



## CLUB ALPINO ITALIANO Sezione di Spoleto “Enzo Cori”

# Il Cammino di San Benedetto

27 e 28 luglio 2024

Due giorni di escursionismo percorrendo la 10ª e 11ª tappa



*Monastero di San Benedetto e il Sacro Speco*

Un Cammino di trecento chilometri attraverso il **cuore dell'Italia**, che muovendo dall'Umbria percorre tutto il Lazio e giunge quasi al confine con la Campania. Un itinerario suddiviso in 16 tappe sulle tracce di [san Benedetto da Norcia](#) che unisce i tre più importanti luoghi benedettini: Norcia, suo luogo natale; Subiaco, dov'egli visse più di trent'anni e fondò numerosi monasteri; Montecassino, dove trascorse l'ultima parte della vita e scrisse la Regola. Si articola su zone prevalentemente montuose, caratteristiche dell'Italia centrale. [Norcia](#), da cui il Cammino prende avvio, è un'incantevole cittadina ai piedi dei monti Sibillini e superando alture poco elevate, si attraversano piccoli paesi immersi in un ambiente naturale di rara bellezza; [Cascia](#), dove visse Santa Rita, la “Santa degli impossibili” e [Roccaporena](#) dov'ella nacque. [Monteleone di Spoleto](#) è un affascinante borgo medievale che si erge al limitare della piana leonessana; [Leonessa](#), ai piedi dei monti Reatini, è una fusione di elementi medievali e rinascimentali. Immergendosi nelle estese faggete dei Monti Reatini, a [Poggio Bustone](#), luogo che custodisce importanti memorie francescane, l'affaccio è sulla Valle Santa, la piana del fiume Velino. Da [Rieti](#), città papale, si prosegue per [Rocca Sinibalda e Castel di Tora](#) sul tranquillo e pittoresco lago del Turano. Anche qui si attraversano deliziosi ed accoglienti piccoli centri nei monti Lucretili: [Pozzaglia, Orvinio e Mandela](#). Scesi poi nella valle dell'Aniene, per stradine secondarie dopo aver toccato la graziosa Gerano, si raggiunge [Subiaco](#), la prima grande meta. Luogo fondamentale dell'esperienza benedettina, vi si coniugano spiritualità, storia, arte e natura. Nella sua storia si avvicendarono abati, papi e nobili famiglie. Nel Sacro Speco operarono alcuni tra i maggiori artisti del Trecento, vi fu pellegrino San Francesco d'Assisi, mentre l'Abbazia di Santa Scolastica è la culla della stampa italiana. I circostanti monti Simbruini sono incantevoli e poco frequentati, mentre le fresche acque dell'Aniene si prestano agli sport fluviali. La zona fu importante per l'antica Roma, in quanto sua principale riserva idrica. Numerose dunque le testimonianze romane: dai resti dell'acquedotto Claudio a Vicovaro, e dell'Anio Novus a Trevi, alla villa di Nerone a Subiaco e del poeta Orazio a Licenza, all'arco romano di [Trevi](#).

## Programma

Il programma dei due giorni prevede la partenza con autobus da Spoleto alle ore 7:00 di sabato 27 luglio 2024. Giunti all'altezza di Agosta si percorrerà a piedi parte della 10° tappa con inizio dal paesino, l'attraversamento dell'abitato di Subiaco e l'arrivo al Monastero di Santa Scolastica, dove alloggeremo nell'adiacente foresteria. Subiaco è il luogo benedettino di primaria importanza ed è qui che Benedetto visse l'esperienza eremitica. Tre anni in una grotta, l'attuale Sacro Speco, poi fondò "cenobi": comunità ordinate di monaci. A Subiaco, Benedetto visse trent'anni ed è dall'esperienza eremitica che nasce l'abate. Sempre a Subiaco nascono le prime comunità di monaci rette da una Regola non ancor scritta (lo sarà qualche anno più tardi a Montecassino) ma già efficace nel sapere regolare la vita monastica. Le tracce della lunga permanenza di Benedetto a Subiaco sono presenti e tuttora ben visibili. Il **Sacro Speco**, che visiteremo nel pomeriggio del sabato, è un luogo di eccezionale bellezza e di spiritualità. Come lo definì il Petrarca una vera "Soglia del Paradiso" rimanendone affascinato alla vista. Vi si recò pellegrino anche Francesco di Assisi. Di questo suo passaggio rimane un affresco che lo ritrae ancora in vita. L'11° tappa prenderà avvio dal Monastero di Santa Scolastica. Imboccato un sentiero in discesa si arriva in una valle con

