielaborare con la mente i luoghi che ci hanno visto di passaggio, i volti delle persone con cui abbiamo scambiato un saluto e un augurio... fare una telefonata a casa per sapere come va' e scoprire che "al nord" la pioggia non molla un attimo, mentre noi vediamo già i segni di una abbronzatura invidiabile...

Il tempo scorre piacevolmente e la stanchezza ci consiglia di ritirarci presto. Abbiamo anche fatto il bucato e controlliamo che l'asciugatura proceda spedita.

Facciamo due parole con il personale della reception; lui ci chiede informazioni sul cammino e noi sul Cavalier d'Arpino. Scopriamo che era un pittore famoso, maestro del Caravaggio, e proprio la fama di questo suo allievo ha un po' oscurato la sua carriera.

Interessante e intanto si fa ora di andare a letto.



Giaculatoria a San Benedetto

*O Padre santo,
Benedetto di nome e di grazia,
custodiscimi,
ti prego, oggi e sempre
con la tua santa benedizione,
perché nessun male
mi possa separare da Gesù,
da te e da tutti i tuoi santi.
Amen.*



Il Cammino di San BENEDETTO

SUBIACO-MONTECASSINO 5 - 13 APRILE 2013

5ª Tappa: ARPINO - ROCCASECCA **Mercoledì 10 Aprile 2013**

La colazione al Cavalier d'Arpino è qualcosa di speciale, da immortalare. Bellissima la location, buonissime le portate a nostra sola e completa disposizione: siamo gli unici clienti, eppure la quantità e la varietà della colazione è notevole e lodevole.

Alle 7.00 (o poco oltre) salutiamo e ringraziamo la gentilissima signora del Cavalier d'Arpino e ci arrampichiamo per la grande salita che ci conduce alla Civita.

Sarà per il timore di questo importante strappo, sarà il fatto che lo abbiamo già affrontato, sarà per la nutriente colazione appena fatta... questa salita sembra meno impegnativa rispetto al pomeriggio di ieri. In venti minuti siamo alla Civita. Solo il tempo di alcune fotografie e poi via, si prosegue.

Il cammino risulta una piacevole passeggiata tra la campagna frosinate; sembra, quasi, di essere nei nostri boschi della Franciacorta.

Arriviamo così alla chiesa della Madonna delle Fosse e sono circa le 11. Facciamo una visita e ci intratteniamo con la signora che cura la pulizia della chiesa.

Questo diversivo ci fa dimenticare di fare la spesa nel piccolo market che si trova appena dietro la chiesa. Una dimenticanza che pagheremo a caro prezzo, visto che fino alla sera non abbiamo trovato un altro punto ristoro.

Alle 12.30 giungiamo in località Ciaiali e ci fermiamo alla chiesetta che si trova in periferia. Le vettovaglie sono misere: due arance, una mela, due fette di pane (duretto)... e siamo in cinque. Abbiamo qualche pastiglia energetica... Pazienza; ci si riposa e si riparte. Il tempo è ottimo.

Alle 14 raggiungiamo il Ponte della Valle che ci immette sul famoso tracciato del Tracciolino, la bellissima strada che percorre le gole del Melfa. Ormai siamo a poco più di 5 Km da Roccasecca.

Sul ponte incontriamo Tommaso, il proprietario del B&B "Il Feudo" che ci ospiterà; ci viene incontro in scooter per accertarsi se abbiamo bisogno di aiuto e per darci alcune indicazioni.

Facciamo una foto insieme che pubblicherà subito su Facebook; Tommaso è un grande attivista del "Cammino di Benedetto", insieme a Simone (che ha ideato e descritto il tracciato nella famosa guida che ci supporta) e Angelo che incontreremo nel tardo pomeriggio e tanti altri.

Percorriamo con gusto questa bellissima strada e al termine della Valle incontriamo l'Eremo dello Spirito Santo, arroccato nell'altro versante della montagna. Non c'è tempo per una visita, troppo distante. È un'altra meta che approfondiremo in una prossima occasione.