caratteristiche assolutamente uniche. Non a caso è chiamata "Valle Santa". Qui il fiume **Aniene** che scende dai Monti Simbruini s'insinua in una verde e freschissima valle, una sorta di gola stretta tra due alte pareti rocciose contornate da una vegetazione esuberante. In questo tratto il fiume è bellissimo e in parecchi punti è possibile scendere all'acqua per rinfrescarsi. La temperatura dell'Aniene è pressoché costante



intorno ai 6°C e ciò ne fa uno dei fiumi più freddi d'Italia. Tutto è bellezza e si comprende facilmente perché l'abbiano chiamata Valle Santa. A **Trevi nel Lazio** vi era la sede vescovile, e Treba Augusta era ottimamente collegata da un sistema di strade. In questo tratto vi sono importanti resti romani. Dove termina la sterrata che attraversa tutta la Valle Santa, a **Comunacque**, si trova infatti un'area archeologica corrispondente al luogo di captazione dell'Anio Novus (Aniene Nuovo), che fu il più importante degli acquedotti romani. Vi è anche una piccola cascata, molto suggestiva, in prossimità della confluenza del torrente Simbrivio con l'Aniene. Dopo una salita intermedia, il tratto finale costeggia nuovamente l'Aniene. Trevi nel Lazio, cui si entra per un'antica via, è un piccolo paese dalla grandissima storia. Il paesino sorge su di un colle intorno all'antica rocca innalzata dai Caetani a guardia dell'alta valle dell'Aniene. Fin da epoche remote questa terra fu abitata dagli Equi, una popolazione italica che venne sottomessa dai romani, i quali fecero di **Treba Augusta** una colonia posta sotto la diretta giurisdizione imperiale. Pertanto numerose sono le testimonianze romane. Ma vi è dell'altro. In paese degni di nota sono l'oratorio di **San Pietro Eremita**, con un pregevole gruppo marmoreo di scuola berniniana e la **collegiata di Santa Maria Assunta** del XV secolo in stile barocco con un monumentale organo del 1634. La cripta della collegiata custodisce poi le spoglie di **San Pietro Eremita**, mentre nel castello **Caetani**, alla sommità del paese, soggiornò Benedetto **Caetani** che passerà alla storia come **Papa Bonifacio VIII**.

### Costo del soggiorno

Il costo dei due giorni, con trattamento di mezza pensione per la giornata del sabato presso la Foresteria del Monastero di Santa Scolastica (cena, pernottamento e prima colazione), compreso il viaggio a/r in pullman, è di €. 130,00 (centotrenta/00) a persona calcolato su di un numero minimo di 30 partecipanti.

Visto il periodo estivo e le numerose richieste, per motivi organizzativi legati alla prenotazione del soggiorno presso la foresteria del Monastero di Santa Scolastica, i soci che fossero interessati alla partecipazione dovranno dare la loro adesione iscrivendosi in Sezione il giorno **venerdì 24 maggio 2024 dalle ore 18:00 alle 20:00**, versando un anticipo di €. 65,00 (sessantacinque/00).

**N.B.) Per la sistemazione presso la Foresteria sono state opzionate 8 camere matrimoniali, 1 tripla, 1 quadrupla, 2 quintuple. Le matrimoniali verranno assegnate in base all'ordine della prenotazione.**

Per qualsiasi chiarimento e comunicazione è possibile contattare il socio Guido Luna al 335 5360484.

L'organizzazione