Alle 15 raggiungiamo la grandissima statua di S. Tommaso d'Aquino (9 mt.), opera dello scultore Giuliano Vangi, inaugurata nel 2005.

San Tommaso D'Aquino (Roccasecca 1225 - Fossanova 7 marzo 1274) è il cittadino più illustre di Roccasecca. È stato un frate Domenicano, definito Doctor Angelicus dai suoi contemporanei. Tommaso rappresenta uno dei principali pilastri teologici e filosofici della Chiesa cattolica: egli è anche il punto di raccordo fra la cristianità e la filosofia classica. Un monumento.

Tommaso ci scorta con il suo scooter fino al B&B e così possiamo prendere alloggio. Fortunatamente nel B&B è già pronta la abbondante colazione per il giorno dopo, così decidiamo (visto che abbiamo saltato il pranzo) di portarci avanti con una buona merenda.

Verso le 17.30 arriva la nostra guida, Angelo, che ci farà gustare alcuni scorci di Roccasecca veramente unici.



Dalla frazione di Caprile visitiamo la chiesa di S. Maria delle Grazie che ha sulla facciata esterna un grandissimo affresco di S. Cristoforo. Il motivo delle sue dimensioni era quello di consentire ai passanti e pellegrini di poter scorgere S. Cristoforo anche da distanza e la leggenda dice che, dopo aver visto la sua effigie, per tutto il giorno la protezione del Santo è garantita.

Dalla chiesa ci inerpichiamo fino ad un eremo, la chiesa rupestre di S. Angelo in Asprano. Da distanza, ma anche da vicino, sembra un tugurio per l'alloggio delle greggi. Ma appena si apre il cancelletto appaiono degli affreschi che ci lasciano meravigliati.



Spontaneamente ci sale la preoccupazione della loro custodia e conservazione; infatti l'eremo è piuttosto abbandonato e gli affreschi sono esposti a condizioni climatiche difficili.

L'Italia è ricca di queste gemme che non riescono ad essere valorizzate, vuoi per la difficoltà di reperire fondi, vuoi per la superficialità con cui si valutano tali tesori... Condividiamo con Angelo questi pensieri, lui infatti è un "innamorato" di Roccasecca e della storia che la contraddistingue.

Alle 19.15 siamo al castello dei d'Aquino, dove nel 1225 nasceva San Tommaso. Ormai del castello rimangono solo dei

ruderi, anche se ben tenuti e valorizzati da un percorso pedonale che cerca di ricostruire, nella fantasia dei visitatori, luoghi e ambienti antichi.

Per ultimo visitiamo la chiesa dedicata a san Tommaso, la prima al mondo dedicata al santo.

Da qui si gode un'ottima vista sulla grande vallata del Liri e, data l'ora, ci gustiamo un rosso tramonto.

Questa sera si è fatto un po' tardi, ma non fa nulla. Per cena... pizza! Siamo ormai ai confini con la Campania e la tradizione della pizza qui si fa sempre più forte. In effetti non rimaniamo delusi: la pizza è buonissima e ad un prezzo che dalle nostre parti ... si perde nei meandri della memoria.

Per gratitudine agli ottimi pizzaioli, la pizzeria si chiama "La Magnolia" e si trova proprio nella piazza di Roccasecca. In piazza è stato posto un busto di Severino Gazzelloni, il famoso flautista, e così scopriamo un altro figlio illustre di Roccasecca.

Ricordo, molti anni fa, di aver assistito ad un concerto diretto dal nostro maestro Agostino Orizio con la partecipazione straordinaria di Severino Gazzelloni.

Torniamo ai nostri alloggi per preparare l'ultima tappa del nostro cammino. Non sarà una tappa breve... ma sicuramente emozionante.



Preghiera del mattino

*Padre santo,
che al tuo popolo pellegrino nel deserto
ti offrisci come luce e guida,
veglia sui nostri passi.
Tu ci hai dato il tuo unico Figlio
come via per giungere a Te:
fa' che oggi lo seguiamo con fedeltà
e perseveranza.
In Maria ci hai donato l'immagine
e il modello della sequela di Cristo;
fa' che guardando a Lei
camminiamo in perenne novità di vita.
Tu che per mezzo dello Spirito Santo
conduci a te la Chiesa pellegrina nel mondo,
fa' che cercandoti sopra ogni cosa
corriamo nella via della tua volontà.
Amen.*

Beato te, pellegrino, se scopri che un passo indietro per aiutare qualcuno
vale più che cento passi avanti nell'indifferenza



Il Cammino di San BENEDETTO

SUBIACO-MONTECASSINO 5 - 13 APRILE 2013

6ª Tappa: ROCCASECCA - MONTECASSINO **Giovedì 11 Aprile 2013**

Ci si alza molto presto perché la strada è lunga. La colazione ce la prepariamo noi con le provviste preparate da Tommaso. Salutiamo Tommaso e per le 7.00 siamo già in strada.

Ripercorriamo la strada per Caprile, con l'accortezza di mandare uno sguardo al grande affresco di San Cristoforo dipinto sulla facciata laterale della Chiesa di S. Maria delle Grazie. Per oggi abbiamo la sua completa protezione.

Da Caprile passiamo per Castrocielo e raggiungiamo, verso le 8.45, il laghetto di Capodacqua.

Tra salì e scendi della strada (su asfalto ma con traffico scarsissimo) raggiungiamo Fonte Canneto dove facciamo scorta d'acqua. Queste fontanelle sono prese d'assalto da un numero incredibile di pensionati che, muniti di taniche e bottiglie, ... ne fanno grande scorta. È comunque molto buona.

Una impegnativa salita ci porta al borgo di Piedimonte Alta, dove in un piccolo market facciamo la spesa per il pranzo; la lezione di ieri ci è servita.

Verso le 11.30 facciamo sosta alla chiesa della Madonna delle Grazie che sorge nella periferia della località di Villa Santa Lucia.

Da qui inizia la strada e poi il sentiero di avvicinamento a Montecassino. Un percorso che rimane in quota e dal quale si può godere la vista della grande valle del Liri. Qui sorgono importanti complessi industriali: la Fiat di Cassino, l'Ideal Standard, e tutto l'indotto.

Il sentiero si fa sempre più interessante e paesaggisticamente affascinante. La guida ci ricorda che questo sentiero è stato utilizzato dai soldati polacchi (e di altre compagnie) per l'assalto finale a "quota 593", la collina che sorge a fianco dell'abbazia e che la sua conquista ha deciso le sorti della battaglia finale.

Alle 13 ecco l'abbazia di Montecassino! È il primo avvistamento; siamo ancora lontani ma la meta è lì dritta ai nostri occhi.

Poco sotto, presso la masseria Albaneta, ci fermiamo per il pranzo. Sopra di noi si scorge l'obelisco dei polacchi eretto proprio a "quota 593".

Alla masseria Albaneta abbiamo il primo e unico momento di incertezza sulla strada da prendere. Questo per sottolineare, comunque, la buona redazione della guida ad opera di Simone Frignani, che cogliamo l'occasione per ringraziare di cuore. Ha fatto un ottimo lavoro e molto preciso.

Alle 14 siamo al bivio tra "quota 593" e la strada verso l'abbazia. Decidiamo per la salita a "quota 593" che raggiungiamo in mezz'ora di dura salita.

Questa deviazione verso l'obelisco dei Polacchi di "quota 593" sembrava una alternativa che avrebbe tolto tempo alla meta finale, l'abbazia. Giunti all'obelisco abbiamo capito che era nostro dovere raggiungere "quota 593" se non altro per rendere omaggio e ringraziare le migliaia di ragazzi, per lo più Polacchi, che hanno offerto la loro vita per l'Italia, per la nostra libertà, perché potessimo costruire una nazione in pace, libera e grande.

E ci faceva rammarico constatare come, in questi giorni, la nostra classe politica fosse impantanata in beghe di bottega, a difendere posizioni di potere e di prestigio, tanto da non riuscire a dare un governo al paese o trovargli un Presidente. Tutto questo suona come un insulto ai tanti giovani stranieri che qui sono sepolti.

Scendendo verso l'abbazia, abbiamo incrociato una famiglia polacca che saliva all'obelisco; per un attimo mi è venuto da dire loro un "grazie": grazie per i tanti soldati che si sono sacrificati per noi e grazie per... Giovanni Paolo II.



Dopo le consuete fotografie, raggiungiamo l'abbazia alle 15.20: il cammino 2013 si conclude in modo ufficiale. La meta è raggiunta.

Il tempo per la visita è troppo poco; ci aspettano altre due ore circa di cammino per raggiungere l'alloggio della sera e quindi dobbiamo fare tutto molto in fretta.

Per di più la chiesa chiude per la preghiera dei monaci: la recita dei Vespri.

Visitiamo la cripta con i mosaici dedicati ai due santi qui sepolti e poi ci rechiamo dietro l'altare dove riposano le spoglie di San Benedetto e della sorella Santa Scolastica.

Un attimo di raccoglimento e poi continuiamo la visita all'esterno, nei tre chiostri, la bella scalinata e poi alla balaustra da dove si domina tutta la valle. Il posto è veramente suggestivo.

Sapere che il 15 febbraio 1944 questo luogo era ridotto in macerie a causa del bombardamento alleato sul finire della II guerra mondiale, e che ora sorge di nuovo così imponente... ci fa molto piacere. "Com'era e dov'era" era il motto con cui l'abate del tempo ha voluto impostare la ricostruzione dell'abbazia e credo che l'opera sia riuscita... purtroppo abbiamo perso la storia pluricentenaria delle pietre che la costituivano.

Alle 17 ripartiamo un po' a malincuore: il cammino è concluso, il tempo dedicato alla visita è stato limitato. Sarebbe stato interessante poter alloggiare presso l'abbazia, ma la regola del "solo uomini" ci ha costretto ad altre scelte. Si poteva optare per il pullman... ma il pellegrino non può!

La discesa è lunga, ma ci consola la scorciatoia sull'antico "basolato" di origine romana che taglia i numerosi tornanti della strada asfaltata. La stanchezza si fa sentire, ma alle 18.30



Preghiera della sera

*Padre buono, tu conti tutti i passi dell'uomo
e raccogli la fatica e la gioia
di ogni nostra giornata;
noi ti ringraziamo per il cammino percorso.
per le persone che ci hai posto accanto
per le cose che abbiamo visto,
per il bene fatto e ricevuto;
ti chiediamo perdono
per la nostra distrazione e durezza di cuore.
Alla sera di questo giorno,
nella stanchezza del corpo
e nella pace dell'anima, alziamo le mani a te:
venga a noi la forza del tuo Santo Spirito,
perché possiamo riprendere il cammino
rinfrancati dal tuo amore.
Per Cristo nostro Signore,
Amen.*

varchiamo il cancello del B&B "Il Maniero": una piccola reggia nel verde, adagiata sul fianco del monte su cui svetta l'abbazia. È un posto bellissimo. Quasi ci sentiamo a disagio nel presentarci così affaticati e sudati (e credo anche poco profumati...) in un ambiente così pulito e di classe.

L'accoglienza è ottima e ci toglie ogni timore; c'è curiosità di conoscerci, di informarsi sulla nostra avventura e tra un sorso d'acqua e un buon caffè, il clima diventa subito familiare.

Mai come questa sera abbiamo bisogno di una doccia calda e un po' di riposo. Diamo fondo agli ultimi abiti "puliti" (diciamo così) per l'ultima serata di gala.

Ci viene consigliato, per la cena, la trattoria "da Titina" sia perché si mangia bene e anche perché è vicinissimo al B&B. Menù della serata: pesce! Non ce ne siamo pentiti.



Il Cammino di San BENEDETTO

SUBIACO-MONTECASSINO 5 - 13 APRILE 2013

Conclusione: IL RITORNO **Venerdì 11 - Sabato 12 Aprile 2013**

Oggi ci alziamo con comodo non dobbiamo camminare. La signora Anne Marie e il marito si sono resi disponibili ad accompagnarci alla stazione in macchina.

Alle 8 colazione super nella splendida cucina de "Il Maniero" per poi raggiungere la stazione alle 8.50. Il treno delle 8.55 per Frosinone, per fortuna, è in ritardo di 5/7 minuti e riusciamo a prenderlo al volo.

Alle 9.45 scendiamo alla stazione di Frosinone. Ci informiamo presso lo sportello della Cotral circa i prossimi autobus verso Subiaco; la risposta: " Ce n'è uno alle 10, se ci sta!". Tradotto: se arriva c'è, altrimenti ... aspettiamo il prossimo quando arriva. Incredibile.

Comunque alle 10 il pullman è puntuale: destinazione Fiuggi e poi Subiaco. È un po' malconco, ma cammina.

Ripercorriamo a ritroso tanti posti che ci hanno visto pellegrini in questa settimana, e tanti altri paesi che abbiamo solo sfiorato. Molto bello anche questo tour in pullman.

Poco prima delle 12 siamo a Subiaco dove riprendiamo la macchina: è strano come in circa tre ore abbiamo ripercorso la strada (e anche di più) compiuta faticosamente a piedi in sei giorni. Ma da pellegrini è tutta un'altra emozione. Non c'è proprio confronto.

Puntiamo il navigatore dell'auto in direzione Lariano, una cittadina nella zona dei Castelli Romani dove ha casa la congregazione delle Suore di Cristo, le nostre suore, che da pochi mesi hanno salutato e lasciato la nostra comunità di Calino, dopo più di trent'anni di apostolato.

Abbiamo tanti volti da re-incontrare: suor Margherita, Francesca, Aurelia, Lucia, Giulia, ...

Alle 13.30 siamo a Lariano: un pranzo veloce, ma gustoso (i sapori ritornano più romani che ciociari), e poi incontriamo le nostre suore.

Tanta emozione stemperata da un buon caffè e poi prendiamo alloggio al "Mater Dei" una bella struttura turistica gestita dai padri della parrocchia di Lariano.

Ci concediamo una breve escursione a Castel Gandolfo dove arriviamo verso le 17. La tentazione di suonare al Papa emerito è stuzzicante... ma non si può. Però ci fa piacere sapere che siamo lì, a pochi passi da Benedetto XVI (Benedetto è un nome e un santo che abbiamo iniziato a conoscere).

Incontriamo un pellegrino equipaggiato con due asini; è una guida per un gruppo di altri pellegrini sulle strade della Francigena del Sud. Subito il dialogo tra pellegrini nasce spontaneo e ci scambiamo opinioni sul nostro cammino appena concluso e che anche lui conosce molto bene.

La cena ci è offerta dalle nostre suore. Domani c'è il grande rientro. Non pensiamoci.

Sabato 12 Aprile

Alle 7.30 partecipiamo alla Messa nella cappella delle Suore di Cristo.

A seguire facciamo colazione insieme. Poi immortaliamo questo incontro con alcune fotografie e, dopo molti saluti, prendiamo la strada del ritorno.

Ma non torniamo subito a casa... la mattinata la dedichiamo a Tivoli per visitare la famosa "Villa Adriana", la villa fatta costruire dall'imperatore Adriano dal 118 al 138 d.C. per fuggire dallo stress della vita di Roma. Arriviamo verso le 10 e iniziamo subito la visita.

Il complesso della Villa è veramente grandissimo; come al solito ci vorrebbe sempre molto più tempo per entrare appieno nei luoghi e, soprattutto, nella storia che questi luoghi hanno scritto.

*Beato te, pellegrino, se il cammino ti conduce al silenzio,
il silenzio alla preghiera e la preghiera all'incontro con il Padre*



Non possiamo descrivere tutto; citiamo solo gli ambienti che più ci hanno meravigliato: il Pecile, questo lungo muro del portico che dà su una grande vasca. Il teatro marittimo, luogo di eremitaggio dell'imperatore, il Palazzo imperiale con le sue colonne corinzie e, infine, il famoso Canopo... E poi tanti altri scorci veramente interessanti.

Alle 12.30 termina la visita alla Villa Adriana. A questo punto si fa ritorno, sul serio, a Calino. Arriviamo poco dopo le 19 dopo un viaggio tranquillissimo... Giusto in tempo per un'ultima cena insieme e gustarci un po' di fotografie che già suscitano ricordi e nostalgie.

A conclusione del diario si dovrebbe fare una sintesi dell'esperienza vissuta. Come al solito non è facile comunicare sensazioni, emozioni, pensieri che hanno riempito le nostre giornate. Quindi procediamo per settori.

Dal punto di vista paesaggistico e naturalistico, il cammino è veramente molto interessante. Nessuno di noi immaginava un ambiente così "montano", ricco di vegetazione, verde, muschi e licheni, vallate, ruscelli, torrenti, cascate... non ci siamo lasciati mancare niente.

Il cammino non è stato particolarmente impegnativo dal punto di vista fisico. Quel tanto che basta per farci sudare la conquista di meta dopo meta, tappa dopo tappa.

Dal punto di vista artistico abbiamo avuto molte cose belle da gustare; le abbazie innanzitutto: Subiaco, Casamari, Montecassino. E poi tante chiese, ponti, vestigia di eremi e mura antiche. Anche i borghi hanno avuto il loro fascino. Magari non sono così perfetti come quelli della Toscana o dell'Umbria, ma conservano intatta la fierezza della loro storia.

Sentirsi pellegrini, anche solo per pochi giorni, è un'esigenza che ritorna ogni anno più forte. È un salutare distacco dalla frenesia quotidiana, dai tempi sempre più stretti scanditi da orologi, cellulari, smart-phone, pad... e tutte le diavolerie che ci stanno ingolfando la vita. Tornare ad avere un solo obiettivo nella giornata: il camminare e gustare ogni passo, ogni sasso, ogni albero, ogni salita e discesa... La piacevole sensazione di vivere lunghi momenti di silenzio assoluto, disturbato solo dal rumore dei propri passi; un silenzio che penetra la mente e la rende libera, leggera, vuota, pronta per accogliere i nostri pensieri più segreti, quei reconditi pensieri che stiamo perdendo l'abitudine a coltivare.

Infine lo Spirito. Il nostro non è stato un pellegrinaggio eccessivamente "spirituale"; avremmo potuto pregare di più, ritagliarci maggiori momenti di intimità religiosa. Ma tutta la giornata del pellegrino è spirituale, dal vedere il sole che sorge, dal torrente che impetuoso corre verso il mare, dal saluto del bracciante o della nonna che ci augura: "buona passeggiata".

Infine San Benedetto. Un santo sconosciuto, prima di partire, e che abbiamo appena iniziato a conoscere.

Un personaggio fondamentale per la nostra fede, la cultura, per la Chiesa, per la nostra Italia e per tutta l'Europa.

Benedetto è il santo della Regola ma non un rigido, piuttosto un eccellente padre di famiglia ed educatore, precursore anche dei grandi santi educatori dell'800 come don Bosco e P. Piamarta (S. Benedetto vive 1300 anni prima, nel periodo delle invasioni barbariche...).

Voglio concludere con la bella immagine sull'ospitalità che Benedetto presenta nella sua regola:

"Non appena dunque l'ospite si annunzia gli vadano incontro i superiori ed i fratelli con tutte le premure che lo spirito di carità comporta ... con particolare attenzione e riguardo siano accolti specialmente i poveri ed i pellegrini, perché è proprio in loro che si accoglie ancor di più il Cristo; ché la soggezione che i ricchi incutono, ce li fa da sola onorare".

(Cap. 53)

*Beato te, pellegrino, se il cammino ti conduce al silenzio,
il silenzio alla preghiera e la preghiera all'incontro con il Padre*